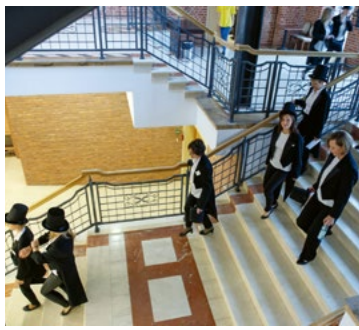
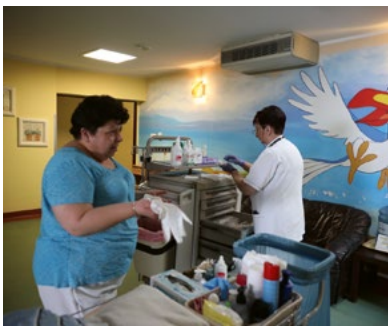
Hospicjum to też Życie

KWARTALNIK HOSPICYJNY **WYDANIE SPECJALNE, 2017** ISSN 1896–8678




Partner wydania
MTG Międzynarodowe Targi Gdańskie SA
amber expo Centrum Wystawienniczo Kongresowe

Serdecznie dziękujemy wszystkim osobom, firmom i instytucjom, które w 2017 roku wsparły działalność Fundacji Hospicyjnej. Słowa wdzięczności kierujemy również do przedszkoli i szkół województwa pomorskiego, które organizując festyny i kiermasze udowodniły, że „Hospicjum to też Życie".

W 2017 roku w sposób szczególny pomogły nam firmy i instytucje:

- 49. Baza Lotnicza, Pruszcz Gdański
- 7. Szpital Marynarki Wojennej z Przychodnią, Gdańsk
- Abacus Sp. z o.o., Gdańsk
- Activ Invest Sp. z o.o., Pszczółki
- Agencja Artystyczno-Promocyjna Senta Sp. z o.o., Gdynia
- Alior Bank SA, Warszawa
- Altaria Services, Banino
- Anro. Kompleksowa obsługa szkód samochodowych, Gdańsk
- Atlas Sp. z o.o., Łódź
- Arla Foods Polska SA, Gdańsk
- Argo Card Sp. z o.o., Gdańsk
- Assel Sp. z o.o., Pruszcz Gdański
- Auchan Polska Sp. z o.o., Piaseczno
- Axis Sp. z o.o., Gdańsk
- Bank Zachodni WBK, o. Pruszcz Gdański
- Bielenda Kosmetyki Naturalne Sp. z o.o., Kraków
- Bilety 24, Warszawa
- Błysk Izabela i Adam Felberg, Chwaszczyno
- BPS Business Pack Service, Gdańsk
- Browar Spółdzielczy, Puck
- Bruno Tassi Północ Sp. z o.o., Gdańsk
- Business Centre Club, Loża Gdańska BCC, Gdańsk
- Business Olivia Centre, Gdańsk
- PH Bysewo Sp. z o.o., Gdańsk
- Carrefour Polska Sp. z o.o., Warszawa
- Carrefour, Sp. z o.o., Gdańsk
- Castorama Gdańsk-Oliwa, Gdańsk
- CD Project SA, Warszawa
- Centrum Sportu Akademickiego Politechniki Gdańskiej, Gdańsk
- CH Auchan, Gdańsk, ul. Szczęśliwa
- CH Auchan, Gdańsk-Osowa
- Classic Moto Story, Sopot
- Cuchman&Wakefield, Warszawa
- Czarodzieje z Kaszub, Sitno
- DCT Gdańsk SA, Gdańsk
- DGL Dariusz Gołąbko Logistic, Pruszcz Gdański
- Delphia Pisarska-Klinkosz, Klinkosz i Zagarów Sp. j., Gdynia
- Dr Oetker Sp. z o.o., Gdańsk
- Drukarnia Adlon, Gdańsk
- Drukarnia Apla, Gdańsk
- Drukarnia Normex, Gdańsk
- Drukarnia Pozkal, Inowrocław
- Drukarnia WL, Gdańsk
- „Dziennik Bałtycki", Gdańsk
- Eden Springs Sp. z o.o., Dąbrowa Górnicza
- Empik, Warszawa
- E'Leclerc – Gdańskdis Sp. z o.o., Gdańsk
- FHU Edyta, Kraków
- Energa SA, Gdańsk
- eTravel SA, Warszawa
- Ecol Sp. z o.o., Gdańsk
- Europejskie Centrum Solidarności, Gdańsk
- FB-Jelcz, Chwaszczyno
- Flügger Sp. z o.o., Gdańsk
- Fundacja Agory, Warszawa
- Fundacja Babci Aliny, Bielsko Biała
- Fundacja Dbam o Zdrowie, Łódź
- Fundacja Energa, Gdańsk
- Fundacja Gdańska, Gdańsk
- Fundacja Lotto Milion Marzeń, Warszawa
- Fundacja Metropolia Dzieci, Gdańsk
- Fundacja Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, Warszawa
- Fundacja Vivadental, Gdańsk
- Free Chapter North Poland, Trójmiasto
- Galeria Bałtycka, Gdańsk
- Galeria Handlowa Bronowice, Kraków
- Galeria Handlowa Klif, Gdynia
- Galeria Handlowa Stary Browar, Poznań
- Galeria Handlowa Tarasy Zamkowe, Lublin
- Galeria Przymorze – Immogdańsk Sp. z o.o., Gdańsk
- Galeria Sztuk Różnych Kosycarz & MBeneda, Gdańsk
- Gaz-System SA, o. Gdańsk
- Gdańska Infrastruktura Wodociągowo-Kanalizacyjna, Gdańsk
- Gdański Archipelag Kultury, Scena Muzyczna, Gdańsk
- Gdański Ośrodek Kultury Fizycznej, Gdańsk
- Gdański Ośrodek Sportu, Gdańsk
- Gdański Park Naukowo-Technologiczny, Gdańsk
- Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk
- Gdańskie Autobusy i Tramwaje, Gdańsk
- Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad, o. Gdańsk
- Geneva Trust Polska Sp. z o.o., Gdańsk
- Get-Choice Marzena Grochowska, Gdynia
- „Gość Niedzielny", o. Gdańsk
- Grafito, Gdańsk
- Grafix Centrum Poligrafii, Gdańsk
- Great Story Community, Kraków
- Grimpado, ścianka wspinaczkowa, Gdańsk
- Grupa Agora SA, Warszawa
- Grupa Ankara.pl, Gdańsk
- Grupa Lotos, Gdańsk
- Grupa perkusyjna Taraban, Gdańsk
- Grupa Travel Sp. z o.o., Gdynia
- Góry Przenosić, Fundacja im. Tytusa Chałubińskiego, Warszawa
- Hotel Astor, Jastrzębia Góra
- Hotel Królewski, Gdańsk
- Hotel Mercure Gdańsk Stare Miasto, Gdańsk
- Hotel Wieniawa, Gdańsk
- IKEA Retail Sp. z o.o., Gdańsk
- IMS Sensory Media, Warszawa
- Instytut Pamięci Narodowej, o. Gdańsk
- Intel Technology Poland Sp. z o.o., Gdańsk
- Intel Technology Poland Sp. z o.o., Warszawa
- Inter Marine Sp. z o.o., Gdynia
- IQ.pl Sp. z o.o., Gdańsk
- IQ Sport Bieniuk Advisory Group Sp. j. Łódź
- Izba Notarialna w Gdańsku z siedzibą w Sopocie
- JBS Kisielewski Turos Kisielewski Sp. j., Gdańsk
- JohnyBross, Sp. z o.o., Gdańsk
- Kalicki Management, Sopot
- Kancelaria Krzyżagórska Łoboda i wsp., Gdańsk
- Kawiarnia - Herbaciarnia Maraska, Gdańsk
- Kemer Bags & Accessories, Straszyn
- Klub Seniora Motława, Gdańsk
- Koło Gospodyń Wiejskich, Paczewo
- Koło Gospodyń Wiejskich Rzeczypospolita Babska, Wiślinka
- Komenda Miejska Państwowej Straży Pożarnej, Gdańsk
- Konsulat Honorowy Królestwa Hiszpanii, Gdańsk
- Konsulat Honorowy Królestwa Niderlandów, Gdańsk
- Konsulat Honorowy Malty, Gdańsk
- Korporacja Budowlana Doraco Sp. z o.o., Gdańsk
- Kwiaciarnia Dzika Róża, Gdańsk
- Laboratorium Kosmetyczne Dr Irena Eris, Warszawa

W NUMERZE:

2 **FUNDACJA HOSPICYJNA W 2017 ROKU**
Opieka nad chorymi i osieroconymi. Edukacja i wolontariat. Plany na 2018 rok.

4 **NASZ PATRON, HOSPICJUM OD ŚRODKA, TUMBO POMAGA, WOLONTARIAT**
Zapiski z fundacyjnej codzienności

33 **KALENDARIUM NAJWAŻNIEJSZYCH WYDARZEŃ 2017 ROKU W FUNDACJI HOSPICYJNEJ**

Zawsze coś się kończy i coś się zaczyna. Jak miniony rok, jak kolejny etap w życiu.

Życie splata ze sobą działania zawodowe z osobistymi, realizację procedur z marzeniami i planami, działania formalne z bardzo osobistym życiem bardzo konkretnego człowieka.

Miniony rok to rzeka ludzkich historii: naszych podopiecznych, pracowników i wolontariuszy. Piękna miłość młodych ludzi, przecięta chorobą i śmiercią kobiety, walka córki z odchodzeniem matki, zaskakująca śmierć małej Amelki, puste oczy osieroconych dziewczynek, trudne dyżury przepracowanych pielęgniarek i opiekunek, dramat choroby męża koleżanki, adrenalina przy kolejnej akcji charytatywnej… i wiele innych.

I dla równowagi: radość, bo udało się kogoś utulić, zbudować zaufanie, wydać tomik wierszy i bajkę, znaleźć sponsora, zorganizować konferencję, urządzić bal, rozpocząć działania na rzecz budowy ośrodka opieki wyręczającej, a to wszystko dzięki małej, ale szalonej, kreatywnej i odpowiedzialnej grupce osób.

W tym tyglu wydarzeń także moja osobista historia i zmagania pomiędzy pasją działania a narastającymi ograniczeniami. Przyszedł czas, żeby przekazać stery. Nie było wątpliwości Aniu, że to właśnie Ty, ze swoim potencjałem doświadczenia, wykształcenia, talentu i pasji zrobisz to doskonale.

Życzę Ci realizacji marzeń i planów w zespole podobnych Tobie osób i ze wsparciem wszystkich ludzi dobrej woli, których przecież jest więcej!

Alicja Stolarczyk
Członek Rady Fundacji Hospicyjnej

Zapytana na obronie doktoratu o marzenie, powiedziałam o planie wprowadzenia w życie tego, o czym napisałam – zmiana codzienności opiekunów rodzinnych osób chorych i umierających, którą poznałam podczas spotkań z nimi. Dzięki pracy w Fundacji mogłam je spełniać: realizowaliśmy kampanie poświęcone opiekunom, wprowadzaliśmy działania pomocowe na ich rzecz, staraliśmy się o zbudowanie systemu wsparcia, tworzyliśmy lokalny wolontariat opiekuńczy.

To zadanie niełatwe, ale lubię wyzwania, możliwość zmiany rzeczywistości na lepszą. Także rzeczywistości ciężko i nieuleczalnie chorych dorosłych i dzieci, osób u kresu życia i ich rodzin. Szczególnego do niej podejścia nauczyłam się przez lata tu – w Fundacji i w Hospicjum ks. Dutkiewicza. W październiku przyszło nowe wyzwanie – propozycja zastąpienia Ciebie, Alu. Zdawałam sobie sprawę, z jaką związana odpowiedzialnością. Podziwiam to, co zrobiłaś jako prezes i mam nadzieję godnie Cię zastąpić, wykorzystując swoje doświadczenia, w tym ze współpracy z hospicjami w Polsce i zagranicą. Mam nadzieję na rozwój Tego Miejsca, przede wszystkim na zapewnienie jak najlepszej opieki naszym podopiecznym: chorym dorosłym, dzieciom i ich rodzinom, osieroconym. Oni wszyscy potrzebują wsparcia, poczucia bezpieczeństwa i tak ważnej – obecności, która nie pozwala na samotność.

I mam nadzieję na dalsze wsparcie Państwa, którzy czytacie ten rocznik. Bez Was byłoby trudno…

Anna Janowicz
Prezes Fundacji Hospicyjnej

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: Anna Janowicz
Sekretarz redakcji: Magda Małkowska
Współpraca redakcyjna: Anna Laska
Projekt: Mr. Bloom sp. z o.o.
Skład: Jacek Rembowski
Zdjęcia na okładce: Zbiory Fundacji Hospicyjnej
Druk: Printrade
ul. Gerberowa 14, 83-010 Straszyn

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.

Fundacja Hospicyjna w 2017 roku

Opieka nad chorymi

Hospicjum dla Dzieci i Dorosłych im. ks. E. Dutkiewicza SAC,
Poradnia Medycyny Paliatywnej,
Hospicyjna Opieka Perinatalna, Akademia Walki z Rakiem

401 osób – hospicjum stacjonarne

261 osób – hospicjum domowe dla dorosłych

43 dzieci – hospicjum domowe dla dzieci

214 osób – Poradnia Medycyny Paliatywnej

30 osób – Hospicyjna Opieka Perinatalna

190 osób – Akademia Walki z Rakiem

Pomoc osieroconym

Fundusz Dzieci Osieroconych „Tumbo Pomaga"

886 liczba dzieci objętych wsparciem socjalnym

260 liczba konsultacji psychologicznych udzielonych rodzinom

Środki finansowe

6 mln 940 tys. zł
przekazane przez NFZ

3 mln 800 tys. zł
pozyskane dzięki akcjom charytatywnym, kwestom, darowiznom, kampanii 1-procentowej i działalności gospodarczej

Edukacja i wolontariat

Kampanie „Hospicjum to też Życie", szkolenia, wydawnictwa

37 liczba ośrodków biorących udział w XIII i XIV kampanii

59 liczba godzin warsztatów dla koordynatorów wolontariatu i wolontariuszy opiekuńczych

136 liczba szkół zaangażowanych w wolontariat akcyjny

39 liczba akcji przeprowadzonych dzięki wolontariuszom akcyjnym

34 liczba spotkań z uczniami kandydującymi na wolontariuszy akcyjnych

141 liczba placówek oświatowych i poradni psychologiczno-pedagogicznych, które otrzymały bezpłatne egzemplarze książki *Czary mamy*, otwierającej serię „Bajka Plasterek"

4000 nakład bezpłatnego kwartalnika „Hospicjum to też Życie", promującego idee hospicyjne

2 premiery książkowe: tomik poetycki *Wierszoterapia* i bajka terapeutyczna *Za siódmą górą*

Plany na 2018 rok

- Zwiększenie liczby chorych, których możemy przyjąć w ramach opieki hospicjum domowego, i zlikwidowanie kolejki oczekujących.
- Wsparcie zespołu opiekuńczego poprzez zapewnienie stałej superwizji, rehabilitacji i szkoleń.
- Powiększenie grona zespołu medycznego opiekującego się pacjentami w opiece domowej i stacjonarnej.
- Rozwój hospicyjnej opieki perinatalnej poprzez zapewnienie stałego finansowania.
- Rozwój bezpośredniego wsparcia psychologicznego dla osieroconych dzieci oraz szkoleń dla opiekunów formalnych i nieformalnych z zakresu pomocy dzieciom i młodzieży przeżywających żałobę
- Tworzenie lokalnego wolontariatu opiekuńczego na wzór wolontariatu hospicyjnego – by jak najwięcej osób chorych i niesamodzielnych i ich opiekunów rodzinnych otrzymało pomoc.
- Kontynuacja serii terapeutycznej „Bajka Plasterek" dla dzieci przeżywających żałobę.
- Kontynuacja wsparcia osób z doświadczeniem onkologicznym w ramach Akademii Walki z Rakiem.
- Remont i modernizacja pomieszczeń i pokojów dla chorych w hospicjum stacjonarnym, w tym między innymi łazienek, rehabilitacji i pokoju Poradni Medycyny Paliatywnej; modernizacja wentylacji mechanicznej.
- Zakup sprzętu gospodarczego i medycznego na bieżące potrzeby opieki stacjonarnej i domowej, w tym szczególnie maceratora, min. 3 skanerów do żył oraz sprzętu medycznego usprawniającego diagnostykę infekcji u pacjentów.
- Kontynuacja prac nad budową centrum opieki dziennej i wyręczającej dla dorosłych i dzieci.
- Radosne przeżycie 35. rocznicy powstania naszego Hospicjum, m.in. w ramach III konferencji im. ks. E. Dutkiewicza SAC oraz koncertu „Głosy dla Hospicjów" w październiku.

Ksiądz Eugeniusz Dutkiewicz – okruchy wspomnień

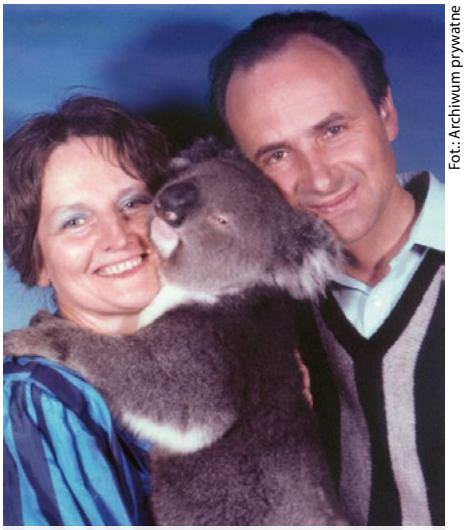
Gdyby żył, w lipcu świętowalibyśmy Jego 70. rocznicę urodzin. Ksiądz Eugeniusz Dutkiewicz nie żyje jednak od 15 lat. Wielu z nas wciąż Go pamięta, ale wielu nawet nie poznało. Wprawdzie dzięki pozostawionym tekstom, w których chory człowiek stoi w centrum opiekującego się nim zespołu hospicyjnego, oraz rozmachowi ruchu paliatywno-hospicyjnego, jest dla nich wielkim autorytetem, to już z rozmazanymi konturami postaci. Jaki był ksiądz Dutkiewicz? Co lubił? Czym przyciągał do siebie ludzi? Wspomina dr Ewa Śmigielska-Stolarczyk.

Jaki był Ksiądz Eugeniusz? Gienek, bo mówiliśmy sobie po imieniu. Raczej wysoki. Wysoki i szczupły, najczęściej z nieśmiałym uśmiechem na twarzy. Od pierwszej chwili sprawiał sympatyczne wrażenie.

Chodził w sutannie?

Różnie. Kiedy gościliśmy Go u siebie w domu, przychodził „po cywilnemu". Chętnie jadł, chociaż w ogóle tego nie było po Nim widać. Bardzo lubił czekoladę. Potrafił jedząc kawałki czekolady, popijać je gorącą czekoladą z filiżanki. Lubił towarzystwo, bywał tu i tam, przychodził na spotkania, ale wychodził z nich po angielsku. Najczęściej nie siedział do końca.

Mówił swobodnie, spokojnie, ale przy tej swojej łagodności miał jasno sprecyzowane własne zdanie.



Fot.: Archiwum prywatne

E. Śmigielska-Stolarczyk, ks. E. Dutkiewicz i koala

W tamtym okresie byłam związana z ruchem oazowym, wówczas w polskim kościele czymś nowym i często krytykowanym. Prowadziłam grupę rozważającą fragmenty Pisma św. Któregoś dnia, kiedy Gienek do nas przyszedł i rozmawialiśmy o tym moim zaangażowaniu, okazało się, że on też był dość sceptyczny. Nie rozumiał, dlaczego dałam się w to wciągnąć. Kiedy jednak pokazałam mu materiały, na podstawie których prowadziłam spotkania, zmienił zdanie.

Potrafił być wspaniałym przyjacielem. Jacek Krenz, nasz wspólny znajomy, mówił, że Gienek „daje ludziom pożyć". Drugiemu zostawiał przestrzeń. Rozumiał, że człowiek świecki ma sporo swoich obowiązków i uważał, że one powinny być na pierwszym miejscu. Przy nim czuło się swobodnie.

Pamiętam naszą wspólną wyprawę do Australii. Któregoś dnia pobytu kupowałam dla wnuka maskotkę misia koala. Cena była bardzo wysoka i Gienek stanowczo zaprotestował. Chyba wydawało mu się absurdalne, by na zabawkę przeznaczyć tyle pieniędzy. Zaraz jednak wyszedł ze sklepu, by dalej nie okazywać mi swojej irytacji.

Był estetą, wystarczy popatrzeć na hospicjum i kościół Pallotynów przy ul. Curie-Skłodowskiej w Gdańsku. Przy czym nie chodziło tu o piękno dla samego piękna. Zawsze dążył do uzyskania efektu głębi. Na przykład chciał, aby kościół był jak Dom Chleba. Podstawę ołtarza utworzyły więc kłosy i nie tylko dlatego, że one są ładne. Również płaskorzeźby na ścianach przedstawiają ewangeliczne sceny związane z rozmnożeniem chleba i Siewcą. No i wszystko musiało być wykonane z porządnych materiałów. Nie lubił prowizorki, bylejakości. Miał swoje wyraźne wizje, wiedział, co i jak ma wyglądać. To czasami rodziło oczywiste konflikty z wykonawcami.

Kiedy myślę o Eugeniuszu, najbardziej brakuje mi Jego umiejętności niesienia pomocy ludziom zaplątanym życiowo. Bywało, że umawiałam z Gienkiem kogoś, kto znalazł się w trudnej życiowo sytuacji i wiedziałam, że będzie dobrze. Gienek był franciszkowy, umiał towarzyszyć ludziom pogubionym. Nie tak dawno spotkałam koleżankę, którą kiedyś poznałam z Gienkiem. I ona mi za to, po latach, podziękowała. To było dla niej przełomowe spotkanie. Poza Gienkiem kogoś z takim charyzmatem do ludzi „w poprzek", bo tak ich życie ustawiło, nie spotkałam.

W czym wyrażała się ta charyzma?

Eugeniusz absolutnie nie był formalistą. To mogło utrudniać pracę organizacyjną, ale w relacjach z drugim człowiekiem przełamywało błyskawicznie bariery. Nie pytał, czy ktoś żałuje, tylko słuchał, słuchał, słuchał. I na końcu mógł powiedzieć: „Wiesz, ty właściwie jesteś już po spowiedzi". Miał dar bycia z drugim człowiekiem naprawdę. W cierpieniu, w jego problemach i w jego radościach. Dużą grupą, dla której Jego dar słuchania miał wielkie znaczenie, był personel szpitala. Jego obecność na oddziale była ważna nie tylko dla pacjentów, ale i dla pielęgniarek.

A wszystko to miało swoje źródło w Jego głębokim związku z Chrystusem. Człowiek, który nie ma własnego głębokiego życia wewnętrznego, nie jest w stanie zejść w głębokości drugiego człowieka i pomóc mu. On je miał i On mógł.

notowała Magda Małkowska

Mam szczęście, pracuję w hospicjum

Odkąd pamiętam, zawsze chciałam zostać lekarzem i pracować w hospicjum. Pierwsze marzenie się nie spełniło, drugie już szczęśliwie tak.

Fot.: Arkadiusz Wegner

Gorąca linia

Możliwość zatrudnienia w hospicjum pojawiła się nagle i nieoczekiwanie, ale z perspektywy czasu już wiem, że jednocześnie w najlepszym dla mnie momencie. Kontakt z pacjentem i jego rodziną oraz problemy, które pojawiają się u kresu życia, uczą mnie właściwego spojrzenia na świat. Myślę, że paradoksalnie to właśnie tu, w miejscu gdzie umierają ludzie, zaczynam rozumieć, jak powinno się żyć. Głęboko w pamięć zapadły mi słowa jednego z chorych o tym, że nie można wyczekiwać przyszłości, aby dopiero w niej być szczęśliwym. Ona przecież może nie nadejść. Wiedział, co mówi…

ZADANIA

Rolą koordynatorki medycznej w hospicjum jest między innymi rozliczanie świadczeń medycznych z NFZ, umawianie przyjęć pacjentów na oddział stacjonarny, wypożyczanie sprzętu medycznego chorym, układanie grafików lekarzy i pielęgniarek dyżurnych oraz koordynacja pracy całego zespołu medycznego w hospicjum domowym. Dla mnie najtrudniejsze jest przyjmowanie zgłoszeń do opieki hospicyjnej. Teoretycznie mogłoby się wydawać, że to zwykła rejestracja, podczas której należy spisać dane osobowe, wynotować kilka słów o stanie chorego i poinformować o długiej kolejce osób starających się, by zostać przyjętym. Jednak za każdym razem mam świadomość tego, że rozmawiam o osobie nieuleczalnie chorej, u której leczenie radykalne zostało zakończone. Jednocześnie nigdy nie wiem, ile mamy czasu na pomoc. Dlatego zależy mi, aby rodziny, które z hospicjum najczęściej stykają się po raz pierwszy, przede wszystkim przestały się tego miejsca bać. Chcę, żeby wyszły od nas lub skończyły rozmowę przez telefon pokrzepione i z konkretną wiedzą, co mogą zrobić, gdy czekają zapisani w kolejce, a nagle nastąpi kryzysowa sytuacja.

TRUDNIEJ…

Bywają przypadki, że przyjęcie zgłoszenia wydaje się mnie przerastać. Najtrudniejsze są te, których dokonuje sam pacjent, a jeszcze trudniejsze, gdy jest nim osoba, którą znam. Jednym z pierwszych ciężkich przeżyć dla mnie była rozmowa z naszym wolontariuszem, którego do tej pory kojarzyłam jako dzielnie pomagającego chorym. Tamtego dnia trzymał w ręku skierowanie do Poradni Medycyny Paliatywnej z rozpoznaniem choroby nowotworowej i prośbą o dalszą opiekę.

Nie mogę zapomnieć młodej pacjentki w zaawansowanej ciąży, która przyszła do nas 4 dni przed porodem, bo wyczuła u siebie guz w piersi. Długo przyjmowałam od niej to zgłoszenie, a ona, trzymając męża za rękę, opowiadała mi, jak zamierza walczyć z chorobą i jak jest przekonana, że wygra, bo ma dla kogo żyć.

Moja praca przyzwyczaiła mnie już do skrajnych sytuacji. Zdarza się, że z pacjentami żartuję, ale czasami muszę nawet wysłuchać obelg. Nie chowam urazy, bo wiem, że powodują nimi wielkie emocje, ale tak zwyczajnie, po ludzku, jest mi wtedy przykro.

Jestem wciąż zaskakiwana. Jak wtedy, kiedy przyszedł do mnie były więzień zakładu karnego, który w celi przeżył nawrócenie. Pamiętam jak dziś: w jednej ręce trzymał 9-miesięcznego synka, a w drugiej skierowanie do hospicjum stacjonarnego z rozpoznaniem nowotworu trzustki. Wyznał mi, że o to dziecko starali się z żoną długo. Teraz, kiedy ono jest na świecie, on musi odejść na zawsze. Płakaliśmy wszyscy – on, ja i dziecko też.

ŁATWIEJ…

Mam szczęście, że pracuję z ludźmi, na których mogę polegać i liczyć na ich pomoc. Kiedy przychodzi mi się mierzyć ze szczególnie trudnymi zgłoszeniami, najczęściej rozmawiam z naszym doktorem, który z mojej twarzy zawsze potrafi odczytać, że „coś jest nie tak". Ta możliwość wygadania się wiele dla mnie znaczy.

Czasami, gdy wydaje mi się, że już naprawdę nie mam siły, idę do hospicyjnej kaplicy. Tam zostaję podniesiona na duchu w wyjątkowy sposób... Pamiętam, że pewnego dnia, kiedy właśnie z niej wróciłam, odebrałam chyba 30. telefon. Tym razem od 89-letniej p. Stefanii (objętej już naszą opieką w hospicjum domowym), która zadzwoniła z wielkanocnymi życzeniami. Powiedziała mi kilka bardzo ciepłych słów, a potem oświadczyła, że za tę naszą pomoc chętnie by nam napiekła zajączków, ale już naprawdę nie ma siły wstać z łóżka. I to są momenty dzięki którym, mimo przychodzących niekiedy kryzysów, mam w mojej pracy wielkie poczucie szczęścia.

Olga Brzoznowska
Koordynatorka medyczna Hospicjum ks. Dutkiewicza SAC w Gdańsku

Proszę nie dokładać rybek do akwarium

Nie znam się na akwariowych rybkach, choć z przyczyn rodzinnych powinnam. Hospicyjne akwarium z łącznika między salami nigdy więc mnie nie przyciągało. Ot, prostopadłościan pełen wody – dla amatorów, nie dla mnie. Napis w jego górnym rogu zobaczyłam wczesnym rankiem, po dobie spędzonej w hospicjum*. – Też coś – parsknęłam. – Kto miałby je dokładać? I wtedy podpłynął glonojad, jeżeli to był on, bo ja się na rybkach nie znam. Dzieliła nas szyba i lata świetlne ewolucji, ale to chyba on sprawił, że moje rozhulane emocje dostały kuksańca. – Spokojnie stary, nie będę dokładać – zastukałam mu wzdłuż grzbietu. – Ani rybek, ani dramatyzmu. Wystarczy to, co jest.

RANO, GODZINA 8.00

W Tanzanii jest godzina później. Niedaleko ta Tanzania. Ostatni deszcz padał w kwietniu i z ogrodu sióstr pallotynek, przy ośrodku zdrowia św. Józefa w Siuyu, widać dzieciaki biegnące do szkoły. Siostra E. przygląda się im z czułością.

To jest maj, w ogrodzie pani L. pęka pierwszy bez. Na razie ten fioletowy, jakby kolor dawał więcej sił. Na biały bez przyjdzie czas. Krzaki są marne, ale jeszcze pokażą. Bez ma dużo czasu, jest długowieczny.

W pokoju socjalnym pielęgniarek siedzi tylko jedna i przegląda zapiski z raportu o siódmej. Za ścianą dr A. z oddziałową przygotowują się do obchodu. Nie o wszystkim da się mówić przy łóżkach chorych. Jest poniedziałek, w weekend umarło czworo, a piąty przeniósł się do szpitala i konieczne są ustalenia nowego składu sal. Chorzy w lepszym stanie nie powinni leżeć z tymi w gorszym. Indywidualistów warto położyć w jedynkach, tylko że za mało tych jedynek. Do doktora i oddziałowej dołącza A., psycholożka, i za jakiś czas znikają w siódemce, pierwszym pokoju od schodów. – *To jest dla mnie ważny czas* – opowiada mi potem A., bo towarzyszyć im nie mogłam. – *Podczas obchodu jestem cieniem. – Cieniem? – Cieniem* – A. potwierdza spokojnie. – *Obchód, a wcześniej pielęgniarski raport, dają mi wiedzę o pacjentach i ich stanie w danym dniu. Ustalam sobie plan pracy.*

A. nie zawsze jest cieniem. Podczas obchodu co najmniej raz albo dwa pomaga chorym zrozumieć lekarza lub pielęgniarkę. Wyjaśnia ich słowa, zostaje dłużej przy łóżku, rozmawia z rodziną, jest czujna.

Ja nie jestem i w drzwiach zderzam się z szafą na kółkach. – *To mój mercedes* – zabiegowa czule klepie „szafę" i z dumą pokazuje zawartość szufladek: opatrunki, igły, strzykawki, maści, nożyczki...

* Hospicjum ks. Dutkiewicza SAC w Gdańsku

– *Gdyby na oddziale dawali turystyczne odznaki, po pół roku miałabym złotą, wciąż biegam* – śmieje się i znika za zakrętem, zza którego wyłania się A., wolontariusz. O tej porze jedyny wolontariusz na oddziale. – *Przestań, co mam ci powiedzieć?* – patrzy rozbawiony. – *To jest dla mnie ważne i tyle. Doświadczenie przemijania...* Nie chce więcej mówić, ale potem sam mnie zawraca i dodaje, że jest niewierzący. – *Niewierzący też dbają o swoją duchowość, jak już piszesz, to o tym też* – prosi. Od koordynatorki wolontariatu opiekuńczego dowiaduję się, że A. przychodzi na oddział od 5 lat.

D., pielęgniarka odpowiedzialna za dokumentację medyczną, nie ma dla mnie czasu. Po weekendzie jest za dużo do nadrobienia. Może później. Na oddziale jest już po śniadaniu, ale trwa mycie i kąpiel. W łaźni chorzy kąpani są co drugi dzień, a co drugi myci w łóżkach. Ktoś od tyłu stuka mnie w ramię – *Halo, niech pani spojrzy, jak wygląda pielęgniarka w trakcie kąpieli chorych. Umęczona, upocona...* Oglądam się i widzę kobietę w niebieskawej bluzeczce, manewrującą kąpielowym podnośnikiem. Śmieje się, chociaż rzeczywiście wygląda, że jest zmordowana. Pytam, ilu już wykąpała, ale nie słyszy.

Fot.: Arkadiusz Wegner

Obchód

Schodząc na parter, w ostatniej chwili widzę plecy J., wolontariusza kierowcy. Właśnie wychodzi, by zawieźć do laboratorium próbki krwi. Przy recepcji dziwnie pusto, więc korzystam z okazji i podchodzę do E. Na chwilę, bo jest dopiero przy drugim telefonie z pięciu, o które poprosił ją dr J. Zaraz dla pacjenta z domowego przygotuje wózek i materac, zamówi obiady według zlecenia dietetyczki, wyrzuci zeschłe kwiaty, przekaże paczki, które przyszły w weekend, ale przede wszystkim będzie non stop na miejscu, bo sytuacja tu jest dynamiczna i następnych 5 minut przewidzieć nie sposób.

W hospicyjnej aptece A., farmaceutka, przegląda swoje zasoby. Jest po rozmowie z oddziałową i sprawdza, czy rzeczywiście ma wszystko. – *Zarządzanie apteką przypomina prowadzenie domowego gospodarstwa, wciąż muszę pilnować i przewidywać* – wyjaśnia. Wychodzimy razem: A. do pokoju lekarzy sprawdzić stan lekarskiej torby, ja po sąsiedzku zaglądam do kuchni. Do obiadu zostało trochę czasu, może uda się porozmawiać z B. Opowiada mi o przyrządzaniu posiłków i możliwych dietach. Ich rozdawanie to codzienna długa ceremonia, w większości wypadków powiązana z karmieniem. Tego dnia mogę sobie na nią popatrzeć kilkakrotnie.

Wiem, że poniedziałki w koordynacji medycznej nie są najszczęśliwszymi dniami do pogawędek, ale zachodzę i tam. Słyszę historię o mężczyźnie, który przez kilka dni pod rząd usiłował przekonać O., koordynatorkę, że musi przyjąć jego żonę na oddział. Dzisiaj

Fot.: Arkadiusz Wegner

Przed zabiegami

też dzwonił, dwukrotnie. Za drugim razem już z informacją, że zwolniło się miejsce w sopockim hospicjum. Nie zawsze się tak kończy. – *Kiedyś usłyszałam w słuchawce: a weźcie wy wszyscy spier...! Wiem, powiedziane w emocjach, ale miło nie było*. Czasami jest. Przed godziną przyszła żona pacjenta, który zmarł w zeszłym tygodniu. Z podziękowaniami i pieniędzmi zebranymi na hospicjum podczas pogrzebu.

Przez okno widzę, że do ogrodu wychodzi jakiś chory. – *Na papierosa? – Na papierosa. Zapali pani?* Nie zapalę, ale chętnie pogadam. Pan P. jako jedyny na oddziale ma na stoliku laptop. Zawdzięcza mu poranny przegląd prasy, a potem pasjanse, krzyżówki, szachy i co tam znajdzie w necie. Słońce przygrzewa trochę lipcowo, na stoliku leżą czerwone Chesterfieldy, powoli zbliża się do nas pan J., też na dymka.

Przed obiadem odwiedzam jeszcze pana Z., nowego chorego z piątki. W pokoju jest jego córka i rozpakowuje walizkę. – *Niech*

Fot.: Arkadiusz Wegner

Na oddziale trwa kąpiel

pani wejdzie i w ogóle tu zachodzi. Ojciec to towarzyska bestia. „Towarzyska bestia" ma 90 lat, pogodne usposobienie i oczy nagle we łzach na wspomnienie dr. J., który prowadził go w domowym hospicjum. Wspólnie podjęli decyzję o przeniesieniu na oddział. – *To taki dziwny doktor, co?* – pan Z. niby pyta, chociaż wie i kątem oka sprawdza, czy go rozumiem. Opowiadam mu, że dzisiaj jest pomidorowa i naleśniki.

POŁUDNIE, GODZINA 12.00

W Tanzanii skwar pochował wszystkie zwierzęta. Służy chyba tylko kaktusom, które w pełnym słońcu właśnie rozkwitają. Mimo gorąca w ośrodku kłębi się tłum oczekujących na lekarską konsultację.

Tulipanowe morze kołysze się tak, jak każe wiatr, kapitan. Pani L. przymyka oczy i wciąga zapach kwatów, ale nie umie go oddzielić od zapachu reszty wiosny, która głaszcze i tuli ją po raz pierwszy. Jeszcze parę dni temu padał śnieg.

– *Wie pani, co ja myślę o hospicjum?* – starszy pan na kanapie przed pokojem koordynatorek wyciąga przed siebie dwa wskazujące palce. Nie mam wątpliwości, że nie myśli najlepiej. 3 lata temu zmarła mu tutaj żona, a miała żyć jeszcze długo. Spędzili ze sobą zaledwie 60 lat. Starszy pan nie kryje oburzenia: – *Proszę sobie wyobrazić, nie uratowali*. Od 3 lat przyjeżdża na spotkania z A., psycholożką, która jest dla niego jednoosobową grupą wsparcia. Może też pomostem z dawnym życiem. A. się trochę spóźnia, zostawiam ich samych, a potem jeszcze przez długi czas widzę, jak rozmawiają.

Fot.: Arkadiusz Wegner

Chwila relaksu

Ksiądz J. ma dzisiaj dobry dzień. Rano opowiadał mi o pani Z., której jako jeden z pierwszych złożył imieninowe życzenia. Kiedy chwilę później do niej podeszłam, na stoliku stał już bukiet kwiatów. – *Wszystkiego najlepszego z okazji imienin. Wiem od księdza...* – zaczęłam. – *Uduszę go* – skwitowała bez namysłu. Ksiądz, najwyraźniej niczego nieświadomy, jest już po domowych wizytach, tuż przed codzienną mszą o piętnastej. – *Rozmawiałaś z panem P., tym od laptopa? Tak się cieszy, że po kilku dniach przepustki znowu wrócił do hospicjum. To dla niego dom.*

Przed wyjściem łapię jeszcze E., fizjoterapeutkę. O swoich chorych mogłaby długo. Stan pani Z. niestety się pogorszył i już nie chodzi. Pan P., o pan P. jest bardzo niezależny. Mówi, że ćwiczy „po południu", kiedy już jej nie ma. Jednym się ćwiczyć nie chce, inni są nadgorliwi, właściwie nie wiadomo co trudniejsze.

POPOŁUDNIE, GODZINA 16.00

W Tanzanii jest 17.00 i słońce wciąż praży. Także na dorodne drzewo papaji, zasadzone 10 lat temu przez siostrę W. O tej porze ośrodek zdrowia w Siuyu jest już zamknięty.

Pani L. wróciła na oddział z kilkugodzinnej przepustki, ale ogród został w niej. Każdy tulipani kolor i każdy pręcik obsypany pyłkiem, który smoli nos i trochę zatyka.

W sali konferencyjnej na parterze od szesnastej jedzą, piją i... grają w planszówki albo w karty. Od 3 lat działa w hospicjum „Klub 1000", według pomysłu B., wolontariuszki. Chociaż B. się denerwuje, kiedy ktoś tak mówi, i powtarza, że klub wymyślili sami chorzy, a ona tylko tę myśl podjęła. Przez 7 lat prowadziła w czwartki „Cafe Jeż", czyli hospicyjną kawiarenkę, a potem rozkręciła popołudnia w poniedziałki. Tydzień w tydzień wolontariusze pieką ciasta, rozstawiają stoły, a raz w roku organizują kilkutygodniowy Turniej Gier o Puchar Prezesa – *Tak mi się marzy, by codziennie tu się coś działo* – B. nakłada mi swój legendarny sernik. – *Niedawno któryś z pacjentów wspomniał, że chętnie obejrzałby „Casablancę". Może by tak filmowe wtorki albo środy...?*

Kończę partyjkę Chińczyka i wychodzę do ogrodu. Musu nie ma, nie trzeba grać. Tym bardziej że pogoda zrobiła się piękna i kilka łóżek wyjechało na zewnątrz. Przy jednym wianuszek studentek gdańskiej psychologii, w hospicjum debiutantek, ale już planujących zapisać się na jesienny kurs dla wolontariuszy.

Fot.: Arkadiusz Wegner

W ogrodzie

Fot.: Arkadiusz Wegner

Kolacja

Do furtki zbliża się niewielka grupka, 5, może 6 osób. Śpieszą się i wyglądają na zdenerwowanych. Ich przyjście rejestruję nieświadomie. Pół godziny później, znowu na oddziale, wszystko się wyjaśnia. Ten ich pośpiech i nerwy. Zdążyli dosłownie na ostatnie kilka minut przed śmiercią mamy i cioci. Syn chodzi po korytarzu tam i z powrotem, córka, albo synowa, wygląda na przytomniejszą. Przyrzekają, że zaraz zadzwonią z informacją o pogrzebowej firmie. Nie przygotowali się. Pielęgniarka w niebieskawej bluzeczce, przed południem kąpiąca na akord, w ogóle nie przypomina siebie sprzed paru godzin. Zmęczona? Zrezygnowana? Przygnębiona? Trzy w jednym.

Na dole, za recepcyjną ladą J. – dziś tylko na cztery godziny. A przy stoliku pod schodami dwie siostry, właśnie po wizycie u cioci. Wyjaśnia się, że to ją godzinę temu otaczały w ogrodzie przyszłe wolontariuszki. Siostry są pod wrażeniem miejsca i ludzi. – *Jestem trzeci raz w hospicjum. Pamiętam, jak bardzo się bałam tego miejsca. Sama się teraz z siebie śmieję* – przyznaje jedna.

WIECZÓR, GODZINA 20.00

Mniej więcej godzinę temu zaszło słońce, błyskawicznie, bo do równika parę kroków. Siostry i ich 150. podopiecznych z internatu przy ośrodku układają się powoli do snu. W ciszy słychać szczekanie psów i wycie hien podchodzących do wioski.

Tulipany z ogrodu pani L. zamknęły się nasycone dniem, a ona sama przysnęła w swojej sali. Jej towarzyszka także.

Na oddziale nocna zmiana trwa już od dziewiętnastej. O dwudziestej dołącza do niej nocny portier. Dzisiaj kolej na pana T. Jest ciszej, chociaż drzwi wejściowe otwierają się co rusz. Właśnie przyjechała pogrzebowa firma. Rodziny przychodzą na osobiste zmiany. – *Pani zobaczy, jedynaczka, idzie do mamy* – szepcze mi T. do ucha. – *Pojawia się codziennie i na długo. Pewnie posiedzi do północy.* T. dużo wie, ale tym razem się pomylił – „jedynaczka" chciała wyjść po dziesiątej, jednak T. miał pomysł, by ją zawrócić i skierować do mnie. Trochę nie miałam wyjścia. Rozmawiałyśmy o chorobie, która spada jak grom, i o osobistych konsekwencjach, które dopadną na pewno, bo już stoją za rogiem. – *Powinnam być teraz przy swoim dziecku, ale nie potrafię.* Ja pomóc też nie.

Rytm hospicyjnej nocy wyznaczają godziny podawania leków, zmiany pampersów i zlewki moczu. Odpadają posiłki, za to mniej

więcej do jedenastej trwa generalne sprzątanie. Co godzinę jest obchód wszystkich sal, nawet jeżeli nie dzwonią dzwonki. A dzwonki dzwonią cały czas. Bo coś spadło, bo ktoś obok jęczy, bo boli, jest duszno, bo chwycił lęk. Na zmianie są dwie pielęgniarki i dwie medyczne opiekunki, ale moment na naszą rozmowę przychodzi dopiero przed północą.

Słyszę o wdzięczności za swój los, bo one w hospicjum pracują, a nie leżą. Potem o buncie, bo mimo spędzonych tu lat do śmierci nie przywykły. Zwłaszcza kiedy umiera ktoś młody albo ktoś, z kim się zżyły. I kiedy, zanim ta śmierć przyjdzie, jest wielkie cierpienie. – *Przyznaję, doszłam do ściany. Najgorzej jest wtedy, kiedy wiem, że zrobiłam już wszystko, podałam wszystkie leki i mogę tylko towarzyszyć.* To wyznanie pada następnego dnia, tuż przed moim wyjściem z hospicjum. Jest najmocniejsze.

Na razie zbliża się północ. Odpowiedzi na pytanie, co pomaga, raczej nie dziwią. Pomagają rodzina, przyjaciele, mocna wiara i modlitwa. Tu nawet nie ma czasu na żałobę, a taka nieprzepracowana pozostawia ślady. Wtedy w pielęgniarskiej dyżurce wyrasta papajowiec. Na instagramie pokazuje mi go siostra W., pallotynka.

Fot.: Archiwum FH

Tanzanijski papajowiec

Tak naprawdę papajowiec rośnie w tanzanijskim Siuyu, niedaleko Syngidy. Kolejne zdjęcia i stanowczość w spojrzeniu siostry, którą wychwytuję zaraz po deklaracji: – *Daję radę, ale muszę wyjeżdżać na wakacje. Wiesz, tak bardzo pojechałabym do mojej Tanzanii.*

NOC, GODZINA 24.00

W Tanzanii noc, świat na czarno. W Siuyu siostra E. wstaje do jednej z dziewcząt, którą dopada nagły atak malarii. Tej nocy obie już nie będą spać.

Chciałabym wierzyć, że pani L. śni o swoim ogrodzie. Jeżeli tak, to w przerwach pomiędzy atakami paniki i narastającym bólem brzucha. O chorobie dowiedziała się pół roku temu. W jej ogrodzie nic wtedy nie kwitło.

Po północy jeszcze chwilę rozmawiam z portierem T. i idę się położyć. Nie, na kozetce w lekarskim gabinecie zabiegowym nie było mi twardo. Nie, nie słyszałam dzwonków, które tej nocy często wzywały pielegniarki i opiekunki do łóżek chorych. Nie, nie żałuję, że na kilka godzin poszłam spać. Tak się umówiłam z glonojadem, jeżeli to był on, bo ja się na rybkach nie znam. Wstałam o 4.00.

PRZED ŚWITEM, GODZINA 4.00

W Siuyu to ostatnia godzina dla snu. Jeszcze chłodno, niecałe 10 stopni. Słońce wstanie dopiero po siódmej, błyskawicznie, tak jak zaszło, a powiadomią o tym ptaki. Na samo wspomnienie kolibrów siostra W. się uśmiecha, w Tanzanii nie była już 10 lat. Tęskni.

Kiedy przekwitnie bez, w ogrodzie pani L. w gdańskim Brzeźnie zakwitną piwonie. Różowe, chociaż kiedyś miała krwistoczerwone. Latem będą nasturcje, potem astry.

Pani L. jeszcze nie ma dokładnych planów na letni ogród. Poznałyśmy się w okolicach szóstej. Podeszłam do jej łóżka, kiedy nad ranem usłyszałam od pielęgniarek, że jedna z chorych bardzo tęskni za swoim ogrodem. Tak bardzo, że wychodzi do niego na parę godzin zabierana przez bliskich. – *Mam go od 3 lat* – pani L. wyjaśnia powoli, z wyraźnym trudem. Patrzy na mnie i kilka razy powtarza: – *Boję się, że nie masz czasu i nie będziesz chciała mnie słuchać.*

Fot.: Archiwum FH

Gdański bez

RANO, GODZINA 7.55

– *Czy pani o siódmej nie chciała być na raporcie?* – oddziałowa trochę się dziwi, bo rzeczywiście sama o to prosiłam. Rozmawiamy w zabiegowym, z którego widać, że w pielęgniarskiej dyżurce jest już inna zmiana. Nie zdążyłam się pożegnać... – *Nie mogłam przyjść* – mówię na głos i proszę o więcej szczegółów związanych z L. – *Ze względu na kolor bzu* – dodaję w myśli. Na chwilę dołącza do nas A., psycholożka, i też dopytuje się o L.

Ostatnia rundka po oddziale. Kiedy mijam akwarium, pan P. macha do mnie jak do starej znajomej.

– *Dzisiaj też idziemy na papierosa?* – uśmiecha się i podnosi dwa palce, udając, że już pali. Do szyby podpływa glonojad, jeżeli to jest on, bo ja na rybkach się nie znam. Składa pyszczek, jakby wypuszczał nikotynowe kółka, i patrzy gdzieś za mnie. Możliwe, że na mercedesa zabiegowej. Właśnie znowu wyruszyła w trasę.

Tego ranka w tanzanijskim ośrodku św. Józefa w Siuyu wystrzelił w górę kwiat aloesu, a w jednym z ogrodów w Gdańsku-Brzeźnie zakwitł ostatni tulipan.

Magda Małkowska

Fot.: Arkadiusz Wegner

Rozmawiam

Z notatek hospicyjnego kapelana

Od lat przekonuję się, że hospicjum to też życie, które każdy ma prawo przebyć pięknie i bez bólu. W prowadzonych od lat zapiskach – okruchy wspomnień osób, których albo dawno nie ma, albo wciąż będąc pod naszą opieką, każdego dnia dostarczają mi okazji do refleksji.

JAN

Kilkanaście dni temu, jak codziennie od 15 lat, wstałem wcześnie i po modlitwie porannej poszedłem do hospicjum. W holu spotkałem zapłakaną młodą kobietę, która poprosiła: – *Właśnie do hospicjum przywieziono mojego męża, niech ksiądz szybko do niego pójdzie*. Oczywiście poszedłem natychmiast. Mężczyzna w sile wieku, mocno wystraszony, wyspowiadał się i poprosił o sakrament namaszczenia chorych. Przychodziłem do Niego każdego dnia. Jak On pięknie się modlił, prosił o zdrowie i siły. Dzisiaj zastałem go w ogrodzie, rozmawiającego z wolontariuszami. Ucieszyłem się, że tak szybko powracają mu siły. Powiedziałem: – *Proszę, niech Pan na chwilę wejdzie do kaplicy. Udzielę Komunii św., a potem wróci Pan tutaj, aby z innymi cieszyć się powrotem do sił*. A On mówi do mnie: – *Proszę księdza, już nie trzeba, ja już czuję się dobrze*. Smutno mi się zrobiło, a co dopiero musiał czuć Pan Jezus? Jak było źle, to ratuj, a teraz już nie trzeba.

ANNA I PAWEŁ

Odbyłem dzisiaj długą rozmowę z młodym lekarzem. Ale po kolei. Mniej więcej 20 lat temu pewien mężczyzna odszedł od żony i trzech synów. Poszedł do innej kobiety. Przed miesiącem opowiedziała mi o tym w hospicjum ona sama. Chociaż najpierw tylko poinformowała, że właśnie przywieziono tu Jej męża, prosto ze schroniska dla bezdomnych, w zaawansowanym stanie choroby nowotworowej. Po kilku dniach znowu przyszła i oznajmiła, że zabiera Go do domu.

Odpowiedziałem zaskoczony: – *Niech Pani najpierw porozmawia ze swoimi synami, są już dorośli, mają swoje adresy, ale mają też prawo się wypowiedzieć*. Miałem dobrą intuicję, nie zgodzili się, ale żona postawiła na swoim, zabrała męża do domu i są znowu razem. Mężczyzna zdaje sobie sprawę, ile zła uczynił swoim bliskim, ale jednocześnie jest świadomy tego, ile mu wybaczono. Najmłodszy z ich synów, lekarz, powiedział dzisiaj do mnie: – *My wiedzieliśmy, że nasza mama to dobra i pracowita kobieta, ale proszę księdza, nikt z nas nie wiedział, że nasza mama to święta*.

„Tylko nic nie mów, stój, złap ich za ręce i módl się”.

JACEK

Cały wieczór spędziłem z 10-letnim Jackiem chorym na białaczkę. Zimno i mróz, ale pamiętam słowa księdza Dutkiewicza: „Jak proszą, to zawsze idź!”. Przypominałem sobie po drodze wszystkie słowa pocieszenia, głupie mądrości świata. Lecz kiedy przyszedłem i zobaczyłem płaczącą i leżącą na swoim dziecku matkę oraz trzęsącego się ojca, usłyszałem wewnętrzny głos: „Tylko nic nie mów, stój, złap ich za ręce i módl się”.

ANIA

Dzisiaj po Mszy świętej w hospicjum pojechałem do Ani. Ma 9 lat i jest pod opieką hospicjum dla dzieci. Kiedy wszedłem do jej pokoju, mocno płakała. Próbowałem z nią rozmawiać, ale na próżno. Nie pomógł też obrazek z aniołkami – popatrzyła przez chwilę i dalej płakała. Na szczęście miałem ze sobą kilka baloników przywiezionych z hospicyjnego festynu. Zaczęliśmy odbijać jeden z nich, ale po chwili pękł. W tym momencie Ania wybuchnęła głośnym śmiechem. Kiedy wracałem do domu, przychodziły mi do głowy słowa, które trzeba przebić igłą jak ten balon: „Kogo Pan Bóg kocha, temu krzyżyk daje”. Co za bzdury – Jezus pocąc się krwią i lękając się bólu, mówił: „Ojcze, oddal ode mnie ten kielich”.

JAKUB

Pan Jakub przyjechał do hospicjum bardzo zbuntowany na swoją sytuację zdrowotną i mocno pogniewany z bliskimi. Starałem się delikatnie rozmawiać z Nim o potrzebie spotkania z Panem Bogiem i rodziną. Mijały dni. Stan się pogarszał, a On trwał w swoim uporze. Dzisiaj, o 14.30, jak co dzień, przygotowywałem się do odprawienia Mszy świętej, kiedy przyszła wolontariuszka i przekazała mi prośbę Pana Jakuba o spowiedź i sakrament chorych. W pokoju chorego zastałem Jego żonę i córkę z zięciem. Pan Jakub przedstawił mi ich ze łzami w oczach. Udzieliłem Mu sakramentów świętych i pomodliliśmy się razem, prosząc Boga, aby wypełniła się Jego wola oraz o ulgę w cierpieniu. Na zakończenie pobłogosławiłem wszystkich obecnych i zapewniłem, że polecę ich Bogu podczas Mszy świętej. Po jej odprawieniu żona Pana Jakuba podeszła do mnie i powiedziała, że umarł o 15.15 z pogodnym uśmiechem na twarzy. W godzinie Bożego miłosierdzia.

Jezus pocąc się krwią i lękając bólu, mówił: „Ojcze, oddal ode mnie ten kielich”.

ANTONI

Wszedłem do pokoju numer 10. Od wczoraj przebywa tam Pan Antoni, przez kilka lat chorujący na nowotwór wątroby. Jego stan zdrowia z każdym dniem się pogarsza. Kiedy przy nim stanąłem, spojrzał na mnie i ze złością zapytał: – *Czego Pan tu szuka?* Na moje słowa, że jestem księdzem i przyszedłem do Niego z Panem Jezusem w Komunii świętej, aby ulżyć cierpieniom, usłyszałem: – *Jeżeli ma to pomóc, to niech mi da pan ten opłatek*. Odpowiedziałem ze smutkiem: – *Panie Antoni, to Panu nie pomoże, jeżeli Pan nie uwierzy, że w tym opłatku jest żywy i prawdziwy Pan Bóg. Ale zapewniam, że będę Panu towarzyszył na drodze poznania i pokochania Boga oraz uwierzenia, że On ma moc*.

JADWIGA

Dzisiaj zawstydziła mnie Pani Jadwiga. Ma 90 lat, a od blisko 40 jest wdową. Dzieci mieszkają za granicą. W Polsce nie ma nikogo. Od długiego czasu żyje z poważną chorobą, w wyniku której przez wiele miesięcy była przykuta do łóżka. Przy pomocy rehabilitantki, trzymając się chodzika, spaceruje po hospicyjnym ogrodzie. Zatrzymałem się przy Niej i z uśmiechem powiedziałem: – *Jak dobrze, że ma Pani ten chodzik, który pomaga zachować równowagę*. Pani Jadwiga mnie poprawiła: – *Proszę księdza to nie chodzik pomaga, to Pan Bóg pomaga i wspiera mnie każdego dnia*.

INNI

Wieczorem zadzwoniła Pani Jagoda. Jej mąż Andrzej jest pod opieką hospicjum domowego. – *Czy może ksiądz przyjechać, aby udzielić rozgrzeszenia i namaszczenia chorych?* – pyta. – *Tak, już jadę* – odpowiedziałem. Byłem z nimi 4 godziny. Po przyjęciu sakramentów świętych Pan Andrzej zaczął konać. O godzinie 1. w nocy umarł w otoczeniu członków swojej rodziny i zespołu hospicyjnego. Rano poszedłem do hospicjum. Byłem z chorymi oraz ich bliskimi. W pewnej chwili przyszła płacząca kobieta i powiedziała: – *Proszę księdza, oddałam do hospicjum mojego męża i cała rodzina się ode mnie odwróciła. Mąż się na mnie obraził, a ja mam z tego powodu wyrzuty sumienia*. Odpowiedziałem: – *Pani nie oddała męża do hospicjum. Pani poprosiła hospicjum o pomoc i wsparcie*. Przed Mszą świętą do zakrystii przyszła inna kobieta, zapłakana i roztrzęsiona. – *Moja mama jest od dzisiaj w hospicjum, co ja mam teraz zrobić?* – *Zostać na Mszy świętej* – odpowiedziałem. Pod koniec tego długiego dnia, po nieprzespanej nocy, wracam zmęczony do swojego domu. W parku młodzież pije wino i słyszę, jak ze śmiechem mówią: – *Jeszcze jeden zniewieściały facet w czarnym szlafroku. Ha, ha, ha*.

Nigdy nie odważę się tłumaczyć cierpienia. Sam bowiem nie wiem, dlaczego człowiek doświadcza bólu fizycznego i duchowego, ale jestem przekonany co do prawdziwości słów św. Jana Pawła II: „Największym darem dla człowieka jest drugi człowiek”. Bliskie są także mi wskazania św. Ojca Pio: „Jeżeli hospicjum idzie do chorego bez miłości, to na nic się zdadzą nawet najskuteczniejsze środki przeciwbólowe”.

Ks. Jędrzej Orłowski SAC
kapelan w Hospicjum im. ks. E. Dutkiewicza SAC w Gdańsku

Bohaterowie naszych czasów

Za dnia dokonują logistycznej ekwilibrystyki, próbując zgrać fizyczną obecność przy chorym z obowiązkiem zrobienia zakupów, wyjściem do lekarza, załatwieniem najbardziej naglących urzędowych spraw. W nocy śpią jak „zając pod miedzą", by usłyszeć najdrobniejszy szelest. Może trzeba poprawić poduszkę, podać wodę, pomóc zmienić pozycję, zaprowadzić do łazienki?… Opiekunowie rodzinni – rehabilitanci, dietetycy, wykwalifikowany personel medyczny, osoby do towarzystwa, do prania, do sprzątania, z masą codziennych wyzwań na okrągło. Bardzo często z tym wszystkim sami. Bohaterowie.

Fot.: Arkadiusz Wegner

Wyjeżdżam na spotkania z chorymi i ich opiekunami

Na dziś mam zaplanowane cztery wizyty w domach chorych. Z jednym z nich dopiero się poznam, ale z trzema pozostałymi spotykamy się już od pewnego czasu. Tak się jednak składa, że prawie za każdym razem dłużej rozmawiam z ich bliskimi. Wciąż pamiętam zdziwienie, kiedy usłyszeli: „Jestem do dyspozycji pacjenta, ale też służę wsparciem jego rodzinie". Myślenie o ciężkiej, przewlekłej, a ostatecznie śmiertelnej chorobie jako o doświadczeniu, które dotyka nie tylko chorego, ale również jego otoczenie, często wywołuje taką właśnie reakcję. Osoby pełniące rolę bezpośrednich opiekunów chorego, najczęściej członkowie najbliższej rodziny, zazwyczaj zapominają, że też są ważne.

Osoby pełniące rolę bezpośrednich opiekunów chorego, najczęściej członkowie najbliższej rodziny, zazwyczaj zapominają, że też są ważne.

Zapominają… albo wolą o tym nie myśleć, bo zbyt dogłębne analizowanie sytuacji, w jakiej się znajdują, nie napawa optymizmem. Kiedy więc pytam, w jaki sposób odpoczywają i ładują akumulatory, patrzą zaskoczeni. Już dawno nikt nie zadawał im takich pytań. Przecież to nie oni cierpią. Zawsze na pierwszym planie jest chory. Są przekonani, że otoczenie właśnie tego od nich oczekuje: absolutnego poświęcenia. A oni za wszelką cenę pragną stanąć na wysokości zadania.

ICH HISTORIE

Pani Jola od ośmiu lat opiekuje się swoim tatą, który cierpi na postępującą demencję. Tak bardzo brakowało jej już sił, że traciła chęć do życia, pojawiały się myśli samobójcze. Trzymał jedynie lęk o tatę. Przed rokiem zdiagnozowano u niego nowotwór. Ze względu na stan zdrowia pacjenta nie podjęto leczenia przyczynowego i skierowano do opieki hospicyjnej.

Pan Władek jest kawalerem i mieszka z rodzicami. Do niedawna bardzo aktywny zawodowo, ambitny, z pięknie zapowiadającą się karierą. Wprawdzie tata chorował od lat, ale pan Władek zbytnio tego nie odczuwał, ponieważ chorym opiekowała się mama. Angażował się w opiekę na tyle, na ile to było konieczne, to znaczy niezbyt często. Sytuacja zmieniła się diametralnie, kiedy u mamy rozpoznano nowotwór. Złośliwy, czwarty stopień zaawansowania. Rokowania niepozostawiające nadziei na poprawę. Praktycznie z dnia na dzień mama stała się pacjentką wymagającą całodobowej opieki. Nie było mowy, by dalej zajmowała się mężem. A życie pana Władka obróciło się o sto osiemdziesiąt stopni. Musiał przejąć rolę opiekuna i to nad obojgiem rodziców! Wpadł w panikę, nie miał pojęcia o podstawowych zasadach pielęgnacji chorego. Na szczęście mama, mimo utraty sił fizycznych, zachowała jasność umysłu i w pierwszym okresie stała się przewodniczką syna, wprowadzając go w tajniki opieki nad przewlekle chorym w domu. Pan Władek przekonał się na własnej skórze, jaki ogrom pracy każdego dnia musiała do niedawna wykonywać. Zrodziło się w nim ogromne poczucie

winy, że przez swoją ignorancję doprowadził ją do skrajnego wyczerpania, a w konsekwencji – choroby. Postanowił, że teraz nie może zawieść rodziców.

Kiedy w ich życiu pojawiło się hospicjum, odetchnęli. Tak poważna diagnoza stała się ich kołem ratunkowym Objęcie opieką hospicjum domowego oznaczało regularne wizyty lekarza i pielęgniarki, a w wypadku potrzeby również psychologa i rehabilitanta lub wolontariusza. Z pomocy tego ostatniego skorzystała Pani Jola – przychodził dwa razy w tygodniu, by pomóc w kąpieli taty. Po raz pierwszy od wielu lat poczuła, że nie jest sama. Ponieważ stan taty był bardzo ciężki, ale stabilny, po jakimś czasie zdecydowała się nawet skorzystać z opieki wyręczającej na oddziale stacjonarnym, by na kilka dni wyjechać do przyjaciółki i „naładować baterie".

Nasze zasoby są wyczerpywalne i trzeba się nauczyć je uzupełniać, by starczyły na jak najdłużej.

Pana Władka pielęgniarka hospicyjna nauczyła zasad podstawowej opieki, a także rozpoznawania zagrożeń i im zapobiegania, oraz uwrażliwiła na sytuacje, które wymagają bezzwłocznej konsultacji lekarskiej. Rehabilitant pokazał, w jaki sposób ćwiczyć z rodzicami, by jak najdłużej mogli zachować sprawność dającą możliwość poruszania się po domu, samodzielnego spożywania posiłków itp. Rozmowy z psychologiem pozwalają rozładować napięcie związane z przewlekłym stresem, jakiego doświadcza, wyrazić trudne emocje, złapać dystans. Stan obojga rodziców stale monitoruje lekarz.

Hospicjum to też życie, może nawet przede wszystkim – zarówno chorego, jak i jego rodziny.

MOJE SPOTKANIA

Podczas moich wizyt w domach pacjentów często okazuje się, że jestem pierwszą od długiego czasu osobą, która interesuje się samopoczuciem ich opiekunów. Staram się wysondować, czy zachowują minimum troski o samych siebie. Zadaję proste pytania o ich sen, spotkania z innymi ludźmi, o odpoczynek, o wyjścia z domu niemające nic wspólnego z opieką nad chorym?". Słyszę: – *To ja jestem najbliższą rodziną chorego, dzielę z nim życie i mieszkanie od dwudziestu, trzydziestu, pięćdziesięciu lat. To oczywiste, że na mnie spoczywa obowiązek opieki*.

Spotykam się po raz pierwszy z panem Zbigniewem – chorym i jego żoną – opiekunką. Oboje w wieku emerytalnym. Badam sytuację. Pytam o dzieci, dalszą rodzinę i słyszę: – *Dzieci tak, interesują się, zaglądają, ale wie pani, one mają swoje rodziny, swoje sprawy. Są takie zabiegane… Nie chcę ich obciążać. Jakoś daję sobie radę*. Tymczasem widzę, że sił żonie pana Zbigniewa wyraźnie już brakuje, zaczynają się problemy zdrowotne i pojawia się lęk: „co będzie, jak ja się rozchoruję?!".

Jakiś czas temu zostałam poproszona przez opiekuna osoby przewlekle chorej o konsultację psychologiczną. Spotkałam się z nim w jego domu. Nie zapomnę strachu w oczach mężczyzny opiekującego się od dziesięciu lat swoją, wymagającą całodobowej opieki, towarzyszką życia po udarze. Sam zaczął podupadać na zdrowiu i stanął przed wizją dłuższego pobytu w szpitalu. – *Co będzie z moją żoną? Kto się nią zajmie? Do ZOL-ów strasznie długie kolejki, dom pomocy społecznej nie przyjmie osoby w tak ciężkim stanie, ponieważ nie może zapewnić wystarczającej opieki medycznej. Poza tym i za jedno, i za drugie miejsce trzeba płacić, a na to zwyczajnie nas nie stać. Ledwo wiążemy koniec z końcem*. Z ogromnym wzruszeniem przyglądałam się wnętrzu. Porządek zaskakiwał. Wszystko miało swoje miejsce: lekarstwa, środki pielęgnacyjne, kwiaty… Pościel na łóżku chorej była świeża i pachnąca. – *Nie mamy dzieci. Czasem odwiedza mnie siostra, albo jej dzieci, i trochę pomogą, ale nie chcę nadużywać ich uprzejmości, przecież mają swoje życia. – Z wdzięcznością przyjmuję każdy taki gest z ich strony, ale sam o nic nie proszę* – mówi. Pytam o sąsiadów. – *Czasem sąsiadka z góry zrobi drobne zakupy, ale to starsza osoba i nie może dźwigać.*

Niekiedy pod nasze skrzydła trafiają rodziny, w których nowotwór nie jest chorobą zasadniczą. Poznaję wtedy dramat samotnej, wyczerpującej do granic możliwości opieki sprawowanej przez rodzinę, a najczęściej przez jednego z jej członków oddelegowanego do tego zadania. Takie rodziny z ogromną wdzięcznością, ale też z niejakim zdziwieniem przyjmują hospicyjną pomoc. Są zaskoczeni, że w ogóle forma tak kompleksowego wsparcia jest w naszym kraju dostępna. Myśl o „opiece wyręczającej", czyli powierzeniu swojego bliskiego chorego na jakiś czas pod opiekę, i to bezpłatną, oddziału stacjonarnego, w ogóle nie mieści się im w głowie, a presja społeczna powoduje, że „przewlekły opiekun" nie ma śmiałości nawet poszukiwać pomocy.

REFLEKSJE

Nasze zasoby są wyczerpywalne i trzeba się nauczyć je uzupełniać, by starczyły jak najdłużej. Wielu opiekunów, z którymi rozmawiałam, z własnej woli rezygnowało z możliwości ulżenia sobie w opiece. Ich głębokie przekonanie o tym, że opieka nad chorym to wyłącznie ich zadanie, ale też oczekiwanie społeczne, nie pozwalało korzystać z potencjalnych możliwości wsparcia. Może jest szansa, by odrobinę tego ciężaru oddać innym i w ten sposób zyskać przestrzeń do odpoczynku i do regeneracji? Nie ma pewniejszego sposobu na uzyskanie pomocy, jak o nią poproszenie. Nawet jeśli potrzeba wydaje się oczywista, otoczenie jest mało domyślne albo nie chce się wtrącać. Czasem to wygoda, a czasem naprawdę niewiedza, jak się zachować wobec cierpienia chorego i jego najbliższych. Obawa przed posądzeniem o wścibstwo i wtrącanie się w nieswoje sprawy. Cierpienie onieśmiela. Oczywiście każde otwarcie się na innych niesie ze sobą ryzyko odrzucenia, bycia niezrozumianym, ale też daje szansę na poprawę sytuacji.

Wsparcie instytucjonalne w naszym kraju pozostawia jeszcze wiele do życzenia, ale pewne dobre praktyki zostały już wypracowane. Liderem są niewątpliwie hospicja. Zbyt często jednak słyszę: „Nigdy nie oddam mojego męża do hospicjum, przecież to umieralnia! Muszę dać radę", albo: „Co ludzie powiedzą?…".

Anna Marlęga-Woźniak
Psycholog i psychoonkolog w Domowym Hospicjum dla Dorosłych im. ks. E. Dutkiewicza SAC w Gdańsku

Mój tata umarł w hospicjum

Swoją historię Adam Korol chciał mi opowiedzieć sam. Na fundacyjne imprezy charytatywne przychodził od kilku lat. Zaczął w 2012 roku, jeszcze jako czynny wioślarz, od nabardziej charakterystycznej – Pól Nadziei. W Galerii Bałtyckiej malował też bombki i robił wielkanocne stroiki, a na Wszystkich Świętych kwestował na cmentarzu. Nie zdarzyło się, by odmówił. Historia, z którą przyszedł, miała zupełnie inny charakter.

Zaczęło się na luzie. Opowiadał o sportowych medalach, także o tym z Pekinu. – *Czuję się spełniony* – usłyszałam. – *Olimpijskie złoto jest czymś, o czym marzy każdy chłopak*. Dalej było o życiu sportowca z wyższej półki, gościa we własnym domu, skoncentrowanego na własnej karierze, ale świadomego, że laury osiąga się dzięki pracy zespołu ludzi i wsparciu najbliższych. Potem o życiu polityka. Ze swoimi politycznymi sympatiami nigdy się nie krył i w 2015 roku zaproszono go do objęcia urzędu Ministra Sportu i Turystyki. Wyszło, że na krótko, bo zmienił się rząd. Wtedy został posłem, pełnym entuzjazmu, że tyle może. Plany, plany...

Przyszedłeś opowiedzieć mi swoją hospicyjną historię.

... ... Sorry. Nie zdawałem sobie sprawy, że to będzie takie trudne. Nie, nie przekładajmy. Zaraz się pozbieram. 1,5 roku to chyba rzeczywiście nie jest dużo. Mimo wszystko jestem zaskoczony, że tak reaguję... Może to kwestia miejsca, spotykamy się tu, gdzie umarł...

Dobra, wyobraź sobie: adrenalina buzuje jak za olimpijskich czasów, dostajesz od losu taką szansę, a zaraz tak w łeb. Tamtego dnia, kiedy tata spadł z łóżka, wyjeżdżałem z rodziną na wakacje. Wiedzieliśmy, że upadł niefortunnie i złamał sobie główkę kości udowej. Przykre, ale się zdarza. Miał 64 lata i na nic się nie uskarżał, może poza jakimiś bólami kolana. Kogo czasami nie boli kolano? Już za granicą odebrałem telefon od brata, że to złamanie jest najmniejszym problemem. U taty odkryto kilkanaście ognisk rakowych w bardzo zaawansowanym stadium. Przeżarte kości, zaatakowane nerki... To był szok. My tam na wakacjach, ja z tym hajem w głowie, że niby tyle mogę i nagle taka wiadomość.

Zaczęło się latanie po szpitalach, a mnie się włączyło myślenie: „zaraz to załatwię, przecież właśnie zostałem ministrem". Jestem człowiekiem czynu, w sporcie nie dostawałem tylko medali, czasami też po łapach i tamte doświadczenia chciałem przenieść na tę sytuację. Oczywiście, że zadzwoniłem do ministra zdrowia i poprosiłem o najlepsze konsultacje, chociaż liczba tych ognisk przygniatała. Pierwotna przyczyna raka miała być w nerce i lekarze zdecydowali się na jej usunięcie. To był ten kamyczek, który wyjęty wszystko rozsypał. Nie, żalu do lekarzy nie mam. Po operacji chciano tatę wypisać ze szpitala, ale w rezultacie jeszcze został, przenoszony z oddziału na oddział. Można się było napatrzyć... Były lepsze, były gorsze, ale hospicjum z żadnym z nich porównać się nie da. Już to wiem, że w tym całym systemie służby zdrowia bardzo wiele zależy od samych ludzi, a nie od ustaw.

Fot.: Jacek Rembowski

Adam Korol

Kiedy tata trafił do Dutkiewicza, już nie miał świadomości, na swoje ostatnie 4-5 dni. Mama by sobie sama nie poradziła z ustawianiem leków. Powiem ci, że nigdy nie zapomnę wejścia do hospicjum, a potem pierwszego przejścia korytarzem, wzdłuż sal chorych. Wspierałem was, ale nie miałem właściwie świadomości kogo. Wiedziałem, że należy, czułem to, ale nie wiedziałem. Jak ja się wtedy bałem... Krzyków, zapachu, klimatu miejsca, gdzie umierają ludzie. A tu taki szok, na plus. Wszedłem jak do domu. Tak, takie miałem skojarzenia i to mnie bardzo uspokoiło. Wprawdzie wiedziałem wcześniej, że w hospicjum jest zupełnie inaczej, przygotowała mnie mama, ale to trzeba samemu przeżyć. Mama podkreślała, że w hospicjum jest zupełnie inna opieka, podejście z sercem do rodziny i do pacjenta. To mnie tutaj urzekło najbardziej, że ci ludzie znajdują w sobie wciąż i wciąż tyle empatii. Oni na co dzień widzą, jak ludzie umierają. Codziennie przypomina im się o własnej śmiertelności i codziennie znowu przychodzą do pracy.

Bylem bardzo zadowolony, że hospicjum zacząłem pomagać, jeszcze zanim pożegnałem w nim tatę. Nie neguję tych, którzy zaczęli z powodu osobistych doświadczeń, mówię po prostu, że mi z tym dobrze, bo z tą pomocą ruszyłem wcześniej. Na kolejnej akcji stawiłem się chyba już w miesiąc po pogrzebie. Mogło być też tak, że byłbym do instytucji rozczarowany, zły, że dałem swoją twarz i swój czas. Nie jestem. Zanotowałaś?

Notowała Magda Małkowska

Na dobry początek **REJS**

Zacznę od środka. Od środka nocy, bo mniej więcej wtedy, około pierwszej, zaczął się koncert. W helskiej marinie, na pokładzie jachtu STS „Generał Zaruski", znowu były wszystkie załogantki – blisko dwudziestka członkiń gdańskiego oddziału Akademii Walki z Rakiem. Po powrocie z wyprawy na cypel jedna z nich zagrała na hang drumie, instrumencie, który kształtem przypominał UFO, a jego dźwięki tę tożsamość tylko potwierdzały. Choć więc mogła to być muzyka gwiazd, szła z Ziemi i łączyła się z mocą słuchających kobiet. Kosmiczny akcent spotkania, by w żagle znowu powiał im wiatr.

POKAŻ MI SWÓJ BAGAŻ, A POWIEM CI, KIM JESTEŚ

Naprawdę zaczęło się poprzedniego dnia. Świeciło słońce, jak to w czerwcu, chociaż na portalach od tygodnia obiecywano deszcz. Za sobą miałyśmy tylko jedno wspólne spotkanie – na krzesłach, więc na sztywno. Pomysł Marzeny Grochowskiej, trenerki rozwoju osobistego od kilku lat zaprzyjaźnionej z Fundacją Hospicyjną, by ustawić nas w kręgu i na plecach partnerki poszukać... butelki rumu, trafił w punkt. Na pokład weszłyśmy wymasowane i rozluźnione, a tam otwierania się na siebie i na innych czekał już ciąg dalszy. Tym razem nad walizką...

Fot.: Zbiory FH

Załoga prawie w komplecie

W kolorowej walizce Marzeny, jak w damskiej torebce, znaleźć można było wszystko. Zabawki, biżuterię, przepaloną żarówkę, pustą butelkę, mnóstwo pozornie bezużytecznych rzeczy, za to wiele mówiących o właścicielce. Każda miała wyciągnąć jedną, a potem się z tego wyboru wytłumaczyć i powiązać z osobistym celem rejsu.

– Można być zachłannym i wziąć dwie? – Można.

Prezentacje szły jedna po drugiej.

– Wzięłam misia, bo jestem takim misiem, cała ja. Miękka i pluszowa. Wróży, że będzie przyjacielsko, miło i że wreszcie pora zrobić coś dla siebie.

– Wzięłam... Właściwie nie wiem, co to jest, ale ładnie błyszczy, a ja czasem lubię błyszczeć. Pół roku temu znowu zachorowałam i to był początek mojej przemiany. Nauczyłam się haftować, robię decoupage, zwolniłam. Przyjrzałam się samej sobie. Myślę, że rejs będzie dobrą kontynuacją tej zmiany.

– Wzięłam kamień. Spodziewałam się, że będzie zwykły, zimny, ale kiedy wzięłam go do ręki, uradowałam się, bo z drugiej strony miał piękny rysunek. Bardzo wierzę, że rejs pomoże mi odkryć drugą stronę kamienia.

– To jest mój pierwszy w życiu rejs, jestem pełna obaw, ale się zdecydowałam. Jakieś 3 lata temu otworzyłam się na ludzi, a teraz wyjęłam serce, symbol otwartości na życie.

– Wybrałam podkowę, symbol powodzenia i szczęścia. Zostałam wybrana przez los, by zachorować, a potem znowu wybrana, by chorobę pokonać. Być dalej aktywną, pracować, cieszyć się życiem. Robię to.

– Wzięłam motylka, bo chcę odlecieć gdzieś w lepsze przestrzenie i podniesiony kciuk na znak OK, bo będzie OK. OK, jestem za bardzo wzruszona, by mówić dalej.

– Mój jest ten pajacyk bez stopy i bez nosa. Niepełnosprawny, trochę tak jak ja. Ale uśmiechnięty też jak ja...

– Wyciągnęłam kostkę, coś najmniejszego. Do wyboru nie przywiązywałam wagi, zdałam się na los. Ten sam, który przyniósł mi chorobę. Wszystko, co się wydarzyło, to przecież kwestia losu. Zobaczę, co mi teraz on przyniesie, jestem otwarta.

– Mam anioła. Jedno skrzydło ma unieruchomione, ale przecież dalej jest aniołem...

– Wyciągnęłam kolorowe guziki, każdy ma inny kształt, tak jak ludzie i ich historie.

– Widzicie, to jest szyszka. Boję się wody tak, że nie pytajcie. Zgodziłam się na ten rejs, bo sobie pomyślałam, a co? Mam nadzieję, że jak ta szyszka nie zatonę.

– Szczęśliwi czasu nie liczą. Wzięłam budzik, który nie chodzi.

– Minęło 5 i pół roku od pierwszego zachorowania. Wybrałam korale i serce, jedno i drugie czerwone. 3 miesiące temu wróciłam do pracy. Moje 4 córki mi powtarzają, że czas wreszcie coś w życiu zmienić.

– Poprosiłam sąsiadkę, by coś wyciągnęła, a ona podała mi pustą butelkę. Może będzie z nią jak z bombonierką, każdy znajdzie w niej coś dla siebie. Płynę, by oderwać myśli od tego, z czym zmagam się na co dzień.

– Płynie się zawsze po coś. Tym razem też nie tylko na Hel i z powrotem, a przede wszystkim do siebie – to już znowu Marzena, która na pożegnanie do osobistych walizek żeglarek wrzuciła kilka życzeń i rad. *– Życzę, by ten rejs był naprawdę dla Was, byście czuły się na nim wyjątkowo dobrze. I by nie załatwił tego tylko rum...*

MORSKIE OPOWIEŚCI

No i się zaczęło.

– Miało być zero makijażu, co robisz tą kredką? – Muszę, nie mam rzęs. – A to OK.

Fot.: Aroma Podjacka

Podnosimy żagle

– Rany, co by powiedział mój onkolog, 2 godziny przy sterze! 3 dni temu miałam chemię...

– Ale przeciąg, można zajść w ciążę. Tylko że nie mam macicy. – Ja też.

Opowieść o El Camino. Historia jej przejścia, pokonania pieszo blisko 800 km słynnej francuskiej trasy do Santiago de Compostella, była ważniejsza niż dodana informacja, że miesiąc później usłyszała diagnozę raka wyjątkowej złośliwości i w zaawansowanym stadium. Jego też pokonała, chociaż w szczegółach wolała wracać do szlaku niż do choroby. Kiedy i ona minęła, poszła jeszcze raz, tym razem tylko 300 km…

Opowieści o pracy. Często bardzo bolesne. Prawie z dnia na dzień traci się kontakt z zawodowym środowiskiem. I trudno oswoić się z wizją rencistki, kiedy przed chwilą jeszcze było tyle planów.

Opowieści o górach. Jedna do nich wróci, bo tam się urodziła. W Trójmieście jest pięknie, góry na jakiś czas dla Trójmiasta można zostawić, ale wrócić trzeba. Druga po chorobie pokonała najtrudniejszą grań polskich Tatr, tę ze Świnicą i Orlą Percią. Wcześniej miała lęki, z lękiem wysokości na czele. Po raku odpuściło.

Opowieść o Oli. Ola z nami nie płynęła, nie znam Oli. Jej historię usłyszałam w okolicach północy na samym koniuszku półwyspu. Dzień wcześniej dwie z rejsowiczek zabrały ją na basen, a potem na kawę. Piękną, młodą, raczej zamożną. *– Przerzuty mam wszędzie* – przyznała się przy tej kawie. Obie doświadczone, obie wygadane, straciły rezon i język.

Opowieść o chorowaniu w Niemczech. Tam na chemię zawiozą karetką, a u nas trzeba jeszcze płacić za parking…

…

Najlepsze nalewki są z dzikiej róży, a najlepsza dzika róża rośnie w Sobieszewie. Po chemii pomaga Desperados, piwo o smaku tequili, a na łamliwe paznokcie kupuje się odżywkę z Rossmana. Niedrogą. *– Widzisz te dziewczyny? Sama młodość. Co one z nami tutaj robią?*

Na spotkaniu organizacyjnym przed rejsem przyznałam się, że nigdy nie chorowałam na nowotwór, ale najwyraźniej nie wszystkie usłyszały. W trakcie 2 dni wyprawy jeszcze kilka razy to powtórzyłam, już w osobistych rozmowach. Nie zapomnę błysku radości w oczach każdej z dziewczyn. I przytulenia, bym nigdy przez raka nie przechodziła.

PRZECHYŁY I PRZECHYŁY

Obok siebie w kubryku usiadłyśmy przypadkiem i rozmowa zeszła na partnerów. To dzisiaj bezpieczniejsze słowo od męża... *– Partner?* – „właścicielka" czerwonych korali i serca z kolorowej walizki Marzeny wyraźnie się obruszyła. *– Przestań. Mój mąż nawet nie wiedział, że przechodzę kolejne operacje. Moją chorobę zupełnie wyparł z głowy, a mnie z serca. Zmienił pracę, zamieszkał za granicą, Przestraszył się, mówił, że przesadzam. A ja przechodziłam cztery operacje. Zostałam sama z dziećmi. Starsza córka ma nowotworową fobię, wszędzie widzi u siebie raka. – Rozwiedliście się? – Tak, kilka miesięcy temu. Niedawno zadzwonił z czymś na kształt przeprosin, ale nie umiem mu wybaczyć.*

Miłość i jej brak, babski temat. Zrobiło się nas więcej. *– To jesteś na świeżo, od mojego rozwodu minęło 8 lat* – blondynka od kciuka i motylka rozmowie przysłuchiwała się od początku. *– Od 2 lat znowu się przyjaźnimy, a kiedy 1,5 roku zachorowałam, mój eks. bardzo mi pomógł.*

– A u mnie rak uratował małżeństwo – nie zauważyłam, że za plecami usiadła „fascynatka" kolorowych guzików. *– Myśmy się już kompletnie*

Fot.: Zuzanna Ławryniuk

Podnosimy nogi

Fot.: Aroma Podjacka

Masters od salads w akcji

rozmijali. Kiedy rok temu zachorowałam, powiedział mi, że jestem miłością jego życia i przyrzekł, że nigdy nie zostawi.

– *Stawiamy żagle, załoga na pokład!* – kapitan, chociaż może pierwszy oficer, przywołali nas do rzeczywistości. A ona była taka, że płynęłyśmy na Hel. Liczyło się tylko TU i tylko TERAZ. – *Panie kapitanie, ale ja nie mogę, bo mam raka i zwolnienie lekarskie...* Tego śmiechu i tak nie odtworzę.

Tak jak tej wrzawy, która wybuchła późnym wieczorem przy ladzie w nadmorskim barze: – *Bardzo przepraszam, ale mogę bez kolejki, bo mam raka? – Nieeee!!!*

Albo tego, co się działo kilka godzin wcześniej, kiedy do zawodów stanęły dwie dzielne drużyny masters of salads, a na pokładzie, na zaimprowizowanym stole znalazły się stosy warzyw, owoców, kiełków, ziaren i przypraw (bez soli), przygotowane przez Marię Fall-Ławryniuk, naczelną dietetyczkę i trenerkę Fundacji Hospicyjnej. Oczywiście remis z góry był przesądzony, chociaż jedne postawiły na ilość składników, a drugie kombinowały raczej z ich kompozycją.

„Dziewczynki" – kpt. Jaszczuk prawie od początku tak nazywał swoje załogantki. – *Bo wy jesteście dziewczynki* – tłumaczył mi pod koniec rejsu. – *Wiedzące, czego chcą, dojrzałe, dzielne, ale pełne dziecięcego uroku.* Kapitana przy sałatkowym stole nie było (chociaż porcję dostał), ale jego „dziewczynki" chyba najlepiej oddają tamten klimat. I tamten z następnego dnia, kiedy część grupy wstała o czwartej rano, by o czwartej siedem witać słońce, a potem już ze wszystkimi na plaży puszczać bańki i grać we freesby.

A NA LĄDZIE...

Z Violą Węsierską i Anią Kazimierczak spotkałam się kilka dni przed wyprawą. Koniecznie chciałam pogadać z inicjatorkami rejsu. Opowiedziały mi swoje historie.

Viola: – *Zachorowałam 2 lata temu. Nowotwór wykryto mi zupełnie przypadkowo, przy czym robiona niedawno mammografia była bez zarzutu. Na początku nie do końca w niego uwierzyłam, podobnie jak bliscy, ale kolejne badania go potwierdziły i zdecydowałam się na operację. To miał być koniec, dalszego leczenia w ogóle nie brałam pod uwagę. Niestety czekała mnie chemioterapia, brachyterapia, herceptyna. Zwłaszcza nie mogłam zaakceptować tej chemii, ale pomogło jedno zdanie brata: „Zobaczysz, za rok będziemy się z tego śmiali". I poszłam. Wchodzę na oddział, a tam dookoła same żywe trupy. Podeszła do mnie jedna dziewczyna, Magda jak ty, ładna, dwudziestoparoletnia, i wprowadziła w tamtejsze zwyczaje. Wiele mnie nauczyła. Była taka dzielna, miała małą córeczkę.*

– *Masz z nią kontakt?*

– *Zmarła. Któregoś dnia upadła. Okazało się, że ma przerzuty do mózgu. To mnie tak przeraziło, bo pomyślałam, że też będę je mieć. Przestałam w ogóle o siebie dbać, przestałam się ruszać. Spałam i jadłam. Spałam i jadłam. Zrezygnowałam z zajęć w Akademii, ale oni ze mnie nie i któregoś dnia zadzwoniła Maria i kazała przyjść. Zagroziła, że inaczej wszystkie stawią się w moim domu. Zaczęłam znowu chodzić, ale od tematu choroby uciekałam. Dobrze robił mi basen, gimnastyka, ale też wspólna kawa czy pójście do sklepu… Podczas zajęć w Aquaparku poznałam Anię…*

Ania: – *Jestem weteranką, zachorowałam w lutym 2006. Też miałam szczęście, bo jeszcze w grudniu na badaniu usg nic nie wykryto. Poddałam się jednak badaniom genetycznym i one wykazały, że zachoruję w 99%. Rzeczywiście, w lewej piersi był guz. Operacja, chemia, półtora roku na świadczeniu rehabilitacyjnym. Dla mnie i dla moich bliskich to była tragedia. Siedziałam w domu i ciągle płakałam. Koleżanka w radiu usłyszała, że przy Fundacji Hospicyjnej otwierana jest Akademia Walki z Rakiem i tak tu trafiłam. Potem wróciłam do pracy przekonana, że koszmar choroby mam już na zawsze za sobą.*

– *Wrócił.*

– *Wrócił. W 2012 roku, tym razem guz był w prawej piersi. Przeżyłam szok. Wiesz, że na 12 godzin straciłam pamięć...? Znowu chemioterapia, radioterapia, brachyterapia. Moja młodsza córka była wtedy w ciąży. Przestałam pracować i do 2016 roku zostałam na świadczeniu rehabilitacyjnym, a potem przeszłam na emeryturę.*

Ania i Viola wymyśliły ten rejs. Mówią, że jego pomysł narodził się ze strachu. Z wewnętrznego przymusu działania, bo jutro może być za późno. Były silne w chorobie, a teraz postanowiły być silne gdzie indziej. I jeszcze wziął się z wielkiej potrzeby przebywania wśród osób z doświadczeniem choroby, ale jednocześnie z wielkim apetytem na życie. One mają na nie ogromny.

HAPPY END

– *Już wiem, jak można to ująć!* – z Violą spotkałam się nazajutrz po rejsie. – *Napisz, że ten rejs zamknął pewną książkę. Była trudna, bardzo smutna, ale przynajmniej miała szczęśliwe zakończenie. Teraz ciekawa jestem już zupełnie innej.*

Magda Małkowska

Fot.: Zuzanna Ławryniuk

Poranna gimnastyka na plaży

Słucham, więc pomagam

Choroba lub śmierć wywracają życie rodziny do góry nogami. Także dziecko lub nastolatek, tracąc bliską osobę, zmagają się z wieloma uczuciami i wyzwaniami. Często stają się „zapomnianymi żałobnikami", ponieważ nie uwzględnia się ich potrzeb – ani w opiece nad chorą osobą, ani później, kiedy ona umrze. A nam, dorosłym, rozmowy o śmierci wydają się zbyt trudne i robimy wiele, by ich z dziećmi i młodymi ludźmi nie podejmować. Chcemy dobrze, ale robimy źle.

Fot.: Arkadiusz Wegner

Mówię i słucham

JAK PRZEBIEGA PROCES ŻAŁOBY?

Aby poszczególni członkowie rodziny mogli przeżyć żałobę, niezbędne jest dzielenie się przeżyciami, uważne wzajemne słuchanie oraz wspólne spędzanie czasu. Te ogólne zalecenia każda rodzina realizuje na swój własny sposób, bo każda jest inna i w każdej żałoba przebiega indywidualnie. Niemniej pojawiające się uczucia i myśli można pogrupować w pewne kategorie, zwane w literaturze etapami żałoby.

Dezorientacja i złość

Dezorientacja, niedowierzanie, złość na osobę zmarłą to naturalne uczucia związane z żałobą. Jednak ponieważ uruchamiają poczucie winy i wstydu, bardzo trudno się z nimi dzielić z innym.

W pierwszych dniach po śmierci zazwyczaj rodzina zajęta jest sobą i sprawami organizacyjnymi. Stoi to w sprzeczności z tym, czego najbardziej potrzebują młodzi ludzie, czyli kontaktu z ważnym dorosłym oraz łatwego dostępu do informacji na temat tego, co się dzieje.

Powracając do pierwszych chwil po śmierci bliskiej osoby, wiele dzieci i nastolatków mówi, że nie pamięta, co wówczas się działo lub nie wie, co tak naprawdę się wydarzyło. Dzieci doświadczają intensywnych emocji, takich jak: niepewność, rozpacz, dezorientacja czy złość. Te uczucia w sytuacji utraty często oceniane są jako niewłaściwe i z tego względu nadmiernie skrywane. Jeśli u boku dziecka będzie osoba, która stworzy mu przestrzeń do dzielenia się, wówczas jest szansa, że wyjawi ono skrywane myśli i emocje, i rozpocznie się proces wymiany doświadczeń związanych z utratą.

Zamrożenie uczuć

Poczucie osamotnienia, zamknięcie się w sobie, to bardzo częste stany, które pojawiają się w czasie żałoby, zwłaszcza w pierwszych tygodniach i miesiącach jej trwania. Często w tym okresie osoba w żałobie zachowuje się tak, jakby nic się nie stało. Etap zamrożenia uczuć może bardzo się wydłużać i mieć niebezpieczne konsekwencje dla rozwoju emocjonalnego.

Wiele dzieci próbuje poradzić sobie z codziennością, zajmując się bez reszty tym, co jest znane, czyli swoim hobby, lekcjami czy spędzaniem czasu z przyjaciółmi. Dorośli te zachowania wspierają, bo bardzo pragną zobaczyć w dziecku osobę, która sobie radzi. Boją się załamania i rozpaczy.

Z jednej strony oczywiście warto w dziecku takie zachowania wzmacniać. Równolegle jednak trzeba stwarzać okazje, w których dziecko może powrócić do sytuacji sprzed śmierci czy podzielić się bieżącymi wrażeniami. Pomocne w tym są rytuały związane z czcią osoby zmarłej, takie jak odwiedzanie cmentarza, pamiętanie o urodzinach czy imieninach zmarłego, przeglądanie zdjęć, tworzenie albumu, a także dzielenie się własnymi uczuciami utraty. Ważna w tym okresie jest równowaga pomiędzy zadaniami codzienności a życiem uczuciowym.

Niezrozumienie ze strony otoczenia/osamotnienie

Chaos i jednocześnie przymus zorganizowania na nowo codzienności to najczęstsze wyzwania, jakich doświadczają osoby w początkowym etapie żałoby. W tym czasie trudne jest również to, że każdy członek rodziny przeżywa żałobę inaczej.

Powracającym tematem w spotkaniach z dziećmi i nastolatkami w żałobie jest poczucie niezrozumienia ze strony dorosłych, a co za tym idzie – osamotnienia. Nawet jeśli bliscy okazują zainteresowanie, często nie potrafią odpowiednio przekazać istotnych informacji i dowiedzieć

się, co dziecko rzeczywiście odczuwa. Udzielają powierzchownego wsparcia, są blisko, a jednocześnie bardzo daleko.

Zajęcia dodatkowe, kino, plac zabaw, sport, tracą na wartości, jeśli nie są współprzeżywane z kochanym opiekunem. A najcenniejsze jest spokojne bycie razem, w czasie którego istnieje możliwość, ale nie przymus, rozmawiania o błahych i o ważnych sprawach.

Może warto zrobić „rachunek sumienia" i zastanowić się, czy te wszystkie „muszę" nie są naszym alibi, by nie angażować się w sprawy emocjonalnie trudne? Może czas, by odwiedzić kogoś, kto podpowie nam, jak rozmawiać z własnym dzieckiem? Czasem przecież jest tak, że do tej pory bycie razem i rozmowy były domeną osoby zmarłej.

Odmrożenie uczuć

Uruchomienie uczuć, podzielenie się nimi z bliskimi, przywołanie wspomnień, to niezbędny krok w procesie żałoby. Znacznie łatwiej go osiągnąć, gdy spędza się razem czas i szuka możliwości porozumienia się z członkami rodziny poprzez ich ulubione zajęcia.

Jeśli dziecko poczuje się bezpiecznie, zacznie intensywniej odczuwać różnego rodzaju uczucia i myśli związane utratą bliskiej osoby. To etap trudny dla dorosłych, w trakcie którego często zgłaszają się do psychologa. Rodzina zaczyna się niepokoić o dziecko. Powstają przypuszczenia, że ten nagły przypływ emocjonalności dziecka jest oznaką nieradzenia sobie z żałobą. Dorośli chcą wiedzieć, jak temu przeciwdziałać. Tymczasem jest to naturalny etap, istotny czas odreagowania emocji, bez którego trudno jest odzyskać ponowną równowagę w życiu. Warto wówczas za dzieckiem podążać.

Nowe rytuały

W naturalnym procesie żałoby w pewnym momencie przeszłość miesza się z przyszłością, a dawne zwyczaje z nowymi działaniami. Rodzina wchodzi na nowy etap, zmienia się. Zadania przynależne wcześniej do zmarłej osoby zaczynają wykonywać inni członkowie rodziny, a do zwykłej codzienności dodawane są także nowe rytuały. Smutek nie jest już tak wszechobecny.

Rodzina działając razem, kontynuując dawne zwyczaje i podejmując całkiem nowe, powoli się przeistacza. Uczy się życia w nowy sposób. Już nigdy nie będzie jak dawniej. To wówczas rodzina, wciąż będąc w żałobie, doświadcza pierwszych oznak szczęścia. Te pierwsze zwiastuny wiosny, nowego początku, mogą nadejść po upływie kilku lub kilkunastu miesięcy od śmierci kochanej osoby.

Co należy robić, by rodzina zmierzała w kierunku przeżycia żałoby? Warto spędzać czas razem, a jeśli tego jeszcze nie umiemy, wytrwale się tego uczyć, może szukać inspiracji wśród innych rodzin, które tę sztukę już zgłębiły.

JAK WSPIERAĆ DZIECI I NASTOLATKI W ŻAŁOBIE?

Mijający czas nie wystarczy, by uleczyć rany. Jeśli chcesz towarzyszyć dziecku i wspierać je w okresie osierocenia, warto pamiętać o kilku zasadach.

Dziel się przeżyciami

- **Bierz pod uwagę temperament i nawyki dziecka** – dzieleniem się jest opowiadanie anegdoty dotyczącej osoby zmarłej, ale także lakoniczne stwierdzenie, że się tęskni lub ujawnienie emocji poprzez łzy.
- **Stwarzaj dziecku okazje do zadawania pytań i na nie odpowiadaj.** Zwłaszcza młodsze dzieci wprost zadają wiele pytań. Zastanawiają się, kto teraz będzie zarabiał pieniądze. Kto będzie robił kanapki do szkoły? Nastolatki też są tym zainteresowane, miewają jednak trudność, by wprost o tym powiedzieć.
- **Nie oburzaj się.** Dzieci i nastolatkowie poszukując informacji, próbują zbudować sobie na nowo poczucie bezpieczeństwa. Warto za tymi pytaniami podążać, bo one oznaczają, że dziecko przeżywa żałobę. Znacznie bardziej niepokojące jest, kiedy dziecko nie pyta i zachowuje się, jakby nic się nie wydarzyło. To może oznaczać, że ukrywa trudne emocje lub się od nich odcina.

Uważnie słuchaj

- **Podążaj za potrzebami dziecka.** Odpowiadaj na pytania, ale staraj się, by to młody człowiek mógł jak najwięcej opowiedzieć o swoich przemyśleniach. Nie mów zbyt wiele. Okaż ciepło i zrozumienie.
- **Bądź czujny.** Jeśli nawiązałeś właśnie do wspólnej historii z przeszłości, a dziecko nie podjęło tematu, możesz zapytać: „co się dzieje?", „o czym pomyślałeś?". Pamiętaj, że wspólnie spędzony czas zawsze jest okazją do nawiązania porozumienia.
- **Nie uciszaj trudnych emocji.** To są naturalne stany, którym powinno dać się wybrzmieć. Zamiast pocieszać, lepiej powiedzieć: „jak to usłyszałam, też płakałam". Można też opisywać to, co się z nim właśnie dzieje: „widzę, że jesteś smutny", „widzę, że się boisz". Opisywanie pomaga, a nie tamuje emocje.
- **Unikaj stwierdzeń typu: „taki jest los", „już dość tych łez".** Wsparcie oznacza przyzwolenie na odczuwanie i okazywanie tego na zewnątrz.

Stwórz dobry klimat do przeżywania żałoby

- **Znajdź czas.** Dobrego klimatu nie da się stworzyć, jeśli ciągle jesteś w pracy, zajmujesz się porządkami, obiadem i innymi niezwykle ważnymi sprawami. Nie da się tego klimatu też stworzyć, jeśli Twoje dziecko jest nieobecne w domu, ma zajęcia dodatkowe, spędza czas z kolegami, ukochanym komputerem czy smartfonem.
- **Bądźcie razem.** Robienie czegoś wspólnie powoduje, że zaczynamy odczuwać siebie i odczuwamy chęć dzielenia się. To okazja do spontanicznych wypowiedzi.

Żałoba nie jest chorobą, a pomoc w jej trakcie nie polega na dawaniu dobrych rad, ale na byciu razem. Ważne, aby dziecko wiedziało, że ma w tym czasie prawo do bardzo różnych emocji. Przyjdą chwile wielkiego smutku, ale najprawdopodobniej też takie, kiedy będzie miało ochotę iść pograć w piłkę albo wyjść ze znajomymi i dobrze się bawić. To także jest w porządku. Żałobę przechodzimy po to, by na koniec odejście bliskiej osoby zaakceptować. Rozwijając sztukę uważnego słuchania własnego dziecka i za nim podążania, stwarzamy mu szansę szybszego wyjścia z kryzysu.

Agnieszka Paczkowska
Psycholożka Hospicjum im. ks. E. Dutkiewicza SAC w Gdańsku

O wolontariacie opiekuńczym słów kilka

Wolontariusz opiekuńczy – osoba pełnoletnia, która dobrowolnie i bez wynagrodzenia wspiera pracę personelu medycznego w hospicjum. Tak brzmi definicja, ale pokazuje tylko część prawdy… Wolontariusz to na ostatniej drodze naszych podopiecznych często także ich towarzysz, przyjaciel i powiernik.

Fot.: Archiwum FH

My

ONI

Co sprawia, że tak chętnie przychodzą do hospicjum? Na początku chęć niesienia pomocy, bo mają jakiś „dług" do spłacenia, bo sami przeszli chorobę nowotworową, bo… po prostu tak mają – lubią pomagać. A potem, prawie za każdym razem, odkrywają „swoje" hospicjum. Czasem słyszę, że ktoś już od dawna myślał o zgłoszeniu się na kurs dla wolontariuszy. Mówię wówczas, że widocznie dopiero teraz przyszedł jego czas.

Wolontariusze dobrze czują się w hospicjum zarówno w kontaktach z pacjentami, z personelem, jak i ze sobą nawzajem. Chociaż nie zawsze jest to „miłość od pierwszego wejrzenia". Niewątpliwie pomaga świadomość, że wszyscy przychodzą tu dobrowolnie. Pamiętam młodą wolontariuszkę, która zaraz po kursie trafiła na dyżur z inną, dość charakterną i lubiącą zarządzać. Nasza świeżo upieczona koleżanka pokornie wykonywała polecenia tamtej i wydawało się, że jest zadowolona. Jednak podczas wyjazdu integracyjnego zakwaterowano mnie z nią w jednym pokoju i wtedy przyznała się, że swój hospicyjny wolontariat wyobrażała sobie inaczej. Szczerze porozmawiałyśmy, a po powrocie do Gdańska obie wolontariuszki „przegadały" temat i w końcu doszły do porozumienia.

JA I ONI

Moim zadaniem jest koordynowanie pracy wolontariuszy. Pomagają mi w tym cykliczne comiesięczne spotkania, podczas których dyskutujemy na tematy dotyczące pracy na oddziale hospicjum oraz w hospicjum domowym. Organizuję wspólne wyjścia do kina, kawiarni, teatru oraz kilkudniowe wyjazdy integracyjne, które są okazją do wzajemnego poznania się i dotarcia. Serce rośnie, gdy po takim trzydniowym wyjeździe wolontariusze, którzy do tej pory praktycznie się nie znali, witają się jak starzy znajomi. Wtedy wiem, że to co robię, ma sens.

Staram się, żeby wolontariusze chcieli być w hospicjum jak najdłużej. Często większą część dnia spędzam na rozmowach o pogodzie, o tym co wydarzyło się na oddziale, ale również w rodzinie. O relacjach z innymi ludźmi, o chorobach, o smutkach i o radościach. Słucham… Nie przerywam, nie wtrącam swoich trzech groszy, bo każdy z nas potrzebuje rozmowy i wysłuchania. A tego nauczyłam się właśnie w tym miejscu. Hospicjum zmienia nas wszystkich na lepsze…

Jeżeli to możliwe, staram się pomóc lub chociaż wesprzeć i zapewnić, że jestem tu właśnie dla nich. Praca z wolontariuszami uczy mnie pokory oraz innego – lepszego spojrzenia na drugiego człowieka. Nie mogę wolontariuszom niczego kazać. Mogę tylko prosić i zadziwiające jest to, że jeszcze nigdy nie zostawili mnie z problemem samej. Ponoć nie potrafią mi odmawiać… Zawsze są przy mnie, gotowi do wsparcia w każdej sytuacji.

MY

Celebrujemy wspólnie urodziny oraz inne ważne dla nas chwile. Na jednym z wyjazdów integracyjnych wolontariusze tak świetnie się bawili, że zupełnie nie mogłam dojść do słowa. Tymczasem za chwilę miały się zacząć warsztaty, a ja zupełnie nie mogłam przywołać grupy do porządku. W końcu krzyknęłam: – *Nie jesteśmy tu dla przyjemności!* Jak oni się śmiali... Byłam wprawdzie skuteczna, ponieważ szybko się uspokoili i warsztaty mogły ruszyć, ale nie miałam racji. Oni wszyscy przychodzą tu również dlatego, „dla przyjemności". My wszyscy... Moje powiedzenie obrosło legendą i wciąż jest używane przez wolontariuszy przy różnych okazjach.

* * *

A przecież nie tak miało być. Do hospicjum przyszłam z założeniem, że popracuję dwa, trzy lata i pofrunę dalej. Nie znoszę rutyny i ograniczeń. Okazało się jednak, że znalazłam tu przestrzeń dla siebie, że mogę się rozwijać i realizować swoje projekty. W hospicjum o rutynie nie ma mowy. Co do ograniczeń, to jedynym są finanse... Usłyszałam kiedyś od mojej zwierzchniczki: możesz planować i wymyślać, co chcesz, ale nie ma na to pieniędzy. Wymyślam więc i staram się pozyskiwać fundusze, tak już dwunasty rok…

Praca z wolontariuszami daje mi olbrzymią satysfakcję i poczucie zawodowego spełnienia. Obecnie udaje mi się współpracować z ponad 120 wolontariuszami i cały czas zgłaszają się kolejni chętni…

Jeden z wolontariuszy powiedział kiedyś, że to nie my wybieramy nasze miejsce, to miejsce wybiera nas. Coś w tym jest…

Barbara Szynaka
Koordynatorka Wolontariatu Opiekuńczego Fundacji Hospicyjnej

Współodczuwajmy!

Po raz kolejny opiekunowie rodzinni, ich potrzeby, prawa oraz sposoby na wyjście z impasu, w jakim się znaleźli, stały się tematem kampanii Fundacji Hospicyjnej z cyklu „Hospicjum to też Życie". „Opiekun rodzinny nie musi być sam" tłumaczą dr Anna Janowicz, koordynatorka kampanii i prezes Fundacji Hospicyjnej, oraz dr hab. ks. Piotr Krakowiak SAC, prof. UMK, Krajowy Duszpasterz Hospicjów i główny propagator idei *compassionate community* w Polsce. Rozmawia Magda Małkowska.

Fot.: Jacek Rembowski

Magda Małkowska, Anna Janowicz i ks. Piotr Krakowiak SAC

Czy problemy opiekunów rodzinnych zasługują aż na ogólnospołeczną kampanię?

Ks. Piotr Krakowiak (ks. P.K.) Według angielskich statystyk problem odchodzenia najbliższych, a potem czas pierwszego okresu żałoby dotyka zawsze 10 procent społeczeństwa. To jest ważna kwestia społeczna, którą Brytyjczycy oszacowują w liczbach. My od lat o tym mówimy, ale liczb nie mamy.

Skąd więc wiadomo, jaka jest skala problemu?

Anna Janowicz (A.J.) W Polsce niestety nie ma wciąż jednoznacznej definicji opiekuna rodzinnego. W Wielkiej Brytanii ona powstała i wobec tego można było zacząć ich liczyć. Pod uwagę wzięto przede wszystkim dwa kryteria: czas i rodzaj wykonywanych czynności. Przy okazji poprzedniej kampanii Fundacji zastanawialiśmy się też, w jaki sposób skutecznie do wszystkich opiekunów dotrzeć. Stosunkowo najłatwiej przedstawia się kwestia opiekunów osób niepełnosprawnych, które mają wydane orzeczenie o niepełnosprawności. Jeżeli ktoś go nie ma, zaczynają się schody.

Żadnych prób policzenia jeszcze nie podjęto?

A.J. W ramach badania EUROFAMCARE, które przeprowadzono 13 lat temu, oszacowano, że w Polsce jest około 2 mln. opiekunów nieformalnych osób starych. Oszacowano, nie policzono. W 2017 roku jest ich już na pewno więcej. Trzy lata temu w Małopolsce samych opiekunów rodzinnych osób starych było 700 tys.

ks. P.K. Nadciąga demograficzne tsunami i rośnie liczba osób starych, niedołężnych, niepełnosprawnych. Trzeba ich szybko policzyć. Oczywiście nie da się co do główki, bądźmy realistami, ale oszacować już trzeba koniecznie. To będzie pierwszy krok. Bardzo życzyłbym tej kampanii, by zakończyła się raportem oceniającym skalę problemu. Choć wiem, że łatwe to nie będzie. W poszczególnych województwach obserwujemy różną umieralność i, co ważniejsze chyba, różne podejścia do opieki. Na tzw. ścianie wschodniej to zwyczajnie grzech oddać matkę do hospicjum, a w Warszawie już nie. Różny jest też dostęp do opieki formalnej. Tam gdzie społeczeństwo jest bardzej tradycyjne, nie oddadzą bliskiego nigdzie, prędzej sami zrezygnują z pracy, by opiekować się nimi tak, jak to widzieli u swoich mam wobec babek czy prababek.

Opowiem historyjkę. Pewna pani, od dłuższego czasu opiekująca się swoją przewlekle chorą mamą, pożaliła się pewnej pani, że czasami chętnie by się ze swoją mamą zamieniła rolami. Czuje się tak zmęczona. Ze strony tej drugiej pani spotkała się ze świętym oburzeniem, no bo jak to? Mogę prosić o komentarz?

ks. P.K. Opowiem drugą historyjkę. Dwa lata temu umarł mój tata. Dzień przed jego pogrzebem byłem na dużej międzynarodowej konferencji w Niemczech, gdzie zadedykowałem mu wykład. Przyznałem się też, że jest mi ciężko. Po wykładzie podeszła do mnie pewna pani profesor i powiedziała, że bardzo mi współczuje, ale i bardzo zazdrości. Jej mama od 12 lat codziennie wychodzi przez okno, rozbiera się na środku pokoju, od dawna nie poznaje. Pani profesor zatrudniła dwie opiekunki, które są z mamą dzień i noc, ale na każdy telefon reaguje przyspieszonym biciem serca. Mama jest w świetnej kondycji fizycznej i… nie chce umrzeć. Najpierw się święcie oburzyłem, potem jednak

przyszła refleksja. Ta kobieta była w trakcie żałoby antycypowanej, chciała, by mama już umarła. Była zmęczona długotrwałością i społecznymi konsekwencjami choroby demencyjnej…

Miała dość.

ks. P.K. Opiekunowie często mają dość, a system ich nadużywa, bo powinni sobie sami poradzić. Często poza opieką nad chorym bliskim mają jeszcze pracę zawodową i dzieci.

A.J. Jednym z celów kampanii jest upowszechnienie praw opiekuna, ponieważ często żyją oni w poczuciu winy i w ciągłym emocjonalnym kołowrotku. Z jednej strony mają dość, z drugiej zaś się za to obwiniają. A rodzina dzwoni i ma pretensje…

To teraz à propos tej rodziny i otoczenia. Dlaczego istnieje silna norma społeczna nakazująca opiekę, ale nie ma analogicznej normy zalecającej wsparcie tych, którzy się opiekują?

A.J. Właśnie ten rodzaj myślenia chcemy obudzić. Zależy nam, byśmy się rozejrzeli. Najlepiej zaczęli od naszych rodzin, a potem przyjrzeli się sąsiadom, parafianom, członkom innych społeczności i przewrócili te płoty, którymi lubimy się odgradzać. Trzeba wrócić do tego, co było kiedyś. Sąsiad po prostu odwiedzał sąsiada, wspierali się, gdy było trudno. Teraz często nawet się nie znamy. Dobrze, że są takie inicjatywy jak Dni Sąsiada, a tym samym szansa na wskrzeszenie zwykłych odruchów pomocy. Istnieje wiele grup zorganizowanych działających w społecznościach lokalnych i stąd wziął się nasz pomysł stworzenia lokalnego wolontariatu opiekuńczego. W ludziach jest duży potencjał dobra, chcą pomagać, tylko nie wiedzą jak.

Jakiego charakteru wsparcia potrzebują opiekunowie przede wszystkim? Poza finansowym.

A.J. Przede wszystkim potrzebują pomocy w codziennej opiece i przy pielęgnacji. Podczas eventu, który organizujemy w Warszawie z okazji Dnia Opiekuna, będziemy zachęcali ludzi, by podnieśli leżącego w łóżku manekina o wadze zbliżonej do wagi dorosłego, bezwładnego człowieka. Takie proste doświadczenie pomoże uzmysłowić sobie, że opieka nad obłożnie chorym, leżącym bliskim, to ciężka fizyczna praca.

Dodajmy, że najczęściej podejmowana przez kobiety.

ks. P.K. Kobiety 50 plus, które są do tej roli skazane przez resztę rodziny. Często podpisują dwa cyrografy. Jeden to mieszkaniowy, bo za swoją opiekę w przyszłości dostaną dom czy mieszkanie. Tylko kiedy? Przecież mogą nie doczekać. Drugi cyrograf ma różną postać. Bo mieszkają najbliżej, bo mają najłatwiejszą pracę, bo ze względu na swoje wykształcenie są najlepiej do opieki przygotowane. Reszta daje tylko pieniądze albo i nie, za to nie szczędzi uwag i pretensji. Nam chodzi o to, by na poziomie rodziny było chociaż kilku opiekunów, wtedy jest już o wiele łatwiej taką całodobową opiekę zorganizować.

Tylko że wówczas nie ma mowy o żadnym wolontariacie, to jest obowiązek, który sobie niektórzy odpuszczają.

ks. P.K. Rodzina to pierwszy krąg tej współczującej wspólnoty. Drugi krąg tworzą sąsiedzi.

A.J. Czasami nie trzeba wiele: wykupić receptę, wyprowadzić psa, zająć się dzieckiem, o czymś zupełnie innym pogadać.

Jakie mogą być konsekwencje nieotrzymania wsparcia?

ks. P.K. Nawet śmierć. Na przykład w wypadku demencji osoby bliskiej, która jest chorobą wyjątkowo uciążliwą dla otoczenia. Wstydzimy się jej. O wariat! – słyszymy o chorym tacie. To ważne zadanie kampanii, by swoim zasięgiem objęła też tych, którzy nie są tak „dopieszczeni" przez media jak pacjenci nowotworowi. A ich opiekunowie rodzinni stają się pacjentami „drugiego rzutu".

A.J. Tak, dlatego nasz pierwszy artykuł kampanijny dotyczył opieki nad chorą z Alzheimerem.

ks. P.K. Super! Tam dopiero jest dramat. Musimy sobie zdawać sprawę, że tu, w hospicjum, żyjemy w świecie dobrze już opisanym i oswojonym. Chorzy na raka i ich opiekunowie mają niejako szczęście. Tuż obok są światy, gdzie chorzy na wielowadzia nie są w ogóle medialnie ustawieni. Na przykład przewlekła obturacyjna choroba płuc dźwiga stygmat choroby na zamówienie, a wielu chorych nawet nigdy nie paliło papierosów. Pojawia się przekonanie, że skoro zasłużyli, to pomoc się im nie należy.

Jakie modele z zewnątrz mogą posłużyć nam za wzór?

ks. P.K. Europejskim liderem we wspieraniu opiekunów rodzinnych jest Wielka Brytania, gdzie po raz pierwszy przyjęła się i na szeroką skalę rozwinęła idea *compassionate community*, czyli współodczuwających społeczności lokalnych, wspierających swoich członków w sytuacjach kryzysowych, do których należy również przewlekła choroba w rodzinie. Bardzo szybko przejęła ją Irlandia, która jest już po czekających nas przeobrażeniach. Tam też panował tradycyjny model katolickiej rodziny. Kiedy zaczęła się masowa emigracja, ten model runął i na pomoc rodziny w sytuacji kryzysu, jakim jest ciężka choroba, nie można było zbytnio liczyć. Irlandczycy najpierw policzyli opiekunów rodzinnych, a potem dokładnie opisali rodzaje ich przeciążeń. Następnie zaczęli wywierać wpływ na pracodawców, by zwalniali opiekunów z części obowiązków, bo to co oni robią, jest ważnym społecznie elementem opieki zdrowotnej. Pracodawca oczywiście dostawał rekompensatę od rządu, a opiekun rodzinny został oficjalnie włączony do łańcucha opieki. U nas jest włączony tylko poprzez powinności. Ta kampania powinna to zmienić.

Jednym z celów kampanii jest upowszechnienie praw opiekuna, ponieważ często żyją oni w poczuciu winy i w ciągłym emocjonalnym kołowrotku.

Idea *compassionate community* nie ma jednak korzeni europejskich.

ks. P.K. Nie, narodziła się w Nowej Zelandii na przełomie tysiącleci, skąd przewędrowała do Australii, a potem do Kanady i Stanów. W Europie, jak już powiedziałem, najpierw przyjęła ją Wielka Brytania. Profesor Allan Kellehear z Uniwersytetu w Bradford bardzo ostro skrytykował medyczne nastawienie do kresu życia, które niesłusznie przechyla szalę społecznej uwagi w jedną stronę, pozbawiając drugą, dużo ważniejszą, zainteresowania i finansów. Medycyna, czyli diagnoza i opatrywanie, zajmuje tylko 5 procent. Reszta, czyli ta druga strona: opieka u kresu, towarzyszenie, umieranie, żałoba to już problem społeczny. Profesor Kellehear pokazał, co robić, by wspólnota lokalna mogła stać się współodpowiedzialna za przebieg umierania, przeżywania śmierci i żałoby.

Co trzeba robić?

ks. P.K. Przede wszystkim postawić problem i edukować. Tak jak to robi Fundacja Hospicyjna. W środowisku hospicyjnym zrozumienie problemu jest bardzo dobre, ale poza nim bliskie zeru.

Czy w Wielkiej Brytanii *compassionate cities* już są?

ks. P.K. Zarejestrowano tam ich kilka, a kilkanaście się do tego przygotowuje. *Compassionate Community model* jest już na przykład realizowany w Londonderry w Irlandii Północnej, z dużą społecznością ponad 230 000 osób, czy w Inverclyde w Szkocji, gdzie wspólnota 82 000 osób została już przeszkolona według jego kryteriów. Edynburg – stolica Szkocji, jest w drugiej grupie miast, które kandydują. To trochę trwa. Trzeba poinformować i przeszkolić różne środowiska lokalnej społeczności, spotkać się z każdą firmą, instytucją, urzędem. Moim marzeniem jest, by w Polsce pierwszym współodczuwającym miastem został Gdańsk.

Nadszedł czas współodczuwających, zatroskanych wspólnot. Czas rodziny, opieki społecznej i wsparcia społecznego.

W Gdańsku powstała Solidarność…

ks. P.K. A w idei *compassionate community* o solidarność międzyludzką właśnie chodzi. Jestem przekonany, że nadszedł ich czas – współodczuwających, zatroskanych wspólnot. Czas rodziny, opieki społecznej i wsparcia społecznego. Tak jak było kiedyś: kuma poszła do kumy i pytała się, w czym może pomóc. Kiedy sama była w potrzebie, wiedziała, że też może liczyć na wsparcie. Kiedyś takie współodczuwające wspólnoty myśmy tworzyli, ale to minęło.

A.J. Pamiętam badanie przeprowadzone na terenie robotniczych śląskich osiedli, tzw. familoków, gdzie przeważającą część mieszkańców stanowią starzy ludzie. Tam to jeszcze funkcjonuje. Ale wystarczy, że wejdą nowe rodziny i wspólnotowość zaczyna pękać.

Tę kampanię robimy drugi rok i bardzo trudno jest nam dotrzeć do mediów. Dlaczego?

ks. P.K. Kiedyś hospicjum też było niemedialne. Stoimy przed ogromną górą, którą musimy dopiero zdobyć. Ludzie sobie nie uświadamiają, że wszyscy są potencjalnymi opiekunami rodzinnymi. Musimy do nich z tą refleksją dotrzeć. To jest wielkie wyzwanie, dla wielu bardzo abstrakcyjny temat.

Na czym miałoby polegać systemowe wsparcie państwa?

ks. P.K. Na przykład na rekompensowaniu pracodawcy zmniejszenia opiekunowi rodzinnemu liczby służbowych obowiązków, przy zachowaniu mu tej samej pensji, oraz na stworzeniu systemu opieki wyręczającej. Przede wszystkim jednak powinno się zacząć od postawienia jednolitej diagnozy potrzeb rodziny. W Polsce w tym momencie stawiane są aż trzy: przez ochronę zdrowia, przez opiekę społeczną, a kolejna przez organizacje odpowiedzialne za wolontariat.

Naszym zadaniem są nie tylko zabiegi, by w Polsce jak najszybciej powstał odgórny system wsparcia opiekunów rodzinnych, ale także pobudzanie ludzi do aktywnego działania w najbliższym otoczeniu.

A.J. W 2015 roku w Wielkiej Brytanii wydany został „Care Act", który zobowiązał samorządy do przeprowadzenia diagnozy potrzeb rodziny, a potem do ich dalszego monitorowania i udzielania adekwatnego wsparcia.

Jednym z założeń kampanii jest organizacja warsztatów dla opiekunów. Co ma być ich treścią?

A.J. Do ich przygotowania zobowiązało się już wiele hospicjów. Warsztaty prowadzimy też z Fundacją TZMO „Razem zmieniamy świat", która realizuje je od lat. To są spotkania, podczas których można się nauczyć najprostszych kwestii pielęgnacyjnych. Każdy, kto pomagał osobie leżącej usiąść, wie, jaki to wysiłek i zarazem sztuka. Zależy nam także, by część warsztatów prowadzili psycholodzy. Opiekunowie mają prawo do lęku, do zmęczenia, do różnych emocji. I do wsparcia. Nie wszystko tylko należy się choremu.

Kolejnym celem jest tworzenie sieci lokalnego wolontariatu wspierającego opiekunów.

A.J. Realizację projektu zaczęliśmy już na początku roku z Fundacją Agory od znalezienia i przygotowania koordynatorów. Na nasz apel zgłosiło się 16 osób z 12 ośrodków, reprezentantów różnych organizacji pozarządowych i ośrodków pomocy społecznej. Przeprowadziliśmy dla nich warsztaty, pokazaliśmy, jakie formalności muszą być dopełnione, by ten wolontariat założyć i jak do niego zachęcać, gdzie szukać kandydatów i jak ich potem przygotować. Część z nich jeszcze przed wakacjami wykonała ogromną pracę i przeprowadziła rekrutację. W środowisku pozahospicyjnym świadomość, czym tak naprawdę jest wolontariat, okazuje się jeszcze bardzo nikła, a Polska zajmuje w Europie ostatnie miejsce, jeśli chodzi o zaangażowanie wolontariackie poza hospicjami. Warto, by pracodawcy wspomogli koordynatorów i podzielili ich etaty, tak by część swoich obowiązków koordynatora mogli wykonywać w ich ramach.

Jakie mogą być drogi dojścia do wolontariatu?

A.J. Poprzez parafie, kluby seniora, uniwersytety III wieku. Dla osób aktywnych zawodowo, niezrzeszonych w żadnych klubach czy niezwiązanych z Kościołem, szansą na włączenie się w struktury wolontariackie powinna być komórka koordynująca wolontariat na rzecz opiekunów rodzinnych, działająca przy różnych fundacjach czy MOPS-ach. Za dobry wzorzec mogą tu służyć hospicja.

Kiedy powiemy, że opiekun rodzinny nie jest już sam?

A.J. To dla rodziny zawsze będzie trudny czas. Na stronie Carers UK, angielskiej organizacji zajmującej się problemami opiekunów rodzinnych, wyczytałam, że swoje działania prowadzą już od… 50 lat. Nie mamy tyle czasu. Naszym zadaniem są nie tylko zabiegi, by w Polsce jak najszybciej powstał odgórny system wsparcia opiekunów rodzinnych, ale także pobudzanie ludzi do aktywnego działania w najbliższym otoczeniu. Osobiście mocno wierzę, że jeśli każdy z nas zacznie zmieniać świat w swojej mikroskali, to po jakimś czasie te zmiany nabiorą rozmiarów makro.

Żal mi **naszych wspomnień**, babciu

Karolina Kramkowska ma trzydzieści jeden lat i gruntowne humanistyczne wykształcenie. Jest pedagogiem, filozofem i pisze doktorat. Los chciał, by swoje zawodowe zainteresowania, związane z opieką nad osobami starszymi z demencją, odnalazła we własnej rodzinie. Karolina jest opiekunką wspierającą rodziców w towarzyszeniu jej babci z chorobą Alzheimera. Po godzinach prowadzi poradnikowy blog „Opieka nad seniorami".

NA POMOC OPIEKUNOM PO RAZ KOLEJNY

Już po raz drugi Fundacja Hospicyjna poświęci ogólnopolską kampanię „Hospicjum to też Życie" opiekunom rodzinnym osób chorych, niepełnosprawnych, zarówno w podeszłym wieku jak i dzieci. Poprzez możliwe środki przekazu będziemy przypominać o obciążeniach wynikających ze sprawowania opieki w domu, szczególnie tej długotrwałej, i o potrzebie zapewnienia systemowej pomocy. Będziemy też zachęcać lokalne społeczności do tworzenia sieci wsparcia opartych na zwykłej ludzkiej wrażliwości. Jej całe pokłady są w naszym społeczeństwie do odkrycia, m.in. na rzecz takich osób jak Karolina, która podzieliła się z nami swoją osobistą historią.

Nasi bliscy pamiętają za nas

Fot.: Archiwum FH

Od jak dawna Twoja babcia wymaga stałej opieki?

Trudno mi dokładnie określić ten czas, ale myślę, że to już blisko 3 lata. Mówię o rodzicach, bo ja nie jestem codziennym opiekunem, a tylko jeśli zaistnieje taka potrzeba. Oczywiście kiedy mogę, przyjeżdżam do rodzinnego domu. Latem jestem z babcią przez 2 tygodnie, żeby rodzice mogli choć trochę odpocząć.

Na czym polega codzienna opieka nad babcią? Czy cały czas ktoś musi z nią być?

Babcia jest osobą chodzącą, kontakt słowy z nią jest zachowany, ale logiczny nie zawsze, więc opieka ma typowy charakter dla osób chodzących z demencją. Obejmuje pomoc przy wszystkich tzw. czynnościach samoobsługowych oraz nadzór nad jej bezpieczeństwem. Babcia sama się ubierze, ale trzeba ją poinstruować, sama zje, ale danie musi mieć gotowe i rodzice muszą dopilnować, by je zjadła. W związku z zaburzeniami czasu i kojarzenia nie ma możliwości, by babcia została sama chociaż pół dnia. Nie będzie wiedziała, że ma zjeść, nie ma gwarancji, że nie będzie podejmowała ryzykownych zachowań i nie zrobi sobie krzywdy. Rodzice są z babcią całe dnie, dbają o nią we wszystkich aspektach, nie tylko tych biologicznych, ale przede wszystkim żeby godnie i możliwie bezstresowo przeżyła swoją starość w domu, wśród bliskich. To samo dotyczy mnie. Kiedy jestem z babcią, staram się opiekować nią możliwie najlepiej, najpełniej, ale zgodnie z tymi zasadami, które już rodzice wypracowali. Nie chcę wprowadzać dodatkowych bodźców, zmian, niczego, co zburzy do-

Dla wielu opiekunów bardzo trudny do zaakceptowania jest fakt, że jest to opieka wieloletnia, dzień po dniu, godzina po godzinie z chorym.

tychczasową harmonię i poczucie bezpieczeństwa babci ani planu opieki rodziców.

Do opieki nad osobą starszą masz przygotowanie zawodowe. Wiesz, jak zareagować, jak wykonywać pewne czynności… Ale pewnie ono nie wystarcza?

Zdecydowanie samo przygotowanie nie wystarczy. Bardzo pomaga, bo np. przełamuje pewne bariery przy kąpaniu osoby bliskiej, pomocy w toalecie, a to wobec członków rodziny bywa trudne. Wiem, jak prawidłowo reagować na agresję słowną czy na niechęć do jedzenia. Jest mi z pewnością łatwiej, bo na pewne objawy choroby mogę się nastawić, ale nie pomaga poradzić sobie z emocjami, które w sobie mam, kiedy one się pojawiają.

Co jest najtrudniejsze?

Myślę, że dla wielu opiekunów, w tym też dla moich rodziców, bardzo trudny do zaakceptowania jest fakt, że jest to opieka wieloletnia, dzień po dniu, godzina po godzinie z chorym. To przewraca życie do góry nogami, z czasem bardzo męczy psychicznie, nawet jeśli się tę bliską osobę kocha i chce dla niej dobrze. Dla mnie osobiście najtrudniejsze są odmienne stany świadomości babci. Mam na myśli, że babcia nie wie, kim jestem. Czasem kojarzy Karolinę, ale mi mówi, że to nie ta, o którą jej chodzi. Sądzę, że szczątkowo pamięta mnie z dzieciństwa, ale nie łączy mnie z tą Karoliną, o której czasem myśli. Niekiedy mówi mi, że Karolina się nawet nie odezwie, nie zadzwoni. To bardzo przykre, że ona tak to czuje. To samo dotyczy mojego pobytu – możemy być razem tydzień, a kiedy wyjeżdżam, mówi, że jej przykro, bo nie zostanę nawet na jeden dzień i z nią nie pobędę, a ona na mnie czekała. Czasem tak się dzieje, nawet jeśli nie do końca wie, kim jestem, ale powtarza, że czekała… To bardzo przykre, ponieważ ona faktycznie tak czuje, jest przekonana, że nie chcę z nią być.

Opieka uderza w rodziny, bo małżeństwa nie mają czasu dla siebie, rodzice nie mają czasu dla dzieci i po latach takiej walki okazuje się, że rodziny nie ma.

Najbardziej bałam się momentu, kiedy nie będzie mnie kojarzyła. Relacje z ludźmi to wspólne obszary życia, wspomnienia, a ona nie ma ich już ze mną. Czasem nawet mówi, że mnie nie znała, jak byłam mała albo że niedawno mnie poznała. Ja natomiast mam ogrom wspomnień, całe moje dzieciństwo jest z nią związane, bo mieszkała obok i była u nas codziennie. Towarzyszyła mi dzień po dniu w moim dzieciństwie, dorastaniu, dorosłości i nagle cisza… Jakby tego nigdy nie było.

Ci chorzy jak i ich rodziny są w naszym kraju przezroczyści.

Niełatwo jest żyć ze świadomością, że nie będzie poprawy…

Myślę, że to trudne jak każda choroba przewlekła, która jest drogą w jedną stronę. Jak każda choroba, która dotyka bliską osobę. Bardzo trudno się w tym emocjonalnie odnaleźć, bo ktoś nadal jest, ale jakby go nie było. Nie ma wspólnych tematów, nie ma wspomnień, nie ma żadnych odniesień adekwatnych dla obojga. Moja babcia kiedyś żartowała, że jak się doczeka wnuków ode mnie, będzie mogła umierać. Ja nie mam dzieci i śmieję się, że to dla babci, a tak poważnie w kontekście tego o czym mówimy, ja nigdy, nawet jeśli będę te dzieci miała, nie będę mogła się z nią tym podzielić tak prawdziwie. Kiedy z kimś dorastamy, czy są to nasi rodzice, czy dziadkowie, jest w nas potrzeba dzielenia się naszym życiem, pokazania owoców tego, jak nas wychowali, jak sobie radzimy. Babcia jest i zawsze była dla mnie bardzo ważna, i mogę jej dziś powiedzieć, co u mnie w życiu się dzieje, ale ona nie wie, o kim i o czym mówię. Jest i jednocześnie jej nie ma. Pytałaś, jak praca zawodowa pomaga, a to o czym mówię teraz, jest odpowiedzią, w jakich obszarach nie pomaga, a raczej nie wystarcza. Być może są opiekunowie zawodowi umiejący być tak profesjonalnymi wobec członków rodziny jak wobec osób, które spotykają zawodowo, ja niestety nie.

POMOC POTRZEBNA OD ZARAZ

Budowanie sieci wsparcia, zarówno tych systemowych, opartych na rozwiązaniach formalnych, jak i tych nieformalnych, działających w ramach lokalnych wspólnot, to projekt na lata. Dlatego organizacja kolejnej kampanii na ten temat jest cały czas początkiem drogi. Opiekunów rodzinnych borykających się ze swoim losem czasami nie dostrzegamy, nawet tych mieszkających blisko nas. Może dlatego, że nie zawsze choroba jest widoczna, nie zawsze wiąże się z niepełnosprawnością fizyczną i przykuwa do łóżka. Za to często przewraca życie – i chorego, i jego bliskich. Na kogo wówczas mogą liczyć? Zapytałam o to Karolinę:

Na jaką pomoc mogą liczyć opiekunowie osób z chorobami demencyjnymi?

W teorii wsparcie jest szerokie, wieloaspektowe. Są centra dla osób z demencją i ich opiekunów, chorych obejmują założeniach finansowania NFZ dla opieki długoterminowej i paliatywnej, działają grupy wsparcia… Realnie, jeśli szuka się pomocy, można odbić się od przysłowiowych drzwi. Mówię to też z perspektywy pracy z chorymi w środowisku domowym. Przykładem jest moja babcia. Kiedy policzy się jej skalę Barthel (przyp. red.: międzynarodowa skala oceny sprawności chorego), jest okazem zdrowia, a pielęgniarka środowiskowa czy opieki długoterminowej nie ma co robić. Na zajęcia do DDPS się nie nadaje, bo jest niesamodzielna. Paradoksalnie, w polskim systemie lepiej być osobą leżącą z demencją niż chodzącą. Lepiej dla rodziny, bo wówczas ma ona jakiekolwiek wsparcie i ktoś z zewnątrz przyjdzie do domu.

Kolejna kwestia to centra opieki i wsparcia dla rodzin. Cieszę się niezmiernie, że są inicjatywy pozarządowe, fundacje, stowarzyszenia, a w pracy zawodowej poznałam bardzo wiele opiekunek, pielęgniarek, pracowników socjalnych, którzy po godzinach, wolontaryjnie pomagają rodzinom, zwłaszcza tym zupełnie niezorientowanym w opiece. Jednak to nadal nie jest system opieki dla osób z demencją i ich rodzin. To pojedynczy ludzie z wielkim serduchem, którym nie jest obojętne, co dzieje się z „ich" chorym. Nie tak to powinno wyglądać – to powinien być zwarty, holistyczny system wsparcia. Korzystanie z pomocy to też czasem problem czysto techniczny, bo gdy opiekun

chciałby pójść na przeznaczone dla niego spotkanie, to co w tym czasie z chorym? Nie ma możliwości, żeby wyjść na spotkanie, kiedy w domu jest tylko jeden opiekun. Znam dużo ciekawych inicjatyw dla osób z demencją i ich rodzin i, jeśli tylko mogę, promuję je, ale jeśli opiekun sprawuje opiekę przez lata bez przygotowania, bez wsparcia, wypalony, zmęczony, między pracą a domem, to kiedy ma wolną chwilę, marzy żeby spać, a nie się spotykać z kimkolwiek.

Fot.: Archiwum FH

Wspólnych wspomnień czar

Opieka uderza w rodziny, bo małżeństwa nie mają czasu dla siebie, rodzice nie mają czasu dla dzieci i po latach takiej walki okazuje się, że rodziny nie ma. Ja jestem za opieką domową, zdecydowanie. Jeśli tylko jest to możliwe, to niech chory zostanie w domu, ale to nie może być heroiczna walka rodziny. Jak wskazują badania, w zależności od grupy badawczej ponad 95% chorych z demencją od diagnozy po zgon przebywa w domu. Pozostałymi 5% opiekują się DPS-y, ZOL-e, szpitale… Śmiało można mówić, że 9 z 10 chorych nigdy nie wyjdzie z domu i to ich rodziny będą walczyć o każdy ich godny dzień, a zarówno ci chorzy jak i ich rodziny są w naszym kraju przezroczyści, jakby ich nie było.

Jakiej pomocy najbardziej potrzebujesz?

Ja chyba nie potrzebuję pomocy jako ja, ale w imieniu opiekunów rodzinnych z pewnością można mówić o potrzebie edukacji w chorobie. Wielu z nich dowiaduje się przypadkiem, półsłowem o tym, że ich bliski ma demencję czy chorobę Alzheimera, ale brakuje uświadomienia, co się będzie z nim dalej działo. Widać to po moim blogu (www.opiekanadseniorami.blogspot.com), kiedy opiekunowie w wiadomościach prywatnych pytają np. o to, jak nakarmić chorego, co zrobić, kiedy nie chce pić, jak go umyć. Oczywiście można by tu liczyć na opiekę pielęgniarki środowiskowej, ale praktyka pokazuje, że często nawet osoby, które opiekują się chorym z założoną sondą, nie mają wiedzy, jak karmić i nie otrzymują dostatecznego wsparcia środowiskowego.

Wszystkim opiekunom rodzinnym radziłabym wyjść z cienia.

Kolejną potrzebą jest opieka wytchnieniowa, czyli pomoc opiekunek domowych, przychodzących na koszt państwa, nie tylko tych prywatnych, na które wiele rodzin zwyczajnie nie stać. Poza tym duża grupa opiekunek nie ma kwalifikacji i same nie wiedzą, jak postępować z chorym z demencją. W Polsce wciąż nie jest w pełni uregulowane, kto i na jakich zasadach może być opiekunem. Dla wielu rodzin ważne byłoby też wsparcie finansowe, ponieważ często, ze względu na opiekę nad chorym, jedna z osób rezygnuje z pracy i posiadane środki finansowe nie są wystarczające. Pamiętajmy, że opieka, zwłaszcza nad osobą leżącą, jest bardzo kosztowna. Naszą nadrzędną potrzebą jest potrzeba bycia zauważonym.

Byłaś przez jakiś czas w Anglii. Co przeniosłabyś z tamtego systemu opieki do Polski?

Przede wszystkim to, że ten system opieki jest, że opiekun ma wsparcie, że chory ma wsparcie. U nas niejednokrotnie serce się kraje, gdy widzisz dwoje starszych ludzi opiekujących się sobą wzajemnie. Oboje chorzy, często zaniedbani i niedożywieni, nie stać ich na opiekę prywatną i sami walczą z chorobą. W Wielkiej Brytanii są środki na opiekę, nie ma możliwości, żeby ktoś został sam. Firmy opiekuńcze zatrudniają wykwalifikowane opiekunki, jest nad nimi nadzór, prowadzona jest dokumentacja chorego. Nie jest to „praca na dziko z ogłoszenia", bo ktoś z dnia na dzień chce pracować w tym zawodzie. Z pewnością warta przeniesienia jest też opieka wytchnieniowa – czyli taka, gdy np. na tydzień lub dwa rodzina może zostawić chorego pod profesjonalną opieką w domu lub w odpowiednio przygotowanej placówce i wypocząć. Może także liczyć na pomoc w domu, w codziennych czynnościach pielęgnacyjnych i opiekuńczych. To są rzeczy, które niezwykle odciążają rodzinę. Profesjonalny opiekun przychodzący do domu zwiększa jej poczucie bezpieczeństwa.

OPIEKUN RODZINNY – NIE MUSI BYĆ SAM

To hasło tegorocznej kampanii, w ramach której odbędą się między innymi warsztaty dla opiekunów rodzinnych. Będziemy również kontynuowali projekt rozwoju lokalnego wolontariatu opiekuńczego. W ten sposób chcemy zapewnić opiekunom dostęp do praktycznej wiedzy na temat sprawowania opieki w domu oraz pomoc wolontariuszy, odpowiednio przygotowanych do swojej roli. Chcemy także nadal promować prawa opiekunów, o których wspomina też Karolina:

Wszystkim opiekunom rodzinnym radziłabym wyjść z cienia, zrezygnować z przekonania, że osoba chora w domu to temat tabu, natomiast otworzyć się na dzielenie problemem i szukanie pomocy. Nie bać się tego. Jest w nas, opiekunach, potrzeba udowadniania, że świetnie sobie radzimy, ale po latach opieki kończy się to wypaleniem. Kiedy potrzebujemy pomocy, prośmy o nią. Pamiętajmy, że choroby demencyjnej nie wyleczymy i mimo największych starań i serca włożonego w opiekę, stan chorego się nie polepszy. Dlatego ważne, by nie poddać się poczuciu bezsensowności własnych starań. Czasem nie możemy już nic zrobić, by poprawić stan zdrowia podopiecznego, ale mimo to robimy coś bardzo ważnego – jesteśmy z nim, kochamy i dajemy mu bezpieczeństwo oraz opiekę.

Rozmawiała i opatrzyła komentarzem Anna Janowicz, koordynatorka XIV kampanii „Hospicjum to też Życie"

Wolontariat niejedno ma imię

Koordynacja Centrum Wolontariatu to koordynacja fabryką pełną żywiołów, uczuć, ambicji, nastrojów oraz kontrastów. Każdy przychodzi tu z inną wizją, każdy chce wnieść kawałek siebie..., a my musimy to wszystko uporządkować i nadać wartość, która przeniesie się na dobro dla naszych podopiecznych.

Fot.: Jacek Rembowski

Wśród swoich

POCZĄTKI

Kiedy przychodzi do nas kandydat na wolontariusza, przede wszystkim pytamy, dlaczego to robi. Po pierwsze, dlaczego chce pomagać, a po drugie, dlaczego właśnie Fundacji Hospicyjnej. Zaraz pojawiają się pytania następne, dotyczące posiadanych umiejętności, pasji oraz pomysłu na siebie jako wolontariusza

Często są to osoby, które wcześniej miały kontakt z hospicyjnymi chorymi, bardzo świadome zarówno miejsca, jak i misji Fundacji. Im nie trzeba udowadniać wagi naszej pracy. Zdarzają się też zupełnie niedoświadczone, kierujące się impulsem, potrzebą nadania swojemu życiu dodatkowego znaczenia.

Każdy wolontariusz to oddzielna historia i oddzielne motywacje. Każdy to też inna osobowość i temperament. Na początku wspólnie dajemy sobie czas, aby się nawzajem poznać. To ważne, by w przyszłości umieć dobrze powiązać osobę z daną akcją czy aktywnością, w której mógłby się odnaleźć.

DWA MONOLOGI NIE CZYNIĄ DIALOGU...

...napisał Jeff Daly, a my się pod tym podpisujemy obiema rękoma. Komunikacja to trudna sprawa, szczególnie gdy terminy są na „wczoraj", ewentualnie „na już". Czasami jest nam zwyczajnie głupio znowu prosić wolontariuszy o pomoc. Na szczęście oni znają specyfikę pracy Fundacji i często ratują z opresji. Nierzadko sami dopytują się o następne zadania i potrafią nawet przeorganizować swój grafik, by po raz kolejny nas wesprzeć. Obie ukończyłyśmy studia pedagogiczne i zdobytą tam wiedzę teoretyczną niejednokrotnie sprawdzamy w praktyce. W naszym zespole są przecież zarówno dzieci i młodzież, jak i dorośli oraz seniorzy. Wolontariuszem może zostać każdy!

Kluczem do drugiego człowieka jest rozmowa. Z każdym wolontariuszem osobista. Również po to, aby znaleźć najlepszy sposób komunikacji. Jeden preferuje wiadomości sms, inny komunikatory internetowe, a jeszcze inny rozmowę przez telefon. Wiemy też już, że wszystko trzeba sobie ustalić do końca. Kiedyś pewien wolontariusz zamiast w Auchan na Jasieniu, stawił się w Auchan w Osowej. Innym razem koordynator Szkolnego Koła Wolontariatu, zamiast zbierać pieniądze do puszek, planował akcję zbierania zużytych puszek po napojach… Jeszcze inny, poproszony o dostarczenie dokumentów na recepcję w firmie w centrum miasta, zostawił je na recepcji... w Hospicjum. Dobrze, że zadzwonił poinformować o „wykonaniu" zadania. To dla nas nauczka, by wszelkie informacje formułować możliwie precyzyjnie i jasno.

Niektórym wolontariuszom musimy o akcji przypominać kilkakrotnie: parę dni wcześniej, koniecznie dzień przed oraz tego samego dnia. Są aktywni na wielu polach i bardzo pozytywnie zakręceni, nic więc dziwnego, że mogliby zapomnieć.

Czasami zdarzają się nam drobne konflikty, ale wszystko wyjaśniamy sobie od ręki i nie ma niedomówień... Nie możemy sobie na nie pozwolić.

BEZ FANU NIE MA SPONTANU

Mamy świadomość, że dla wolontariuszy bardzo ważne są też wspólne spotkania, wyłączone z aktywności na rzecz Fundacji. Często brakuje nam na nie czasu, ale kiedy już go znajdziemy, jest cudownie. W naszej fundacyjnej pracy to klasyczna wartość dodana. Zresztą często podczas nich pojawiają się nowe, inspirujące pomysły, związane z fundacyjnymi akcjami. Taka integracja jest szalenie ważna. Spędzamy razem dużo czasu, a potem mamy dużo wspólnych wspomnień, śmieszą nas podobne żarty sytuacyjne. Umiemy się śmiać z siebie nawzajem.

Wiemy też, że nasi wolontariusze spotykają się już bez nas, zupełnie prywatnie. Słyszymy, że sobie pomagają, a to owocuje również w naszej pracy.

Wolontariat łączy… i to niekiedy na całe życie. Wśród wolontariuszy zdarzają się przyjaźnie, często wieloletnie, sympatie, miłości. W niedalekiej przyszłości nawet ślub. Zaczęło się niewinnie: pierwsza wspólna kwesta na cmentarzu…, potem chwila przerwy i uczucie „wybuchło" pełną parą.

Wolontariat łączy również pokolenia, jest swoistą terapią dla osób samotnych, istotnym punktem odniesienia w ich tygodniowym rozkładzie zajęć.

A dla nas, zatrudnionych przecież na fundacyjnym etacie, to piękna szkoła ludzkiej bezinteresowności i źródło wiary w drugiego człowieka.

Anna Włodkowska i Anita Mrug-Bazylczuk
Koordynatorki Wolontariatu Akcyjnego Fundacji Hospicyjnej

Pomagać nie kazano

Na szczęście, bo ten tekst by nie powstał. Jerzy Szczepaniak, rocznik 39., do hospicyjnego wolontariatu wstąpił bez odgórnych poleceń czy za czyjąkolwiek namową. W życiu rozkazywał On, a nie Jemu, więc dlaczego po siedemdziesiątce miałoby się to zmienić? A dlaczego nie?

U Cecylii

P. Cecylia zbliża się do dziewięćdziesiątki. Ma piękną cerę i nieśmiały uśmiech. Jest też Jej córka, która mówi, że po wizycie z hospicjum mama ustawia się do pionu co najmniej na 2 dni. Teraz planuje zabrać Ją do siebie do Kiełpina, chociaż na weekend.

– Będzie chodził kot, będzie kogut, huśtawka w ogrodzie – Jerzy wylicza pozamiejskie przyjemności i dostaje uśmiech specjalnie dla niego. Jednocześnie trwa wymiana informacji z chorą i o chorej, a na stole rośnie stosik recept.

Po wyjściu, na schodach, doktor z Jerzym śpiewają „O mój rozmarynie...". W samochodzie pierwszy oddzwania do 4 pacjentów, drugi milczy jak zaklęty.

Fot.: Janusz Wojtacki

Przed wizytą

BACZNOŚĆ! ODMASZEROWAĆ!

O takich jak on mówią „rogata dusza". Od dziecka. Jerzy śmieje się, że ukochana babcia Michalina miała z nim skaranie boskie, bo nie lubił się ani myć, ani modlić. Szkoły też nie lubił. Jako trzynastoletni podrostek to nawet nie chodził do niej przez miesiąc, a potem, ze strachu przed karą, uciekł z kolegami na Śląsk. Zaliczył blisko 2 tygodnie wielkiej majówki. Szkołę średnią kończył z internatem, w innym mieście, a po maturze znowu uciekł, tym razem do wojska. *– U mnie w domu nie za bardzo miałem się do kogo przytulić, może poza babcią. Mama zmarła niedługo po moim urodzeniu, a tatę, przedwojennego oficera, po raz pierwszy zobaczyłem w wieku 9 lat. Nagle wrócił z Anglii i wziął się za wychowywanie syna. Byłem okropnie uparty, więc nie miał łatwo.*

Po maturze dostał się do Dęblina, do elitarnej szkoły wojsk lotniczych. Potem, przez 6 lat służył jako pilot i w domu był raczej gościem. To był czas tzw. zimnej wojny i prawie nieustannie obowiązywał I stopień gotowości bojowej. *– Nie, oczywiście, że się nie bałem* – moje pytanie Jerzego chyba dziwi. *– Pilot nie może się bać, chociaż utrata życia jest wliczona w każdy jego lot.*

Ze względów zdrowotnych musiał jednak latać przestać i po ukończeniu kolejnych studiów, tym razem na Wydziale Mechanicznym Wojskowej Akademii Technicznej w Warszawie, pracował w jednostkach na terenie całego kraju. Między innymi nadzorował budowy lotnisk, od pewnego momentu już tylko na stanowiskach dowódczych. *– Wiesz, nie cierpiałem przydupasów i miałem dla nich jedną radę: „Baczność! Odmaszerować!". W wojsku trzeba być twardym i nie można tolerować ani lizusostwa, ani samowolki. Tu ze Szczepaniakiem nie było żartów.*

W 1991, w stopniu podpułkownika, odszedł na emeryturę.

U Jerzego

Doktor wypisuje recepty, gospodarz, emerytowany wojskowy, siedzi na kanapie, żona wciąż się kręci. Zaraz na początku Jerzy przesadza mnie na inne krzesło, bo chyba zajęłam Jego miejsce. Klimat na wesoło, z wątkami kulinarno-ogródkowymi. Doktora interesuje przepis na tiramisu, Jerzy chwali się zaprawami z buraków, prawie wszystkich rozmarza wspomnienie dobrej golonki. Atmosfera niemal piknikowa, ale to nie piknik. Przypomina o tym uważność w oczach obu moich towarzyszy.

Po wyjściu, na schodach, ciąg dalszy koncertu, repertuar wciąż patriotyczny. W samochodzie wymieniają się szczegółami wizyty, a potem obaj, na przemian, opowiadają mi o kolejnej pacjentce, która „szczególnie lubi Jurka". Jedziemy do P. Marii.

PIĘKNE ZESZYTY Z PO

Kiedy ma się 52 lata, dobre zdrowie i doświadczenie bardzo czynnego życia, z nicnierobieniem pogodzić się trudno. Po krótkiej przygodzie z własną firmą trafił, jako nauczyciel PO (przysposobienia obronnego), czyli dzisiejszej edukacji dla bezpieczeństwa, do ogólniaka w Gdańsku-Oliwie, słynnej „piątki", i do XIV LO na Zaspie. Początki nie były łatwe. W wojsku prowadził szkolenia, czyli musiał coś przekazać, tutaj za punkt honoru postawił sobie czegoś nauczyć.

„Pożal się Boże człowieku, co to za lekcja!" miała powiedzieć dyrektorka po hospitacji, kiedy zaczynał. Kiedy odchodził, po 14 latach belferki, urządzono mu królewskie pożegnanie.

– Bardzo poważnie podchodziłem do tej pracy. Do dziennika wpisywałem, co kazano w programie, a w rzeczywistości wyrzuciłem tematy wojskowe i zająłem się zagrożeniami oraz pierwszą pomocą – Jerzy wspomina te czasy z wyraźną przyjemnością i zaraz puszcza oko. *– Prowokowałem też różne rozmowy o życiu, mimo wszystko bardziej realne niż zagrożenie bombą atomową.*

– PO to taki obśmiewany przedmiot, wydawałoby się, że niepotrzebny, ale na lekcjach profesora Szczepaniaka zawsze stawialiśmy się w komplecie – wspomina Karolina, jedna z dawnych uczennic. *– Był ze starej szkoły robienia rzeczy porządnie. Wiem, to nie do wiary, ale zeszyt z PO jest jedynym, który trzymam do tej pory z czasów ogólniaka. Wszyscy mieliśmy je piękne, z godłem na pierwszej stronie, z podkreślonymi tematami. Przez szacunek dla nauczyciela.*

Na koniec nauki każdy z nas dostawał osobiste życzenia i podziękowania za wspólny czas. Chociażby dla wpisu profesora warto ten zeszyt zachować.

A ja ze stosu uczniowskich kartek, podziękowań, dyplomów i laurek wybieram jedną, od Agaty.„…podał Pan mi pomocną dłoń, zachęcił pochwałą, zrozumiał moją niemoc. To, że w końcu dotarłam do brzegu, zawdzięczam Panu. Dziękuję za to. Dziękuję za serce!".

U Marii

Drzwi w wieżowcu na granicy Gdańska-Oliwy otwiera młoda dziewczyna i prowadzi do pokoju z hospicyjnym łóżkiem. Na nasz widok chora się rozpromienia. Ten uśmiech dostaję awansem, naprawdę należy się doktorowi i skierowany jest do „pana Jureczka".

– Doktorze, bardzo boli. To już tak będzie?

Fot.: Archiwum prywatne

Z Maciusiem

Fot.: Janusz Wojtacki

U Pani Cecylii

– Nie, spróbujemy pomóc.

– Panie Jurku, przyszła kartka z Bukowiny...

Rzeczywiście widzę ją, wetkniętą za duży obraz wiszący nad łóżkiem. No tak, Jerzy był przecież w lipcu w Tatrach...

– Panie Jurku, to była taka radość, że Pan o mnie nie zapomniał...

Z tamtej wizyty nie pamiętam wiele więcej. P. Maria zaczęła płakać.

Po wyjściu, na schodach i w windzie, milczymy. Jerzy z doktorem mówić zaczynają dopiero na dole. Są rzeczowi, analizują przyczyny złego samopoczucia chorej. Jerzy podpowiada, że u źródeł może leżeć spodziewana zmiana opiekunki. Następnego dnia doktor jedzie tam jeszcze raz.

ZMIANA WARTY

Do hospicjum dojrzewał..., w ogóle nie dojrzewał. Chyba że podprogowo, bo kiedy, jeszcze z młodzieżą, przychodził na strzelnicę LOK-u przy ulicy Kopernika, z której hospicyjny budynek był na wyciągnięcie dłoni, odwracał od niego wzrok. Nawet nie chciał patrzeć na miejsce, gdzie umierają ludzie. Życie jest po to by żyć, a nie by kręcić się wokół śmierci. Może więc napis „Hospicjum to też Życie", który zobaczył na koszulce mężczyzny na witomińskim cmentarzu, trochę Jerzego zirytował, ale też na tyle zaintrygował, że do niego podszedł. Trafił na Krzysztofa, wolontariusza z Hospicjum Dutkiewicza. Nie mógł lepiej. Porozmawiali i tak znowu wrócił na Kopernika, tym razem do hospicjum.

– Dzisiaj sobie myślę, że do hospicjum popchnęła mnie moja mama. W ogóle jej nie znałem, ale to stojąc nad jej grobem spotkałem człowieka, który zachęcił mnie do tego wolontariatu. Ja już od jakiegoś czasu szukałem miejsca, gdzie mógłbym pomagać. Dom Dziecka, Dom Spokojnej Starości, ale nigdy hospicjum. A jednak tak.

Nie od razu trafił na swoje miejsce. Najpierw trochę udzielał się w hospicyjnych akcjach, koordynował je, kwestował, jednak nie czuł się w tym dobrze. Miał wrażenie, że rozmienia się na drobne. Propozycja koordynatorki wolontariatu opiekuńczego, by zaczął jeździć jako hospicyjny kierowca, była strzałem w dziesiątkę. Wydawała się przy tym taka nieskomplikowana, z prawem jazdy przecież chyba się urodził...

Fot.: Janusz Wojtacki

Pierogi z Panią Ewą

Hospicjum Domowe dla Dzieci

Pierwszy kurs był jak kubeł zimnej wody. Miał pojechać po małą Agnieszkę i zawieźć ją wraz z mamą na zajęcia rehabilitacyjne. Cóż prostszego? Drogę zna, rozmowę prowadzić umie, z dzieckiem pomoże... Jerzy śmieje się sam z siebie na wspomnienie swojej naiwności. – *Trzeba było czasu, by przekonać do siebie rodzinę dziecka. Liczyłem na komitywę błyskawiczną, a zajęło to parę miesięcy. Szczere chęci nie załatwiły wiele.*

Czasy przywództwa skończyły *się* bezpowrotnie, tu był inny świat. Jeżeli ktoś pełnił funkcję szefa, to nie on, a mama. Zaczął słuchać, pokorniał z tygodnia na tydzień. Był pierwszą osobą, z którą mamy dzieliły się swoimi wrażeniami po lekarskich wizytach, zarówno dobrymi, jak i smutnymi.

– *Był bardzo kulturalny* – opowiada Ola, mama Michała, którego Jerzy też często woził. – *Czułam się przy nim bezpieczna, bo nigdy nie podawał dalej tego, co ode mnie słyszał. I tak wspaniale mówił o górach. „Jeszcze Olu tam pojedziesz" pocieszał.*

Z dziećmi nie jeździ w hospicjum już od dawna, ale z ich rodzinami wciąż utrzymuje kontakt. Pamiętają o sobie przy okazji świąt i rocznic, wysyłają kartki, dzwonią, serdecznie się ściskają podczas przypadkowych spotkań. – *To była moja pierwsza hospicyjna szkoła pokory* – przyznaje.

Hospicjum Domowe dla Dorosłych

Wciąż pamięta ten kurs. Poproszono, by zawiózł chorą z oddziału stacjonarnego do szpitala na Klinicznej, gdzie miała mieć wykonany drobny zabieg. Nieustraszony pilot, dowódca kilku wojskowych jednostek, wychowawca młodzieży w tzw. trudnym okresie, lekko spanikował, bo na tę Kliniczną z hospicyjną pacjentką jechał sam. Udało się: zawiózł, doprowadził, zaopiekował się i wrócili szczęśliwie do hospicjum.

Prawdziwy chrzest przeszedł z pielęgniarką Izą w Pruszczu. Jechali do chorego na zaplanowaną wizytę i już po drodze dowiedzieli się, że zmarł. – *Wówczas po raz pierwszy miałem osobisty kontakt z ciałem nieżywego człowieka. Musiałem go ułożyć, przygotować na spotkanie z rodziną, pomóc odłączyć sprzęt. Kiedy siedzieliśmy już z powrotem w samochodzie, zaczęły mi się trząść ręce.*

Od 5 lat, dokładnie od 21 lipca 2012 roku, jeździ na wizyty z hospicyjnym doktorem Januszem Wojtackim. Według prywatnej statystyki Jerzego przejechali wspólnie około 16 000 kilometrów. Tworzą zgrany duet, ale początki nie były łatwe. – *Musieliśmy się dotrzeć. Przede wszystkim musiałem zrozumieć, że o charakterze spotkania z chorym decyduje sam chory i sytuacja. Teraz wiem, kiedy mogę zabrać głos, kiedy pożartować, a kiedy powinienem wyjść z pokoju. Tym jazdom z doktorem wiele zawdzięczam, na przykład to, że ludzi się nie dzieli, bo w cierpieniu wszyscy jesteśmy jednakowi.*

Klatka 1., zbliżenie: *Oczy córki, której mama przed chwilą umarła. Byliśmy przy tym. Kwadrans wcześniej zapytała się doktora, ile jeszcze mamie zostało życia. Wahał się, powiedział, że może 3 godziny, może doba. Poprosił, by powiadomiła rodzinę. Chora umiera parenaście minut później. Oczy córki i słowa: „A mówił pan, doktorze, że jeszcze 3 godziny chociaż...".*

Klatka 2., plan ogólny: *Pokój chorej, góra 20-letniej. I jej pytanie: A co wy tacy poważni jesteście?". To była nasza ostatnia wizyta, 2 dni później już nie żyła. Trzeba się uśmiechać.*

Klatka 3., plan amerykański: *Siedzą obok siebie, matka i syn, jedynak. On gaśnie w oczach. „Doktorze, syn zaczyna tracić wzrok...". „Mamusiu, ale ja jeszcze ciebie widzę!".*

Klatka 4., plan półpełny: *Siedzę blisko chorej i opowiadam o moich górach. Mówi mi, że nigdy tam nie była i słucha z wielkim przejęciem. Powtarza: „Panie Jurku, ja je widzę!".*

Klatka 5., plan półpełny: *Doktor zajęty jest wypisywaniem recept, a ja śpiewam z chorym ułańskie piosenki. Na jego życzenie.*

Klatka 6., plan ogólny, wielokrotny: *Wychodzimy od chorego. Mówię: „Ja się już pożegnałem" i słyszę: „Ja też".*

Po wizycie wymieniają się obserwacjami. Zwłaszcza dużo ma do powiedzenia Jerzy, któremu w sytuacji personalno-socjalnej chorego rozeznać się łatwiej. Zauważyć, czy w domu jest miłość czy obojętność, czy może konflikt. Czy jest względny dostatek, a może skrzętnie skrywana bieda. – *Oj, czasami, jakby ktoś nas w samochodzie między wizytami zobaczył, to by pomyślał, że w głowach mamy nie po kolei. Wygłupiamy się na całego, trzeba odreagować.* Widziałam.

Wiosna... panie pułkowniku

Zmiany po siedemdziesiątce? Nowe wyzwania z przedwojennym peselem? Mówią, że od pewnego wieku człowieka już zmienić się nie da. Jerzy tylko się uśmiecha. – *Przez całe życie przewodziłem, kierowałem, obmyślałem scenariusze i nagle znalazłem się w miejscu, gdzie musiałem uczyć się wszystkiego od początku. Zanim zostałem hospicyjnym wolontariuszem, tak naprawdę nie miałem pojęcia, co to jest ludzkie cierpienie. Tutaj jestem jego świadkiem każdego dnia.*

Wysoki rangą oficer zawsze krok za lekarzem czy pielęgniarką, z pochyloną głową przed hospicyjną mamą, z uwagą słuchający, a nie mówiący (czyt. rozkazujący) to jednak niecodzienny widok. Chociaż Jerzy Szczepaniak żołnierskiego ducha się nie wyzbył. – *Zapytałaś o lęk przed lataniem. Lotnik nie powinien się bać, a hospicjanin nie powinien płakać. Inaczej pierwszy nie będzie mógł latać, a drugi pomagać. To ważne. Ja o wszystkich chorych pamiętam, ale nie płaczę. Pewnie też dlatego, że w tym co robię, mam w domu od żony wspaniałe wsparcie.*

Magda Małkowska

Hospicjum na dobry początek

Dodajmy, że w wieku 53 lat, podczas odsiadki i ze stwierdzoną chorobą alkoholową. Poświadczoną latami zakrapianych imprez i 2 terapiami. Pierwsza wystarczyła na 3 lata, na drugą trafił już w więzieniu – z przymusu i z planami, by zaraz po wyjściu urządzić sobie porządne „zapicie". Zanim jednak wyszedł, trafił do hospicjum jako wolontariusz.

SKRZYWDZONA NIEWINNOŚĆ

Rozmawiamy u mnie w pokoju. Pół roku wcześniej Krzysztof Czechowski wyszedł z więzienia na gdańskiej Przeróbce, a teraz pojawił się prosto po pracy, gdzie został zatrudniony przez dawnego szefa. Tego samego, który kiedyś za picie go wyrzucił. Właśnie dał mu kolejną szansę, bo Krzysztof jest dobrym fachowcem, od „wykończeniówki", a tacy są cenni. Nie wtedy jednak, kiedy nie przychodzą do roboty, jeżdżą po pijanemu, mają długi i grożą innym. To komplet przewinień, za które Krzysztof trafił za kratki. Najpierw na niecałe 2 lata, potem przedłużone do ponad 2 i pół, bo do więzienia nie stawił się na czas. – *Odwoływałem się, byłem przecież skrzywdzoną niewinnością i myślałem, że mogę z wolnej stopy* – wyjaśnia. Najpierw był Starogard, potem Grudziądz, wreszcie Gdańsk i tu kilkunastomiesięczny wolontariat w Hospicjum Dutkiewicza. Przyznaje szczerze, że bez zbytniego entuzjazmu, byle trochę wyrwać się za mury. Wybór był mały, bo mógł jeszcze leżeć na łóżku, ale wychowawczyni zachęcała. – *Nie pindol mi tutaj, spróbuj. Ty dasz radę* – wciąż słyszał, więc spróbował.

PRZEMIANY

Rozmawiamy o przemianach. Krzysztof mówi z wielkim entuzjazmem, dobrze mówi, obrazowo. Myśli ma uporządkowane, sam pilnuje chronologii wydarzeń. Chociaż jest to chronologia specyficzna, bo różne wątki nie tyle następują po sobie, ile promieniście zbiegają się do jednego punktu. W hospicjum zrozumiał, czym jest życie. W hospicjum odkrył u siebie duszę. Dopiero w hospicjum zaczął się naprawdę modlić. W hospicjum po raz pierwszy zobaczył, że niektórzy dają, niczego nie oczekując. W hospicjum uwierzył, że to sprawia wielką radość również temu, kto daje. – *Wcześniej w pale mi się nie mieściło, że można tak dbać o obcego człowieka* – zaczyna i przechodzimy do tych przemian.

Fot.: Magda Małkowska

W hospicyjnym ogrodzie

Przemiana 1. Nie piję

– Już od ponad 3 lat, z tego 32 miesiące w więzieniu. Nie miałem nic do gadania, skierowano mnie na leczenie, abstynencja była wymuszona. Więcej nie wypiję do końca życia, bo chyba potem bym zwariował.

Nazywa siebie lekkoduchem, któremu wszystko przychodziło w życiu łatwo. Do czasu, bo nie ma takich pieniędzy, których nie można przepić. Pił od lat 90. Nie zorientował się, kiedy przyszło uzależnienie. W 2002 dobrowolnie poddał się terapii, która na jakiś czas pomogła, ale potem wszystko wróciło. Narobił długów – u tych bliskich, u dalekich i u całkiem obcych. Nawet u własnego szefa. Komornik, firmy windykacyjne… Przez ostatni czas przed więzieniem już nie pracował, tylko pił. Był na całkowitym utrzymaniu żony i kiedy go zamknęli, jej ulżyło.

W hospicjum zrozumiał, czym jest życie. W hospicjum odkrył u siebie duszę, Dopiero w hospicjum zaczął się naprawdę modlić. W hospicjum po raz pierwszy zobaczył, że niektórzy dają niczego nie oczekując. W hospicjum uwierzył, że to sprawia wielką radość również temu, kto daje.

Przyznała się mu do tego dopiero, kiedy siedział. Kolejna terapia przeciwalkoholowa, którą przebył w więzieniu, z pewnością by nie wystarczyła. – *Byłem już umówiony z kolegą, że zaraz po wyjściu zaszyję się u niego w domu i w tajemnicy przed rodziną napijemy się porządnie ostatni raz. No to nie byłby ostatni.*

Kiedy po raz pierwszy wszedł na hospicyjny oddział, od razu poprosił o przeniesienie do prac remotowych. Nie mógł patrzeć na tyle cierpienia. Opieka nad chorymi kojarzyła mu się z odpowiedzialością, a on do niej nie nawykł. Ani za siebie, ani za swoją rodzinę, to dlaczego miałby za obcych. Poza tym sam też cierpiał, może nawet bardziej. Siedział w więzieniu, chociaż nikogo nie zabił. – *Naprawdę tak wtedy myślałem. W ogóle nie miałem empatii, ona wytworzyła się w tym miejscu.*

Refleksja nie spłynęła nagle. Trochę trwało, zanim zdał sobie sprawę, że jego cierpienie jest wymyślone, a tutaj naprawdę kończy się śmiercią. I że jego fochy w zestawieniu z pogodą ducha wielu umierających wyglądają śmiesznie. – *Pamiętam panią Basię, już starszą. Dużo z nią rozmawiałem. Chociaż pod koniec to nie chciała, bo wszystko ją bolało. Pamiętam Jurka, w moim wieku. Zgadaliśmy się, że w tym samym czasie byliśmy w wojsku. A potem umarł. Tylu imion nie pamiętam, tylko twarze.* Umierający nauczyli go, że najważniejsze jest to, co akurat teraz trwa.

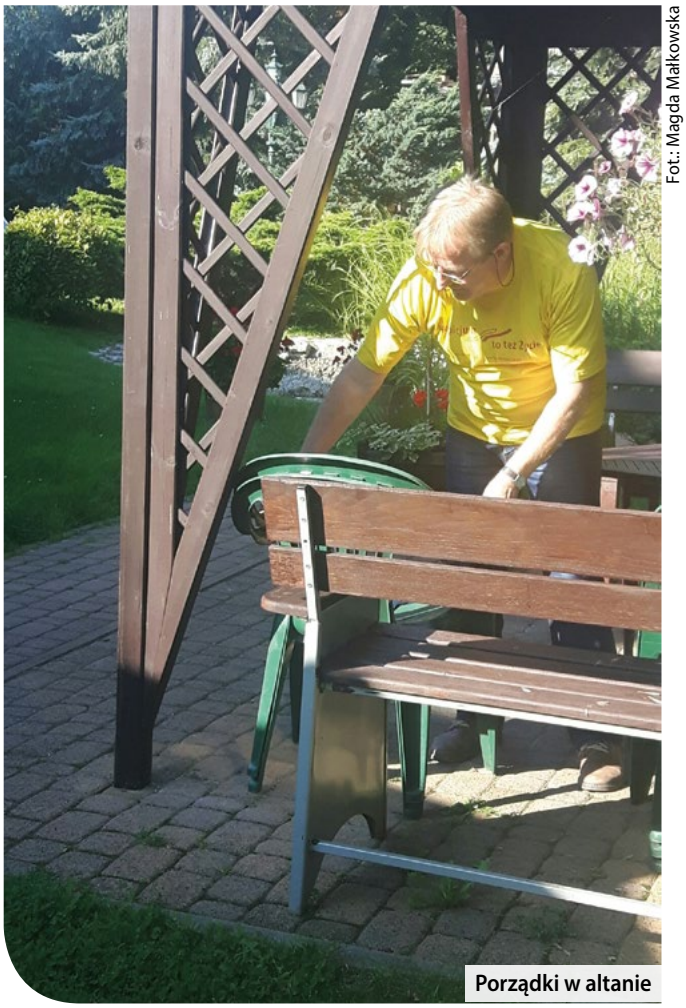
Kiedyś strażnicy cofnęli go przy bramie i nie wypuścili do hospicjum, bo coś tam w więzieniu narozrabiał. Chyba wtedy po raz pierwszy zdał sobie sprawę, że jeśli zabiorą mu pozwolenie na pracę, to tego nie zniesie. Nagle hospicjum stało się jedynym sensem życia. Zaczął się nawet modlić i pozwolenia nie zabrali.

W trakcie tzw. odwyków terapeuci radzą, by zerwać z dotychczasowym środowiskiem. Krzysztof swojej miejscowości opuścić nie mógł, ale bał się w niej zatrudnić. – *Postanowiłem, że moich dawnych kolegów od kieliszka zaakceptuję, ale pić z nimi nie muszę.* Dodatkową rękojmią abstynencji jest najmłodszy wnuk, który urodził się za jego odsiadki. Nigdy nie widział dziadka pijanego i nie ma zobaczyć.

Przemiana 2. Nie oszukuję

– Byłem manipulantem, potrafiłem skłócić ludzi, by coś zyskać. Byłem oszustem, choć udawałem super fajnego gościa.

I sypią się historie. O tym jak przed 20 laty pożyczył od obecnego szefa pilarkę. Ten później zapomniał, myślał, że ktoś mu ukradł i podejrzenie spadło na człowieka, który rzeczywiście na koncie miał drobne kradzieże. Pilarka też poszła na jego rachunek. Albo o obrączce żony. Potrzebował pieniądze na alkohol, to ją sprzedał. Bardzo mu pasowało, że żona po cichu obwiniała inną osobę. Najwięcej jest o nim samym. Oszukiwał siebie, że jest dobrym mężem, w porządku ojcem, świetnym i poszukiwanym fachowcem. Przez cały czas powtarzał żonie, że się rozumieją bez słów. – *Bzdura. Mówiłem tak, bo było mi z tym wygodnie. Może zresztą ona mnie rozumiała, ja jej na pewno nie.* Z syna był niby dumny, ale też na pokaz. – *Co to za tata, który nigdy z synem nie zagra w piłkę? Ja z nim nie grałem.* Na rynku pracy faktycznie miał wzięcie, ale alkohol, długi i coraz mniej obliczalne zachowanie wypchnęły go na boczny tor.



Fot.: Magda Małkowska

Porządki w altanie

– Przed hospicjum nigdy wcześniej nie spotkałem się z takimi ludźmi i z takim światem. Nie wiedziałem, że może być też dobry i bezinteresowny. Pamiętam, że kiedy zdałem sobie sprawę z ogromu tej dobroci, to coś we mnie pękło. Chociaż nie stało się to natychmiast. Teraz już ludzi nie oszukuję. Już bym nie potrafił.

Przemiana 3. Przepraszam

– Ja wcale nie chciałem być lepszy, bo uważałem, że jestem normalnym człowiekiem.

To może najważniejsza z przemian. Mimo poprzednich dwóch wydarzyć się nie musiała. Mąż, ojciec dorosłego dawno syna, teść, „poczwórny" dziadek – w każdej z tych ról był bardzo słaby.

Żonę poznał ponad 30 lat temu. Od razu wiedział, że trafił na właściwą i w tym samym roku wzięli ślub. Na początku wiodło im się nieźle, bo Krzysztof dobrze zarabiał, dom postawili bez kredytu. Nie ma jednak pieniędzy, których nie można przepić. Żonę zaczął przepraszać już w więzieniu. Kiedy zaraz po wyjściu zamówił w hospicjum mszę dziękczynną, była na niej jedną z nielicznych przedstawicielek rodziny, oprócz siostry. Syn nie przyszedł. Nic dziwnego, nie rozmawiali ze sobą długo przed więzieniem, obaj we wzajemnych pretensjach. Krzysztof w życiu syna był nieobecny, ale przyznawał sobie prawo do ingerencji i osądzania jego wyborów, w tym osobistych. A syn miał do niego ciągnący się latami żal za

zmarnowane dzieciństwo i do więzienia przysłał mu bolesny list. Padły słowa, po których trudno mieć nadzieję na zgodę. Na mszy nie było też synowej, której pozew do sądu, wniesiony z artykułu o groźbach karalnych, otworzył Krzysztofowi drogę za kratki. I oczywiście nie było też wnuków, żadnego z czwórki chłopaków, za którymi bardzo tęsknił.

Wszystkich ich przeprosił, przy czym z synową zwlekał najdłużej. Przed samym sobą nie chciał się przyznać, że więzienie mu się należało i że bardzo na tym skorzystał. Podchodził kilka razy i wreszcie się udało. Tym razem już bez jakichkolwiek oczekiwań. Najstarszego wnuka to się wprost zapytał, czy może być jego dziadkiem. – *Dziadek, ty zawsze byłeś moim dziadkiem. Tylko że ciebie nie było* – usłyszał.

Zaczął też zadośćuczyniać innym, krzywdzonym przez lata lub przed laty. Historie o pilarce i obrączce ujrzały już światło dzienne. – *Dojrzałem do tego, że półprawda jest zwykłym kłamstwem. W hospicjum do tego dojrzałem.*

Przemiana 4. Daję

– W ostatnich latach przed zamknięciem ja tylko brałem. Nie miałem zamiaru niczego zmieniać, po co? Nikomu nic nie zrobiłem i nikomu nic nie dałem. W więzieniu też. Dopiero w hospicjum po raz pierwszy mogłem coś oddać.

Wcześniej był przekonany, że skoro nic, nigdy, od nikogo za darmo nie dostał, to sam nic, nikomu i nigdy dać nie musi. Zarówno prywatnie jak i w pracy. W hospicjum na początku nie potrafił zrozumieć idei wolontariatu. Tak za darmo?! Kolejne miesiące takiej właśnie pracy i przyglądania się otoczeniu zrobiły swoje. – *Nie zapomnę pani Marleny, do której przychodziłem jeszcze po wyjściu z więzienia. Przyniosłem jej kiedyś tabliczkę zwykłej czekolady. Jak ona się cieszyła! I jak ja razem z nią! W hospicjum nauczyłem się radości z dawania.*

Poprzez pracę w Hospicjum odkryłem, jak wspaniałe jest dobro i że przy oddawaniu trochę zostaje dla mnie.

Już wie, że można nie tylko dać czekoladę, ale też swoje zaangażowanie, zwyczajnie swój czas. Teraz obdarowuje nim swoje wnuki. Niedawno stanął przed wyzwaniem – przez 2 dni miał im sam gotować. Czwórce chłopaków. Łatwo nie było, ale wciąż pamięta odczuwaną wówczas satysfakcję. A jednego z nich uczy gry w szachy. Kiedyś był taki zadowolony z siebie, że radzi sobie dobrze na szachownicy. Teraz cieszy się, że to, co umie, może komuś przekazać. Może komuś coś od siebie dać.

ŚWIADECTWO

(…)

– W roku 2014 trafiłem do więzienia, byłem mocno uzależniony od alkoholu. (…) W roku 2016 ukończyłem program AA, z którego korzystam do dziś. Akurat w tym czasie otrzymałem pracę w Hospicjum. Mówiłem wtedy: więzienie, przymusowa terapia, a teraz praca w umieralni. Jednak program AA i praca w Hospicjum odcisnęły na mnie piętno. (…) Tu okazało się, że ludzie umierający pokazali mi, jak ważna jest każda chwila życia, a ja tych chwil tyle zmarnowałem, a nawet nie pamiętam, bo miałem urwanych filmów co niemiara. (…) Poprzez pracę w Hospicjum odkryłem, jak wspaniałe jest dobro i że przy oddawaniu trochę zostaje dla mnie.

Przez was zostałem dobrym człowiekiem. No przez was, przez hospicjum.

Fragmenty wystąpienia, wygłoszonego 18.02.2017 r. podczas Mszy św. w kaplicy Hospicjum Dutkiewicza w Gdańsku.

Fot.: Artur Łopatniuk

Podczas Mszy św. w hospicyjnej kaplicy, luty 2017 r.

W listopadzie w hospicyjnej kaplicy odprawiona została kolejna msza święta w intencji wszystkich ludzi, których Krzysztof spotkał w Hospicjum. Jej data, 16 listopada, wybrana została nieprzypadkowo. Tego dnia wypadała 32. rocznica jego ślubu z Edytą i w obecności wszystkich zebranych odnowili przed ołtarzem swoją małżeńską przysięgę.

NA DOBRY KONIEC

Na koniec zacznę od początku i wyjaśnię. W okolicach walentynek Krzysztof pojawił się u mnie z kwiatkiem. W cywilnych ciuchach, więc potrzebowałam chwili, by skojarzyć z wolontariuszem więźniem, który 2 miesiące wcześniej wkręcał mi w suficie hak, bym mogła zawiesić gałązki jemioły. Wkręcił błyskawicznie i pogadać nie zdążyliśmy. W lutym chodził po pokojach z kwiatami na pożegnanie. – *Ja tego nie planowałem* – mrugnął, uśmiechając się przekornie – *ale przez was zostałem dobrym człowiekiem. No przez was* – dodał, bo oczy mi się rozszerzyły. – *Przez hospicjum.*

Magda Małkowska

Kalendarium najważniejszych wydarzeń 2017 roku w Fundacji Hospicyjnej

STYCZEŃ/LUTY

2.01.

Oficjalny początek kampanii 1-procentowej. W 2016 roku ponownie prowadziliśmy ją pod hasłem „Dzieci radzą sobie same tylko w bajkach. Pomóż chorym i osieroconym dzieciom". Hasło było nośne, ale jesteśmy przekonani, że na piękny rezultat kampanii – **1 230 743,89 zł** – złożyły się przede wszystkim nasze całoroczne działania o charakterze opiekuńczym, wspierającym i edukacyjnym. Bardzo dziękujemy za zaufanie i prosimy serdecznie o dalsze wsparcie w kolejnych latach. KRS Fundacji Hospicyjnej wciąż jest ten sam: **0000 201 002**.

12.01.

Uroczyste wręczenie stypendiów dla 12. podopiecznych Fundacji Hospicyjnej. Organizatorem i zarazem wydawcą charytatywnego kalendarza był „Dziennik Bałtycki", a wsparły go: Olivia Business Centre, Pekabex, Port Lotniczy Gdańsk im Lecha Wałęsy, Granaria Gdańsk, Rockfin, Port Gdański, Skok Stefczyka, Międzynarodowe Targi Gdańskie, Port Morski Gdynia, Sendo, Trefl i Inpro. *Ludzi dobrej woli jest więcej i mocno wierzę (-ymy) w to, że ten świat nie zginie nigdy dzięki nim.*

15.01.

Finał XXV Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, w trakcie którego otrzymaliśmy samochód marki Volkswagen caddy. Zespół hospicjum domowego dla dzieci będzie mógł pracować jeszcze składniej.

16-20.01.

Ferie w „Przystani". Jak co roku nie zabrakło ciekawych zajęć i spotkań. Park Trampolin JumpCity, spektakl w Operze Bałtyckiej, warsztaty języka chińskiego w Instytucie Konfucjusza, dzień w Hotelu Mercury Gdańsk Stare Miasto to tylko przykładowe propozycje aktywnego tygodnia ze słonikiem Tumbo.

23.01.

Dzień św. Pallottiego w Hospicjum Dutkiewicza, tradycyjne święto jego pracowników i wolontariuszy. Po uroczystej Mszy św. odbyła się premiera hospicyjnego teatru, zostały wręczone tytuły „7 Wspaniałych" , wybranych spośród pracowników i wolontariuszy Fundacji, oraz rozstrzygnięta loteria.

4.02.

Charytatywny „Bal z Sercem" po raz siódmy. Królował walc, bo zabawa urządzona została w stylu wiedeńskim, „leciutko, na palcach...", pod patronatem Ambasadora Republiki Austrii w Polsce. Dzięki zaangażowaniu gości i wszystkim przygotowanym atrakcjom w tym roku udało się zebrać **około 180 000 zł**.

10.02.

XXV Dzień Chorego w hospicjum, w tym roku w przeddzień obchodów oficjalnych, nasze najważniejsze święto w roku. Były kwiaty, prezenty, występ dziecięcego zespołu „Czarodzieje z Kaszub", wykład z psychologii pozytywnej i o wartości bycia „tu i teraz". Zwłaszcza tego dnia swoje zdrowie i życie warto docenić.

12.02.

TUMBOteam na Biegu Urodzinowym w Gdyni z PKO Bankiem Polskim. Nasi zawodnicy wyróżniali się koszulkami w kolorze słonika Tumbo, świetnymi humorami i wzajemną serdecznością. Dystans 10 km pokonał każdy!

18.02.

Bal karnawałowy dla pacjentów domowego hospicjum dla dzieci, ich zdrowego rodzeństwa oraz dzieci osieroconych, pracowników i wolontariuszy – na wesoło i na kolorowo. Atrakcji nie brakowało: był magik ze sztuczkami, wybuchowe eksperymenty, fotobudka, naleśniki jak marzenie, ciasta, ciasteczka... i świetny humor u każdego z blisko setki uczestników.

21.02.

Pierwsze w tym roku „Spotkanie z Bajką", czyli warsztaty dla dzieci młodszych klas szkoły podstawowej, podczas których czytamy „Kopciuszka" i uczymy, jak wspierać rówieśników przeżywających śmierć kogoś bliskiego.

25.02.

Nagroda Prezydenta Miasta Gdańska im. Lecha Bądkowskiego dla Fundacji Hospicyjnej w kategorii „Organizacja Pozarządowa". Otrzymaliśmy ją „za bardzo ważną wieloaspektową działalność, dotyczącą nie tylko opieki nad chorymi terminalnie, ale także wspieranie rodzin i osób najbliższych chorych, udzielane wsparcie psychologiczne oraz odrębne wspieranie dzieci – tracących rodziców („Słonik Tumbo pomaga"), niestandardowość działań oraz zaangażowanie pracowników i wolontariuszy organizacji" (fragment uzasadnienia kapituły Nagrody).

5.03.

Dzień Kobiet Nadzwyczajnych, czyli mam dzieci będących pod opieką hospicjum domowego i Funduszu Dzieci Osieroconych, a także uczestniczek Akademii Walki z Rakiem, obchodzony w gościnnych wnętrzach Hotelu Mercure Gdańsk Stare Miasto. Stylistyczne metamorfozy, pyszny poczęstunek, wykład motywacyjny o sile kobiecości, spotkanie z pisarką Magdaleną Witkiewicz i koncert zwycięzcy Voice of Poland Przemysława Radziszewskiego to tylko część atrakcji tego spotkania. Nadzwyczajnie udanego.

7.03.

Pierwszy dzień tegorocznej kontynuacji warsztatów psychoedukacyjnych dla pielęgniarek i opiekunek medycznych naszego hospicjum, prowadzonych przez psycholożkę dr Marię Rogiewicz. Spotkania odbywały się w kolejne wtorki marca, a następnie w październiku.

8.03.

Zakończenie Kursu Wolontariatu Opiekuńczego. Wręczyliśmy 55 certyfikatów. Mamy nadzieję, że wiedza zdobyta podczas kilkumiesięcznej nauki będzie istotnym wsparciem w trakcie wolontariackiej pracy.

15.03.

Początek akcji „Uśmiech Dziecka na Dzień Dziecka". Jej tradycyjny finał przypadł 1 czerwca. Udało nam się spełnić **530 marzeń** dzieciaków z całego kraju, podopiecznych 47 hospicjów. Paczki dotarły wszędzie na czas, jak zwykle dzięki niezawodnej firmie BPS z Gdańska.

17-18.03.

Pierwsza część szkolenia 16 koordynatorów, którzy zgłosili się do udziału w innowacyjnym projekcie „Lokalny Wolontariat Opiekuńczy", realizowanym w ramach kampanii Fundacji Hospicyjnej wraz z Fundacją Agory. Druga część szkolenia odbyła się **28-29.04**.

18.03.

ONICO Półmaraton w Gdyni, a my w nim jako TUMB0team. W biegu sztafetowym zajęliśmy 3. miejsce!

18.03.

Nagroda im. Aleksandry Gabrysiak dla dr. Janusza Wojtackiego. Wyróżnienie przyznawane jest co roku przez Okręgową Izbę Lekarską w Gdańsku tzw. pomorskim Judymom – instytucjom zrzeszającym lekarzy lub samym lekarzom, szczególnie zasłużonym w niesieniu bezinteresownej pomocy chorym i potrzebującym.

20.03.

Finał Turnieju Gier Planszowych o Puchar Prezesa Fundacji Hospicyjnej. Rozgrywki trwały przez 4 tygodnie i były okazją do integracji fundacyjnego środowiska oraz miłą rozrywką dla naszych pacjentów i ich bliskich.

21.03.

Dzień Praw Opiekuna po raz pierwszy. Pod koniec kampanii poświęconej opiekunom rodzinnym wyznaczyliśmy dzień, w którym o ich prawach i potrzebach chcieliśmy mówić szczególnie głośno. Po południu odbyło się spotkanie promocyjne *Wierszoterapii* – tomiku poetyckiego wydanego nakładem Fundacji Hospicyjnej, którego autorką była Aleksandra Perycz-Szczepańska, opiekun rodzinny.

25.03.

Pierwsza z wielu w całym roku kwest, które przeprowadzaliśmy w galeriach handlowych, podczas pikników, festynów i wydarzeń sportowych. Ostatnia z nich odbywała się w świątecznym tramwaju, który jeździł na trasie Gdańsk-Wrzeszcz pod koniec grudnia. Dzięki życzliwości darczyńców i zaangażowaniu wolontariuszy udało nam się zebrać **17 636,38 zł**.

31.03.-2.04.

Pierwsza w tym roku zbiórka żywności, przeprowadzona z Bankiem Żywności. Łącznie było ich trzy i dzięki wolontariuszom i ofiarodawcom udało się zebrać blisko **4700 kg**. Ponadto samodzielnie zorganizowaliśmy pięć zbiórek. Wartość zebranych produktów wyniosła **9 861,70 zł**.

Żonkilowa Sobota, czyli tradycyjny już piękny gest lekarzy z 7. Szpitala Marynarki Wojennej w Gdańsku. W wigilię Pól Nadziei na Pomorzu można było bez skierowania skorzystać z porad lekarzy specjalistów w zamian za datek do skarbonki na rzecz hospicjum. — 1.04.

Pola Nadziei na Pomorzu 2017 – wielkie święto solidarności z osobami u kresu życia, połączone z kwestą na ich rzecz. W Gdańsku również imponująca Żonkilowa Parada oraz uroczyste wręczenie tytułów „Honorowego Wolontariusza i Filantropa" Fundacji Hospicyjnej. Dzięki ofiarności wolontariuszy udało się zebrać tego dnia **około 560 000 zł**.

— 2.04.

Uroczysta Gala pierwszej edycji Festiwalu Wrażliwego, podczas której wiele wzruszeń. Tytuł „Człowieka Wrażliwego" otrzymały m.in.: **Elżbieta Skowrońska,** pielęgniarka naczelna hospicjum stacjonarnego i zarazem przełożona pielęgniarek hospicjum domowego dla dorosłych, a także nasi wolontariusze: **Krystyna Cywińska, Katarzyna Dobrzyniecka, Dorota Kolak, Beata Szewczyk i Jarosław Bieniuk** oraz filantrop **Wojciech Majewski**. Byliśmy bardzo dumni. — 6.04.

„Wielkanocne Jaja" w Galerii Bałtyckiej, czyli przedświąteczne spotkanie naszych przyjaciół artystów, dziennikarzy, sportowców i polityków przy jednym stole i przy jednym zadaniu – wspólnym wykonywaniu wielkanocnych ozdób. — 8.04.

3. Gdańsk Maraton. Na dystansie 42 km wystartowało około 3400 zawodników, w tym również członkowie TUMBOteamu.

— 9.04.

Uroczystości Triduum Paschalnego i Świąt Wielkiej Nocy. — 13-17.04.

Początek pierwszej z trzech wielkich zbiórek na siepomaga.pl dla naszych podopiecznych. Dla Mirka – na turnus rehabilitacyjny, dla Oskara – na specjalistyczny wózek inwalidzki i dla wszystkich pacjentów domowego hospicjum dla dzieci – na przenośny zestaw stomatologiczny, potrzebny naszej pani doktor podczas wizyt domowych. Każda zbiórka zakończyła się sukcesem! — 14.04.

Majówka wolontariuszy opiekuńczych w Zdunowicach na Kaszubach. — 6.05.

7.05. Drużyna Słonika Tumbo znowu startuje, tym razem w Europejskim Biegu PKO Bank Polski.

12.05.

Obchody Międzynarodowego Dnia Pielęgniarek w hospicjum. Było bardzo uroczyście, a jednocześnie rodzinnie i domowo – coś dla ciała, czyli tiramisu z dodatkiem buraków, coś dla ducha, czyli spektakl hospicyjnego teatru, i coś dla oczu, czyli piękne kwiaty.

13.05. Spotkanie promocyjne Aleksandry Perycz-Szczepańskiej, autorki *Wierszoterapii* w Pałacu Opatów w Gdańsku-Oliwie. Wydarzenie odbyło się w ramach Oliwskiego Dnia Poezji, organizowanego przez Gdański Klub Poetów i Wojewódzką i Miejską Bibliotekę Publiczną w Gdańsku.

27.05. Spotkanie dla mam naszych podopiecznych w kawiarni Libertas, gdzie mogły skorzystać z porad wizażystki, obserwować profesjonalny pokaz makijażu i wziąć udział w profesjonalnej sesji zdjęciowej. Wyjątkowe południe dla wyjątkowych kobiet.

2.06.

„Wieczór Marzeń" w gdańskim ZOO – tradycyjna impreza dla pacjentów pomorskich szpitali i hospicjów, przygotowywana przez pracowników oliwskiego ogrodu zoologicznego. Zaproszeni zostali też mali podopieczni Hospicjum Dutkiewicza i Funduszu Dzieci Osieroconych „Tumbo Pomaga".

8.06. Spotkanie podsumowujące rok pracy Koordynatorów Szkolnych Kół Wolontariatu i rozstrzygnięcie konkursu „Wkręć się i pomagaj", w którym zebraliśmy **prawie 15 000 kg nakrętek** i **około 7 000 kg** makulatury. Uzyskane środki przeznaczyliśmy na konieczny remont mieszkania jednego z naszych małych podopiecznych oraz zakup sprzętu medycznego.

10.06. Piknik z okazji Święta 49. Bazy Lotniczej w Pruszczu Gdańskim. Wśród gości mali podopieczni Fundacji Hospicyjnej.

10.06. „Piknik na zdrowie" GUMED-u, a na nim stanowisko Akademii Walki z Rakiem.

12.06.

Konferencja w Warszawie podsumowująca projekt „Lokalny Wolontariat Opiekuńczy".

15.06.

Początek akcji „Kolorowy Piórnik", czyli zbiórki artykułów szkolnych dla podopiecznych Funduszu Dzieci Osieroconych „Tumbo Pomaga". Wyposażonych zostało ponad 400 dzieci z całego kraju, a wartość wyprawek wyniosła około **44 000 zł**.

19-20.06.

Rejs blisko dwudziestki kobiet z Akademii Walki z Rakiem jachtem STS „Zaruski" po wodach Zatoki z cumowaniem w Helu. Każda z uczestniczek była w trakcie leczenia przeciwnowotworowego lub z jego historią na koncie. Płynęły, bo nawet rak nie może przeszkodzić w spełnianiu marzeń.

22-24.06.

Kurs podstawowy z medycyny paliatywnej w hospicjum, poprowadzony przez dr med. Aleksandrę Modlińską.

25.06.

Rodzinny piknik na początek lata, czyli gry i zabawy w hospicyjnym ogrodzie – i dla małych, i dla dużych.

26.06.-07.07.

„Wakacyjne spotkania" w świetlicy „Przystań", w których uczestniczyła 13. dzieci w wieku od 6 do 15 lat. Między innymi były na Helu, w Loopys Word, JumpCity, uczestniczyły w warsztatach garncarskich oraz w zajęciach przygotowanych przez Lufthansę. Dwa tygodnie minęły zdecydowanie a szybko.

2.07.

Finał 7. Rajdu Babci Aliny w Hospicjum Dutkiewicza. Jego uczestnicy przejechali blisko 1100 km, odwiedzili po drodze 8 hospicjów, a dzięki sponsorom uzbierali **77 000 zł**, które trafiły do chorych w postaci łóżek i sprzętu medycznego. Brawo!

15.07.

Wyjazd integracyjny wolontariuszy opiekuńczych na Kaszuby.

23.07.-02.08.

Obóz artystyczno-sportowy dla 30. naszych podopiecznych w Garczynie. Dzieci m.in. tworzyły ozdoby z betonu i gipsu, uczyły się samoobrony oraz uczestniczyły w warsztatach gliniarskich w Chmielnie.

24.07.

Koncert wirtuoza gitary Vadima Gavvy w ramach Klubu 1000. **9.08.** w hospicyjnym ogrodzie na hang drumie zagrała Małgorzata Aroma Podjacka, uczestniczka Akademii Walki z Rakiem, a **24.08.** wysłuchaliśmy koncertu Orkiestry Morskiego Oddziału Straży Granicznej.

31.07.- 10.08.

Obóz językowy w Szarlocie koło Kościerzyny dla kilkorga naszych podopiecznych, jak zwykle dzięki uprzejmości gdyńskiego oddziału Project Management Institute. *English is easy.*

19.08.

Czas rolkarskiego Maratonu Sierpniowego im. Lecha Wałęsy, więc TUMBOteam znowu stawia się na starcie. Wydarzeniu towarzyszył piknik, podczas którego kwestowaliśmy oraz zbieraliśmy nakrętki i wyprawki szkolne.

21-26.08.

Obóz dla fundacyjnych „pajączków", czyli naszych małych podopiecznych, szkolących wspinaczkowe umiejętności w Rzękowicach w Jurze Krakowsko-Częstochowskiej. Było ekstremalnie, ale było bezpiecznie.

24-28.08.

Mistrzostwa Świata w Siatkówce Mężczyzn, rozgrywki w Gdańsku. Podczas wszystkich meczy podopiecznych Fundacji Hospicyjnej wspierali zawodnicy i kibice drużyny... fińskiej, przekazując datki oraz biorąc udział w charytatywnej licytacji.

28.08.

Piknik w 49. Bazie Lotniczej w Pruszczu Gdańskim z okazji Święta Lotnictwa Polskiego. Nasi Przyjaciele zapraszają nas od lat i za każdym razem przygotowują moc atrakcji.

1.09.

Z Hospicjum Dutkiewicza odchodzi jego długoletni kapelan i były dyrektor, ks. Jędrzej Orłowski SAC. Funkcje duszpasterskie przejmuje ks. Waldemar Seremak SAC.

WRZESIEŃ/PAŹDZIERNIK

Gdańsk Business Run, w tym roku na terenie Młodego Miasta, wokół Europejskiego Centrum Solidarności. TUMBOteam utworzył trzy 5-osobowe zespoły, które pobiegły w sztafecie każda po 3,3 km. To wtedy po raz pierwszy zaprezentowaliśmy się w naszych pomarańczowych spódniczkach.

2.09.

III Konferencja Onkologiczno-Paliatywna im. ks. E. Dutkiewicza SAC, w tym roku pod hasłem: „Opieka zintegrowana – hospicyjne drogowskazy". Dwa dni cennych merytorycznie wykładów i warsztatów oraz inspirujących dyskusji w siedzibie Europejskiego Centrum Solidarności. Osobom indywidualnym i instytucjom, które w sposób szczególny propagują idee opieki hospicyjnej, przyznana została pierwsza edycja Nagrody im. ks. E. Dutkiewicza SAC.

8-9.09.

TUMBOteam bierze udział w 55. Biegu Westerplatte.

10.09.

15. rocznica śmierci patrona naszego hospicjum, ks. Eugeniusza Dutkiewicza SAC. Po Mszy św. spotkaliśmy się przy kisielu i czekoladzie – ulubionych smakołykach księdza. Tym razem bez mediów i bez gości z zewnątrz, bardzo rodzinnie.

11.09.

Wyjazd wolontariuszy opiekuńczych i akcyjnych wraz ze swoimi koordynatorkami do Wilna. W trakcie pobytu była okazja do zwiedzenia tamtejszego hospicjum i spotkania z jego dyrektorką, s. Michaelą Rak.

22-24.09.

Spotkanie organizacyjne dla Koordynatorów Szkolnych Kół Wolontariatu, połączone z inauguracją Pól Nadziei na Pomorzu 2018 w Gdańsku.

28.09.

Impreza integracyjna pracowników i wolontariuszy Fundacji Hospicyjnej w Kolibie – góralskiej chacie na sopockiej plaży.

29.09.

Zmiana warty na stanowisku prezesa Fundacji Hospicyjnej – miejsce Alicji Stolarczyk, która została członkiem Rady Fundacji, zajęła Anna Janowicz. Tego dnia rozpoczęła się także akcja „Mikołaje Łączcie się", w której zbieraliśmy **prezenty dla 166 małych podopiecznych** Fundacji Hospicyjnej. Mikołaje stanęły na wysokości zadania i każde dziecko swoją wymarzoną paczkę otrzymało na czas.

1.10.

11.10. Początek Kursu dla Wolontariuszy Opiekuńczych.

14.10. XIV koncert z cyklu „Głosy dla Hospicjów". Piosenki z Kabaretu Starszych Panów śpiewali Magda Umer, Piotr Machalica, Grzegorz Małecki oraz... zespół Fundacji Hospicyjnej. Wieczór inaugurował również XIV kampanię „Hospicjum to też Życie" poświęconą opiekunom rodzinnym. Dochód z wydarzenia wyniósł **ponad 50 000 zł**.

20-21.10. V hospicyjna pielgrzymka na Jasną Górę. (...) *Dziś zawierzamy Tobie, naszych cierpiących i konających. Zawierzamy ich rodziny, które przeżywają śmierć swoich bliskich. Zawierzamy wszystkich, którzy z oddaniem służą im w Hospicjum, jako najbliżsi ich opiekunowie oraz przyjaciele Hospicjum* (z „Aktu Zawierzenia").

1.11. Kwesty na cmentarzach w ramach akcji „Światło dla Hospicjum". Pieniądze zbieraliśmy także 28 i 29 października, a potem 1, 2 i 4 listopada. Pogoda nie sprzyjała, jednego dnia nawet zamknięto cmentarze, a i tak udało nam się zebrać **powyżej 100 000 zł**

2.11.2017-14.01.2018 Trzecia edycja akcji hipermarketu E.Leclerc „Kupuję i pomagam", pod hasłem „Pomaganie jest piękne, zróbmy to razem". 5% wartości każdej zakupionej w sklepie paczki świątecznej lub bonów towarowych zostało przekazane na rzecz podopiecznych Hospicjum Dutkiewicza. Dziękujemy za pomysł i wierność naszej Fundacji.

5.11. TUMBOteam startuje w AmberExpo Półmaratonie Gdańsk 2017.

6-10.11. Wizyta diakonów pallotyńskich z Ołtarzewa. Przyszli księża poznawali naszą codzienną pracę. To był dobry czas ciekawych rozmów i odwiedzin chorych.

11.11. Jeżeli Święto Niepodległości to i Bieg Niepodległości. A jeżeli bieg, to chociaż wiało i padało, TUMBOteam stawił się na starcie.

13.11.

Wernisaż wystawy fotograficznej Anety Zięciny, Katarzyny Szady i Anny Ptach, pod specjalnym patronatem Elmera, słonika w kratkę znanego z literatury dziecięcej. Na zdjęciach przedstawione zostały dzieci z porażeniem mózgowym z Przedszkola nr 77, a wśród nich także Jessica, nasza podopieczna.

19.11.

Bal Andrzejkowy w hospicjum dla ponad 70 dzieci chorych, ich rodzeństwa, osieroconych oraz dzieci pracowników i wolontariuszy. W organizację zabawy po raz kolejny włączyli się nasi przyjaciele, w tym: Hotel Gdańsk Mercury Stare Miasto oraz firma PAM Event. Było magicznie, wybuchowo, kolorowo i bardzo wesoło.

21.11.

Dzień Tumbo, czyli druga edycja Dnia Solidarności z Dziećmi i Młodzieżą w Żałobie, obchodzonego w blisko stu gdańskich placówkach oświatowych. Dzięki zorganizowanym tego dnia festynom i przeprowadzonym kwestom udało się zebrać **około 30 000 zł**. Dziękujemy! Po południu w hospicjum odbył się dla mieszkańców Gdańska wykład Agnieszki Paczkowskiej na temat wsparcia dzieci i młodzieży w żałobie oraz zaprezentowane zostało kolejne opowiadanie z serii „Bajka Plasterek", pt. „Za siódmą górą".

23.11.

Fundacja Hospicyjna laureatem nagrody Banku Ochrony Środowiska i Fundacji BOŚ za działania sprzyjające ekologii i zaangażowanie społeczne. Uroczyste wręczenie Klonów 2017 odbyło się podczas Gali w warszawskim Hotelu Hilton. To cieszy, że nas zauważają.

24.11.

Dzień Praw Opiekuna po raz drugi. Główne wydarzenia przenieśliśmy do stolicy, gdzie na Dworcu Centralnym zorganizowane zostało spotkanie dla mediów i przedstawione główne założenia kampanii. W skrócie: Opiekun rodzinny – nie musi być sam".

28.11.

Wykład Agnieszki Paczkowskiej w sopockim Teatrze Atelier o żałobie małych i dużych, przeprowadzony w ramach „Memento mori. W listopadzie wokół śmierci" – projektu realizowanego przez Uniwersytet Gdański, Wydział Lingwistyki.

30.11.

Konferencja „Aktywny Senior", której partnerem była Fundacja Hospicyjna. Zaprezentowaliśmy nasze działania na rzecz rozwoju wolontariatu opiekuńczego, zaprosiliśmy seniorów do przyłączenia się do grona wolontariuszy, a wieczorem zorganizowaliśmy integracyjne spotkanie dla dorosłych wolontariuszy akcyjnych i opiekuńczych w gdańskim pubie Chilly Willy.

2.12

Rano „Bieg Mikołajów", podczas którego dla naszych podopiecznych biegło blisko 650 osób, a popołudniu „Gwiazdy malują Gwiazdy", czyli coroczne wydarzenie w Galerii Bałtyckiej z udziałem naszych przyjaciół artystów, dziennikarzy, sportowców i polityków. Powstały autorskie piękne bombki, które zostały wylicytowane na antenie Radia Gdańsk.

2-23.12.

Świąteczny Jarmark Bożonarodzeniowy, a na nim stoisko Fundacji Hospicyjnej. W ofercie – bombki, stroiki, kartki oraz książki, a wśród kupujących – wielu stałych bywalców.

3-6.12.

Adwentowe rekolekcje w Hospicjum. W tym roku prowadził je redemptorysta ks. Jacek Dembek.

2-8.12.

Tydzień Wolontariatu, organizowany przez Regionalne Centrum Wolontariatu w Gdańsku, Miasto Gdańsk oraz gdańskie organizacje pozarządowe. Braliśmy w nim czynny udział, a zaszczytny tytuł Wolontariusza 2017 roku otrzymał Krzysztof Kamiński, nasz wieloletni zasłużony Przyjaciel. Gratulujemy z całego serca!!!

4.12.

Zabawa na Miejskim Lodowisku dla młodych wolontariuszy akcyjnych Fundacji Hospicyjnej, zorganizowana w przeddzień Światowego Dnia Wolontariusza.

6.12.

Otwarcie Charytatywnej Wystawy Choinek w Galerii Przymorze. Przez miesiąc można było podziwiać kilkanaście drzewek trójmiejskich instytucji firm i placówek oświatowych, a dochód z wydarzenia przeznaczony został na zakup przenośnych lamp bioptron, które emitują światło o działaniu przeciwbólowym i wspomagającym gojenie się ran.

8.12.

Panel podczas Kongresu Praw Człowieka w Warszawie poświęcony prawom opiekunów rodzinnych. Dwugodzinnym wykładom i dyskusjom przewodniczyła Anna Janowicz, prezes Fundacji Hospicyjnej. Opiekunowie rodzinni to temat, w którym jesteśmy już ekspertami nawet dla ekspertów.

14.12.

Spotkanie przy opłatku pracowników i wolontariuszy Fundacji Hospicyjnej. **15.12.** odbyła się wigilia dla rodzin będących pod opieką Domowego Hospicjum dla Dzieci, a **18.12.** przy świątecznym stole spotkali się uczestnicy Akademii Walki z Rakiem. To był czas dobrych słów – okazja do powiedzenia innym i od nich usłyszenia wielu ciepłych życzeń.

24.12.

O godzinie 24.00 tradycyjna pasterka dla wszystkich przyjaciół i sympatyków hospicjum.

W 2017 roku w sposób szczególny pomogły nam firmy i instytucje (cd.):

- L'Biotica & HF Hipokrates Sp. z o.o., Gdańsk
- Leasing Polski Sp. z o.o., Gdańsk
- Lechia Gdańsk SA., Gdańsk
- Leroy Merlin Polska Sp. z o.o., Gdańsk, ul. Szczęśliwa
- Lighthouse, Warszawa
- Lonza – Nata Sp. z o.o., Żukowo
- LPP SA, Gdańsk
- LPP Tex SA, Gdynia
- Lufthansa Systems Poland Sp. z o.o., Gdańsk
- Makro Cash & Carry Polska SA, Gdynia
- Margo Gdańsk – Autoryzowany Dealer i Serwis Hyundai, Gdańsk, Gdynia
- Masterlease Sp. z o.o., Gdańsk
- Media Saturn Holding Polska Sp. z o.o., Warszawa
- Medivet SA, Śrem
- Michalczyk i Prokop Sp. z o.o., Gdynia
- Michalczyk i Prokop Sp. z o.o., Łódź
- Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, Gdańsk
- Międzynarodowe Targi Gdańskie SA, Gdańsk
- Marine Harvest Polska SA, Gdynia
- Mercedes-Benz Witman, Gdańsk
- Muzeum Polskiego Czynu Zbrojnego w Armiach Sprzymierzonych, Borkowo
- Finastra, Łużycka Office Park, Gdynia
- Nadleśnictwo Kolbudy, Kolbudy
- Narodowy Instytut Geriatrii, Reumatologii i Rehabilitacji, Warszawa
- Nationale-Nederlanden Usługi Finansowe SA, Warszawa
- Norra Solberga, Flisby Forsamling, Szwecja
- Oceanic SA, Trąbki Wielkie, Sopot
- Ogólnopolskie Forum Pediatrycznej Opieki Paliatywnej, Warszawa
- Okręgowa Izba Lekarska, Gdańsk
- Orkiestra Reprezentacyjna Marynarki Wojennej RP, Gdynia
- Oshee Polska Sp. z o.o., Kraków
- PAR Bakuła Sp. j., Gdańsk
- Park Handlowy Matarnia, Gdańsk
- Park Trampolin Jumpcity, Gdańsk
- PCC Consumer Products Czechowice SA, Czechowice-Dziedzice
- Piekarnia Paryska Jarosław i Dariusz Wrocławscy s.c., Gdańsk
- Piekarnia-Cukiernia Andrzej Szydłowski, Gdańsk
- Piekarnia-Cukiernia Eugeniusz Lipiński, Gdańsk
- Piekarnia-Cukiernia Pellowski, Gdańsk
- Piekarnia Kidzińscy, Gdańsk
- Pierogarnia U Dzika J.K.P. Dzik s.c., Gdańsk
- Pizzeria Leone, Gdańsk
- PMI Poland Chapter, o. Gdańsk
- Polska Spółka Gazownictwa Sp. z o.o., Gdańsk
- Politechnika Gdańska, Gdańsk
- Polskie Koleje Państwowe SA, Warszawa
- Polskie Towarzystwo Gerontologiczne, Poznań
- Polska Filharmonia Bałtycka im. Fryderyka Chopina, Gdańsk
- Pomorska Specjalna Strefa Ekonomiczna Sp. z o.o., Sopot
- Polpharma SA Zakłady Farmaceutyczne, Starogard Gdański
- Polska Press Sp. z o.o., o. Gdańsk
- Polskie Radio, Program III, Warszawa
- PPH Opak Mirosław Wilczyński, Gdańsk
- Pracownia Sp. z o. o., Gdańsk
- Pracodawcy Pomorza, Gdańsk
- Prestiż Magazyn Trójmiejski, Gdańsk
- Prime Car Management SA, Gdańsk
- Projekt PR, Gdańsk
- Progres Sp. z o.o., Gdańsk
- Przewozy Autobusowe Gryf Sp. z o.o., Żukowo
- Radio Gdańsk, Gdańsk
- Radio Złote Przeboje, Gdynia
- Rebel Sp. z o.o., Gdańsk
- Regionalna Dyrekcja Lasów Państwowych, Gdańsk
- Regionalne Centrum Krwiodawstwa, Gdańsk
- Restauracja Kubicki, Gdańsk
- Restauracja Malinowy Ogród, Gdańsk Osowa
- Republika Smaku s.c., Gdańsk
- Ringier Axel Springer Polska Sp. z o.o., Warszawa
- Roxtec Poland Sp. z o.o., Reda
- Rossmann Supermarkety Drogeryjne, Polska
- Rzecznik Praw Obywatelskich, Warszawa
- Satel Sp. z o.o., Gdańsk
- Seni – TZMO SA, Toruń
- Saur Neptun Gdańsk SA, Gdańsk
- DB Schenker, Gdańsk
- Security Sp. z o.o., Gdańsk
- SII Sp. z o.o., o. Gdańsk
- Silco Sp. z o.o., Gdańsk
- Smurfit Kappa Gdańsk, Pruszcz Gdański
- Smyk Sp. z o.o., Gdańsk Matarnia, Warszawa
- Sodra Vebo Pastorat, Eksjo, Szwecja
- Sopockie Towarzystwo Ubezpieczeń Ergo Hestia SA, Sopot
- Stal-Met. Skup złomu, Gdańsk
- STmicroelectronics SA, Warszawa
- STBU Brokerzy Ubezpieczeniowi Sp. z o.o., Gdańsk
- Studio Tańca TOPdance, Marek Konderak, Gdańsk
- Super-Pharm Poland Sp. z. o.o. PH Matarnia, Gdańsk, Warszawa
- Storm Riders, Puck
- Stowarzyszenie na Rzecz Ratownictwa Adiutare, Gdańsk
- Stowarzyszenie Związek Miast i Gmin Morskich, Gdańsk
- Straż Pożarna, Gdańsk
- Sylwester Ciszek Photography, Gdańsk
- Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej, Sopot
- Szwedzki Klub Biznesu, Gdańsk
- Teatr Feta, Gdańsk
- Teleradiomechanika Witosław Bociąg, Gdańsk
- Ticketpro, Warszawa
- Tiger Gym Fitness Club, Gdańsk
- Thomson Reuters (Markets) Europe SA, o. Gdynia
- Thyssenkrupp Group Service Sp. z o.o., Gdańsk
- Toruńskie Zakłady Materiałów Opatrunkowych, Gdańsk
- Torus Sp. z o.o., Sp. k., Gdańsk
- Totalizator Sportowy Sp. z o.o., Gdańsk
- Trefl SA, Sopot
- Trójmiasto.pl Sp. z o.o., Gdańsk
- TPA Horwath Poland, Warszawa
- TPA Poland, Poznań
- TVN, Warszawa
- TVP SA, Warszawa
- TVP 3, Gdańsk
- Uniwersytet Gdański, Gdańsk.
- Urząd Marszałkowski Województwa Pomorskiego, Gdańsk
- Urząd Miejski, Gdańsk
- Urząd Miasta Pruszcz Gdański
- Urząd Wojewódzki, Gdańsk
- VetPoint S.j., A. Paluszewski i wsp., Gietrzwałd
- Via Medica Sp. z o.o., Sp. k., Gdańsk
- Weco-Travel Sp. z o.o., Gdańsk
- Wytwórnia Wędlin Władysław Kummer, Rumia
- Zakład Transportu Miejskiego, Gdańsk
- Zakłady Porcelany Stołowej Lubiana SA, Łubiana
- Zarząd Dróg i Zieleni, Gdańsk
- Ziaja LTD Zakład Produkcji Leków Sp. z o.o., Gdańsk
- Zespół Pieśni i Tańca Uniwersytetu Gdańskiego Jantar im. Z. Krasińskiego, Gdańsk
- Związek Harcerstwa Rzeczypospolitej, Okręg Pomorski, Gdańsk
- Żegluga Gdańska Sp. z o.o., Gdańsk

Hospicjum to też Życie **Fundacja Hospicyjna**

Jest wiele powodów,
dla których możesz nas wspierać

Prowadzimy Hospicjum dla Dzieci i Dorosłych im ks. Dutkiewicza w Gdańsku, Fundusz Dzieci Osieroconych „Tumbo Pomaga", Akademię Walki z Rakiem. Rozwijamy wolontariat opiekuńczy i akcyjny, organizujemy ogólnopolskie kampanie społeczne.

1% KRS 0000 201 002

Poznaj nas, wspieraj
#ZnajdźSwójPowód