

TO WARTO



ISSN 1733-6112

2009 DODATEK FUNDACJI DZIECIOM „ZDAŻYĆ Z POMOCĄ” NR 15 (19)

Bezpłatna psychoterapia w Fundacji

Od sierpnia rodzice podopiecznych Fundacji Dzieciom „Zdążyć z Pomocą” mogą korzystać z bezpłatnej pomocy psychologicznej.

Spotkania odbywają się codziennie w godzinach od 8 do 15, w siedzibie Fundacji przy ul. Łomiańskiej 5 w Warszawie. – Zapraszamy nie tylko na cykliczne zajęcia psychoterapeutyczne, ale także pojedyncze spotkania mogące zapobiec nagłemu kryzysowi – mówi Karolina Czysz-Grabiec, psycholożka w Fundacji Dzieciom „Zdążyć z Pomocą”. Terapia prowadzona jest metodą poznawczo-behawioralną*, która szczególnie sprawdza się w przypadku rodziców niepełnosprawnych dzieci. – Wielu z nich nie może poradzić sobie z poczuciem winy towarzyszącym już od momentu przyjścia dziecka na świat. Przyczyn niepełnosprawności upatrują w sobie, są przekonani, że za mało robią aby ulżyć mu w cierpieniu – przekonuje Karolina Czysz-Grabiec. – Najwięcej chętnych jest wśród samotnych, rozwiedzionych matek, które po odejściu męża samotnie zmagają się z chorobą dziecka – dodaje.

Metoda poznawczo-behawioralna służy m. in. wychwytywaniu podczas rozmowy negatywnych myśli pacjenta i naprowadzaniu go na nowe, pozytywne tory. – Umiejętne zadawanie pytań pomaga opuszczonej matce dojść do wniosku, że np. nie wszyscy mężczyźni są źli, jedynie jej mąż się w taki sposób zachował – tłumaczy Karolina Czysz-Grabiec. I dodaje: „Podczas terapii skupiamy się na „tu i teraz”, na problemach dotyczących przede wszystkim teraźniejszości. Rodzice niepełnosprawnych dzieci wymagają szczególnej troski ze względu na ciężar trosk, które spoczywają na ich barkach”. – Jeśli rodzic skupia się wyłącznie na sobie i swoim bólu nie będzie w stanie wspierać dziecka tak, jak ono tego rzeczywiście potrzebuje. Moment, w którym dorosły zaczyna się czuć dobrze sam ze sobą jest także okazją do poprawy relacji z resztą świata – podkreśla Karolina Czysz-Grabiec.

Fundacja ma w planach rozpoczęcie bezpłatnej terapii grupowej. Spotkania będą się odbywać popołudniami, w 10-osobowych zespołach. Pierwsze zajęcia już w październiku 2009 roku. Zapisy pod nr tel. 22 833 88 88 wew. 39 lub mailowo: k.czysz@dzieciom.pl AB



FOT. © FDZZP

„Zapraszamy nie tylko na cykliczne zajęcia psychoterapeutyczne, ale także pojedyncze spotkania mogące zapobiec nagłemu kryzysowi” – mówi Karolina Czysz-Grabiec, psycholożka w Fundacji Dzieciom „Zdążyć z Pomocą”

* Metoda poznawczo-behawioralna

Jej celem jest zmiana niekorzystnych czy nieprzystosowawczych zachowań i sposobów funkcjonowania w taki sposób, aby przynosiły one pacjentowi jak najwięcej satysfakcji. Ważne są także rozpoznanie i zmiana negatywnych przekonań, jakie mamy na temat samych siebie, świata, innych ludzi. Jest to metoda dyrektywna, oparta na współpracy między klientem a terapeutą, który wyjaśnia, motywuje, wspiera, dostarcza konkretnych narzędzi i umiejętności. Pacjenci otrzymują prace domowe, dzięki którym mogą wypróbować zmiany w codziennym życiu i w sytuacjach wywołujących negatywne emocje i zachowania. Liczba spotkań jest ustalana indywidualnie z prowadzącym terapeutą. Metoda jest szczególnie skuteczna w leczeniu zaburzeń depresyjnych i nerwicowych, w tym lęku napadowego, fobii i natręctw.



FOT. © WWW.GORZOW24.PL

W lutym tego roku rodzice siedmioletniej Oli Szczudło (na zdjęciu) zorganizowali na jej rzecz charytatywny bal



FOT. © ACSC

Natalia Niemczyk cierpi na mózgowe porażenie dziecięce, autyzm i chorobę von Willebranda

Sportowcy dzieciom

Zawodnicy coraz częściej angażują się w działania na rzecz podopiecznych Fundacji Dzieciom „Zdążyć z Pomocą”. Aukcje koszulek czy zdjęć z ich wizerunkiem cieszą się rosnącą popularnością.

Pieniądze pozyskane w ten sposób trafiają w całości na konto niepełnosprawnego dziecka. Tak było w przypadku siedmioletnich bliźniaczek Natalii i Klaudii Niemczyk, na rzecz których m. in. piłkarze Legii Warszawa oraz cały sztab szkoleniowy klubu przekazali zdjęcia z autografami. – To była inicjatywa mamy chrestnej Natalii, która dzięki kontaktom wśród sportowców dotarła do znanych piłkarzy – wspomina Bogumiła Niemczyk, mama dziewczynek. W akcję zaangażowała się cała rodzina, w której nie brakuje także fanów piłki siatkowej.

– Właśnie licytujemy na portalu Allegro.pl koszulkę siatkarza Krzysztofa Gierczyńskiego, który bardzo życzliwie odniósł się do pomysłu wspierania dziewczynek – mówi Bogumiła Niemczyk. W promocję akcji włączył się portal Piłkarskiefakty.pl, który na swojej stro-

nie internetowej opublikował informacje na jej temat. I choć aukcje na rzecz dziewczynek trwają, ich mama ma nadzieję, że dzięki nim uda się choć częściowo sfinansować leczenie córek. – Rehabilitacja Natalii kosztuje nas około 4 tysiące złotych miesięcznie. To przekracza możliwości finansowe rodziny – przyznaje Bogumiła Niemczyk.

O tym, że sportowcy chętnie wspierają niepełnosprawne dzieci przekonali się państwo Szczudło, rodzice siedmioletniej Oli. Dziewczynka cierpi na porażenie mózgowo, epilepsję i hipomelanozę ITO – wymaga stałej opieki i częstych rehabilitacji. W lutym tego roku podczas charytatywnego balu zorganizowanego na jej rzecz licytowano pamiątki przekazane właśnie od sportowców. Wśród nich znalazł się m. in. plastron popularnego żużlowca Nicky'ego Pedersena, kask

Rune Holty czy oryginalna czapka Tomasza Golloba. W ciągu jednej nocy rodzicom Oli udało się zebrać ponad 20 tysięcy złotych, które trafiły na subkonto Fundacji Dzieciom „Zdążyć z Pomocą”.

Także na początku roku bydgoski dodatek do „Gazety Wyborczej” opisywał historię Beaty Mikołajczyk, srebrnej medalistki Igrzysk Olimpijskich w Pekinie, która aktywnie włączyła się w zbieranie pieniędzy na rzecz podopiecznego Fundacji Wiktora Bajera. Chłopiec jest wnukiem bydgoskiego trenera kajakarstwa Ryszarda Hoppego, który pełnił także funkcję szkoleniowca polskiej reprezentacji. Beata Mikołajczyk rozsyłała pocztą elektroniczną listy z informacją o chorobie chłopca i prośbą o przekazywanie na jego rzecz jednego procenta podatku.

Agata Byrska



Agencja Gazeta

FOT. © AGENCJA GAZETA

Beata Mikołajczyk – srebrna medalistka Igrzysk Olimpijskich w Pekinie aktywnie włączyła się w zbieranie pieniędzy na rzecz podopiecznego Fundacji Wiktora Bajera



FOT. © WWW.GORZOW24.PL

Podczas imprezy licytowano pamiątki przekazane przez sportowców – m. in. plastron popularnego żużlowca Nicky'ego Pedersena, kask Rune Holty czy oryginalną czapkę Tomasza Golloba

Wakacje marzeń

Dzięki wsparciu zarówno firm jak i osób prywatnych ponad czterdziestu wychowanków Domu dziecka w Przybysławicach wyjechało w tym roku na upragnione wakacje.

W akcję pozyskiwania funduszy włączyła się Fundacja Dzieciom „Zdążyć z Pomocą”, do której zwróciła się dyrektor placówki pani Urszula Syta. – Firmy i wszystkich ludzi dobrej woli prosimy o pomoc. Każdy dar przyjmujemy z ogromną radością – napisała w liście do Fundacji, która zorganizowała na rzecz Domu zbiórkę publiczną w lubelskich hipermarketach. Dzięki akcji grupa kilkunastu podopiecznych wyjechała na dziesięć dni do Władysławowa. – To był bardzo udany pobyt. Mieliliśmy wycieczkę na Hel, byliśmy w lunaparku, odwiedziliśmy Gdynię i gdańską starówkę. Największą atrakcją było zwiedzanie rybackiego kutra i spotkanie z bosmanem – wylicza Halina Berger, wychowawca. Ale pobyt we Władysławowie to nie jedyna atrakcja tegorocznych wakacji. – Część naszych podopiecznych wyjechała do Ustki, Rabki, udało nam się także zorganizować pobyt nad jeziorem Firlej – relacjonuje dyrektor Urszula Syta. – Kilkoro dzieci wyjechało na tydzień do Holandii dzięki wsparciu jednej tamtejszych fundacji – dodaje. Każde wakacje wymagają jednak pozyskiwania dodatkowych funduszy. – Zwracamy się do różnych firm i instytucji w całym kraju, wyszukujemy najtańsze oferty. Wszystko po to, aby dzieci odpoczęły i nabrały energii do pracy w kolejnym roku szkolnym – podsumowuje Urszula Syta. AB



FOT. © FDZZP

Największą atrakcją pobytu we Władysławowie było zwiedzanie rybackiego kutra i spotkanie z bosmanem. Na zdjęciu wychowankowie Domu Dziecka w Przybysławicach

Rodzice pod Kancelarią Premiera

Ponad sto osób zapowiedziało swój udział w pikiecie organizowanej przez rodziców niepełnosprawnych dzieci z całej Polski. Domagają się między innymi zniesienia progu dochodowego uprawniającego do otrzymania świadczenia pielęgnacyjnego oraz zwiększenia kwot wszystkich zasiłków opiekuńczych. Hasło pikiety brzmi: „Samą miłością dzieci nie nakarmimy”.

– Będziemy protestować przeciwko decyzjom rządu, które dyskryminują rodziny dzieci niepełnosprawnych oraz skazują je na życie w ubóstwie – tłumaczą organizatorzy, którzy uruchomili specjalny portal RazemMożemyWiecej.com.pl. Pikiecie towarzyszy akcja „Pocztówka do Ministra”, która polega

na wysyłaniu przez niepełnosprawne dzieci i ich rodziców pocztówek z wakacji spędzanych w domu do czterech członków rządu: ministra finansów Jacka Rostowskiego, minister pracy i polityki społecznej Jolanty Fedak, ministra gospodarki Waldemara Pawlaka i premiera Donalda Tuska.

W tej chwili próg dochodowy uprawniający do otrzymania zasiłku wynosi 583 zł. Rodziny, w których dochód na osobę nie przekracza tej kwoty, dostają 153 zł zasiłku, a jeśli zrezygnują z pracy na rzecz opieki nad dzieckiem – 420 zł (od listopada będzie to 520 zł). Tymczasem utrzymanie osoby z głęboką niepełnosprawnością kosztuje 2-3 tys. złotych miesięcznie. Pikietę zaplanowano na 9 września.

AB, dzieciom.pl, www.tvnwarszawa.pl



RAZEM MOŻEMY WIĘCEJ

Zmieniamy absurdalną rzeczywistość niepełnosprawnych dzieci i ich rodziców



to warto

Propozycje wydawnicze Fundacji Dzieciom „Zdażyć z Pomocą”

Księga aforyzmów – tom 1 z serii „Ogrody Świata”

Księga aforyzmów bogato ilustrowana przepięknymi rysunkami Izabeli Kowalskiej-Wieczorek. Interesujące aforyzmy autorstwa Stanisława Kowalskiego w pięciu językach (polskim, angielski, niemiecki, francuski i hiszpański) oraz wspaniała szata graficzna czynią z tej ponad 300 stronicowej książki wspaniały prezent dla każdego. Wewnątrz znajdują się reprodukcje obrazów autorstwa Sergiusza Grudkowskiego.

Cena: 80 zł



* * *

Księga aforyzmów – tom 2 z serii „Ogrody Świata”

Drugi tom z serii „Ogrody Świata”. Wspaniała bibliofilska seria albumowa opracowana przez Fundację w celach charytatywnych. Album zawiera wybór aforyzmów autorstwa Stanisława Kowalskiego o dziecku, miłości i rodzinie oraz reprodukcje obrazów znakomitego malarza pejzażysty Sergiusza Grudkowskiego. Aforyzmy, podobnie jak w pierwszej części, zaprezentowane są w pięciu wersjach językowych: polskiej, angielskiej, niemieckiej, francuskiej i hiszpańskiej. Twarda okładka, format A4, s. 333.

Cena 80 zł

* * *

Wierzę jak dziecko

Zbiór wierszy księdza Jana Twardowskiego pełnych dziecięcego zdumienia nad otaczającym światem i każdym, nawet najmniejszym przejawem dobra w nim zatopionym. Mówią o Bogu zwyczajnym na co dzień. Wzbogacone ciepłymi i radosnymi ilustracjami autorstwa Renaty Krześniak. Książka może stanowić piękny upominek zarówno dla dziecka, jak i dorosłego. Twarda okładka, format A4, s. 83.

Cena 25 zł



* * *

Dzień na łące

Tomik autorstwa Anny Edyk-Psut ten otwiera przed dziećmi nowe, poetyckie światy. Pełne ciepła utwory, przesycone miłością do wszystkich stworzeń uwalniają na piękno natury w całym jej bogactwie. Na dołączonej do książki płycie CD wiersze czyta popularny aktor Piotr Adamczyk. Ilustracje Renaty Krześniak. Oprawa twarda, format 21 x 30 cm, ss. 48.

Cena 25 zł



MAGAZYN FUNDACJI DZIECIOM „ZDAŻYĆ Z POMOCĄ” TO WARTO

DODATEK DO „POŚLANCA WARMIŃSKIEGO”

Redakcja: 01-685 Warszawa, ul. Łomiańska 5, tel. 022 402 18 23, e-mail: agata.byrska@wp.pl