

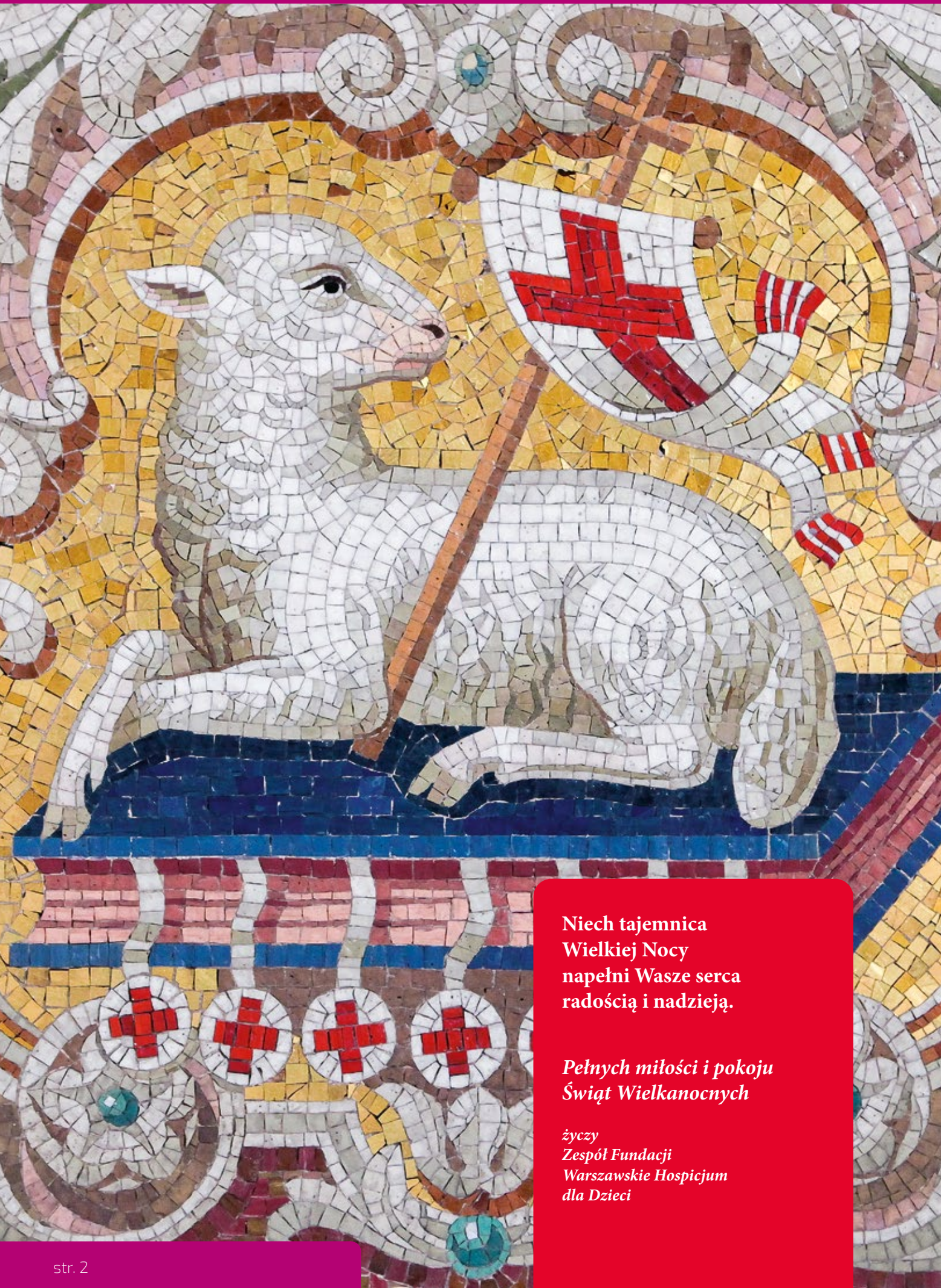


# hospicjum

Warszawskie Hospicjum dla Dzieci • Informator bezpłatny • nr 1 (107) marzec 2024 r.



Zdjęcie: Grzegorz Sliżak i Mariusz Szalik



Niech tajemnica  
Wielkiej Nocy  
napełni Wasze serca  
radością i nadzieją.

*Pełnych miłości i pokoju  
Świąt Wielkanocnych*

*życzy  
Zespół Fundacji  
Warszawskie Hospicjum  
dla Dzieci*

## I żyli krótko i szczęśliwie...

Czas nieuleczalnie chorych dzieci biegnie bardzo szybko. Od trzydziestu lat Warszawskie Hospicjum dla Dzieci robi wszystko, by niezależnie od tego, ile mały pacjent ma przed sobą dni, tygodni, miesięcy czy lat, czas ten był jak najlepszy. W styczniu ruszyła kampania informacyjna Fundacji Warszawskie Hospicjum dla Dzieci pod hasłem „Podaruj 1,5%, by mogli żyć na 100%”.

Każdy członek zespołu ma świadomość, że pacjenci hospicjum nie wrócą do zdrowia. Ich choroby są nieuleczalne – współczesna medycyna jeszcze nie znalazła na nie lekarstwa. Walka nie toczy się zatem o wyleczenie pacjenta, ale o to, by życie, które mu pozostało, było jak najlepsze.

Planując kampanię mającą zachęcić do wspierania działalności naszej fundacji poprzez przekazanie 1,5% podatku, chcieliśmy podkreślić właśnie ten aspekt pracy hospicjum. Położyć akcent na jakość życia – bez względu na ilość czasu, jaką pacjent ma jeszcze przed sobą. Przekonać, że także w hospicjum można znaleźć nadzieję, choć ma ona nieco inne oblicze. Ale można ją dostrzec, trzeba tylko zmienić perspektywę.

Do końca kwietnia polscy podatnicy rozliczają się z fiskusem. I mają niepowtarzalną okazję podjęcia decyzji, na jaki cel przeznaczona zostanie część – dokładnie 1,5% – ich podatku. Co ważne, ów cel ma wymiar pożytku publicznego. Bo organizacje pożytku publicznego, które są beneficjentami tej szczególnej darowizny, działają zwykle tam, gdzie nie działa państwo.

Tak właśnie jest z hospicjami dla dzieci. W Polsce są one prowadzone przez organizacje pozarządowe, zatem bez nich nieuleczalnie chore dzieci pozostałyby bez opieki. Dzięki darczyńcom Warszawskie Hospicjum dla Dzieci prowadzi działalność już od trzydziestu lat. Wierzymy, że i w tym roku, wypełniając PIT, wpiszą Państwo do niego nasz numer KRS: 0000097123 i подарują naszym pacjentom część swojego podatku.

Na koniec mam małą prośbę – przekonajcie Państwo swoich znajomych i przyjaciół, że można nam zaufać. Że jeśli przekażą Fundacji Warszawskie Hospicjum dla Dzieci 1,5% podatku, nasi pacjenci będą żyli szczęśliwie. Choć może krótko...

*Beata Biały,  
redaktor naczelna*

*Zdjęcie na okładce: Grzegorz Ślęzak i Mateusz Marszałek*

**Podaruj 1,5%,  
by mogli żyć na 100%**

**KRS: 97123**

## Spis treści

|  |         |
|--|---------|
| <b>Od Redakcji</b><br>I żyli krótko i szczęśliwie                      | str. 3  |
| <b>Aktualności</b><br>W telegraficznym skrócie                         | str. 4  |
| <b>Nasi podopieczni</b><br>Czuję się bezpieczna                        | str. 5  |
| <b>Światowy Dzień Chorego</b><br>Choroba – zjawisko demokratyczne      | str. 9  |
| <b>Grupy wsparcia</b><br>Spotkanie z lamą                              | str. 11 |
| <b>Nauka i dydaktyka</b><br>Dziękuję za naukę życia – staż w hospicjum | str. 14 |
| <b>Verba volant, scripta manent</b><br>Zaimkowa różnica                | str. 15 |
| <b>Nasi darczyńcy</b><br>Dobra Noc w Komorowie                         | str. 16 |
| Kopernikalia – smacznie i z korzyścią                                  | str. 19 |
| Szkolny koncert charytatywny   | str. 21 |

Zapisz się do naszego Newslettera!  
Wejdź na stronę  
[www.hospicjum.waw.pl/newsletter](http://www.hospicjum.waw.pl/newsletter)  
Zarejestruj się, a informacje  
o Fundacji WHD  
wylądują w Twojej skrzynce e-mail.



# W telegraficznym skrócie

Za nami kolejny rok pracy, zatem pora na krótkie podsumowanie głównych działań, jakie Fundacja Warszawskie Hospicjum dla Dzieci podejmowała w ramach swojej działalności statutowej.

## Opieka paliatywna i perinatalna

W 2024 roku Warszawskie Hospicjum dla Dzieci opiekowało się 47 nieuleczalnie chorymi dziećmi i ich rodzinami. Członkowie zespołu hospicjum domowego – lekarze, pielęgniarki, psycholodzy, pracownik socjalny oraz kapelan, odbyli 6 927 wizyt, pokonując w sumie 421 075 kilometrów.

W ramach hospicjum perinatalnego działała Szkoła Rodzicielstwa przygotowująca rodziców do narodzin chorego, obciążonego wadą lub wadami genetycznymi dziecka. W roku 2023 odbyło się 6 5-dniowych kursów Szkoły.

## Grupy wsparcia

W 2023 roku Grupa Wsparcia Rodziców w Żałobie odbyła 20 spotkań. Dziecięco-Młodzieżowa Grupa Wsparcia w Żałobie spotkała się 6 razy, w tym dwukrotnie na tygodniowych wyjazdach wakacyjnych – narciarskim w Białce Tatrzańskiej i letnim na Mazurach.

Grupa Wsparcia Rodzeństwa pacjentów spędziła razem 6 weekendów, podczas których dzieci brały udział w różnych wydarzeniach kulturalnych i edukacyjnych.

Intensywnie pracowały też grupy wsparcia w żałobie Warszawskiego Hospicjum Perinatalnego. Grupa prowadzona przez psycholog Paulinę Kowacką spotkała się 18 razy, a ta prowadzona przez psycholog Dominikę Maksiewicz odbyła 21 spotkań.

## Działalność edukacyjna

Fundacja WHD prowadziła aktywną działalność edukacyjną. Zorganizowane zostały dwa kursy specjalizacyjne z zakresu opieki paliatywnej dla lekarzy specjalizujących się w pediatrii oraz lekarzy innych specjalności; wzięło w nich udział 139 lekarzy. Fundacja poprowadziła także dwudniowy kurs dla 50 pielęgniarek z hospicjów dziecięcych z całej Polski. Wykłady na kursach prowadzili pracownicy Fundacji WHD oraz zaproszeni do współpracy

specjaliści z innych ośrodków medycznych – szpitali i hospicjów.

Pracownicy Warszawskiego Hospicjum dla Dzieci wygłaszali też wykłady w innych placówkach medycznych (np. w Centrum Zdrowia Dziecka) oraz podczas konferencji poświęconych tematyce opieki paliatywnej – np. konferencji „Odchodzić bez Bólu”, która we wrześniu 2023 roku zgromadziła ok. 400 pielęgniarek i lekarzy z całej Polski. Staż w Warszawskim Hospicjum dla Dzieci odbyło 4 lekarzy neurologów, 1 lekarz neonatolog i 1 psycholog.

Szczegółowe sprawozdanie z działalności Fundacji WHD zostanie przygotowane już niebawem i udostępnione na stronie internetowej.

*Beata Biały*

## Hospicjum domowe w 2023

47

Liczba pacjentów hospicjum domowego

6 927

Liczba wizyt domowych

421 075

Liczba przejechanych kilometrów



# Czuję się bezpieczna

**To była bardzo wzruszająca rozmowa. Popłynęło trochę łez, ale był i śmiech. O ucieczce przed wojną, podróży pełnej niepewności i lęku, chorobie syna, opiece hospicjum i o swoich marzeniach opowiedziała pani Walentyna Fediash, mama 15-letniego Iwana.**

**Beata Biały:** Pani Walu, na tle innych naszych podopiecznych, państwa historia jest dosyć nietypowa. Do Polski przyjechali państwo dwa lata temu, jako uchodźcy wojenni. I o tym za chwilę porozmawiamy. Zacznijmy jednak od początku, czyli od Iwana, bo to on jest powodem, dla którego wasze życie splotło się z naszym hospicjum. Na co choruje Iwan i jak państwo dowiedzieli się o jego chorobie?

**Walentyna Fediash:** O chorobie Iwana dowiedziałam się w ciąży. Lekarze mówili, że jest chory, ale nie podawali szczegółów. A kiedy się Iwan urodził, to w szpitalu lekarka, pediatra, powiedziała do niego: „Nie będziesz takim zwyczajnym, mądrym chłopakiem, ale do szkoły będziesz chodził”. Czyli że wszystko w porządku.

**A gdzie państwo wtedy mieszkali?**

We Lwowie. Kiedy Iwan się urodził, to był bardzo taki... nie wiem, jak to powiedzieć... taki niemal granatowy

na twarzy. Jakby się dusił. Za mało miał tlenu. Ale nikt nic nam nie powiedział. Wróciliśmy do domu. Kiedy miał trzy miesiące, zachorował na zapalenie oskrzeli. Poszliśmy do szpitala i dopiero wtedy pediatra nas poinformowała, że potrzebujemy

neurologa. No więc poszliśmy do neurologa, a neurolog prosto w oczy nam powiedział, że dziecko jest kalekie i powinniśmy coś z tym robić. A my nie wiedzieliśmy, że jego stan jest tak poważny! Dopiero wtedy, po tej wizycie, zaczęły się różne badania, próby leczenia. Lekarze mówili, że wszystko gra. Że do trzeciego roku życia będzie chodził. Nie będzie taki jak inne dzieci, ale będzie samodzielny...



P. Walentyna z Iwanem i pielegniarką WHD Mirostawą Ślżak

### **I te zapowiedzi się sprawdziły? Co się stało, gdy Iwan skończył trzy lata?**

Nic się nie stało. I nic się nie sprawdziło. Głowy nie trzymał, nie chwycił nic rączką. A w dodatku pojawiła się padaczka. Próbowano różnych leków, ale nie działały.

### **Iwan był wtedy pod opieką szpitala?**

Tak, szpitala we Lwowie. Zajmował się nim tamtejszy neurolog. Dwa, trzy razy w roku szliśmy do szpitala, nie na długo. Robili badania, dwa-trzy dni i do domu. Lekarze mówili, że nie można Iwana rehabilitować. Jak pojawiał się napad padaczki, to dzwoniłam do lekarki, jechałam z Iwanem do szpitala, lekarka coś tam zmieniała w lekach... Po jakimś czasie wreszcie dobrano leki na tyle, że chociaż zaczął w nocy spać. Zrobił się trochę spokojniejszy, nie był już taki napięty...

### **A czy w Ukrainie opiekowało się Iwanem jakieś hospicjum?**

Dopiero rok przed wojną. To jest hospicjum domowe we Lwowie (Мобільний хоспіс для дітей). To oni dali nam kontakt do waszego hospicjum.

### **Skoro już wspomniała pani o wojnie... Pani przyjechała do Polski zaraz na samym początku, prawda?**

Mąż ze starszym synem przyjechał wcześniej, do pracy. Na Wielkanoc mieli wrócić do domu. A w lutym wybuchła wojna. 26 lutego przyjechałam z Iwanem do Polski.

### **Jak wyglądała ta wasza podróż?**

No... Na początku to był po prostu szok. Nie wiedziałam, ile czasu będziemy w drodze. Bałam się jechać sama. Iwan musiał być na tlenie. On sam nie siedzi, musiał być na rękach, żeby się nie krztusił wydzieliną... Dlatego jechała ze mną moja siostra z synem. Kolejka na granicy była długa na dziesięć kilometrów albo i więcej. Było mnóstwo ludzi – z samochodami i na piechotę. Ale udało się przejechać dosyć szybko, bo zobaczyli, że jestem z chorym dzieckiem. Kiedy minęliśmy granicę, siostra wróciła do domu, no bo praca, rodzice, starszy syn... Jej drugi syn, czternastoletni, został z nami i siedział z tyłu z Iwankiem, a ja prowadziłam. Strasznie się bałam, bo prawo jazdy miałam dopiero od pół roku.



Artystyczne pasje Iwana

### **Naprawdę? To prawdziwy chrzest bojowy pani przeszła!**

No, powiem szczerze, że tak. Cały czas się bałam, żeby coś się stało z samochodem, bo zupełnie bym nie

wiedziała, co zrobić. Odetchnęłam dopiero, jak przyjechał mąż i wsiadł za kierownicę. Już byłam spokojna, wiedziałam, dokąd jadę.



Rodzinne „selfie” na spacerze.

**Do naszego hospicjum trafili państwo bardzo szybko, zaraz na początku marca. Jak do tego doszło?**

To hospicjum z Lwowa dało mi numer telefonu. Zadzwoiłam i przyjechała lekarka, pani Iwona, i pielęgniarka, Mirka [[dr Iwona Bednarska-Żytko i piel. Mirosława Ślęzak – przyp. red.]. Iwan miał 13 lat i ważył... 17 kilo! Byłam bardzo zdenerwowana. Nie znałam języka. Bałam się, że nic nie rozumiem. Na szczęście była z nimi wolontariuszka, Anastazja, która zna ukraiński i tłumaczyła. Ale Anastazja nie jest lekarzem, więc kiedy lekarka pytała o chorobę Iwana, o objawy, to nie było tak łatwo. Mimo wszystko, jakoś się dogadałyśmy. Następnego dnia znów przyjechała doktor Iwona i Małgosia [piel. Małgorzata Murawska – przyp. red.], która mówi po rosyjsku.

**Teraz rozmawia pani ze mną bardzo swobodnie. Jak się pani nauczyła polskiego?**

Z YouTube'a. Wiedziałam, że muszę się jakoś porozumiewać, więc się uczyłam. Na szczęście ukraiński i polski są podobne, więc to nie takie trudne.

**Wróćmy do spotkania z zespołem hospicjum. Jakie było pani pierwsze wrażenie?**



Pani Wala Fediash z synami

Muszę powiedzieć, że byłam zdenerwowana. Ale i bardzo zdziwiona. U nas nie ma takiej opieki. Dla mnie to wszystko było bardzo dziwne... Tyle ludzi do pomocy! Nie spodziewałam się. Nie mogłam w to uwierzyć. Tam byliśmy całkiem sami. A tu dostaliśmy taką pomoc. Lekarze, pielęgniarki... Pani Dorotka [Dorota Licau, pracownik socjalny WHD – przyp. red.] nam pomagała dostać PESEL i inne dokumenty, na przykład orzeczenie o niepełnosprawności. Trzeba było przetłumaczyć dużo dokumentów – to też załatwiło hospicjum. A zaraz na

początku przyjechał do nas pan Robert [Robert Sobieszczuk, fizjoterapeuta WHD – przyp. red.] i przywiózł nam sprzęt medyczny – łóżko, materac, i wszystkie potrzebne urządzenia.

**Minęły już dwa lata. Jak teraz się państwo tu czują? Przywykliście?**

Jak to mówią, do dobrego człowiek się szybko przyzwyczaja [śmiech]. Moje dziecko ma wspaniałą opiekę. Iwan wygląda teraz zupełnie inaczej, dużo lepiej niż kiedy przyjechaliśmy. Dobrze śpi, napady ma rzadko, przybrał na wadze. Co wieczór dzwoni



Dziś z wizytą pielęgniarka Mirka i wolontariuszka Ola

pielęgniarka i pyta, czy wszystko w porządku... A jeśli coś się dzieje, to zaraz ktoś przyjeżdża. Czuję się bardzo bezpiecznie.

**A w jakim stanie jest Iwan? Wiem, że leży, sam się nie porusza i nie mówi. Ale czy ma jakiś kontakt z otoczeniem? Rozpoznaje osoby wokół siebie?**

Tak, rozpoznaje. I po swojemu coś tam komunikuje. Domaga się uwagi. Reaguje na różne osoby – na brata, na tatę, na mnie... Na panią Mirkę z hospicjum. Zresztą kto by nie przyszedł z hospicjum, on się tak cieszy! Zaraz zaczyna gadać po swojemu. Bardzo lubi zwierzęta – kotki, psy... Na Ukrainie to było dla niego ważne, lubił na nie patrzeć, miałam nawet w domu małe króliczki i przynosiłam mu je do łóżka. Bardzo to lubił. Tu wynajmujemy mieszkanie, niestety nie możemy trzymać zwierząt. Iwan jest wszystkiego bardzo ciekawy. Kiedy spacerujemy po ulicy, przygląda się samochodom, ludziom. Tak samo w autobusie. Teraz jest w bardzo dobrym stanie, dzięki opiece hospicjum. Jestem wam bardzo wdzięczna. Proszę napisać, że wszystkim dziękuję z całego serca!

**W hospicjum domowym najczęściej to mamy rezygnują z pracy i zostają w domu z chorym dzieckiem. W państwa rodzinie też tak jest. Wcześniej pani pracowała?**

Tak, jak Iwan skończył sześć lat, wróciłam do pracy, pracowałam w urzędzie gminy, zajmowałam się dokumentacją gruntów gminnych. A w domu z Iwanem była moja mama. Ale jakieś półtora roku przed wojną musiałam zrezygnować z pracy. Iwan był już duży, mamie było za ciężko się nim zajmować. Poza tym on też wyraźnie mnie potrzebował. Gdy wracałam z pracy, aż się cały trząśł. Więc teraz jestem z nim. To nie jest wcale łatwe. Jeden idzie do pracy, drugi na uczelnię, a ja tu jestem cały czas... Ale opieka hospicjum bardzo mi pomaga. To nie tylko chodzi o to, że Iwanek ma odpowiednie leczenie. Dla mnie to też ważne, mam z kim porozmawiać, jest uśmiech, pogodna atmosfera. Rozmowa bardzo pomaga, człowiek nie może być zawsze zamknięty, sam ze swoimi myślami.

**A udaje się pani znaleźć czas na jakieś swoje pasje, taki czas tylko dla siebie?**

Tak, bo Iwan może zostać na przykład z Nazarem [20-letni syn państwa Fediash – przyp. red.], bardzo to zresztą lubi. A Nazar pięknie się nim opiekuje. Mam też wolontariuszy z hospicjum, którzy mi pomagają. Mogę czasem wyjść z domu.

**A co pani lubi robić w wolnym czasie?**  
Na przykład haftuję [śmiech].

**Faktycznie! Dostaliśmy od pani piękny obraz, który wyhaftowała pani na święta Bożego Narodzenia. Stoi w naszej sali odpraw i wszyscy go podziwiają. A poza haftowaniem?**  
Lubię malować.

**Te obrazki, które wiszą u państwa, to pani namalowała?**  
Tak, to moje.

**To z pani prawdziwie artystyczna dusza!**

Po prostu to lubię.  
Lubię też wychodzić z mężem. Nazar nas nawet do tego zachęca. „Wy sobie idźcie, a ja zostanę z Iwanem”. No to czasem wychodzimy. Iwana też zabieramy na krótkie wycieczki.

**Pani Walu, na pewno zna pani tę bajkę o złotej rybce. Założmy, że złowiła pani złotą rybkę i może pani wypowiedzieć trzy życzenia. Jakie by one były?**

O, to trudne... Ale może przede wszystkim, żeby wojna się skończyła, żeby był pokój. Żeby Iwan był zdrowy. I cała nasza rodzina. I ci, co nam pomagali – pan Michał [pracodawca pana Fediasha – przyp. red.] i ludzie z hospicjum. A trzecie życzenie? Nie wiem, może żeby gdzieś z Iwanem pojechać, w jakąś podróż, w jakieś ładne miejsce.

**Niech się spełni! Bardzo dziękuję za rozmowę.**



Przy świątecznym stole

**Iwan urodził się  
26 listopada 2008 r.  
Choruje na małogłowię.  
Pod opieką WHD jest od  
3 marca 2022 r.**



# Choroba, zjawisko demokratyczne

**Przed chorobą nie chroni wykształcenie, status społeczny czy materialny. To zjawisko na wskroś demokratyczne – może dopaść każdego. Trudno jednak pogodzić się z faktem, że wciąż istnieją choroby nieuleczalne. A jeszcze trudniej przeżywać chorobę w samotności.**

11 lutego obchodzony jest Światowy Dzień Chorego. Gdyby zrobić uliczną sondę, prawdopodobnie większość respondentów nie miałaby o tym pojęcia. Bo póki jesteśmy zdrowi i w pełni sił, choroby są dla nas czymś abstrakcyjnym, czymś, co wprawdzie istnieje, ale nas kompletnie nie dotyczy. „Szlachetne zdrowie, nikt się nie dowie, jako smakujesz, aż się zepsujesz...”

Jak wyjaśnia Katarzyna Marczyk, prezes Fundacji Warszawskie Hospicjum dla Dzieci i lekarka prowadzonego przez fundację hospicjum domowego dla dzieci, przypadkami chorób nieuleczalnych zajmuje się medycyna paliatywna. Rzadko się jednak o niej mówi, a jeszcze rzadziej rozumie jej rolę w opiece medycznej.

– Współczesny mieszkaniec Zachodu z trudem przyjmuje do wiadomości, że wciąż istnieją choroby, których

*medycyna nie potrafi wyleczyć. Oczekuje się lekarstwa na wszystko. Słyszy się nawet czasem pogląd, że to „tylko kwestia pieniędzy”. Z żalem muszę podkreślić, że to nieprawda. Choroba to zjawisko na wskroś demokratyczne. Nie chroni przed nią wykształcenie, status społeczny czy materialny. Choć medycyna czyni ogromne i szybkie postępy, nadal są choroby, na które nie ma lekarstwa. I zaryzykuję stwierdzenie, że tak będzie zawsze. Dlatego tak ważna jest medycyna paliatywna.*

## **Opieka czy podejście?**

Zgodnie z informacją zawartą w dokumencie prezentowanym na początku 2023 roku przez Ministra Zdrowia w Sejmowej Komisji Zdrowia, w 2022 w Polsce było ponad 600 hospicjów (stacjonarnych i domowych) dla dorosłych i ponad 60 hospicjów domowych dla dzieci. To właśnie głównie w hospicjach

realizowane są świadczenia medycyny paliatywnej. Jej definicji jest wiele.

W dokumencie wydanym w 2019 roku przez Agencję Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji określa się ją jako „wszechstronną, całościową opiekę, obejmującą leczenie objawowe pacjentów chorujących na nieuleczalne, postępujące, niepoddające się leczeniu przyczynowemu i zagrażające życiu choroby”. Z kolei WHO definiuje ją jako „podejście poprawiające jakość życia pacjentów cierpiących na chorobę zagrażającą życiu oraz ich rodzin, poprzez łagodzenie cierpienia, leczenie bólu i ograniczenie innych problemów fizycznych, psychospołecznych i duchowych”.

– *Obie te definicje są trafne – mówi Katarzyna Marczyk. – Choć jeśli o mnie chodzi, to chyba dokonałabym ich kompilacji. Mówiąc o misji naszego hospicjum domowego, zawsze podkreślamy, że opiekujemy się nieuleczalnie chorymi dziećmi w ich domach i oferujemy im pomoc medyczną, psychologiczną, socjalną i duchową. I każdy z tych obszarów jest równie ważny.*

## Chodzi o komfort życia

Pracująca w Warszawskim Hospicjum dla Dzieci doktor Iwona Bednarska-Żytko zauważa, że medycyna paliatywna traktowana jest trochę „po macoszemu” w stosunku do innych gałęzi medycyny.

– Często spotykam się ze stwierdzeniem, że w hospicjum się nie leczy. To krzywdzące i nieprawdziwe! Faktycznie, gdy choroba jest nieuleczalna, to z samej definicji nie możemy usunąć jej przyczyny. Możemy jednak leczyć objawy. Tym właśnie zajmuje się medycyna paliatywna i robi to bardzo skutecznie! Ból, duszność, nadmierne napięcie mięśni, napady padaczkowe to tylko niektóre z długiej listy objawów, przez

które życie pacjenta staje się trudne do zniesienia. Nasza rola polega na tym, by je zlikwidować lub ograniczyć do minimum, dać pacjentowi maksymalny komfort życia. Tylko tyle i aż tyle.

## Nie tylko nowotwory

Kiedy mówi się o opiece paliatywnej i hospicjum, zwykle pierwszym nasuwającym się skojarzeniem są choroby nowotworowe. O ile jest ono trafne w przypadku hospicjów dla dorosłych, gdzie na nowotwory cierpi zdecydowana większość pacjentów, o tyle w przypadku hospicjów dziecięcych proporcje są odwrotne – choroby onkologiczne stanowią średnio ok. 5% przypadków. Co wcale nie znaczy, że dziecięce hospicja stają w obliczu mniejszych wyzwań.

– Katalog chorób, na które cierpią nasi pacjenci, jest bardzo długi – mówi Iwona Bednarska-Żytko. – To choroby o podłożu genetycznym, choroby neurologiczne, metaboliczne, mózgowo-porażenie dziecięce, choroby zanikowe mięśni i wiele, wiele innych. Opiekujemy się też pacjentami z chorobami rzadkimi, gdzie brak jest danych o ich przebiegu i rokowaniu. Nasze hospicjum istnieje już od blisko 30 lat, mamy więc duże doświadczenie i wiemy, jak sobie radzić z objawami, które dotyczą naszych pacjentów.

## Nie tylko ciało

Opiekę paliatywną określa się jako holistyczną, bo dotyczy wszystkich sfer życia pacjenta, a w przypadku dzieci obejmuje także jego rodzinę. Nieuleczalna choroba w domu może wywoływać wiele napięć, powodować fizyczne i psychiczne zmęczenie rodziców, dyskomfort rodzeństwa. Dlatego zespół medyczny – lekarze, pielęgniarki i fizjoterapeuci, wspierany jest przez psychologów, pracownika socjalnego i kapelana.

– Chodzi o to, by rodzinie dać poczucie maksymalnego bezpieczeństwa – wyjaśnia Katarzyna Marczyk. – Dlatego dyżur hospicjum trwa 24 godziny na dobę 7 dni w tygodniu. Pielęgniarka i lekarz dyżurni dostępni są w każdej chwili i rodzice wiedzą, że nie są sami, zawsze mogą liczyć na pomoc. Pomagamy też zdrowemu rodzeństwu, które czasem może się czuć trochę odsunięte na boczny tor. No i opiekujemy się rodziną także po śmierci naszego pacjenta – temu służą nasze grupy wsparcia.

## Chory, ale nie samotny

Orędziu na Światowy Dzień Chorego papież Franciszek nadał tytuł „Nie jest dobrze, by człowiek był sam”. Dzięki opiece hospicjum domowego nieuleczalnie chore dziecko może wrócić do domu, być z bliskimi. A rodzina pacjenta nie jest pozostawiona sama sobie, bezradna wobec objawów choroby i nieuchronnych kryzysów.

**Beata Biało**



Doktor Iwona Bednarska-Żytko z byłym pacjentem WHD, Michatkiem



## Spotkanie z lamą

**Pierwszy w tym roku wyjazd Dziecięcej Grupy Wsparcia w Żalobie odbył się w styczniu, podczas zimowych ferii. Grupa 18 dzieci z opiekunami pojechała do Poddębic koło Łodzi.**

Grupa wsparcia w żałobie umożliwia przede wszystkim dzielenie się emocjami związanymi z przeżywaną żałobą. Ale to, w jakich okolicznościach te rozmowy się odbywają, także ma znaczenie. Nasi podopieczni potrzebują oderwania się od codziennych zajęć, zmiany otoczenia i środowiska, znalezienia się wśród osób, które przeżywają to samo – żal po stracie brata czy siostry.

Dlatego staramy się, by przynajmniej trzy, cztery razy w roku umożliwić dzieciom wyjazd w jakieś ciekawe, atrakcyjne miejsce i zapewnić im aktywności, które poza aspektem integracyjnym mają też inne walory – na przykład edukacyjne.

Planując styczniowy wyjazd Dziecięcej Grupy Wsparcia w Żalobie, tym razem wybraliśmy Poddębice – miejscowość niedaleko Łodzi, gdzie mogliśmy skorzystać z lokalnych basenów termalnych. Ale chyba jeszcze większą atrakcją

było spotkanie naszych podopiecznych z... lamami! Te sympatyczne zwierzęki podbiły serca wszystkich dzieci.

Wieczory – jak zwykle – poświęciliśmy na bardzo intymne rozmowy o stracie

rodzeństwa i przeżywaniu żałoby. A także o tym, jakie znaczenie w tym procesie ma grupa wsparcia. Dwoje uczestników – Emilka i Krzyś, zgodziło się podzielić swoim doświadczeniem na łamach naszego kwartalnika.

***Dorota Licau,  
opiekunka Dziecięcej  
Grupy Wsparcia w Żalobie***



Zuzia i Amelka z lamami

## Mogę nie myśleć o smutnych przeżyciach

Na spotkania grupy wsparcia zaczęłam jeździć prawie 1,5 roku temu, po śmierci mojego młodszego brata, Maksia. Poznałam tam ludzi, którzy bardzo ciepło mnie przyjęli. Sami przeżyli to co ja, więc łatwiej było nam nawiązać kontakt. Wyjazdy z grupą pomagają mi odciąć się od życia codziennego, dobrze się bawić i nie myśleć o smutnych przeżyciach.

Na pierwszym dłuższym wyjeździe byłam w górach, w Białce Tatrzańskiej. Nauczyłam się wtedy jeździć na nartach i sprawia mi to ogromną przyjemność. W ostatnie ferie wyjechaliśmy na kilka dni do term w Poddebicach. Bardzo mi się tam podobało, bo uwielbiam wodę.

Ale oprócz tak przyjemnego i beztrudnego spędzania czasu, rozmawiamy o tym, co nas spotkało, o stracie rodzeństwa. To dla nas wszystkich są



Wiktor i Madzia w poddebickich termach

bardzo trudne sprawy, ale razem jest jakoś łatwiej. Dziękuję, że mam możliwość uczestniczenia w spotkaniach i wyjazdach grupy wsparcia.

*Emilka Stokłosa*



Emilka z lamą

## Grupa daje mi nadzieję

Nazywam się Krzysztof Zarębski, mam 12 lat. Jak miałem 7 lat, to zmarł mój młodszy brat, Kubuś. Odszedł do nieba, jak miał 3 latka. Zmarł po długim leczeniu. To był dla mnie bardzo trudny czas. Do końca jego życia modliłem się i wierzyłem, że wyzdrowieje. Ale tak się nie stało i zostałem sam z rodzicami, bez mojego kochanego braciszka, Kubusia. To był ogromny ból, wielka rozpacz i smutek. Jakby moje życie nagle się zatrzymało. Dużo płakałem, byłem smutny i przygnębiony. Równieśnicy dookoła byli zadowoleni, radośni i pełni energii do zabawy, podczas gdy ja musiałem się nauczyć żyć na nowo. Mój braciszek był pod opieką Fundacji Warszawskie Hospicjum dla Dzieci. Po jego pogrzebie rodzice dowiedzieli się o grupie wsparcia dla dzieci, które straciły brata lub siostrę.

Pamiętam, jak byłem na pierwszym wyjeździe z grupą dzieci, które doświadczyły podobnego nieszczęścia. Trochę nie byłem przekonany do tego wyjazdu, ale zdecydowałem się i byłem bardzo zadowolony. Dobrze jest poznać kolegów i koleżanki, które przeżyły to, co ja. Doświadczenie spotkania osób w podobnej sytuacji było bardzo pomocne w zrozumieniu własnych uczuć i pogodzeniu się ze startą. Bez tej grupy na pewno trudniej byłoby mi się odnaleźć w nowej rzeczywistości.

Technologia i postęp oddalają nas od bycia w bliskich relacjach każdego dnia, a bycie w grupie pozwala zrozumieć te

trudne doświadczenia życiowe. Myślę, że moi rówieśnicy, którzy nie doświadczyli straty brata albo siostry, nie wiedzą, co powiedzieć, jak się zachować i co robić. Grupa wsparcia dla dzieci w żałobie daje mi poczucie zrozumienia, bliskości i szansę poznania nowych osób. To super, że mam taką możliwość, i dobre, że ktoś pomyślał o takich dzieciach, aby nie pozostały same ze stratą. Bardzo się cieszę, że mogę należeć do tej grupy. Uważam, że wspólne wyjazdy są dla dzieci świetną okazją, by przekonać się, że nie tylko Ciebie spotkało takie nieszczęście, i nauczyć się, jak wyjść mu naprzeciw.

Ta grupa daje mi nadzieję na przyszłość. Mam więcej chęci, by iść dalej przez życie. Nasi opiekunowie – pani Dorotka, pan Paweł, pan Maciek i pani Agnieszka, to wspaniali, serdeczni ludzie, którzy robią dla świetną pracę dla nas, dzieci. Są po prostu super, zupełnie jak rodzina, najbliżsi przyjaciele. Takie wyjazdy jak ten ostatni do Poddębic pozwalają pozytywnie zająć nasze myśli innymi sprawami, co daje ogromną ulgę w cierpieniu. To odpoczynek od telefonów, wspólny czas na niedzielną mszę świętą. Dzięki tej grupie mogłem łatwiej przeżyć żałobę i pogodzić się ze stratą mojego ukochanego braciszka.

**Krzysztof Zarębski  
z rodzicami**



Krzyś z lamą



Zimowa kąpiel w gorących źródłach

# Dziękuję za naukę życia. Staż w hospicjum

**Jestem pielęgniarką z dziewięcioletnim stażem w zawodzie. Ale dopiero praca w hospicjum nauczyła mnie prawdziwie holistycznego podejścia do pacjenta.**

Od lipca 2023 r. na co dzień pracuję w Fundacji Hospicjum Pomorze Dzieciom w Gdańsku. Gdy dowiedziałam się o możliwości odbycia praktyki w Warszawie, w Fundacji Warszawskie Hospicjum dla Dzieci, nie wahałam się ani chwili. Przebywanie z osobami pracującymi w najstarszym w Polsce hospicjum dla dzieci [Warszawskie Hospicjum dla Dzieci powstało w 1994 roku jako pierwsza tego typu placówka w Polsce – przyp. red.] było dla mnie wyróżnieniem i okazją do rozwoju. Podglądanie pracy bardziej doświadczonych koleżanek i kolegów znacznie poszerzyło mi perspektywę i okazało się bezcennym doświadczeniem.

Ujęła mnie gościnność, ciepłe przyjęcie, ale też talent do przekazywania wiedzy. Dzięki wyjazdom do domów hospicyjnych pacjentów, nie tylko z moją grupą zawodową, ale też psychologami czy duchownym, mogłam doświadczyć opieki nad dziećmi z różnych punktów widzenia.

Zaczęłam pisać ten tekst w pociągu. Wracając do domu, mijając miasta,

pola i lasy, wpatrywałam się w drzewa. Każde z nich było inne. Nie ma przecież dwóch takich samych drzew na świecie. Każde miało inne warunki do wzrostu, posiadało odmienne rozgałęzienie, wysokość, gruby lub cieniutki pień, defekty spowodowane chorobami. Jednak każde drzewo, które mijałam, było niezwykle, niepowtarzalne, wyjątkowe i idealne.. I każde miało swoje miejsce.

Tak samo postrzegam ludzi. Czasem mamy defekty czy wady, o których myślimy na co dzień, zamiast skupić się na pięknych rzeczach, które są w każdym z nas. Bo przecież są! Każdy z nas jest wyjątkowy. Ktoś mógłby powiedzieć, że nieuleczalnie chore dzieci nie są idealne, zwłaszcza w świetle aktualnych standardów tworzonych przez ten świat. Ja odpowiem – według mnie są idealne, dokładnie takie jakie są.

Praca w hospicjum to dla mnie praktyka wdzięczności każdego dnia. Dziękuję hospicyjnym dzieciakom za naukę bezwarunkowej miłości, za każdy uśmiech, za bycie całym sobą. Dziękuję

rodzicom za wpuszczenie mnie w tak intymne środowisko, jakim jest dom, za możliwość włączenia się choć na chwilę w codzienne życie. Ile rodzin, tyle spojrzeń na miłość, trudności, cierpienie i radości. Dziękuję za naukę życia.

**Kamila Walicka,  
pielęgniarka w Hospicjum Pomorze  
Dzieciom stażystka w Fundacji WHD**



Kamila Walicka w WHD



# Zaimkowa różnica, czyli wielkopostna refleksja lingwistyczna

**Jest taka tradycja, że w okresie Wielkiego Postu troszkę się umartwiamy. Ktoś rezygnuje z ulubionych ciasteczek, ktoś inny z winka do kolacji, a jak kogoś stać na heroizm, to i z ciasteczek, i z winka.**

Podjmując takie postanowienie, należy mieć oczywiście na uwadze, by towarzyszyła temu odpowiednia motywacja, która nie ma nic wspólnego z pragnieniem, by stracić kilka nadprogramowych kilogramów, bo przecież zbliża się lato. Chodzi o to, by rezygnować z odpowiednich powodów, nie mylić Wielkiego Postu z postem przerywanym i rezygnować z tego, z czego rezygnacja przychodzi nam z choć z minimalnym trudem.

Ja na przykład czasem rezygnuję z kawy. Powód jest prosty – w kategorii artykułów spożywczych kawa to już ostatek, co mi w ogóle zostało do rezygnowania. Mięsa i słodczy nie jem od wielu lat, procentów nie używałam nigdy w życiu, więc żeby się umartwić, muszę omijać szerokim łukiem jedyne urządzenie AGD, którego obsługa nie sprawia mi trudności, czyli ekspres do kawy. Kawy, którą lubię, a rezygnacja z niej nie ma nic wspólnego z żadną dietą, bo od zawsze piję gorzką.

Tak między Bogiem a prawdą (przyjacieli zwrócił mi kiedyś uwagę, że prawdziwy sens tego wyrażenia nam umyka: między Bogiem a prawdą nic nie ma, bo On jest prawdą), dla Pana Boga te nasze wielkopostne poświęcenia znaczą pewnie niewiele, ale dla duchowej higieny mogą być przydatne. Stanowią coś w rodzaju ćwiczenia cieleśnoduchowego. Trochę cierpi ciało (kubki smakowe nie dostają ulubionych bodźców), trochę psyche (oj, chciałoby się napić tej kawki, chciało) i summa summarum powoli stajemy się ascetami. W skali mikro, ale zawsze to coś.

Pod jednym wszakże warunkiem. Że pamiętamy o zaimku zwrotnym. Króciutkim, do szpiku kości polskim, bo z czysto polskim znakiem diakrytycznym, pospolitym zaimku, który zmienia wszystko. Bo jeśli o nim zapomnimy, zamiast ascetą stajemy się marudą, a cały efekt wielkopostnego wyrzeczenia diabli, niestety, biorą.

Się. Chodzi o zaimek zwrotny „się”. W Wielkim Poście mamy wyrzekać się, ale broń Boże nie wyrzekać! Wyrzekanie się, któremu towarzyszy wyrzekanie, jest bowiem pozbawione znacznej części zasługi. Kto wyrzeka, że się wyrzeka, równie dobrze może od razu wrębać ciastko i popić winkiem lub kawką. Ćwiczenie się w braku wyrzekania (nie tylko z powodu wyrzekania się) zbliża nas do ascezy może nawet szybciej niż rezygnacja z jakiegoś ułamka ziemskich rozkoszy.

Czy mi się to udaje, czy tylko udaję? To już sprawa między mną a Nim.

**Beata Biały**

Ilustracja powyżej:  
Pieter Bruegel starszy,  
*Walka karnawału z postem*, 1559

**Czy wiesz że...**

**Tradycja postu praktykowanego przez chrześcijan sięga II w. n. e.**



# Dobra Noc w Komorowie

– Młodzież sama wymyśliła hasło przewodnie akcji i bardzo się zaangażowała w zbiórkę – mówi Anna Laszuk-Chłudzińska, pedagog pracująca w Liceum Ogólnokształcącym im. Marii Dąbrowskiej w Komorowie.

5 marca siedzibę Fundacji WHD odwiedziła delegacja Zespołu Szkół Ogólnokształcących w Komorowie. Siedmioro uczniów klasy drugiej i pedagog szkolna przyjechali, by przekazać pieniądze zebrane podczas akcji charytatywnej zorganizowanej w szkole w drugiej połowie lutego 2024 r.

Akcja rozpoczęła się wydarzeniem, które w Zespole LO im. Marii Dąbrowskiej ma już swoją tradycję. „Dobra Noc” to spotkanie integracyjne młodzieży, które poza aspektem towarzyskim i edukacyjnym zawsze ma także pierwiastek społeczny – uczniowie zgłębiają jakiś ważny społecznie temat i mobilizują koleżanki i kolegów, także tych młodszych, ze Szkoły Podstawowej, do działań charytatywnych. Jak można przeczytać na stronie internetowej liceum, „Dobra Noc” zrodziła się „z wiary w to, co w człowieku najlepsze i oparte na prawdzie”.

W tym roku tematem przewodnim był los osób nieuleczalnie chorych oraz praca organizacji, które niosą im

pomoc. Jako beneficjent zbiórki charytatywnej wybrana została Fundacja Warszawskie Hospicjum dla Dzieci. Młodzi ludzie, którzy odwiedzili siedzibę WHD, podkreślali, że ogromny szacunek zyskali ich młodszy koledzy z podstawówki, którzy niezwykle chętnie przyłączyli się do akcji i często wrzucali do zbiórkowych skarbonek całe swoje kieszonkowe.

*Beata Biały*

## Czas współpracy i refleksji Relacja Marysi

Od 23 lutego do 1 marca na terenie Szkoły Podstawowej i Liceum Ogólnokształcącego im. Marii Dąbrowskiej w Komorowie trwała akcja charytatywna związana ze zbiórką pieniędzy na rzecz Warszawskiego Hospicjum dla Dzieci.

Uczniowie z klasy 2A LO, pod opieką licealnej pedagog, pani Anny Laszuk-Chłudzińskiej, zajęli się organizacją całego przedsięwzięcia, począwszy od stworzenia niezwykle kreatywnych plakatów informujących o zbiórce,



Zbiórka do puszek





Zbiórka w klasach

aż po sprzedaż smakowitych, domowych wypieków na przerwach między lekcjami.

Na początku licealiści przeprowadzili we wszystkich klasach akcję informacyjną, podczas której opowiadali m.in o tym, jaki jest cel zbiórki, czym zajmuje się hospicjum i na co przeznaczają zebrane fundusze.

W kolejnych dniach oficjalnie rozpoczęła się zbiórka pieniężna, którą wsparli uczniowie, rodzice i wszyscy pracownicy szkoły. Wielki podziw wywołała u młodych wolontariuszy szczególna hojność i otwartość na pomoc swoim rówieśnikom w potrzebie dzieci z klas 0-3, które z przygotowanymi pieniędzmi wyczekiwały przyjscia starszych kolegów z puszkami z logo Warszawskiego Hospicjum dla Dzieci.

Przez cały tydzień głośno wybrzmiewało motto akcji, zapraszające do afirmacji życia: „Ciesz się życiem, pomóż dzieciom godnie odejść”. Był to czas pięknej współpracy oraz refleksji na temat życia, śmierci, choroby, cierpienia i wdzięczności za najmniejsze rzeczy, które zostaną na długo w sercach młodych uczniów.

**Maria Krasinska,**  
uczennica klasy 2A



Waleczna i ofiarna ekipa

## Zacząłem się od ciekawości Relacja Alka

Wziąłem udział w „Dobrej Nocy” z ciekawości i z chęci przeżycia czegoś innego. Nie jest to wydarzenie codzienne, rzadko spotykamy się wspólnie z rówieśnikami w szkole poza lekcjami, a dodatkowo plan tej nocy był bardzo ciekawy. Jako młodzi spotykamy się na imprezach, siłowniach, treningach, a bardzo rzadko na takich wydarzeniach, zwłaszcza poruszających ciężkie tematy. Wolimy bardziej zabawy i żarty niż poważne sprawy.

Słyszałem wiele o filmie [„Johnny”, film o ks. Janie Kaczkowskim, który młodzież oglądała w ramach „Dobrej Nocy” – przyp. red.], o jego głównym bohaterze, a raczej bohaterach, ale nigdy nie znalazłem czasu na obejrzenie go. Dodatkową zachętą do udziału była możliwość spotkania osób mających z tymi bohaterami styczność. Podobnie było z tematem hospicjum – wiele słyszałem, ale nigdy nie zgłębiałem tej kwestii, nie interesowałem się, jak taka placówka funkcjonuje i jakie są jej potrzeby.

Historia osób opowiedziana w filmie, budowa i funkcjonowanie hospicjum, rozmowy po filmie we wspólnym gronie oraz pomysł zbiórki wpłynęły na moją decyzję co do włączenia się w akcję na rzecz Warszawskiego Hospicjum dla Dzieci w naszej szkole. Dużą rolę odegrała również tu pedagog szkolny, pani Ania, i rozmowy z nią.

Inspirujące dla mnie po tym wszystkim jest to, że jeden człowiek może zmienić aż tyle. Pozytywnie nastawia mnie również fakt, że z najgorszych problemów i uzależnień można wyjść i ułożyć sobie życie, że pomimo trudności, osiągnięciu przysłowiowego dna można wyjść na ludzi.

Może nasz mały wkład w akcję, zbiórkę i rozmowy o tych tematach też komuś pomogą.

*Alek Giszter,  
uczeń klasy 2A*



Ręcznie zrobiony plakat akcji



Ofiarność najmłodszych



# Kopernikalia smacznie i z korzyścią

W dniu 22 lutego 2024 w LO im Mikołaja Kopernika odbył się zorganizowany przez grupkę uczniów kiermasz charytatywny, którego beneficjentem została Fundacja WHD.

## Skąd wziął się pomysł?

Planując kiermasz, przyszło nam stawić czoła trudnemu wyborowi – na co powinniśmy przeznaczyć zebrane środki. Mieliliśmy listę trzech miejsc, ale ostatecznie zdecydowaliśmy się wesprzeć właśnie Warszawskie Hospicjum dla Dzieci. Myślę, że to, co najbardziej

wpłynęło na ten wybór, to właśnie moje osobiste doświadczenie – wiedziałam, czym są organizacje takie jak hospicjum.

Moja babcia chorowała na raka. Zmarła w hospicjum po wielu miesiącach walki z chorobą. Wtedy po raz pierwszy

zetrknęłam się z pacjentami i osobami, które pracowały w hospicjum. Odkryłam, że to miejsce, gdzie ludzie z pasją i ogromną energią, na przekór trudnościom z uśmiechem niosą pomoc bardzo chorym pensjonariuszom, sprawiają, że ich codzienność ma dużo lepszą jakość, a cierpienie można zmniejszyć. Tamta placówka pomagała osobom dorosłym.

Po tym doświadczeniu wzrosła moja wrażliwość na potrzeby innych ciężko chorych ludzi. Uświadomiłam sobie, że przecież takich miejsc i potrzebujących jest znacznie więcej. Jako społeczeństwo bardzo potrzebujemy takich szczególnych placówek, które pozwalają oswoić ciężką chorobę i zbliżanie się do końca życia, wreszcie przyjąć jego kres. Jak bardzo szczególna musi być ta misja przy niesieniu pomocy dzieciom, młodym ludziom – często naszym rówieśnikom, których los potraktował niesprawiedliwie!

Tak zaczął kiełkować pomysł, żeby nie być biernym, a już bardziej konkretnie, żeby przy okazji świętnego wydarzenia, które organizuje nasza szkoła, rozszerzyć program o akcję charytatywną. Pozostawało już tylko



Amelia Radzewicz (LO im. M. Kopernika) i Beata Biaty (WHD)



Organizatorzy kermasu. Zdj. M. Wielga

pytanie: jak moglibyśmy zebrać środki, które mogłyby wspomóc działanie hospicjum?

### Parę słów o Kopernikaliach i o naszym liceum

Miejsce i czas naszego kermasu pojawiły się naturalnie. Luty to miesiąc urodzin Mikołaja Kopernika, patrona naszej szkoły – XXXIII Liceum Ogólnokształcącego w Warszawie. Z tej okazji w lutym odbywają się tu tzw. Kopernikalia, czyli coroczny festiwal szkolny organizowany przez uczniów dla uczniów. Przez kilka dni mają miejsce ciekawe spotkania, warsztaty, wystawy. Tym razem postanowiliśmy jednak wyjść poza naszą szkolną społeczność – uwrażliwiając się na potrzeby potrzebujących młodych ludzi spoza kręgu szkoły, też tych najbardziej potrzebujących, w szczególnej sytuacji, chorych.

Szkoła ma długą i piękną tradycję, przyciąga świętych ludzi, uczniów i nauczycieli. A święto z okazji urodzin naszego patrona, wybitnego myśliciela i filantropa znakomicie wpisało się i stanowiło dodatkową zachętę dla inicjatywy niesienia pomocy innym młodym ludziom, przy wykorzystaniu naszej pasji do pieczenia.

### Smacznie i z korzyścią

Pozostało już tylko pytanie, jak to właściwie przeprowadzić. Uwielbiam gotować, a najwięcej przyjemności sprawia mi pieczenie słodkości. Podobno nieźle mi to wychodzi. Pomyślałam: dlaczego nie? Smakowity aromat powinien łatwo przyciągnąć smakoszy i głodomorów, a szczytny cel pozwoli zapomnieć o kaloriach i zachęci do szczodrości. Tak też się stało.

Stworzyliśmy zespół, bo gra zespołowa zawsze jest najlepsza. Efekt zaskoczył nas wszystkich. Nie szczędziliśmy wysiłków, większość z nas spędziła cały wieczór w kuchni. Na szkolnym stoisku pojawiło się kilkaset łakoci. Sama poświęciłam przygotowaniom przeszło 4 godziny, kilka tur pieczenia, kilka przepisów.

Warto było! Zebraliśmy środki od niezliczonej liczby osób, które zdecydowały się wesprzeć naszą inicjatywę. Łącznie to ponad 1000 zł na pomoc dzieciom. Na spotkaniu z panią Beatą z hospicjum usłyszeliśmy, na co te środki mogą być teraz wydatkowane, jakie są potrzeby chorych dzieci i ich rodzin, jak skuteczną pomoc potrafią zapewniać pracownicy hospicjum. Teraz jest w tym też nasza cegiełka. Możemy poczuć, że jesteśmy częścią czegoś większego, ważnego, dobrego. To bezcenne uczucie.

*Amelia Radzewicz,  
uczennica LO im. M. Kopernika*



Kiermasz wypieków. Zdj. M. Wielga

### Przykładowy przepis

Dla tych, którzy nie byli na Kopernikaliach, albo nie dopchali się do naszego słodkiego kremu, dzielimy się przepisem na ciasteczka, które przyniosły dochód hospicjum. Jest to przepis na ciasto, które myślę że większość ludzi zna i lubi – chlebek bananowy. Jest on niezwykle prosty w przygotowaniu, a jednocześnie zapewni waszym kubkom smakowym niezwykle doznania.

#### Składniki:

- 5 dojrzałych bananów (jeden z nich do ozdoby na wierzchu)
- 2 jajka
- 100g masła
- ½ szklanki śmietany 12 lub 18 procent
- 1 ¼ szklanki mąki pszennej
- ½ łyżeczka proszku do pieczenia
- paczka cukru waniliowego
- łyżeczka sody oczyszczonej
- ½ łyżeczki soli
- ½ łyżeczki cynamonu (opcjonalnie)
- ½ szklanki (100 g) cukru brązowego
- ¾ tabliczki gorzkiej czekolady

#### Sposób przygotowania:

1. Masło roztopić i odstawić do przestudzenia.
2. Mąkę, sól, sodę, proszek do pieczenia i cynamon wymieszać w misce.
3. Cztery banany rozgnieść widelcem w oddzielnej misce razem z jajkami, masłem, śmietaną i cukrem brązowym i waniliowym.
4. gorzką czekoladę pokroić na małe kosteczki.
5. Do mokrych składników wsywać wcześniej przygotowaną mieszankę suchych składników i wymieszać tylko do połączenia razem z czekoladą. Ciasto przenieść do formy (najlepiej keksówki).
6. Pokroić banana wzdłuż na pół. i ułożyć na wierzchu ciasta posypując wierzch cukrem brązowym.
7. Piec przez około 50 minut w 180 stopniach Celemusza w trybie góra-dół.

**Smacznego!**



# Szkolny koncert charytatywny

13 lutego 2024 roku – Ostatki. Dla Szkoły Podstawowej nr 2 w Ząbkach to był wyjątkowy dzień, a dla uczniów niezwykle widowisko – koncert charytatywny przygotowany przez nauczycieli zainspirowanych przez panią Jagodę Żaboklicką, nauczycielkę muzyki.

Koncerty charytatywne odbywają się w naszej szkole od wielu lat i mają różną formę. Tym razem były to powszechnie znane bajki w nieco zmienionej wersji. Najważniejszy był jednak cel: zebrać jak najwięcej pieniędzy dla dzieci będących pod opieką Warszawskiego Hospicjum dla Dzieci.

Pomysłodawczynią tegorocznej zbiórki pieniędzy była pani Katarzyna Węgrzynek, opiekunka szkolnego wolontariatu, który działa w SP2 od prawie 19 lat. Wszyscy – nauczyciele, rodzice, uczniowie, chętnie wsparli finansowo Warszawskie Hospicjum dla Dzieci. Nikt nie miał wątpliwości, że małym pacjentom hospicjum przyda się nasza pomoc.

Zacząło się od zbiórki pieniędzy wśród rodziców. Wolontariusze z puszkami



Nauczyciele na scenie



Beata Biały (WHD), wolontariuszki, opiekunka wolontariatu, K. Węgrzynek, dyr. szkoły, I. Matyszczyk

wędrowali po szkole w czasie zebrań semestralnych. Kolejnym krokiem była zbiórka po koncercie 13 lutego. Ostatnią szansę, by pokazać swoje dobre serce i wrażliwość, wspierając dzieciaki z hospicjum, mieli jeszcze uczniowie i nauczyciele przez trzy dni po koncercie. Udało się! Zebraliśmy 8050 zł.

W koncercie w naszej szkole uczestniczył również wiceprezes Fundacji Warszawskie Hospicjum dla Dzieci, pan Wojciech Marciniak, a kilka dni po koncercie rzeczniczka hospicjum, pani Beata Biały, podpisała protokół oraz odebrała z rąk pani dyrektor SP2, pani Ireny Małyszczuk, pieniądze zebrane dla hospicjum.

To ogromna radość, że znowu udało nam się choć trochę pomóc innym.

**Gabriella Góral  
i Amelia Jakubowska,  
uczennice klasy VIIIb  
i wolontariuszki,  
Katarzyna Węgrzynek,  
opiekun wolontariatu**



Kadra pedagogiczna w innej roli

Zdjęcia zostały udostępnione przez SP nr 2 w Ząbkach. Ich autorką jest Dorota Lubaszka.



Wojciech Marciniak (WHD) dziękuje Szkole



Fundacja  
Warszawskie  
Hospicjum dla Dzieci



# i żyli krótko i szczęśliwie

Podaruj 1,5%, by mogli żyć na 100%

**KRS: 97123**

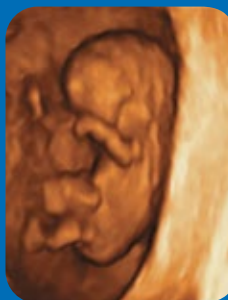
[www.hospicjum.waw.pl](http://www.hospicjum.waw.pl)





ul. Agatowa 10, 03-680 Warszawa  
tel. 22 679 32 00, 504 144 140  
www.usgecho4d.pl  
e-mail: poradniaUSG@usgecho4d.pl

- Kardiologia prenatalna  
– ECHO płodu: ośrodek referencyjny
- Położnictwo i ginekologia – USG 2D, 3D, 4D
- Kardiologia dziecięca: ECHO, EKG  
(wady serca, zaburzenia rytmu serca)
- Kardiochirurgia dziecięca
- Kardiologia dorosłych; ECHO  
(szczególnie wady wrodzone serca u dorosłych)
- USG – pełen zakres badań dzieci i dorosłych



## Warszawskie Hospicjum Perinatalne

Jeśli otrzymaliście niepomyślną diagnozę dotyczącą waszego nienarodzonego dziecka

MOŻEMY WAM POMÓC

Fundacja Warszawskie Hospicjum dla Dzieci  
Warszawskie Hospicjum Perinatalne  
udziela bezpłatnych konsultacji psychologicznych  
kobietom ciężarnym, które dowiedziały się  
o chorobie swojego dziecka.

Rodzice mogą skorzystać z konsultacji psychologicznej  
oraz grupy wsparcia w żałobie.

Aby umówić się na konsultację prosimy o kontakt  
pod numerem tel.: 509 797 324  
lub e-mal: [psycholog@hospicjum.waw.pl](mailto:psycholog@hospicjum.waw.pl)

Więcej informacji znajduje się na stronie:  
[www.perinatalne.pl](http://www.perinatalne.pl)

## Fundacja Warszawskie Hospicjum dla Dzieci

### ORGANIZACJA POŻYTKU PUBLICZNEGO



#### Kontakt:

ul. Agatowa 10, 03-680 Warszawa  
tel: 22 678 16 11  
email: [poczta@hospicjum.waw.pl](mailto:poczta@hospicjum.waw.pl)  
[www.hospicjum.waw.pl](http://www.hospicjum.waw.pl)  
[www.facebook.com/FundacjaWHD](https://www.facebook.com/FundacjaWHD)

#### Konta bankowe:

Pekao S.A.  
VI/Oddz. – Warszawa  
33124010821111000004282080

#### konto dewizowe:

33 1240 1082 1111 0000 0428 2080 (PLN)  
93 1240 6074 1978 0011 1744 1489 (EUR)  
72 1240 1082 1787 0000 0428 2110 (USD)  
52 1240 6074 1789 0011 0835 7830 (GBP)

#### NIP

524-24-18-504

#### KRS

0000097123

#### Kwartalnik bezpłatny

#### Redakcja:

Beata Biały

#### Skład:

Radosław Bućko

ISSN 1898 – 4282

#### Druk:

DRUKOBA Sp. z o.o.  
[www.drukoba.com.pl](http://www.drukoba.com.pl)

Redakcja nie zwraca niezamówionych tekstów  
oraz zastrzega sobie prawo do dokonywania  
skrótów w publikowanych materiałach.

Prezentowane zdjęcia pochodzą z archiwów  
rodziny chorych dzieci oraz zbiorów WHD.  
Publikujemy je za zgodą właścicieli.  
Zdjęcia ilustracyjne są zakupione z banków zdjęć.

## UŚMIECH MALUCHA

Poradnia stomatologiczna dla dzieci



zdrowo,  
bezpiecznie  
i bezboleśnie

Poradnia stomatologiczna „Uśmiech Malucha” ul. Agatowa 10, 03-680 Warszawa.  
Strona internetowa: [www.stomatologiadzieci.pl](http://www.stomatologiadzieci.pl)  
email: [usmiechmalucha@stomatologiadzieci.pl](mailto:usmiechmalucha@stomatologiadzieci.pl)  
telefon: 22 679 87 14 w godzinach 8: 00 – 16: 00