



**TAK
POMAGAM!**

Zbiórka
29-30 marca 2019 r.
w wybranych sklepach

Włóż produkt o długim terminie ważności do naszych koszyków



PARTNERZY MERYTORYCZNI WYDANIA

**PRZEWODNIK
KATOLICKI** ŁÓDŹ

Plus radio | 100,4 FM

BEZ RESZTY

Nr 9 (marzec 2019) region łódzki

Czy młodzi ludzie, pędzący przed siebie, żyjący tu i teraz, są w stanie zatrzymać się i zauważyć seniorów? Co starsi ludzie mogą zaoferować młodzieży i odwrotnie? Czy te dwa, pozornie odległe od siebie światy, mają szansę zaistnieć w tym samym czasie i przestrzeni?

Pomysł na „Sztafetę pokoleń” to efekt stale rosnącej konieczności objęcia wsparciem osób starszych, samotnych, chorych, które – bardziej, niż pomocy finansowej czy rzeczowej – oczekują zwyczajnej troski, zainteresowania, obecności drugiej osoby.

W ostatnim kwartale 2018 roku zespoły złożone z jednego wolontariusza Parafialnego Zespołu Caritas i kilku młodych wolontariuszy Szkolnego Koła Caritas odbyły cykl kilku spotkań z podopiecznymi z terenu wybranych parafii w Łodzi, Koluszkach, Pabianicach i Tomaszowie Mazowieckim.

Zadaniem tych zespołów było wypełnienie wolnego czasu seniorów. Trzeba było pogodzić ich oczekiwania i stan zdrowia, z możliwościami wolontariuszy.

Jedno z takich spotkań – w babskim gronie – jak określiły jego uczestniczki, odbyło się w siedzibie Caritas, przy ul. Gdańskiej.

„Byłyśmy już razem w pizzerii i w kawiarni. Dziewczyny zabrały mnie do kina. Lepiłyśmy też razem pierogi, a ostatnio oglądałyśmy zdjęcia z mojej wyprawy do Zakopanego” – wylicza pani Danusia, dziarska seniorka, z którą spotykają się Natalia i Ola, uczennice I klasy szkoły średniej oraz pani Iwona z Parafialnego Zespołu Caritas. „Czuję się przy nich swobodnie. Zawsze mamy o czym pogadać, mogę coś im przekazać,

o swoim udziale w projekcie Natalia. Jej koleżanka, Ola, myśli podobnie. „Na co dzień mieszkam z babcią i lubię kontakt ze starszymi osobami. Spotkania z panią Danusią dają mi dużo radości. Uczą otwarcia na świat, otwarcia na starsze osoby, wzajemnego słuchania” – wylicza.

Pani Iwona, nauczycielka Natalii i Oli, jest przekonana, że zaangażowanie młodzieży w projekty społeczne ma same zalety. „Udział w »Sztafecie pokoleń« to świetny pomysł na zaangażowanie moich uczniów. Dzięki takim projektom zdobywają kompetencje społeczne i mogą

poznać się dzięki „Sztafecie pokoleń”. Pani Danuta z Parafialnego Zespołu Caritas wraz z uczennicami Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 1 odwiedzają regularnie niepełnosprawną panią Jadwigę.

„Pani Jadwiga, to bardzo pogodna osoba. Dużo rozmawiamy, gramy w Scrabble, układamy puzzle, ale też pomagamy w różnych ćwiczeniach, których nie mogłaby wykonać sama” – opisuje Magda, wolontariuszka Szkolnego Koła Caritas z Widzewa. „Lubię pomagać, działam w szkolnym kole od kilku lat i jak usłyszałam o tym projekcie, to od razu się zdecydowałam” – dodaje. Jej koleżanka, Julia, przyznaje, że spotkania z panią Jadwigą wiele ją uczą. „Pokory i tego, że trzeba doceniać życie i to, co się ma. Wiedząc, że pani Jadwiga nie może tak normalnie, o własnych siłach wyjść z domu, zdałam sobie sprawę, że tak na co dzień nie zwracam uwagi, że mogę się sprawnie poruszać, biegać, wszędzie pójść. Teraz zaczęłam to doceniać” – mówi Julia.

„To, co dla mnie robią, już od kilku miesięcy, ma dla mnie ogromne znaczenie. Kontakty z przychodnią, apteką, wspólne ćwiczenia w domu, to naprawdę duża pomoc. Dzięki temu, że są ze mną, łatwiej mi znieść samotność” – stwierdza pani Jadwiga.

Wagę obopólnych korzyści takich międzypokoleniowych spotkań podkreśla współpracująca z Caritas psycholog, Katarzyna Mikinka. „Wolontariusz może realizować się jako człowiek, poprzez danie, a daje seniorowi swój czas, uwagę, troskę, razem dyskutują, czytają, mobilizują do różnych aktywności. Senior ma poczucie dostrzeżenia w społeczeństwie, akceptacji” – wyjaśnia.

Współpraca Szkolnego Koła i Parafialnego Zespołu Caritas przy parafii Matki Boskiej Jasnogórskiej w Łodzi okazała się wyjątkowo owocna. „Wytypowałyśmy z naszej parafii cztery samotne, niepełnosprawne osoby, do pomocy którym zgłosiło się bardzo dużo wolontariuszy ze Szkolnego Koła” – opowiada pani Danuta, członek parafialnej Caritas. „I mimo, że projekt się zakończył, nasza sztafeta pokoleń trwa”.



Sztafeta

Ważna jest jałmużna, ale nie tylko materialna, lecz także jałmużna duchowa; spędzanie czasu z kimś potrzebującym, odwiedzanie osoby niepełnosprawnej, uśmiechanie się.

Papież Franciszek

poprawić niedoskonałości świata” – tłumaczy. Jedną z nich jest samotność, której można przeciwie zapobiec. „Dlatego na ostatnim z zaplanowanych w projekcie spotkań zgodnie stwierdziłyśmy, że chcemy dalej się spotykać, że to dla nas bardzo ważne. Dzięki tym spotkaniom dziewczyny się zmieniły, bardziej się otworzyły, no i mogłyśmy się lepiej poznać. Teraz angażują się dodatkowo w inne akcje pomocowe” – cieszy się nauczycielka.

Swoje spotkania postanowiły kontynuować również inne cztery panie, które

wysłucham ich spokojnie, mamy dobry kontakt”.

„Te spotkania uczą mnie słuchania drugiej osoby. To okazja, żeby poznać, jak czują się starsze osoby, co myślą, co robią w życiu, bo wiadomo, że my żyjemy zupełnie inaczej, dużo szybciej” – mówi



pokoleń

Idea „chwyciła”. Na naszych oczach dokonała się realna integracja młodych wolontariuszy Szkolnych Kół Caritas i dojrzałych członków Parafialnych Zespołów Caritas, a wiele „testowych” zespołów zaprzyjaźniło się ze swoimi podopiecznymi i kontynuuje spotkania.



Być człowiekiem

Rozmowa z ks. Juliuszem Lasoniem, kapłanem Szpitala im. Mikołaja Kopernika w Łodzi, kapłanem Jego Świątobliwości.

ŁUKASZ GŁOWACKI: Jak się zrodziło powołanie ks. Juliusza?

KS. JULIUSZ LASOŃ: Kiedyś usiadłem w domu rano i mama zapytała mnie, co chciałbym robić w życiu. Byłem wtedy na etapie poszukiwań, trochę pracowałem w aptece. A odpowiedziałem: „Wiesz, mama – ja to chyba pójdę do seminarium”.

Dlaczego? To w sumie przedziwna sprawa. Kiedy poszedłem do liceum, wszyscy tam się znali już wcześniej, tylko ja i Grzesiek byliśmy nowi. Zakumplowaliśmy się. On miał wujka, bardzo znanego salezjanina i sam zamierzał zostać księdzem. To Grzesiek wprowadził mnie na drogę nocnych czuwań w Częstochowie, do salezjańskiego Woźniakowa, a przede wszystkim do księdza Walaszka, który był absolutnie świętym człowiekiem. Grzesiek ostatecznie nie jest księdzem, a ja tak. Ale jeszcze drugi kolega z licealnej ławki, Tadeusz, jest księdzem w diecezji łowickiej. On poszedł do seminarium zaraz po maturze, a ja jeszcze cztery lata odczekałem.

Jak na te plany zareagowała mama?

Zapłakała. Była lekarzem-pediatrą. Zapytałem tylko: „Czy to źle?” A mama powiedziała: „Nie, synku”. Potem przyszedł tata i też powiedział: „Tak”. Ja miałem dobry dom i to zaowocowało.

Jakie było pierwsze zetknięcie z seminarium?

Oj, miałem duże kłopoty... Za pierwszym razem powiedziano mi, że mówię tak niewyraźnie, że nie mogę być przyjęty. I odszedłem z kwitkiem, mimo, że miałem ze sobą wszystkie dokumenty.

Po powrocie do domu opowiedziałem o moim niepowodzeniu mamie. Po paru chwilach okazało się, że przyszła do nas pani Maria, specjalistka od logopedii, która leczyła u mamy swoje dzieci. Mama zajęła się dziećmi, a ja zostałem poddany badaniu logopedycznemu. W efekcie przez cały następny rok, codziennie sta-

pomoc doraźna rehabilitacja aktywizacja zawodowa **opieka** nad dziećmi wsparcie specjalistów dożywianie dzieci i dorosłych



przekaż **1%** podatku

KRS 0000 274785
www.caritas.lodz.pl / caritas.lodz



Materiał promocyjny sfinansowany ze środków finansowych z 1% podatku dochodowego od osób fizycznych.

ARCHIDIECEZJA ŁÓDZKIEJ



starość oswojona

Starość – co takiego niesie w sobie słowo, które dość trudno się wymawia, bez względu na wiek? Jedni mówią, że „Panu Bogu się nie udało”, inni, w ogóle rozmawiając o niej nie chcą; jedni i drudzy, albo już są, albo kiedyś najprawdopodobniej starzy będą. Niezależnie od tego, w jakim miejscu swojego życia jesteś, ze starością u siebie lub u innych się zetkniesz. To jedna z tych rzeczywistości, od których uciec się nie da i nie ma zupełnie takiej potrzeby.

Skoro tak, warto zatem bliżej starości się przyjrzeć, spojrzeć w oczy, dotknąć pomarszczonej skóry, posłuchać drżącego, czasem złozonego głosu. Warto zobaczyć jej ludzką twarz, zobaczyć, że ona ma ludzkie obli-

cze. Być może w ten sposób uda się nieco ją „oswoić”, sprawić, że nie będzie taka przerażająca. Jeśli jeszcze udało by się z nią zaprzyjaźnić, wejść w swego rodzaju intymną relację, to może się okazać, że ma ona mi wiele do powiedzenia, mogą się od niej sporo dowiedzieć, nauczyć, a może nawet pokochać.

Z taką starością, oswojoną, zaprzyjaźnioną, pokochaną i starym lżej jakoś i łatwiej dalej iść przez życie. Ten zaś, kto jeszcze cieszy się siłą młodości, może z tego spotkania wyjść wzmocniony, odważnie patrząc w przyszłość na swoją lub swoich bliskich starość.

ks. Andrzej Partyka
dyrektor Caritas Archidiecezji Łódzkiej



Caritas od kilku lat zwraca uwagę na wartość solidarności międzypokoleniowej. Dlatego zachęca wszystkich do włączenia się w Jałmużną Wielkopostną poprzez: ofiarowanie uwagi i czasu osobom, które żyją tuż obok nas, a pozostają samotne i niezauważane na co dzień – to osoby chore, starsze, dziadkowie, sąsiedzi.

Wielki Post jest czasem budzenia wrażliwości i dzielenia się tym, co mamy najcenniejsze – czasem. Swoją jałmużną

Jałmużna wielkopostna

Jałmużna Wielkopostna to ekumeniczna akcja charytatywna, której celem jest zwrócenie uwagi społecznej i konkretnych ludzi, szczególnie dzieci, na los osób chorych i starszych oraz konkretna pomoc na ich rzecz. To także szczególne wezwanie do zainteresowania potrzebującymi, będącymi tuż obok nas, których w natłoku codziennych spraw, tak często nie zauważamy.

Od ponad 20 lat, kilkaset tysięcy skarbonek trafia do parafii na terenie całej Polski. W tym roku będzie to 650 tysięcy skarbonek miłosierdzia. Do parafii i szkół na terenie archidiecezji łódzkiej trafiło 30 tysięcy skarbonek. Niewielkie kwoty zbierane do skarbonki przez cały okres Wielkiego Postu, są wyrazem osobistej rezygnacji z drobnych przyjemności na rzecz drugiego człowieka. Zebrane środki przeznaczone zostaną w tym roku na wsparcie seniorów.

można złożyć w skarbonce miłosierdzia – pieniądze w skarbonce są konkretnym wyrażeniem przyjemności na rzecz drugiego człowieka. Darowiznę pieniężną można przekazać również poprzez skarbonkę online: www.dobromat24.pl.

Dawać jałmużnę, czyli porzucić nierozsądny styl życia i gromadzenie wszystkiego dla siebie w iluzji zabezpieczenia przyszłości, która do nas nie należy.

I w ten sposób na nowo odkryć radość z planu, którym Bóg objął stworzenie i nasze serca, planu miłości Boga, naszych braci i całego świata, i w tej miłości odnaleźć prawdziwe szczęście.

Papież Franciszek

Wielkanocne dzieło caritas

Chlebki Miłości, baranki z białej czekolady oraz wielkanocne świece dostępne są w parafiach archidiecezji łódzkiej oraz szkołach, w których działają Szkolne Koła Caritas.

Łódzka Caritas kolejny raz zaprasza do włączenia się w Wielkanocne Dzieło Caritas. Pieniądze pozyskane z akcji podzielone zostaną pomiędzy parafie, szkoły i Caritas, by wspomóc na święta najbardziej potrzebujących.

Chleb Miłości to mały chlebek do koszyčka wielkanocnego, którym podzielimy się podczas wielkanocnego śniadania. Paschalik to świeca, wzorowana na paschale, który poświęca się uroczystie i zapala podczas Liturgii Wigilii Paschalnej (w Wielką Sobotę wieczorem). Wierni podczas liturgii światła zapalają swoje paschaliki od paschału. Paschaliki i woskowe pisanki będą mogły również zapłonąć podczas śniadania wielkanocnego, ozdabiając swym światłem stół rodzinny i przypominając o religijnym charakterze świąt Wielkiej Nocy. Baranek wielkanocny – przygotowany z białej czekolady – jest symbolem Paschalnego Baranka – Chrystusa, który złożył swoje życie w ofierze na krzyżu, by odkupić nasze winy.



Caritas zbiera żywność

W piątek i sobotę, 29 i 30 marca, w niemal 90 sklepach spożywczych z regionu łódzkiego przeprowadzona zostanie zbiórka żywności z dłuższym terminem przydatności do spożycia. W zbiórce zaangażuje się kilkuset wolontariuszy Parafialnych Zespołów i Szkolnych Kół Caritas. W organizowanych od 2011 roku zbiórkach żywności łódzka Caritas pozyskała ponad 300 ton żywności, dla 40 tysięcy osób.

Dofinansowanie leków

Caritas Archidiecezji Łódzkiej po raz trzeci, dzięki dofinansowaniu DOZ Fundacji dbam o zdrowie, realizuje program dofinansowania do leków. Za pośrednictwem m.in. Parafialnych Zespołów Caritas, przeprowadzimy dystrybucję kart aptecznych, dzięki którym najbardziej potrzebujący mieszkańcy naszej archidiecezji zakupią leki i środki medyczne. Projekt będzie realizowany do końca lutego 2020 roku. W poprzednich edycjach z pomocy w zakupie leków skorzystało 460 osób.

Ogrzewalnia

Przez całą zimę w Punkcie Pomocy Charytatywnej w Łodzi, przy ul. Wólczajskiej 108, w godz. 16.00-20.00, otwarta była ogrzewalnia – przystanek dla potrzebujących pomocy, którzy nie mają się gdzie podziąć. To tutaj osoby bezdomne mogły przyjąć ciepło, wypić herbatę, zjeść coś ciepłego, ale przede wszystkim porozmawiać.

W zakończonym właśnie sezonie, codziennie (od poniedziałku do piątku) odwiedzało nas około 20 osób, które chętnie dzieliły się z nami swoimi historiami, ale również korzystały z proponowanego wsparcia. Większość potrzebujących, którzy nas odwiedzają to osoby, które z różnych powodów, sytuacji losowych straciły dach nad głową, pracę, rodzinę, przyjaciół.

Auto dla hospicjum

W ostatnim dniu trzydniowych rekołencji dla kapłanów archidiecezji łódzkiej, które we wrześniu ubiegłego roku wygłosił kardynał Luis Antonio Tagle, zebrani w archikatedrze w Łodzi złożyli swoją jałmużnę, której celem był zakup nowego samochodu dla hospicjum domowego Caritas Archidiecezji Łódzkiej.

„To będzie samochód dla tych wszystkich, którzy niejako w naszym imieniu docierają do chorych, by z nimi być, pielęgnować ich i modlić się” – zachęcał swoich przebiterów arcybiskup Grzegorz Ryś.

W ten jeden wieczór udało się zebrać kwotę 30.100 zł, dzięki której kupiliśmy samochód dla pielęgniarek hospicjum Caritas, by mogły bezpiecznie odwiedzać swoich podopiecznych. Dziękujemy za okazane wsparcie.

Caritas znana

Caritas to najlepiej znana organizacja dobroczynna – zna ją i potrafi wymienić jej nazwę 63 proc. badanych przez Kantar Public Polaków. Na drugim miejscu jest WOŚP (49 proc.) Najbardziej rozpoznawany lider organizacji dobroczynnych to Jerzy Owiak (95%), po nim – Anna Dymna (81 proc.).

Według opublikowanego w lipcu 2018 roku sondażu najlepiej znaną organizacją dobroczynną w Polsce jest niezmiennie od kilku lat Caritas. Spontanicznie w pierwszej kolejności wspomina o tej organizacji 37 proc. badanych, a zna i potrafi wymienić jej nazwę niemal dwie trzecie Polaków.

Badanie przeprowadzono na ogólnopolskiej, reprezentatywnej próbie 1051 mieszkańców Polski, w wieku 15 i więcej lat, drogą wywiadów bezpośrednich wspomaganych komputerowo.

Caritas rozliczy Twój PIT

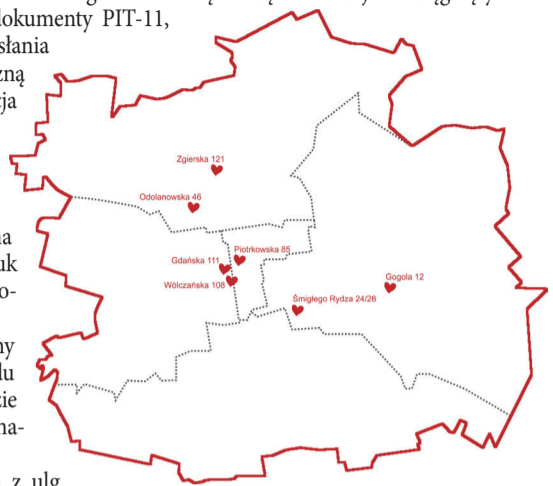
Każdy, kto chce rozliczyć swój podatek za 2018 rok, może zgłosić się do jednej z placówek Caritas Archidiecezji Łódzkiej w Łodzi. Oprócz rozliczenia podatku i przekazania 1%, Caritas może również przesłać rozliczoną deklarację do urzędu skarbowego drogą elektroniczną.

Do wypełnienia i rozliczenia rocznego PIT niezbędne są informacje o osiągniętych w 2018 roku dochodach - dokumenty PIT-11, PIT-11A lub PIT-40A. Do wysłania rozliczenia drogą elektroniczną konieczna będzie informacja o przychodzie w 2017 roku (zeznanie PIT za rok 2017).

Emeryci i renciści, którzy nie korzystają z żadnych odliczeń podatkowych, mogą na miejscu wypełnić krótki druk PIT-OP, w którym wpisany zostanie nr KRS naszej Caritas.

PIT-OP można w dowolny sposób dostarczyć do Urzędu Skarbowego podatnika. Będzie to można również uczynić za naszym pośrednictwem.

W przypadku korzystania z ulg podatkowych należy dodatkowo przygotować:



Dokumenty należy dostarczyć najpóźniej do 18 kwietnia, do jednej z naszych placówek w Łodzi:

- siedziba główna Caritas, przy ul. Gdańskiej 111, w godz. 8.30-16.00,
- Punkt Pomocy Charytatywnej, przy ul. Wólczajskiej 108, w godz. 8.00-16.00,
- Dom Dziennego Pobytu, przy ul. Odolanowskiej 46, w godz. 9.00-18.00,
- Biuro Wolontariatu, przy ul. Piotrkowskiej 85, w godz. 11.00-15.00,
- Zakład Aktywności Zawodowej, przy ul. Gogoła 12, w godz. 8.00-15.00,
- NZO Integryjny Ośrodek Leczeń i Rehabilitacji im. JPPI, al. Śmigłego Rydzka 24/26, w godz. 8.00-20.00,
- Siedziba Zespołu Domowej Opieki Hospicyjnej, przy ul. Zgierskiej 121, w godz. 10.00-16.00.

Zachęcamy do skorzystania z bezpłatnego, sprawdzonego przez lata programu e-pity, który dostępny jest on-line:

<https://www.e-pity.pl/pity-2018/>
[program-online-epity-2019-KRS-0000274785](https://www.e-pity.pl/pity-2019/)

- ulgi na dzieci – imię, nazwisko, datę urodzenia lub numer PESEL dziecka/dzieci,
- ulgi z tytułu użytkowania sieci Internet – informacja o kwocie wydatkowanej w 2018 roku na zakup usług internetowych oraz informacja o korzystaniu z ulgi w poprzednich latach,
- ulgi na cele rehabilitacyjne – faktury/rachunki za leki, turnusy rehabilitacyjne, używanie samochodu w celach rehabilitacyjnych i w celu wykonywania czynności życiowych,
- ulgi z tytułu darowizn – kwota darowizny oraz nazwa obdarowanego.

64 mieszkańców Łódzkiego Obszaru Metropolitalnego, w wieku 18-65 lat zgłosiło się do projektu „Akademia Zawodowców”, realizowanego przez Caritas Archidiecezji Łódzkiej, od listopada 2017 roku.

„To więcej, niż zakładaliśmy, więc od razu przyszedł pomysł na kontynuację projektu – mówi Anna Orpel, koordynator projektu.

„Założyliśmy przyzucenie do pracy 60 osób na stanowiskach: magazynier/logista, kucharz z obsługą sali i opiekun klienta/przedstawiciel handlowy. Uczestnicy projektu obecnie odbywają 3-miesięczne staże zawodowe. Już teraz wiemy, że około 15 uczestników podjęło zatrudnienie po zakończeniu stażu, a kolejni szykują się do podjęcia zatrudnienia” – dodaje.

Dzięki udziałowi w projekcie uczestnicy podnieśli swoje kwalifikacje zawodowe, nabyli umiejętności pracy w zespole, radzenia sobie w różnych, często ekstremalnych sytuacjach stresowych.

„Wierzmy, że udział w projekcie dla wielu był trampoliną do lepszego życia, dzięki czemu będą w stanie funkcjonować w obecnej rzeczywistości” – podsumowuje projekt jego koordynator.



Projekt „Akademia Zawodowców” realizowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Łódzkiego na lata 2014-2020.

Primus in Agendo

5 lutego w siedzibie Łódzkiego Urzędu Wojewódzkiego, Caritas Archidiecezji Łódzkiej otrzymała odznakę honorową Primus in Agendo (łac. Pierwszy w Działaniu). Odznaka przyznana została przez Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej za zasługi w działalności społecznej.

BEZ RESZTY. Wydawca: Caritas Archidiecezji Łódzkiej.
Redakcja: Caritas Archidiecezji Łódzkiej, 90-507 Łódź, ul. Gdańska 111, tel. (42) 639 95 81, faks: (42) 639 95 80. www.caritas.lodz.pl, e-mail: bezreszty@toya.net.pl
Możesz pomóc: Bank Pekao S.A. V O/Łódź nr 48 1240 1545 1111 0000 1165 5077.
Gazetę sfinansowano ze środków finansowych pochodzących z 1% podatku przekazanego przez podatników podatku dochodowego od osób fizycznych.



ciąg dalszy ze strony 1

łem przed lustrem i uczyłem się wymawiać poszczególne wyrazy. Na tyle skutecznie, że za drugim razem zostałem przyjęty.

I muszę powiedzieć, że świetnie trafiłem, mam wspaniałych kolegów kursowych. Trochę im zazdrościłem, bo oni byli ministrantami, a ja nie. Zresztą zazdrościć im do tej pory, bo są lepszymi księżmi ode mnie, przynajmniej tak ich oceniam.

Jakie myśli towarzyszyły formacji?

Pomyślałem sobie: jeżeli po dwóch latach okaże się, że to jest moje miejsce, to zostanę. A stało się tak, że po tych dwóch latach umarł mój tata, też lekarz. Nie chciał się leczyć.

Mój brat od kilku lat mieszkał w Indiach, zostaliśmy zatem z mamą sami – ona w Kutnie, a ja w seminarium w Łodzi. Nie chciałem wybiegać w przyszłość, nie tworzyłem wyobrażeń. Bałem się tylko czy dam sobie radę.

Ale wytrwałem aż do święceń. Moją pierwszą parafią był Będków. Pamiętam, że kiedy abp Władysław Ziółek rozsyłał nas, dał nam dekrety do parafii i zapytał: „Kto nie wie, gdzie jest jego parafia?” Byłem chyba jedynym, który podniósł rękę. Nie wiedziałem, gdzie ten Będków leży.

A dzisiaj wspominam tę pierwszą parafię wspaniale, bo mieszkają tam niezwykli ludzie. Spotykam ich czasem w szpitalu, pamiętają mnie po ponad dwudziestu latach...

Czy już wtedy pojawiła się myśl o zostaniu kapłanem szpitala?

Nie, ja po prostu chciałem być dobrym księdzem. Chciałem, żeby moje życie nie było życiem zmarnowanym. Chciałem być z tymi, do których zostałem posłany. I z Będkowa trafiłem do parafii w Tuszynie Lesie. Znowu niezwykle miejsce, świetne wspomnienia.

A potem napisałem prośbę o pracę w szpitalu jako kapłan.

Dlaczego?

Nie wiem, Bóg tak chciał. Byłem przekonany, że to moje miejsce. Na pewno było to przemożliwe. Uważałem, że w tym miejscu mogę z siebie dać jeszcze więcej.

Bo wychowywałem się wśród starszych – mój brat ma 6 lat więcej i dużo przebywałem z jego kolegami. Łatwiej mi było porozumieć się ze starszymi, niż z młodszymi.

Ale kiedy wychodziłem od arcybiskupa Ziółka z nominacją w dłoni, pomyślałem: „Chyba popełniłem błąd”. Od tego momentu musiałem co drugi, trzeci dzień wchodzić na salę, w której umarł mój tata. To wcale nie było łatwe. A rok później w tej samej sali lekarze uratowali moją mamę...

A fakt, że rodzice byli lekarzami, miał jakiś wpływ na tę decyzję?

Myszę, że tak. Ja się w tym świecie wychowałem. Jako dzieciak żyłem w Zgierzu, między przychodnią, w której pracowała mama, a apteką, gdzie ciocia była kierowniczką.

Młody kapłan, po dwóch parafiach, syn lekarzy, zostaje kapłanem w ogromnym szpitalu im. Kopernika...

Zastanawiałem się, jak to będzie. Kiedy stanąłem przy schodach, rozglądając się, jak wejść na siódme piętro, nagle spotkałem byłego pacjenta mojej mamy (a mój tata leczył jego rodziców), profesora Pomorskiego.

Kiedy dowiedział się, że mam tu być kapłanem, zabrał mnie do kierownika kliniki endokrynologii chirurgicznej, a tam spotkałem emerytowanego kierownika tej kliniki, profesora Rybińskiego.

On powiedział do mnie: „Księżo, porozmawiamy za 10 lat, jak ksiądz będzie miał doświadczenie”. I do śmierci pana profesora przychodziłem do niego raz na tydzień i zdawałem mu relację z pracy kapłana.

Było coś szokującego w pracy kapłana?

Nie wiem czy szokującego... Było dużo leż... O ile lekarze, ze względu na swoją pracę i własną rodzinę, muszą mieć duży dystans do swoich chorych, ja ten dystans, jako kapłan, mam dużo mniejszy. Dlatego też bardzo dużo leż było... Radości... Ale też smutku... I takiego ciągłego zaufania i stwierdzenia: „Bóg wie lepiej”. Ja nie muszę wiedzieć, ale On wie, co robi. A ja Mu ufam, że wie, co robi.

Mijały lata, koledzy kursowi robili kariery, zostawali proboszczami, a tutaj ciągle zmieniali się ci, do których trzeba było przychodzić. Odchodzili, często umierali...

Kariery... ja bym nie chciał pójść do piekła... i to jest cała moja kariera. To jedyne pragnienie, jakie we mnie jest. A poza tym, ktoś musi z tymi ludźmi być...

Nic nie jest za darmo. Czasami nie można zamknąć oczu, bo zamkasz oczy i pod powiekami widzisz osoby, które odeszły. Czasami spotykasz na korytarzu osoby, które właśnie przyszły do szpitala i po kilku latach odprowadzasz te same osoby na cmentarz, znając ich rodziny, najbliższych, dzieci, wnuki, znając ich życie.

Czasami nie wiadomo, co powiedzieć... Czasami przychodzisz do szpitala i dowiadujesz się, że któryś z lekarzy, ktoś z personelu nagle umiera... Zawsze zostaje w nas jakiś ślad... I tak to musi być. Jeżeli coś nie kosztuje, to nie ma sensu w to wchodzić.

Tak jest w szpitalu, ale tak też jest w parafii. Ta praca też kosztuje... to są koszty duchowe, ale często ciężka fizyczna praca... Ale tak to ma być.

Czy rosną już następcy?

Kilka lat temu poproszono mnie, czy nie mógłbym zaproponować kogoś, kto będzie wykładać w Wyższym Seminarium Duchownym medycynę pastoralną. Zaproponowałem profesora Pomorskiego, wspaniałego człowieka i wspaniałego lekarza. Pan profesor wprowadził w temat wiele osób. Klerycy po drugim roku mają w szpitalu praktyki przez miesiąc. Są salowymi i wiele się tu uczą.

W tym roku jedno z pierwszych spotkań z nadzwyczajnymi szafarzami Eucharystii, było spotkaniem z mną. Podzieliłem się moim doświadczeniem i zwróciłem uwagę, że oni są przeznaczani właśnie dla chorych, a nie gdzieś tam do pomocy w parafii, do udzielania komunii w niedzielę.

Czasem młodzi koledzy chcą tego słuchać. Bo prawda jest taka,

że chorzy będą na pewno w każdej parafii. Może nie być Odnowy w Duchu Świętym czy Oazy, ale posługa u chorych – na pewno.

Trzeba umieć z tymi chorymi przebywać, towarzyszyć im. Czasem przez dłuższy czas, zanim zechcą skorzystać z sakramentów...

Na czym polega praca kapłana w szpitalu?

Nie wiem, czy to jest praca... Pewnie można tak na to patrzeć. Bardzo często mówią: „służba”. A ja bym powiedział po prostu: „bycie”. Bycie kapłanem. Najważniejsze, to być dostępnym, kiedy ludzie chcą. Być z nimi.

Tak myślałem od początku. Wtedy takie podejście było o tyle

Smutków mają już dość...

Oczywiście, że tak. Jest dużo smutków, lęków, strachu. Mam w telefonie zdjęcia chorych, którzy byli w tragicznym stanie i wyszli z tego. Proszę lekarzy, żeby mi wytłumaczyli, dlaczego ktoś przeżył, choć na początku nie miał za dużej nadziei, że z tego wyjdzie. I te moje małe cudziki, które mam w telefonie, czasami pokazuję chorym i mówię: „Popatrz, jest szansa”.

Ale trzeba też pamiętać, że ludzkimi nadziejami nie wolno się bawić. Pokazując zdjęcia mówię też, że byli tacy, którzy z tego nie wyszli... To jest trudne, bo z jednej strony nie chcę odbierać nadziei, a z drugiej nie mogę jej rozbudzić tam, gdzie szans nie

działam, gdzie popełniłem błąd, co mógłbym zmienić.

W ostatnich latach bardzo dużo o umieraniu, o chorowaniu mówił i pisał ks. Jan Kaczowski. Zanim umarł, mówił o swojej chorobie, mówił o hospicjum, które założył. Czy te słowa są wzmocnieniem w pracy kapłana? Można do tego nawiązywać? Ludzie kojarzą ks. Kaczowskiego?

Oj, tak. Ksiądz Kaczowski jest niezwykle świadkiem Pana Boga tutaj. Jego chorowanie sprawiło, że był absolutnie prawdziwy. Był autentyczny w tym, co mówi. Ludzie wiedzieli, że jeżeli on coś mówi, to znaczy, że to przeżył.

Być człowiekiem, który będąc kapłanem, stara się patrzeć na świat poprzez Pana Boga, stara się wstąpić w Pana Boga i wypełniać swoje życie obecnością Pana Boga.

przyszło, kiedy choruję?” Wiadomo, że te dzieci są już dorosłe, najczęściej. I tego błędu już się nie da naprawić. Rozmawiamy wtedy, jak tę samotność przeżywać. To nie jest proste. I wymaga czasu. Kapłan, w ogóle ksiądz, to jest człowiek, który musi mieć dużo czasu. A jak uczył nas ks. Tadeusz Sikorski: „Ksiądz to taki ktoś, kto jest ciekawy drugiego



Nic nie jest za darmo. Czasami nie można zamknąć oczu, bo zamkasz oczy i pod powiekami widzisz osoby, które odeszły. Czasami spotykasz na korytarzu osoby, które właśnie przyszły do szpitala i po kilku latach odprowadzasz te same osoby na cmentarz, znając ich rodziny, najbliższych, dzieci, wnuki, znając ich życie.

trudne, że nie było jeszcze tak rozpowszechnionych telefonów komórkowych. Wracalem ze szpitala i moja mama, która u mnie była, mówiła mi: „Trzeba wrócić do szpitala, bo ktoś dzwonił”. I kursowałem tak 4-5 razy dziennie. Teraz są telefony i jestem dostępny nieustannie.

Jak wygląda kapłański dyżur?

Od samego rana wiele w szpitalu się dzieje, a my musimy się w to wtopić, musimy być częścią szpitala. Najlepiej jest zatem zacząć po porannym obchodzie i zostać do obiadu. Potem Msza święta z krótkim wyjaśnieniem Słowa Bożego i jeszcze wejście do chorych. Później czekanie na telefon.

Rozmowy z pacjentami trzeba się chyba nauczyć...?

Każdy ma swój styl. Ja jestem gadałką, więc muszę się pilnować, żeby za dużo nie mówić. Mam być dla nich świadkiem nadziei. Nadziei ludzkiej i nadziei samego Chrystusa. Niezbędny jest do tego uśmiech. „Na smutasa” się nie da...

ma. Dlatego ich słucham...

Ciągle się uczę, żeby pozwolić choremu jak najwięcej powiedzieć. To jest problem każdego duszpasterstwa – nade wszystko trzeba mieć czas dla ludzi.

Kiedy zaczynałem, obliczałem ile potrzebuję czasu, żeby obejść wszystkie oddziały. Wychodziło, że mogę sobie pozwolić tylko na dwie 10-minutowe rozmowy. Aż kiedyś spotkałem pracującą panią psycholog. „Po co się spieszysz?” Dlatego teraz więcej jest słuchania czy rozmowy, a dopiero później jest bieganie. Rozmowy są dużo trudniejsze, niż bieganie. Łatwiej jest wejść, wyjść i sobie pójść.

Każdy z nas ma jakąś historię do opowiedzenia. Tylko trzeba jej posłuchać. Nawet ci, którzy wiedzą, że wyjdą stąd lub mają wielką nadzieję, też przeżywają lęk, strach przed zabiegami, nawet najprostszymi. I nie chodzi o to, żeby budować na lęku, bo to byłoby fatalne – lęk minie, budowla się rozkruszy. Chodzi o to, żeby ten lęk zobaczyć w pozytywnym świetle, że on mówi coś o mnie samym, że pozwala mi stąd wyjść innym człowiekiem.

Niektórzy ludzie przychodzą tylko na jedną Mszę. Już ich więcej nie zobaczę. Jeżeli przegapię ten moment, to już do niego nie wrócimy. Trzeba być zawsze przygotowanym, że usłyszysz coś, czego się nie spodziewasz. Dlatego tak bardzo lubiłem ten czas, kiedy nie miałem jeszcze tylu spraw do załatwienia i przychodziłem pieszo do szpitala. Wracając do domu, mogłem sobie pomyśleć o tym, co powie-

Od 20 lat mamy Mszę świętą z modlitwą o uzdrowienie, podczas której świadectwo mówią osoby chore lub te, które doznały uzdrowienia. One są autentyczne. Chodzi o autentyczność, a nie wyuczone słowa.

Ksiądz Kaczowski jest w tym mistrzem.

Samotność...

Ksiądz coś o tym wie, bo wraca do czterech pustych ścian. Ostatnio miałem kota, ale musiałem jej oddać, cały czas były w domu same. Inaczej było, gdy jeszcze mieszkała u mnie mama.

Kiedy ludzie mówią o samotności, to wiem, o czym mówią. Każdy jest samotny i samotność trzeba przyjąć. Najpiękniejsza rodzina, która będzie zawsze przy tobie, kiedy wiozą cię wózkami na salę operacyjną, w pewnym momencie musi zostać. Dalej jedziesz sam.

Samotność będzie nam towarzyszyła zawsze. Niestety, może być bardzo destrukcyjna i takie sytuacje spotykam w szpitalu. Ale może też być bardzo konstruktywna, dając szansę na przemyślenie i przemożliwienie pewnych rzeczy, otwierając Panu Bogu serce.

Samotność ma różne wymiary. A to, że ludzie samotnych jest coraz więcej, w szpitalu widać najlepiej. Będąc wychowanym w normalnej rodzinie, w której staraliśmy się komunikować ze sobą, lepiej lub gorzej, nagle doświadczam sytuacji, że ktoś mówi mi: „Tyle dzieci i nikt mnie nie odwiedził?” Najdramatyczniejsze pytanie, jakie słyszę, najczęściej od kobiet, to pytanie: „Proszę księdza, gdzie popełniłam błąd, że żadne z dzieci do mnie nie

człowieka”. A historii ludzkie są przedziwne. Czasami płacemy, czasami się uśmiechamy...

Kapłan jest nie tylko wśród pacjentów, ale też wśród personelu...

Tysiąc osób... Czasami są takie dni, że nawet nie dojdę do chorych, bo cały dzień zajmują mi rozmowy z personelem.

Czasami to nie rozmowy, tylko moje słuchanie. Ale ważne jest, żebym jako kapłan był na pogrzebach tutejszych pracowników. Czasami to bolesne dla mnie, bo to ludzie, których dobrze znałem, ale trzeba być dla nich...

A osoby, które nie wierzą w Boga, rozmawiają z kapłanem?

Czasami tak. To są czasem różni ludzie innych wyznań. Ale nie dzielnymi ich. Może czasem trzeba tylko mówić do nich innym językiem. Nie ma żadnych podziałów.

Wiarygodność, wrażliwość, chęć słuchania, co jeszcze jest potrzebne kapłanowi?

Wszystkie te elementy składają się na budowanie człowieczeństwa. Trzeba po prostu próbować być człowiekiem. Być człowiekiem, który będąc kapłanem, stara się patrzeć na świat poprzez Pana Boga, stara się wstąpić w Pana Boga i wypełniać swoje życie obecnością Pana Boga.





Ewa Makowska
podopieczna programu

Znalazłam się w trudnej sytuacji. Umarł mi syn, wszystko straciłam. Znalazłam się poza domem. Poszłam na odwyk. Po odwyku przeszłam terapię. Po terapii dowiedziałam się, że jest Punkt Pomocy Charytatywnej Caritas, że jest praca i tak tu się znalazłam. Potem umarła mi mama. Mam trudności z utrzymaniem mieszkania, ale znaleźli się dobrzy ludzie, którzy mi pomagają z dobrego serca, dofinansowują mi prąd. Ja dostaję pomoc. I ja pomagam innym. Robię paczki żywnościowe, odzieżowe, chemię wydaję, no i sprzątam. Lubię pomagać i cenię sobie, że jest ktoś, kto to docenia.



Janina Kamińska
podopieczna programu

Znalazłam się w bardzo trudnej sytuacji. 12 lipca zmarł mój mąż. Zostałam sama z kredytem. Nie mieliśmy pieniędzy. Poprosiłam Caritas o pomoc i ją otrzymałam. Znalazły się osoby, które przekazują Caritas pieniądze, żeby mogła opłacić prąd. To było najważniejsze dla mnie. No i paczki dostaję co miesiąc. Teraz jeszcze potrzebuję wsparcia wolontariusza, który by mi pomógł wyjść do kościoła, czy na zakupy. To taka wdzięczna robota, jak pomaga się drugiemu.



Kampania „Poznaj i pomóż” kojarzy ze sobą dwie grupy osób. Z jednej strony jest grupa darczyńców, ludzi mających dobre serce, i odpowiednie środki finansowe, którzy chcą wspierać potrzebujących, a nie mogą tego robić osobiście, bo nie mają czasu. Wobec tego decydują się przekazywać pieniądze, dzięki którym można obdarowywać w bardzo różnorodny sposób osoby potrzebujące.

Druga grupa to właśnie owi potrzebujący, czyli osoby starsze, samotne, chore, w bardzo różnej sytuacji życiowej. Tych potrzebujących szukamy zarówno w grupie podopiecznych wolontariatu domowego – od tego się zaczęło – ale również wśród podopiecznych Domów Dziennego Pobytu czy świetlic Caritas.



Danuła Sażyn
współtwórcza programu

Program „Poznaj i pomóż” to inicjatywa ludzi, którzy zauważyli w swojej przestrzeni kogoś, kogo trzeba wesprzeć. Sami nie mają czasu, ale uznali, że warto zaufać takiej organizacji jak Caritas, ponieważ widzą nasze konkretne działania w wielu obszarach. Powierzyli nam taką rolę, abyśmy osoby, które zwracają się do nas po pomoc, wsparli dzięki środkom finansowym przekazanym właśnie przez nich.

To nasze zadanie – poznać sytuację podopiecznego, osoby potrzebującej, tego, kto się zgłasza po tę pomoc, kto artykułuje jakąś konkretną potrzebę, a potem z tego, co udaje się zgromadzić w ramach kampanii – udzielić tej osobie konkretnego wsparcia.



ks. Andrzej Partyka
dyrektor Caritas

Wtorkowe popołudnie na jednym z bałuckich osiedli. Słońce chyli się ku zachodowi. Do domofonu podchodzi młoda dziewczyna i wciska na klawiaturze numer mieszkania. Czeką dłuższą chwilę, aż w końcu słyszy w głośniku: „Kto tam?” – „To ja, babciu, Weronika”. „Wejź dziecko” – słyszy w odpowiedzi.

Na piątym piętrze w wieżowcu mieszka pani Jadwiga, która nie jest biologiczną babcią dziewczyny, ale stała się nią, bo obie panie połączyła wyjątkowa relacja.

„Odkąd pamiętam, robiłam coś z wolontariatem” – opowiada 19-letnia Weronika, uczennica IV LO w Łodzi. „Najpierw w szkole, w mojej rodzinnej miejscowości, pomagaliśmy osobom niepełnosprawnym. Potem, jak przyjechałam do Łodzi, do liceum,

„Nawet nie wiem kiedy to się stało, że zaczęłam mówić do pani Jadwigi: babciu. Z czasem te wizyty stały się tak normalne, jak bym przychodziła do domu, do kogoś bliskiego, jak bym była wnuczką babci” – kontynuuje opowieść wolontariuszka. „Zbliżyliśmy się do siebie, dużo rozmawiamy, właściwie na każdy temat – o tym, jak minął dzień, jak postrzegamy świat, czasem o sprawach, o których nie powiedzieliśmy nikomu innemu. No i robimy różne rzeczy razem – chodzimy na zakupy, na spacer, pomagam babci w domowych zajęciach, bo sama sobie ze wszystkim nie poradzi” – dodaje dziewczyna.

Kobiety siedzą w pokoju wśród nierozpakowanych jeszcze paczek z książkami, sprzętami domowymi, ubraniami. Pani Ja-



zaczęłam szukać czegoś więcej i na początku byłam na świetlicy dla dzieci. A potem chciałam spróbować zupełnie czegoś nowego, a ponieważ zawsze dobrze się czułam ze starszymi osobami, znalazłam Caritas i po rozmowie z Mają, w Biurze Wolontariatu, zdecydowałam się na wolontariat domowy. To było dwa lata temu, miałam 17 lat i poznałam wtedy panią Jadwigę”.

Na pierwszą, wprowadzającą wizytę, Weronika poszła razem z Mają – koordynatorką wolontariatu domowego. A potem dziewczyna już sama zaczęła odwiedzać swoją podopieczną.

dwa kilka dni temu, po trzech latach starań, przeprowadziła się z dużego i zimnego mieszkania w kamienicy, do przytulnej i ciepłej kawalerki. W zamianie i przeprowadzce pomogli wolontariusze Caritas. „Wiele osób zaangażowało się w pisanie i dostarczanie pism do urzędów, pomoc przy pakowaniu i przewiezieniu rzeczy, czy ustawieniu mebli” – wylicza Maja Dziechciaruk, koordynatorka wolontariatu domowego Caritas.

„Dziś to już wygląda dobrze, dzięki Werze, która odwalila tu kawał roboty” – cieszy się pani Jadwiga. „Sama na pewno nie dałabym rady. Mam 79 lat. Długo dawałam sobie radę sama, aż w końcu zaczęłam słabnąć i poprosiłam o pomoc Caritas i ją dostałam” – opowiada.

„A całe życie byłam bardzo aktywna. Przez wiele lat pracowałam jako opiekunka dzieci, miałam różne zainteresowania – góry, muzyka, opera, książki. Jestem łodzianką od trze-

niego pokolenia. Miałam piękne życie, dużą rodzinę, ale z biegiem lat, co rok ktoś odchodził i w końcu zostałam sama” – dodaje. „Dobrze, że jest moja Wera. Napijemy się herbaty, pogadamy, bo ja jestem straszną gadułą, ale pomoże mi też w tym, z czym już sobie sama nie radzę. Zawsze chętnie mnie wysłucha, a ja, jak umiem – doradzę w jej sprawach” – mówi pani Jadwiga.

„Starość kojarzona jest z niedołężnością, zależnością, niepełnosprawnością, dlatego często starsi spychani są na margines życia społecznego i cierpią z powodu samotności” – mówi Katarzyna Mikinka, psycholog hospicjum domowego Caritas. „Dlatego tak ważny jest kontakt z drugim człowiekiem. Więzy, które tworzymy, pozwalają nam wciąż funkcjonować społecznie, czuć się akceptowanym, tolerowanym i wciąż potrzebnym” – dodaje.

„Szczególnie potrzebny i ważny dla seniora jest kontakt z młodym człowiekiem, ponieważ umożliwia integrację międzypokoleniową, a dodatkowo osoba starsza może podzielić się swoją życiową mądrością, swoim doświadczeniem, bogactwem przeżyć” – wyjaśnia psycholog.

Historia pani Jadwigi i jej wolontariuszki Weroniki to przykład pięknej przyjaźni, której nie przeszkadza różnica wieku. W 8-letniej historii wolontariatu domowego Caritas nie są jednak parą odosobnioną. „Istotą relacji, jaka powstaje pomiędzy seniorem a wolontariuszem jest dążenie do przyjaźni. Ponieważ wolontariat domowy jest najczęściej działaniem długofalowym i nieprzypadkowym, to ta więź emocjonalna ma dużą szansę na rozkwit” – mówi Katarzyna Mikinka.

I niech rozkwita.



Pepiniera na scenie

Projekt „Pepiniera” dobiega końca. Ale emocji nie brakuje – trwają warsztaty pisania scenariuszy i teatralne, a w planie są zajęcia plastyczne. „Uczymy się emisji głosu oraz piszemy krótkie scenki, które potem prezentujemy” – mówi 15-letnia Natalia, uczestniczka projektu.

„Warsztaty z pisania scenariuszy i teatralne są prowadzone na przemian, aby dzieciaki mogły sprawdzić w praktyce to, co napisały” – tłumaczy Tomasz Staroń, prowadzący warsztaty. „W związku z tym, że nad przedstawieniem pracują dwie osobne grupy, każda indywidualnie, będzie to ciekawe połączenie”.

Podczas warsztatów dzieci mogą się dowiedzieć, jak mówić, żeby być słyszany, jak przez słowa i gesty właściwie wyrażać swoje emocje, jak ustawić się na scenie, by każdy widz zrozumiał postawę. „Ostatnio na warsztatach dzieciaki dostały kawałek szarego

papieru, który był rekwizytem. Miały zadanie indywidualne, by wykorzystać go w scenie, a reszta



grupy zgadywała, do czego został wykorzystany” – mówi Anna Maciejewska, koordynator projektu. „Po chwili poszukiwania, w głowach pojawiły się różne pomysły, także te nieoczywiste” – dodaje.

W warsztatach biorą udział podopieczni świetlic środowi-

skowych łódzkiej Caritas, przy ul. Gdańskiej i Odolanowskiej. Każda z tych grup przygotowuje swoją część scenariusza, który na scenie zostanie połączony w jedną całość. Przedstawienie będzie wystawione w czerwcu. „Tego, o czym jest przedstawienie, nie mogę zdradzić. Mamy już jakąś kanwę, ale co chwilę powstają nowe pomysły, które ewoluują” – zdradza prowadzący warsztaty. „Po konceptach, które się pojawiają, jestem przekonany, że przedstawienie będzie bardzo ciekawe” – uśmiecha się. Oprócz scenariusza i gry aktorskiej, dzieciaki samodzielnie przygotowują scenografię. „Już nie mogę się doczekać efektu końcowego – to będzie fantastyczne podsumowanie trzech lat realizacji projektu” – dodaje Anna Maciejewska.

Projekt „Pepiniera” jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

Powitanie, gimnastyka, śniadanie, zajęcia dydaktyczne – tematyczne, spacer, obiady i czas na zabawę – tak, w dużym uproszczeniu, wygląda plan dnia naszej świetlicy dla dzieci w wieku przedszkolnym.

Zapewne niewiele osób wie, że Łódzka Caritas, poza Domami Dziennego Pobytu i świetlicami dla dzieci szkolnych, prowadzi również świetlicę dla najmłodszych. Jest to jedno z nielicznych miejsc w Łodzi, które obejmuje swą opieką i wychowaniem dzieci w wieku przedszkolnym. Bez opłat.

W naszej placówce zapewniamy każdemu maluchowi bezpieczną przystań, gdzie od podstaw może nabyć wiele umiejętności, wkroczyć w środowisko rówieśników, zdobyć nową wiedzę, a przede wszystkim stać się bardziej samodzielnym. Jedną, kameralną grupą, mieszaną wie-

kowo, obejmującą dzieci od 3 do 5 roku życia i dwóch troskliwych wychowawców – to właśnie pozwala nam stworzyć warunki sprzyjające zrównoważonemu rozwojowi dziecka. Wyjścia do kina, teatru, biblioteki, ZOO czy sali zabaw, też nie są nam obce. Dodatkowo, nasze maluchy – w ramach zajęć międzypokoleniowych – integrują się z seniorami z Domu Dziennego Pobytu Caritas, co jest ciekawym i niezwykle pouczającym doświadczeniem dla każdej ze stron.

Tak wygląda alternatywa dla przedszkola lub klubu malucha, czynna od poniedziałku do piątku, w godzinach 8.30-14.00.

Osoby zainteresowane zapisem dziecka zapraszamy bezpośrednio do naszej świetlicy, przy ul. Gdańskiej 111. Chcesz wiedzieć więcej lub masz jakieś pytania? Zadzwoń: (42) 201 15 34.



A może świetlica?

ŁUKASZ GŁOWACKI: Jakie dolegliwości najbardziej doskwierają osobom starszym?

Dr KRYSZYNA DE CORDE: Jednym określeniem trudno je objąć. Wiąże się przecież z psychiką, sytuacją społeczną i samotnością, ale wynikają też z malejącej zdolności wyrównywania różnych braków. Człowiek w sile wieku jest w stanie nadrobić pewne niesprawności przez ćwiczenie, przez uruchomienie funkcji zastępczej. Ale im jesteśmy starsi, tym mamy mniej takiej rezerwy.

Przykład? Choćby konieczność podbiegnięcia do tramwaju czy autobusu. W miarę sprawny starszy człowiek idzie zupełnie dobrze, ale gdy trzeba zacząć bieg, pojawia się zadyszka, a nawet ból za mostkiem.

Mówimy o tzw. efekcie domina – niesprawność jednego narządu pociąga za sobą dalsze konsekwencje i w sumie wychodzi na to, że jesteśmy mniej sprawni. Oczywiście, to są dolegliwości związane np. ze zmianami zwy-

serce czy cukrzyce, bo zmiany są właściwe w całym organizmie.

Oczywiście one nie idą automatycznie z wiekiem – widuje się przecież dziarskich 80-latków, którzy biorą udział w maratonach i dobrze sobie z tym radzą. Często osoby znacznie młodsze, przez nieodpowiedni tryb życia i różne nałogi, mają wydolność psychiczną i fizyczną dużo gorszą niż osoba starsza.

Wraz z wiekiem pojawiają się też problemy związane z pamięcią.

Tak. Chociaż, mówiąc kolokwialnie, dużo zależy od tego, na ile ta głowa była wcześniej używana. To znaczy – czy taka osoba miała szerokie zainteresowania – czytała, rozwiązywała krzyżówki, ćwiczyła w jakiś sposób pamięć.

Utrata pamięci nie musi być automatycznie związana z wiekiem. Oczywiście, zmiany, które potocznie nazywamy miazdżycą, dają objawy uogólnione i mają wpływ na naszą pamięć, na sprawność intelektualną, ale to nie musi tak być.

wia czynność mózgu i po prostu wpływa na ćwiczenie pamięci.

Jeżeli nasz tryb życia jest bardziej bierny, to problemy są większe. Mogę się zresztą powołać na autorytet psychogeriatry, pana prof. Tomasza Sobowa, który w jednym ze swoich wykładów mówi, że starsze osoby doskonale się uczą języków obcych – jeżeli mają motywację.

Czy na przychodzące z wiekiem zmiany możemy się jakoś przygotować? I kiedy te przygotowania zacząć?

Proponowałabym nawet od 25 roku życia. Chodzi i o sprawność fizyczną i psychiczną. Ale do tego, żeby w starość wejść z dobrą kondycją, nie można najpierw przesiadywać w fotelu, a raptem powiedzieć: „Teraz poprawiam moją kondycję”. Oczywiście jest to bardzo chwalebne, ale też dużo trudniejsze.

Dlatego od młodości trzeba dbać o regularną aktywność – spacer, rower, nordic walking. Wpływa to też bezpośrednio na



chodzą na tańce, na wycieczki, czegoś na co dzień nie robią.

Taki wyjazd może być zatem świetnym punktem wyjścia do zmiany nawyków. Bardzo często nawiązywane są kontakty, które później utrzymywane są jeszcze dłużej i to też jest motywacją, żeby zadbać o siebie, zmienić dietę. Kolejny plus – można zająć się czymś innym.

Osoby starsze łatwo ulegają reklamom i kupują suplementy diety czy leki, które „na wszystko pomagają”. Czy mamy problem z nadużywaniem leków?

Po pierwsze, tych leków jest stanowczo za dużo. Po drugie, pacjenci nie sprawdzają ich składu. Leki różnie nazywane miewają podobne składniki, co może grozić przedawkowaniem.

A przecież w naszym klimacie jest tyle możliwości uzupełnienia niedoborów urozmaiconą dietą, że nie trzeba zażywać tyłu suplementów. Kiedy chodziłam na

bardzo ważne, pozwalają na większą samodzielność.

To w bardzo bolesny sposób widać w szpitalach, kiedy nie można się doprosić o to, żeby ktoś przyniósł basen, pomógł w toalecie czy w przesunięciu się.

Bywa tak, że ktoś, początkowo z powodu zawrotów głowy, boi się gdziekolwiek wyjść. Tymczasem w miarę tego, jak ćwiczy mięśnie, ćwiczy postawę, zawroty znacznie się zmniejszają i może wyjść z domu.

Sprawność fizyczna ma bardzo duży wpływ na psychikę, bo zmniejsza się lęk przed uzależnieniem od innych, czasem upokorzeniem. Daje też poczucie, że jednak jestem samodzielny, jednak daję radę.

Każda rehabilitacja, nawet jeżeli jest np. po udarze mózgu, jest kwestią tego, czy ktoś będzie tą drugą niesprawną ręką trochę ruszał, czy będzie mógł usiąść, czy będzie mógł sam włączyć światło lub wykonać jakiegokolwiek inne czynności.

Aktywność – najlepsza recepta na starość



rodzeniowymi stawów (nie tylko kolan czy bioder, ale właściwie wszystkich).

Zaczynają się dolegliwości z układem krążenia, z pewną niewydolnością, z nadciśnieniem, nerki działają już mniej sprawnie. Są kłopoty z przyswajaniem zarówno pokarmów tzw. ciężkostrawnych, jak i wchłanianiem leków. To z kolei wynika z procesów, które są spowodowane zmianami zanikowymi w błonie śluzowej, żołądka czy jelitach.

Pluca narażone na wdychanie dymów (bierne lub czynne), również mają już trochę mniejszą pojemność, wobec czego łatwiej o zadyszkę. A do tego pojawia się ogólne niedotlenienie organizmu.

W starszym wieku trudno wskazać jedną dominującą dolegliwość, mamy tzw. „wielochorobowość”. Pacjenci nie są chorzy tylko na

Mogę tu przywołać moją własną babcię, która mając 93 lata śledziła na bieżąco telewizję, czytała gazety, była zorientowana w sprawach 10 wnucząt, które były w domu.

Aktywność jest zatem bardzo ważna – chociażby to, co nazywamy Uniwersytetem Trzeciego Wieku. Ale też kontakty sąsiadzkie i oczywiście rodzinne. Chęć rozmowy, komunikowania się z innymi osobami, bardzo popra-

Człowiek w sile wieku jest w stanie nadrobić pewne niesprawności przez ćwiczenie, przez uruchomienie funkcji zastępczej. Ale im jesteśmy starsi, tym mamy mniej takiej rezerwy.

to, jak się czujemy, czy zdarzają się zasłabnięcia lub trudności w skupieniu uwagi.

Ważne są zainteresowania poza pracą. Jeśli bowiem zamykamy się wyłącznie w swojej pracy, to gdy przechodzimy na emeryturę, rozgrywa się tragedia – nie wiemy, co ze sobą zrobić. Dlatego, najpóźniej w wieku średnim, należy rozwijać jakieś dodatkowe zainteresowania.

Bardzo ważne, żeby być otwartym na innych ludzi, a nie wyłącznie krąg swojej rodziny. Potrzebna jest taka odskocznia, kółka różnych zainteresowań, albo nawet pomoc dla sąsiadki czy sąsiada.

Wyjście do innych daje korzyść również nam, bo sami się rozwijamy. A to, co dajemy potrzebującym, w innej formie, wraca do nas. Dbajmy o to, bo pomagając zmieniamy ludzi dookoła siebie – ratując się

przed zgorzkniałymi, zgryźliwymi osobami, które widzą samo zło i nie potrafią cieszyć się życiem.

Czy dzieci lub wnuki mogą jakoś pomóc w tych kwestiach? Na przykład mówiąc: „Babciu, chodź na spacer”?

To ma duże znaczenie. Nawet, gdyby taki porządny, godzinny spacer był tylko dwa razy w tygodniu, miałby zbawienny wpływ i na krążenie, i na poziom ciśnienia, i na walkę z otyłością. Nawet, gdyby to było trochę wymuszone. Czasami trzeba użyć jakiegoś podstępu, określić jakiś cel tego spaceru, obiecać tylko herbatę, kawę czy dłuższą rozmowę. Starsze osoby z reguły są niechętnie wszelkim zmianom, ale jednocześnie w sanatorium czy na wczasach rehabilitacyjnych, w innym otoczeniu, zachęcane przez innych seniorów,

wizyty domowe, widywałam te przepelnione lekami szafki, półki w kuchni czy w pokoju.

Gdyby to ode mnie zależało, zakazałabym reklamy tych środków, bo to jest ze szkodą dla pacjentów. A poprzez odpowiednie żywienie czy zioła, w naturalny sposób można uzupełnić różne niedobory. Tyle się przecież mówi o ekologii, a jednocześnie pakujemy w siebie tyle chemii.

Do jakiego stopnia rehabilitacja może poprawić stan zdrowia osoby starszej?

Jeżeli ktoś po ciężkim zapaleniu płuc boi się wyjść z łóżka i chętnie leży, to jest to dla niego straszliwa strata, bo pogarsza w ten sposób krążenie, mimo, że sama choroba już minęła. Powinien chociaż wyjść z łóżka i przejść do toalety. To może banalne sprawy, ale są

Dr n. med. KRYSZYNA DE CORDE, specjalista chorób wewnętrznych, medycyny paliatywnej i geriatry.

Rozwiązanie krzyżówki utworzą litery z pól ponumerowanych od 1 do 12. Rozwiązanie prosimy przynieść osobiście lub przesłać pocztą na adres: Caritas Archidiecezji Łódzkiej, ul. Gdańska 111,

90-507 Łódź lub przesłać mailem: bezreszty@toya.net.pl.

Na rozwiązania czekamy do 15 kwietnia 2019 roku (w przypadku wysyłania pocztą decyduje data dostarczenia do siedziby Caritas).

Spośród poprawnych odpowiedzi rozlosujemy: udział w turnusie rehabilitacyjnym w Ośrodku Rehabilitacyjno-Wypoczynkowym Caritas w Drzewocinach dla 1 osoby (w terminie 13-26 września) i 3 pendrive.

Listę zwycięzców zamieścimy na stronie www.caritas.lodz.pl w dniu 17 kwietnia. Regulamin dostępny jest w siedzibie Caritas Archidiecezji Łódzkiej, ul. Gdańska 111, 90-507 Łódź i na stronie www.

Kamas lub Zelnik	Okaz w gablocie	Piękny, rasowy koń	Uczciwy - odda zębę	Z tyłu podudzia	Głębsza od talerza	Garniec z rączką	Dzisiaj jest mumią	Słuch albo wzrok	Skąpy sąsiad Anglika
				Inaczej o pogodzie			We wnętrzu czaszki	11	
Psi mieszańiec					Królewskie ptaki	2		Diaabelski młyn	Orszak na pustyni
Kwaśny u cytryny		10		Imię Guzik, aktorki			...wzwyż (sport)		9
Gra z piłką i pałką	1				Brakująca suma		8		
			5	Zabawa z tańcami	Raj opisany w Biblii		Zwana morową zarazą	Kość obok mostka	Wśród modeli Daewoo
Ssak zimnych mórz		Bandyta, oprych				7	Kawa zbożowa	Prawy dopływ Wisły	12
					Karciane serce			Biblijny brat Jakuba	
Prawny w firmie		Opleciono winem						Grecka litera po alfie	
						4			
					Przyjaciółka Gucia		Stolica Niemiec		
								Z wodą na pustyni	3



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

SMACZNE BEZ RESZTY

CZYLI NASZE PRZEPISY



Składniki: 1 szklanka suszonych lub świeżych trufli, ½ szklanki suchej kaszy jaglanej, 1 szklanka mleka krowiego lub roślinnego, 1 szklanka orzechów ziemnych, ½ szklanki płatków owsianych. **Dodatki:** orzechy całe, migdały, laskowe, włoskie, gorzka czekolada (starta na tarce), nasiona sezamu, słonecznika, maku, suszone/liofilizowane owoce i warzywa (np. burak) zmielone na puder.

Sposób przygotowania: Suszone daktyle zalej wodą i zostaw pod przykryciem na kilka godzin, a najlepiej na całą noc. Jeśli użyjesz świeżych daktyli, nie musisz ich moczyc. Kaszę przed gotowaniem bardzo dokładnie (3 razy) wypłucz wrzącej wodzie, a następnie wrzuć do wrzącego mleka i gotuj 15 minut. Moczenie i płukanie w gorącej wodzie sprawi, że kasza nie będzie gorzka.

Odelej wodę z daktyli do miski i zmiksuj owoce blenderem na gładką masę. Jeśli blender nie radzi sobie z owocami, dolej trochę wody z moczenia. Postaraj się, żeby masa była możliwie gęsta. Orzechy ziemne zmiel w młynku, malakserze lub w moździerzu na mąkę. Osobno zmiel na mąkę płatki owsiane. Kaszę, daktyle i orzechy połącz dokładnie w misce. W zależności od wilgotności masy dosyp kilka łyżek lub wszystkie zmielone płatki. Po odstawieniu na godzinę płatki wchłoną płyn. Z masy uformuj kulki o wielkości orzecha włoskiego. Do środka możesz włożyć migdał lub inny orzech. Gotową trufkę możesz obtoczyć w tartej gorzkiej czekoladzie, nasionach lub owocowo-warzywnym pudrze.

Przepis dzięki uprzejmości: „Żydzi od kuchni”

Smacznego!

ukończyli Akademię Talentów

Zakończył się projekt „Akademii Talentów”, który skierowany był do pracowników Zakładu Aktywności Zawodowej Caritas Archidiecezji Łódzkiej, tych, którzy już od dawna są zatrudnieni w naszych strukturach.

Projekt zakładał szereg treningów kompetencyjnych o charakterze interpersonalnym i społecznym oraz przedsiębiorczym. Przyszedł czas na podsumowanie.

„Pracownicy podczas treningów nabywali wiedzę z zakresu komunikacji, rozwiązywania konfliktów, technik radzenia sobie ze stresem, radzenia z emocjami, zachowań w grupie oraz korzystania ze wsparcia społecznego” – podsumowuje Anna Orpel, kierownik ZAZ.

Głównym działaniem realizowanym w ramach projektu są 6-miesięczne staże zawodowe, z których docelowo miało skorzystać 15 osób. Była to próba zwiększenia mobilności zawodowej pracowników,

a także możliwość sprawdzenia nabytych przez te kilka lat pracy w Zakładzie kwalifikacji zawodowych.

Zakład Aktywności Zawodowej jest miejscem, w którym pracownicy ze znacznym, bądź umiarkowanym stopniem niepełnosprawności nabywają umiejętności związanych z rynkiem pracy. Są rehabilitowani zawodowo, społecznie i leczniczo, dzięki czemu po określonym czasie mogą podejmować nowe wyzwania na rynku pracy. Zeszły rok był dla Zakładu przełomowy, jeśli chodzi o dokonujące się zmiany, ponieważ ponad połowa pracowników zmieniła swoje dotychczasowe miejsce zawodowe na nowe – dające nową perspektywę i szansę na stałe zatrudnienie.

Projekt „Akademia Talentów” realizowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Łódzkiego na lata 2014-2020.



Na codzienne zakupy



Program „Na codzienne zakupy” prowadzony jest przez Caritas Archidiecezji Łódzkiej we współpracy z Caritas Polska oraz Jeronimo Martins Polska, właścicielem sklepów Biedronka. Pierwsza edycja odbyła się w roku 2018. Od 1 marca 2019 Caritas rozpoczęła realizację II edycji programu.

Celem programu jest wymierna, całoroczna pomoc finansowa dla osób z obszaru archidiecezji łódzkiej, starszych (60+), samotnych, z najniższymi dochodami, potrzebujących codziennego wsparcia.

W ramach programu podopieczni otrzymują kartę do sklepu Biedronka, dzięki której mogą kupować artykuły spożywcze, higieniczne i środki czystości na kwotę 150 złotych miesięcznie. Karta ważna jest od 1 marca do 31 grud-

nia 2019 roku. Dodatkowo, każdym seniorem opiekuje się wolontariusz, który wspomaga podopiecznego w zakupach i prowadzi z nim działania towarzyszące, polegające na budowaniu relacji pomiędzy osobami i wspólnym spędzaniu wolnego czasu. Mogą to być różnego typu działania pomocowe, np. zawiezenie do lekarza, mycie okien lub też wspólne rozmowy przy herbacie, spacer, wyjście na koncert – w zależności od potrzeb seniora i możliwości zaangażowania wolontariusza.

W 2018 roku pomocą objęliśmy 126 osób. W tym roku pomoc w postaci kart do Biedronki i opieki wolontariusza otrzymało 150 osób z 18 parafii, które zgłosiły swoich podopiecznych.

W dzisiejszych czasach lubimy mieć wszystko pod ręką. Dosłownie. Dlatego coraz częściej korzystamy z aplikacji mobilnych, które dostępne w naszych smartfonach dostarczają dodatkowe możliwości w porównaniu do stron internetowych, no i są pod ręką.

Stąd pomysł na aplikację mobilną Caritas, którą już dziś można zainstalować w swoim telefonie. Co znajdziemy w aplikacji Caritas?

Bądźmy w kontakcie

Po pierwsze: podstawowe informacje o nas. Na część informacyjną aplikacji składają się: Jednostki, Aktualności i Kontakt. Dzięki Jednostkom, łatwo trafimy do punktów Caritas, ale również możemy skierować do nich po-

trebujących. Każda jednostka posiada informacje kontaktowe, możliwość uruchomienia nawigacji, zdjęcia i opis. Dzięki Aktualnościom natomiast możemy być na bieżąco z działaniami prowadzonymi przez Caritas.

Po drugie: zintegrowany system płatności, który umożliwia błyskawiczne przekazywanie wsparcia poszczególnych działań Caritas. Każda akcja opatrzona jest zdjęciami, opisem oraz celami szczegółowymi.

Po trzecie: już wkrótce, dzięki możliwości wysyłania powiadomień na telefony użytkowników, dotarcie z informacją będzie wyjątkowo szybkie i skuteczne. Funkcja powiadomień pozwoli również na

informowanie użytkowników i naszych darczyńców o konkretnych efektach ich wsparcia.

Bądźmy w kontakcie – pobierz bezpłatną aplikację „Caritas” na swój telefon.

Po zainstalowaniu na smartfonie wybierz Caritas Archidiecezji Łódzkiej.



ANDROID



ŁUKASZ GŁOWACKI: Od lipca 2018 roku dyrektorem Ośrodka Rehabilitacyjno-Wypoczynkowego Caritas Archidiecezji Łódzkiej jest ks. Paweł Pęczek. Rozpoczął Ksiądz swoją posługę w Caritas od misji specjalnej, czyli rozbudowy ośrodka. Na czym będzie ona polegała?

Ks. PAWEŁ PĘCZEK: Ośrodek Caritas w Drzewocinach funkcjonuje od wielu lat. Na początku w ośrodku organizowane były kolonie. Z czasem został przekształcony na ośrodek rehabilitacyjny i w tej chwili funkcjonuje jako ośrodek rehabilitacyjno-wypoczynkowy, do którego przyjeżdżają goście najczęściej w sezonie, od maja do końca września. Poprzez rozbudowę, czyli postawienie nowego budynku, który połączymy z dotychczasowymi budynkami, chcemy sprawić, żeby ośrodek funkcjonował przez cały rok, po to, by goście mogli przyjeżdżać także i w sezonie zimowym.

Myśli Ksiądz o osobach, które mogłyby skorzystać z rehabilitacji w sezonie zimowym?

Tak, zdecydowanie idziemy w tę stronę. Nowy budynek, który powstanie, będzie w części parterowej wyposażony w pomieszczenia rehabilitacyjne o szerokim zakresie. Dzięki temu, że rehabilitacja będzie w tym samym budynku, co część mieszkalna, będziemy mogli przyjmować gości również zimą. Nie będziemy mogli zaoferować stoku narciarskiego, bo go tu nie ma, za to teren, na którym leży ośrodek będzie w całości do dys-

pozycji gości. A położenie ośrodka jest bardzo atrakcyjne – leży w sercu sosnowego lasu, bardzo zdrowego lasu – jak mówią niektórzy. Teren objęty jest programem Natura 2000. Są tu np. siedliska bobrów i liczne stada ptaków, więc pod tym względem jest to idealne miejsce do wypoczynku – spokojne, w miarę oddalone od hałaśliwych dróg, a jednocześnie niedaleko od trasy S8 i zaledwie około 30 kilometrów od Łodzi.

Rozbudowa ośrodka rozpocznie się w ciągu najbliższych kilku tygodni?

Jeśli uda nam się uzyskać wszystkie zezwolenia, chcielibyśmy na przełomie marca i kwietnia rozpocząć budowę nowego obiektu, by – być może w tym roku – zamknąć go w stanie surowym. A w kolejnych latach go wykończyć i oddać do użytku.

Co nie znaczy, że ośrodek nie będzie funkcjonował, bo w tym sezonie zaplanowaliśmy już 7 turnusów rehabilitacyjnych, od maja do końca października. Teren, na którym będzie się toczyła budowa, możemy bezpiecznie odgradzić od tej części ośrodka, w której goście będą mogli wypoczywać.

Ze względów bezpieczeństwa ograniczyliśmy tylko możliwość przyjęcia dzieci, więc w tym roku nie będzie dla nich turnusów. Ale dorosłych serdecznie zapraszamy i już przyjmujemy zgłoszenia, bo po skierowanych do parafii ogłoszeniach, zainteresowanie jest duże.

Rozbudowa zaczyna się na wiosnę, w tym roku stan surowy, a kiedy można liczyć na otwarcie nowej części ośrodka?



WIZUALIZACJA

W DRZEWOCINACH – nowe życie!

Optymiści twierdzą, że za kolejny rok. To zależy od wielu czynników. Chodzi oczywiście również o finanse. Staramy się o różnego rodzaju środki zewnętrzne, które pomogą w realizacji planu rozbudowy. Czas zakończenia budowy zależy więc od tego, jak szybko uda nam się pozyskać te środki. Myślę, że to potrwa kolejne dwa lata. W międzyczasie chcemy również nieco odnowić obecny budynek i będzie się to działo równoległe.

Ile osób będzie mogło docelowo przebywać w ośrodku?

Zastanawialiśmy się długo nad tym i konsultowaliśmy z lekarzami, którzy pracują w podobnych ośrodkach. W większości bywa tak na turnusach, że osoby, które przyjeżdżają, korzystają z zabiegów rehabilitacyjnych. Tak jest z seniorami. Natomiast kiedy przyjeżdżają młodzi ludzie z niepełnosprawnością, ze swoimi opiekunami, to najczęściej ci młodzi korzystają z zabiegów, ale rodzice już nieko-

niecznie. Optymalnie patrząc, jeśli mielibyśmy 60 osób dorosłych, to dla tylu jesteśmy w stanie w ciągu dnia zapewnić różne zabiegi rehabilitacyjne.

A czy w ośrodku znajdzie się miejsce dla grup rekolekcyjnych?

Nie wykluczamy takiej możliwości, choć nasze działania są skierowane na rehabilitację i wypoczynek. Nie wiemy, czy znajdą się chętni na rehabilitację przez

cały rok, więc pewnie znajdą się takie terminy, w których będą się mogły odbyć w Drzewocinach spotkania rekolekcyjne. W tym roku, już od marca, w weekendy gościmy młodzież z różnych parafii, która przygotowuje się do bierzmowania. Z czasem przygotowujemy też ofertę rekolekcyjną. Być może znajdą się chętni, by skorzystać jednocześnie z czasu rekolekcji i rehabilitacji.

Odkąd zamieszkałem w ośrodku w Drzewocinach, odprawiana jest codzienna msza święta w kaplicy ośrodka, są nabożeństwa, więc ktoś, kto do nas przyjeżdża, może skorzystać z tej duszpasterskiej posługi.

REKLAMA



TURNUSY REHABILITACYJNE 2019

Ośrodek Rehabilitacyjno-Wypoczynkowy Caritas Archidiecezji Łódzkiej w Drzewocinach k/Dłutowa

od 1000 zł
1 osoba/14 dni



Zapewniamy:

zakwaterowanie w 3-osobowych pokojach z łazienką przystosowanych dla osób niepełnosprawnych, całodienne wyżywienie, transport, ubezpieczenie, opiekę pielęgniarską, zajęcia usprawniające, zabiegi rehabilitacyjne, spacer i wypoczynek w plenerze, wieczory filmowe, opiekę duszpasterską.

Terminy turnusów:

29 maja – 11 czerwca	28 sierpnia – 10 września
25 czerwca – 15 lipca	13–26 września
19 lipca – 1 sierpnia	2–15 października
6–20 sierpnia	

Informacje i zapisy:
Caritas Archidiecezji Łódzkiej
90-507 Łódź, ul. Gdańska 111
tel.: 42 639 95 81
e-mail: recepcja@drzewociny.pl

www.caritas.lodz.pl



Fundusze Europejskie Program Regionalny



Unia Europejska Europejski Fundusz Społeczny



Wysokość wkładu Unii Europejskiej w projekt: 831 477,93 zł

Poszukiwany



Poszukiwana

Działania:

warsztaty społeczno-edukacyjne, staże zawodowe, poradnictwo zawodowe, psychospołeczne, konsultacje specjalistyczne i pośrednictwo pracy;
ścieżki zawodowe: obsługa klienta/przedstawiciel handlowy, barmanka/barman, pracownik remontowo-budowlany, konserwator terenów zielonych, magazynier z obsługą suwnic, pracownik biurowy/specjalista ds. rekrutacji

Cel projektu:

podniesienie kompetencji i kwalifikacji zawodowych oraz umiejętności społecznych 60/40/20 mieszkańców z Łódzkiego obszaru Metropolitalnego (powiaty: m. Łódź, łódzki wschodni, pabianicki, brzeziński, zgierski) w wieku 18-65 zagrożonych ubóstwem i wykluczeniem społecznym i przywrócenie zdolności do zatrudnienia.

Biuro projektu:

ul. M.Gogola 12, 92-513 Łódź, tel. 42 673 41 30, oazis@toya.net.pl



ARCHIDIECEZJI ŁÓDZKIEJ



Polecamy profesjonalny dobór aparatów słuchowych.

Zapraszamy do poradni:

- otolaryngologicznej dla dorosłych i dzieci,
- neurologicznej,
- psychologicznej,
- logopedycznej,
- audiologicznej.

Zadzwoń: 42 678 91 12

Bezpłatne konsultacje w ramach kontraktu z NFZ

NZOZ Integracyjny Ośrodek Leczeń i Rehabilitacji im. Jana Pawła II
Al. Śmigłego-Rydza 24/26, 93-281 Łódź



ARCHIDIECEZJI ŁÓDZKIEJ