

# ONKO OKEY!

numer 4

GAZETA ODDZIAŁU ONKOLOGII, HEMATOLOGII  
I CHEMIOTERAPII W KATOWICACH

WYDANIE WIOSENNO - ŚWIĄTECZNE



Na okładce wykorzystano reprodukcje konkursowych kartek wykonanych przez pacjentów i rodziców Oddziału Onkologii, Hematologii i Chemioterapii Górnośląskiego Centrum Zdrowia Dziecka w Katowicach podczas warsztatów plastycznych organizowanych przez Fundację ISKIERKA.

Pomysłodawca Gazety: Magdalena Micherda / Koordynator Projektu: Michał Stanisławski / Fundacja ISKIERKA  
Rada Programowa: Pacjenci, Rodzice, Personel / Opracowanie merytoryczne: dr n. hum. Justyna Dubiel / Wydawca: Fundacja ISKIERKA  
Skład i opracowanie graficzne: Aleksandra Kaleta-Żmuda / Fundacja ISKIERKA / Kontakt: redakcja.onko@wp.pl

**W** Państwa rękach świątecznie - wiosenne wydanie oddziałowej gazety ONKO OKEY. Zawsze w tym miejscu dziękujemy pomysłodawczyni tego projektu - Magdalenie Micherdzie. Zapraszamy do lektury! A jeśli po przeczytaniu tego numeru zechcieliby Państwo uczestniczyć w redakcji kolejnych - NIE ZWLEKAJCIE! Na materiały czekamy pod adresem: [redakcja.onko@wp.pl](mailto:redakcja.onko@wp.pl). Kolejny numer: wakacyjno - letni ukaże się na przełomie czerwca i lipca.

## WYWIAD

### Dziewczyny z oddziału rozmawiają z dr Katarzyną Musioł

#### 1. Co spowodowało, że postanowiła Pani zostać lekarzem?

*Od zawsze wiedziałam, że będę lekarzem. Już jako dziecko miałam w domu szpital, bawiłam się w lekarza. Moimi pacjentami były misie i lalki. W mojej rodzinie nie było nikogo związanego z tym zawodem. Ja po prostu wiedziałam, że chcę być lekarzem i leczyć dzieci. To przekonanie było we mnie. Nie wiem skąd wzięła się ta pewność.*

#### 2. Czy zawód lekarza to pasja, powołanie, czy tylko praca?

*To jest trudne pytanie. Tak naprawdę myślę, że powołanie i pasja, i praca. Wszystkie te elementy razem. To nie może być tylko pasja. Musi być w tym dużo mozolnego trudu, pracy, nauki. Jedno bez drugiego nie może istnieć. Tylko praca bez pasji byłaby suchym wykonywaniem zawodu. Nie jest się wtedy dobrym lekarzem. Natomiast sam zapał, emocje mogłyby się szybko wypalić. Nie wystarczy mieć powołanie i przekonanie, że ten zawód mi się podoba. Trzeba naprawdę bardzo wiele sił i czasu poświęcić na naukę i właściwie całe życie się uczyć. Wielcy muzycy mówią, że talentu to jest 3%, a pozostałe 97% to ciężka, mozolna praca. Wszystko boli, ale trzeba ćwiczyć godzinami. Wtedy jest efekt, można koncertować.*

#### 3. Jakie umiejętności powinien posiadać lekarz, aby pracować



#### z dziećmi?

*Myślę, że musi być osobą otwartą i prawdziwą. Dzieci nie lubią udawania, nie zakładają masek. Jeżeli się złością, robią to całym sobą. Są bezpośrednie, potrafią powiedzieć lekarzowi podczas badania np. „nie dotykaj mnie, weź te łapy”.*

*Uważam, że dzieci oczekują od swojego lekarza, żeby był ich towarzyszem, przyjacielem, aby nie udawał i nie okłamywał ich.*

#### 4. Co sprawia Pani satysfakcję w tym zawodzie?

*Małe zwycięstwa. Uśmiech pacjenta, wyzdrowienie, to jest nasza największa nagroda. To jest to na*

*co czekamy, do czego dążymy. Radość pacjentów i osiągnięcia zdrowia jest największą satysfakcją dla lekarza.*

#### 5. Co Pani lubi robić w wolnym czasie?

*Co ja lubię robić? W domu lubię coś dobrego ugotować. Jak przychodzę zmęczona po dyżurze to gotuję. Wczoraj z moją rodziną robiliśmy ciasto cytrynowe i lasagne. To mi sprawia radość, pozwala się zrelaksować, odpocząć. Myśli zajmują się konkretnymi czynnościami, to mi pomaga. W kuchni lubię poeksperymentować, wymyślam jakieś nowe potrawy. Przyjemnie jest ładnie przygotować danie, czy ciasto,*

a potem je zjeść. Lubię także dobrą książkę, film, porozmawiać z moimi dziećmi. Na telewizję nie mam zbyt wiele czasu.

### **6. Jak należy dbać o siebie podczas pobytu na oddziale szpitalnym?**

Myślę, że wszyscy doskonale o tym wiedzą. Dbać trzeba przede wszystkim o swój stan psychiczny. Dobrze jest rozmawiać ze sobą nawzajem, z rodzicami. Korzystać z pomocy, wsparcia, nie załamywać się. Ważna jest także pielęgnacja zdrowia fizycznego. Należy dbać o higienę osobistą, właściwe odżywianie. Najważniejsze, aby jeść rzeczy świeże i urozmaicone. Nie wolno np. jeść tylko samych jajek, bo ktoś lubi, albo ciężko zupełnie pomidorową, bo dobra. Dieta powinna być lekkostrawna, przygotowana ze świeżych produktów, czy warzyw. Dieta powinna być bez grzechów, czyli chipsów, czekolady, coca - coli. W momentach szczególnych, kiedy jest chemioterapia i organizm jest zmęczony, nie należy dokładać mu niezdrowych produktów. Wiadomo, każdy czasami zgrzeszy. Nie ma takiego świętego, który nie zgrzeszy. Dbając o swoją psychikę, czasami dobrze jest sobie dogodzić i zjeść coś dobrego. Wszystkiego można spróbować, tylko z umiarem i z zachowaniem zdrowego rozsądku.

### **7. Co robić, aby utrzymać wyniki krwi w normie?**

To jest bardzo dobre pytanie, często zadawane przez rodziców i dzieci. Słyszysz się powszechnie: „jedz buraki, jedz szpinak, będziesz miał lepszą krew”, to się wszystko sprawdza, ale nie w przypadku dzieci leczonych chemicznie. Tutaj mechanizm powstawania anemii jest troszkę inny. Można się wspomóc, burakami, czy szpinakiem, ale nie myślmy, że jak po chemioterapii zjemy dużo buraków to na pewno będziemy mieli dobrą krew, bo tak nie będzie. Jak wiecie, chemia tak właśnie działa, że zabija te komórki szpiku i niestety ta anemia musi się w większym lub mniejszym stopniu pojawić. Szpik musi się sam zregenerować. Czekamy na samoistną odnowę.

Gdyby były jakiegokolwiek metody i leki, którymi można by było poprawić te parametry, na pewno byśmy je podawali. Pewnie, żeby krew powstawała musi mieć te substancje budulcowe i można je dostarczać w postaci szpinaku, czy buraków. Nie należy jednak przesadzać i jeżeli dziecko ma obrzydzenie na widok buraków, czy szpinaku to nie ma sensu zmuszać go do jedzenia ich. Wspomóc się można, ale nie należy upatrywać w burakach i szpinaku jedynej szansy na poprawę wyników krwi.

### **8. Jakie są zasady dotyczące odwiedzin?**

Ponieważ wasze choroby wiążą się z tym, że macie słabszą odporność, leczenie, które przechodzicie, leczy chorobę, ale skutkiem ubocznym jest obniżona odporność. Dlatego staramy się ograniczyć do minimum liczbę odwiedzających, bo każdy odwiedzający jest potencjalnym źródłem infekcji. Szczególnie małe dzieci, które często chorują, mają katar. Przyjdzie takie dziecko odwiedzić was na oddział i pójdzie. Za dwa dni kataru mieć nie będzie. Dziecko, które ma obniżoną odporność z tego kataru może dostać zapalenia płuc. Każda infekcja, odsuwa chemioterapię, czego nie chcemy. Wiem, że chcielibyście mieć na oddziale całe rodziny, ciocie, wujków, rodzeństwo, ale dla waszego dobra, żeby zmniejszyć ryzyko zakażenia musimy ograniczać wizyty tylko do osób niezbędnych tj. mama czy tata. Muszą być to osoby absolutnie zdrowe, bez żadnych cech infekcji.

### **9. Jeżeli jesteśmy w domu, czy można sobie od czasu do czasu pozwolić na jakiś spacer?**

Jeżeli jest ładna pogoda, nie ma wiatru, można jak najbardziej wyjść na spacer. To dobrze na nas działa, jak się zobaczy drzewa, słońce, człowiek wtedy ma lepszy nastrój. Absolutnie jest to wskazane. Natomiast nie wolno iść do supermarketu, gdzie jest dużo ludzi, do kościoła. Nie wiadomo, kogo tam spotkamy, kto na nas kichnie, kasz-

nie. Należy podchodzić do tego umiarkowanie, zdroworozsądkowo. Można zaprosić koleżankę do siebie, ale nie całą klasę. Zapytać, czy nie jest chora. Zachęcam do tego, aby podtrzymywać kontakty w swoim środowisku, aby nie być bezлюдną wyspą. Nie może zostać tylko szpital i koleżanki ze szpitala.

### **10. Jaką można mieć styczność ze zwierzętami?**

Generalnie to jest ta sama zasada. Zwierzęta są często nośnikami różnych schorzeń, pasożytów, wirusów, bakterii. Dlatego staramy się kontakt ze zwierzętami ograniczyć do minimum. Jeżeli to jest wasz pies, kot, którego jesteście pewni, bo jest w domu, jest szczepiony to wtedy pozwalamy na kontakty. Zniechęcamy do kupowania zwierząt w czasie leczenia, bo to zwierzę może być nośnikiem jakiś chorób. W trakcie zabawy z psem, kotem, dziecko może zostać zadrapane, ugryzione, jest to kolejny czynnik ryzyka. Staramy się ograniczyć to do minimum. Unikamy zagrożeń, nie bawimy się z nieznanymi, dzikimi, obcymi zwierzętami. Macie taką odporność jak noworodek, a noworodka się chroni. Nikt by nie pozwolił, aby pies bawił się z noworodkiem. Jeżeli jest już pies, to zadbać o niego, zaszczepić, do weterynarza zaprowadzić. Możemy minimalizować ryzyko. Naszym priorytetem jest zdrowie, dokończenie chemioterapii. A każda infekcja to jest odroczenie leczenia i kłopot.

### **11. Jeżeli mamy leukocyty w normie to wtedy też odporność jest taka niska?**

Ile jest takich dni, gdy te leukocyty są dobre? Po chemioterapii jest dobrze, ale za kilka dni idzie w dół. Ten spadek, przychodzi w siódmym, dziesiątym dniu, zależy to od leku.

### **12. Czy może Pani jeszcze powiedzieć kilka słów do czytelników naszej gazetki?**

Ja zawsze zachęcam do tego, że jeżeli macie jakieś pytania to założyć sobie zeszytik i zapisywać. Nie ma głupich pytań, a my jesteśmy po to, aby na nie odpowiadać. Wtedy

buduje się więź zaufania między lekarzem i pacjentem. Nie możemy siebie traktować, jakbyśmy byli w dwóch przeciwnych drużynach. My jesteśmy w jednym zespole, strzelamy do tej samej bramki. Musimy ze sobą współpracować. Zadawanie pytań pomaga w leczeniu. Trzeba się odważyć i pytać. Wzajemna doza zaufania pomiędzy pacjentem i lekarzem jest bardzo ważna. Nieufność, lęk niczemu nie służy.

### 13. Czy istnieje więź między lekarzami na oddziale?

Myślę, że jesteśmy zgranym zespołem, tworzymy dobrą drużynę.

Znamy się nawzajem. To jest bardzo ważne i pomaga w pracy. Mamy taki system, że są lekarze prowadzący i lekarz dyżurny. Musi być między nami, współpraca, wymiana informacji o pacjentach. Bardzo ważne jest, żeby zespół był zgrany. Dobre relacje między lekarzami i pielęgniarkami wpływają na efekt leczenia.

W zespole jest tak jak w rodzinie. Jak mama z tatą się rozumieją to dzieci są szczęśliwe i kochane. Jeżeli się kłóć, to dziecko też ma jakieś problemy.

My, lekarze, też jesteśmy ludźmi. Mamy swoje lęki, radości. Nawet nie

wiecie jak cieszymy się waszymi zwycięstwami i jak martwimy. My też potrzebujemy wsparcia. Każda progresja choroby jest naszą osobistą porażką. Wspieramy się wzajemnie w zespole. Pomagamy sobie nawzajem przejść dobre i złe chwile na oddziale.

**Dziękujemy bardzo za poświęcony czas i rozmowę.**



W roli dziennikarek wystąpiły:  
Aleksandra Grzegorzek,  
Kamila Michalska,  
Alina Sapa,  
Maja Sobocińska

Opiekun:  
nauczycielka języka polskiego -  
Iwona Trakul

## od PACJENTÓW i RODZICÓW

„Przesyłamy serdeczne pozdrowienia dla wszystkich pacjentów oddziału.

Blanka przeszła bardzo dużo, bo 34 cykle chemioterapii w ciąży zaledwie jednego roku. Pod koniec leczenia była bardzo słaba, co dwa dni musiała mieć przetaczaną krew lub płytki.

Wy również przechodzicie teraz bardzo ciężkie chwile. Mam nadzieję, że doda Wam otuchy fakt, że Blanka jest teraz silna i zdrowa. Mamy nadzieję, że i Wy będziecie zdrowi za jakiś czas.

A gdy zżerają Was nerwy, walcie jak w dym do Pani Justyny Dubiel na relaksację. Nie wiem dlaczego, ale to naprawdę działa. Wszystkiego dobrego!”

Rodzina Krakowianów



## Jest Okey, w porządku, dobrze.....jest.....(?)

Taki tytuł psychologicznego artykułu, zamieszczonego na łamach naszego czasopisma „Onko Okey”, z jednej strony wcale nie dziwi - nawiązuje do tytułu całego wydawnictwa, które powstało z myślą o wsparciu pacjentów, ale... z drugiej - jednak zastanawia, intryguje lub nawet trochę drażni. Przecież nikt pozytywnie nie kojarzy oddziały onkologii, leczonych tu chorób i cierpienia pacjentów. Tytuł może być więc odbierany jako pustostowie lub „pobożne życzenia”. Czyż nie? Dlatego też zagościły w nim: wielokropek i znak zapytania. Skoro jednak doczytałeś, miły Czytelniku, aż do tego miejsca, to poświęć jeszcze chwilę, by zrozumieć to, co próbuję Ci tutaj przekazać.

W tej chwili czytasz, zastanawiasz się, zadajesz sobie pytania w stylu: „Czego właściwie mogę się tu dowiedzieć?”. Przede wszystkim jednak, w tej właśnie chwili, **JESTEŚ** tutaj, żyjesz, oddychasz, dokonujesz wyboru (czytać dalej czy nie?). No właśnie... jesteś, istniejesz, **ODDYCHASZ** (teraz pomyślałeś pewnie: „Też mi odkrycie!”). Wiem, brzmi to tak prosto i banalnie, że jesteś bliski zaniechania dalszego czytania. Daj mi jednak jeszcze moment, małą szansę, by naświetlić Ci te „oczywiste oczywistości” w nieco odmienny sposób.

Obserwuj proszę swój oddech, delektuj się nim, odczuwaj go w każdym szczególe, z całą świadomością: weź wddech i, z równie wyczerpaną uwagą i pełną świadomością, wypuść go. Jeśli to w ten sposób uczynisz, dokonasz epokowego odkrycia - **ISTNIEJESZ** i w pełni doświadczasz tego **TERAZ**. Masz w sobie **MOC** i nabywasz **RADOŚCI**

**ŻYCIA**... mimo wszystko... (znów pojawiła się jednak wątpliwość: „Z czego tu się cieszyć?”, „Z choroby własnej?”, „Dziecka?” „Z trudów leczenia, obaw, czy będzie ono skuteczne, niepewności jutra?” itd.). **OKEY!** Wątpliwości, stawianie pytań, niedowierzanie jest ludzkie, normalne, jest oznaką **ZDROWIA** psychicznego. A oddychanie (choć dzieje się samo, bez naszej woli – czy o nim myślimy, czy nie) jest najprostszym dowodem życia. Skoro więc istniejesz, pozwalasz sobie tego w pełni doświadczać, **ZADAJESZ PYTANIA O SENS**, dokonujesz wyboru - masz **WSZYSTKO** i **MOŻESZ MIEĆ** - a raczej - **BYĆ**, jeszcze więcej, bardziej, **PEŁNIEJ!**

Istniejesz **TERAZ**, więc nie myśl o przeszłości - jej nie ma, odeszła, skończyła się, jak każda miniona chwila, jak każdy poprzedni oddech. **NIE TRWOŃ ENERGII** na to, czego nie możesz już zmienić! I nie myśl zbyt wiele o przyszłości, bo ona jeszcze nie nadeszła, a kiedy nadejdzie, to stanie się **TERAŻNIEJSZOŚCIĄ**. Nie rozpamiętuj tego, co było („Co było a nie jest, nie pisze się w rejestr”), tego co się nie udało („Nie rozpaczaj nad rozlanym mlekiem”) i nie staraj się zapanować nad przyszłością - zaczarować jej, utargować, przewidzieć, wyreżyserować, bo, jak mówią: „Samo życie pisze najbardziej zaskakujące scenariusze”.

Po prostu **ŻYJ TERAZ**, z całym zaangażowaniem, pasją, radością, wyczerpaną uwagą. **BĄDŹ TU I TERAZ** (a gwarantuję Ci pełną satysfakcję 😊). Gdy coś Cię boli, gdy bywasz smutny, czegoś Ci brak lub jesteś słaby, zwróć uwagę, że nie dostrzegłbyś przecież swojej mocy, gdybyś nie

uświadamiał sobie swoich słabości. Nie żałowałbyś, nie tęsknił i nie płakał nad czymś, co nie byłoby dla Ciebie cenne, ważne, upragnione. **AKCEPTUJ** więc każdą chwilę i miej **ODWAGĘ**, a to oznacza gotowość na spotkanie z tym, co jest. To wymaga pokochania swojej niedoskonałości. **NIEDOSKONAŁOŚĆ** uwydatnia **DOSKONAŁOŚĆ**. Cię pozwala światłu uwydatnić piękno formy. **PRAKTYKUJ**, ćwicz **BYCIE SZCZĘŚLIWYM**. Pokochaj swoje życie niezależnie od tego, jakie ono jest. Docień je, zaakceptuj nie żądając (od losu, Boga, innych ludzi) niczego w zamian. A i tak otrzymasz więcej... Będziesz bardziej żywy, a każda chwila przyniesie Ci więcej zadowolenia. Nie pytaj, dlaczego spotkały Cię trudności, choroby. One po prostu się zdarzają, przychodzą i odchodzą, jak wszystko w życiu, „wszystko płynie”, dzieje się, jest wieczny ruch, („W życiu stałe są tylko zmiany”). Twoje życie, stany emocjonalne, fizyczne i duchowe też ciągle się zmieniają. Na te zmiany masz duży (choć nie 100% - towy), naprawdę istotny wpływ. Twoje nastawienie może działać tzw. **CUDA** - na Twoją korzyść lub wprost przeciwnie. „Leżąc na ziarnku grochu” możesz cierpieć katusze, ale też - **pomimo poważnej choroby - możesz żyć pełnią życia i doświadczać szczęścia**.

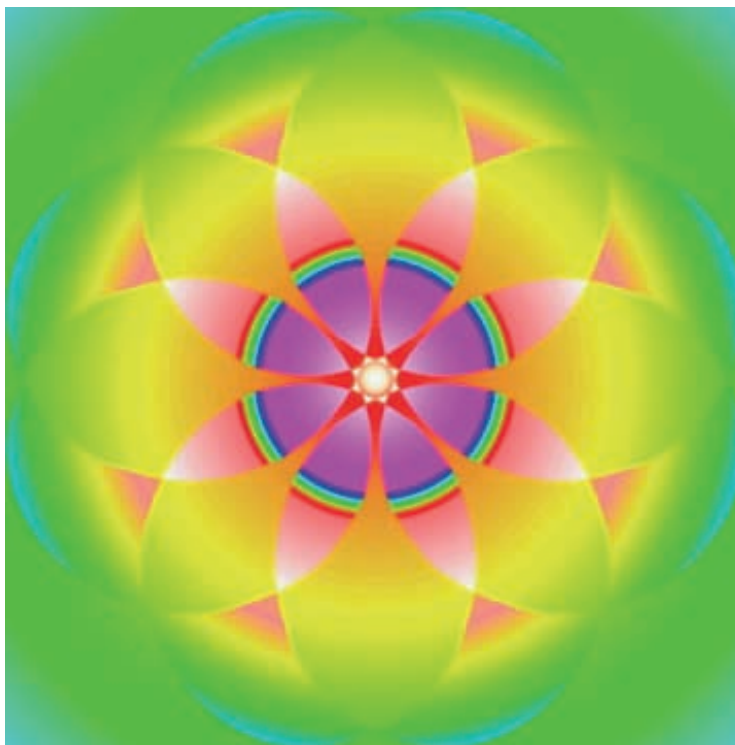
Szczęście nie jest nam dane w pakiecie, gdy przychodzimy na świat, nikt go nam nie gwarantuje, nie możemy go kupić, zażądać czy wyprosić. Możemy je natomiast wypracować własnym nastawieniem, własnym wyborem - **PODJAĆ ŚWIADOMĄ DECYZJĘ**: czy w obliczu zrzędzeń losu poddać się, zatracić w cierpieniu, czy próbować spożytko-

wać, to, co się nam przydarza dla własnego i otaczających nas ludzi  
**DOBRA...**

Poświęć chwilę na refleksję o tym, co tu przeczytałeś, dokonaj wyboru, decyzji, **PRZEODDYCHAJ** to świadomie, poobserwuj siebie, z pełną uwagą, tylko przez chwilę... A jeśli to zrobisz... Jestem pewna, że przyznasz, że jest OKEY.

*dr n. hum. Justyna Dubiel*

PS. Nie zapomnij też o relaksacji, wizualizacji, muzykoterapii, arteterapii, wspierających rozmowach, itp. - o czym pisałam już w poprzednich numerach „Onko Okey”. Be happy ☺



A oto kilka słów Kahlila Gibrana - do przemyślenia dla Rodziców:

*Jesteście jako łuk, a dzieci wasze jako strzały żywe,  
wybiegające z was w dal.  
Wielki łucznik na nieskończoności szlaku cel widzi daleki  
i was swą mocą naciąga jako łuk,  
by strzały Jego szybko niosły i daleko.  
W dłoni łucznika niechże ugięcie się wasze ku weselu służy,  
Jego miłość bowiem ogarnia i strzałę co pędzi,  
i łuk co trwa nieruchomy.  
(...)  
Im głębiej żłobi nas cierpienie,  
tym więcej radości może pomieścić serce.  
Czyż czara, którą wino dziś czerpiesz,  
nie była najpierw wypalona w ogniu garncarza?*





## od RODZICÓW

### Choroba mojego synka uleczyła moja duszę...

Moje życie przed zdiagnozowaniem choroby mojego syna Oliwiera było puste, a dusza chora... Chwile, które spędzałam z moim synkiem nie zawsze były radosne. Większość tego, co robiłam wynikało bardziej z konieczności niż z chęci. O wiele rzeczy miałam żal i ubolewałam z powodu licznych braków, niespełnionych oczekiwań. Wydaje mi się, że byłam zbyt zapatrzona w siebie.

Dzień, w którym trafiłam na oddział Onkologii był dla mnie koszmarny... Byłam przerażona tym, jak ja i Oli tam się odnajdziemy- zupełnie jakbym wylądowała na obcej plane-

cie. Najgorsze były noce i rozłąka z bliskimi... Jednak stopniowo oswojaliśmy się z oddziałem i z biegiem czasu wszystko stawało się prostsze. Poznałam wielu wspaniałych ludzi, którzy wspierali mnie w każdej chwili. Dzięki nim inaczej spojrzałam na świat. Dziękuję za to z całego serca. Po zakończeniu leczenia nie mogłam uwierzyć, że to już za nami! Tak szybko minął rok chemioterapii.

Ostatnio patrząc na szczęśliwą buźkę bawiącego się Oliwierka, dotarło do mnie jak jego choroba zmieniła mnie i moje podejście do życia. Dziś wszystko robię ze szczerej chęci. Rozpiera mnie szczęście, bo mam przy sobie mojego synka.

W końcu jesteśmy w domu na stałe, a każda chwila z nim spędzona jest dla mnie bezcenna! Jestem szczęśliwa, że mam go przy sobie ! Dopiero teraz w pełni doceniam spędzany z nim czas. Stałam się bardziej wyrozumiała i cierpliwa. Wiem, że w życiu są sprawy ważniejsze od pieniędzy- takie jak zdrowie i bezwarunkowa miłość :)

I takich refleksji życzę wszystkim Rodzicom. Spróbujcie dzięki chorobie dziecka odkryć to, co naprawdę istotne w życiu. Bo.... nic nie dzieje się przypadkowo...!

*Irena Krypczyk - mama Oliwiera*

### Wsparcie Personelu - BEZCENNE :)

Chciałabym się jeszcze podzielić z Wami moimi odczuciami związanymi z personelem na oddziale. Otwarciem mogę powiedzieć, że mój syn Oliwier był trudnym pacjentem- bardzo upartym i nerwowym. Kiedy miał pobieraną krew, zakładany wenflon lub podawany neupogen, słyszał go cały oddział ! Pielęgniarki - przez nas nazywane siostrami - miały z nim nie lada problem. Nie mam pojęcia jak wytrzymywały jego krzyki i opór...A jednak dla nich to nie był problem, starały się spokojnie i jak najlepiej wykonywać niezbędne dla jego zdrowia czynności. Wszyscy- zarówno siostry, jak i lekarze oraz

pozostały personel, mieli do niego właściwe podejście. Ja dopiero się tego uczyłam. Dostając od nich przydatne porady coraz lepiej radziłam sobie z Oliwierkiem, zarówno w życiu oddziałowym, jak i poza nim:) Jestem im za to bardzo wdzięczna. Wsparcie personelu jest dla nas- rodziców i opiekunów- wręcz bezcenne!

Na koniec chciałabym całemu personelowi oddziału, pacjentom i ich opiekunom złożyć serdeczne życzenia z okazji Świąt Wielkanocnych. Życzę Wam dużo siły, cierpliwości, wytrwałości i co najważniejsze zdrowia !

I oby jak najmniej nowych pacjentów trafiało na oddział !

*Irena Krypczyk - mama Oliwiera*





## Podchwytliwe pytania :)

## od RODZICÓW

1. Na granicy polsko-czeskiej kogut zniósł jajko. Do kogo należy jajko?
2. Wstajesz o godzinie 9.00, kładziesz się spać o godzinie 8.00. Ile godzin śpisz?
3. Ile złotych jest w tuzinie?
4. Ile pięćdziesięciogroszówek jest w tuzinie?
5. Czy we Francji istnieje 22 lipca?
6. Baca ma 17 owiec. Wszystkie oprócz dziewięciu zdechły. Ile owiec zostało?
7. Jesteś pilotem samolotu, w którym leci pięciu pasażerów: trzech Niemców i dwóch Polaków. Kto jest pilotem samolotu?
8. W jakim miesiącu kosi się siano?
9. Ile jest palców u dziesięciu rąk?
10. Ile jest palców u dwóch rąk?
11. Ile gatunków zwierząt zabrał Mojżesz na arkę?
12. Długość kota z ogonem wynosi 50 cm. Ile waży kilogram sierści kota?
13. Wchodzisz do ciemnego pokoju. Na stole stoją dwie lampy: naftowa i gazowa. Co najpierw zapalasz?
14. Czy nocny stróż, kiedy umrze w dzień dostanie rentę?
15. Lekarz dał Ci trzy tabletki i kazał brać co 30 minut. Ile trwała kuracja?
16. Po stole chodzi dziesięć much. Trzy zostały zabite. Ile much zostało na stole?
17. Malarz miał namalować na drzwiach numery 1-100. Ile musiał namalować dziewiątek?
18. Kiedy było ostatnie spotkanie papieża?
19. Na gałęzi siedziało dziesięć wron, trzy zostały zabite. Ile wron zostało na gałęzi?
20. Pół śledzia kosztuje 50 groszy. Ile kosztuje 7 śledzi?
21. Po stawie pływają kaczkę, jedna za drugą. Ile pływa kaczek?
22. W którym miesiącu rodzą się Murzyniątka?
23. Statek ma 50 łokci długości. Ile łokci ma kapitan?
24. Jak powiecie poprawnie: 5-letnie kurczę, czy 5-letni kurczak?
25. Który miesiąc ma 28 dni?
26. Kij ma dwa końce. Ile końców ma 7,5 kija?

Maria Halska - mama Michała

- |                  |                           |                                  |                           |
|------------------|---------------------------|----------------------------------|---------------------------|
| 26. 16           | 19. żadna                 | 13. Zapalkę                      | 7. Ty                     |
| 25. każdy        | 18. jeden.                | 12. 1 kg                         | 6. 9                      |
| 24. Stary kogut  | 17. Nie było. Papież jest | 11. Zero. Mojżesz nie miał arki. | 5. Tak                    |
| 23. 2            | 16. 3 martwe              | 10. 10                           | 4. 12                     |
| 22. W dziewiątym | 15. 1 godzinę             | 9. 50                            | 3. 12                     |
| 21. 3            | 14. Nie, bo nie żyje.     | 8. Siana się nie kosi.           | 2. 1 godzinę              |
| 20. 7 zł         |                           |                                  | 1. Kogut nie znosi jajek. |

## Podchwytliwe pytania : ) ODPOWIEDZI.

## do ŚMIECHU



### Żurek

- 2 szklanki zakwasu żytniego na żur,
- 4 szklanki bulionu warzywnego,
- 2 cebule,
- 2 duże ziemniaki,
- 3-4 ząbki czosnku,
- 4 średnie pieczarki,
- wędzone tofu,
- 6 ziarenek ziela angielskiego,
- 4 liście laurowe,
- majeranek,
- sos sojowy,
- sól,
- chrzan



W dużym garnku zeszklić na oliwie z oliwek posiekaną cebulę i czosnek. Następnie wlać bulion warzywny, liście laurowe, ziele angielskie, pokrojone w kostkę ziemniaki, pokrojone w plasterki pieczarki wraz z trzonkami. Gotować pod przykryciem na małym ogniu. Gdy ziemniaki będą prawie miękkie wlać zakwas i zagotować. Wyjąć z zupy ziele angielskie i liść laurowy. Całość zmiksować na gładki krem. Doprawić do smaku sosem sojowym, solą majerankiem. Do żurku można dodać jeszcze nieco chrzanu. Podawać z pokrojonym w kostki tofu, jajkiem i posiekaną natką pietruszki.

### Sałatka jarzynowa

- 1 szklanka fasoli mung,
- 5 dużych ziemniaków,
- 1 średniej wielkości marchewka,
- 1-2 kiszone ogórki,
- 1 jabłko,
- szczypiorek,
- 1 duże, dojrzałe awokado,
- 1 łyżka musztardy pełnoziarnistej dobrej jakości,
- sok cytryny,
- sól



Ugotować wcześniej namoczoną fasolę, ziemniaki w tulinach, marchew. Pokroić w kostkę kiszone ogórki, ugotowane warzywa, posiekać szczypiorek i zetrzeć jabłko. Wszystkie składniki potęczyć i wymieszać. Z awokado, musztardy, soku z cytryny i soli zrobić sos. Potęczyć go z sałatką i wszystko dokładnie wymieszać.

## BABKA WIELKANOCNA - przepis na dietetyczne ciasto

- 1 szklanka mąki pełnoziarnistej
- 1 łyżka siemina lnianego
- 2 łyżki otrąb pszennych
- 2 łyżki płatków jęczmiennych
- 3 jajka
- 2 marchewki
- 2 jabłka
- 1/2 szklanki cukru trzcinowego
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 10 suszonych moreli
- 10 suszonych żurawin
- 1 łyżka cukru waniliowego (domowego)

Jajka miksujemy na puszystą masę, dodajemy cukier trzcinowy oraz waniliowy i miksujemy.

Marchewki i jabłka obieramy ze skórki, ścieramy na tarce o grubych oczkach.

Do jajek dodajemy przesianą mąkę z proszkiem do pieczenia - cały czas miksując, wsypujemy otręby, siemię oraz płatki jęczmienne. Mieszamy.

Do masy wsypujemy suszone owoce oraz starte jabłka, marchewkę. Mieszamy delikatnie, do połączenia się składników.

Formę na babkę smarujemy tłuszczem, obsypujemy mąką pełnoziarnistą, masę nakładamy i pieczemy w nagrzanym do 180 stopni piekarniku ok. 45 minut (sprawdźmy patyczkiem czy babka jest w środku upieczona), ew. możemy przedłużyć czas pieczenia.

Studzimy w piekarniku.

Gdy ostygnie możemy polać ją lukrem i posypać migdałami - ale można to śmiało pominąć, bo babka jest stodziutka :)



zaczepnięte z [www.smakowitykasek.pl](http://www.smakowitykasek.pl)

## od RODZICÓW

### Trzy wieprzki czyli bajka o porządnym śląskim robocie.

Nie wiem jak Wam podoba się gwara Śląska, ale myślę, że swoją gwarę muszę pielęgnować i dlatego przedstawiam Wam bajkę „Trzy świnki” przetłumaczoną na język śląski.

W razie problemów z rozszyfrowaniem wyrazów, proszę o kontakt. Z chęcią przetłumaczę słowa.

Żyły se trzy młode wieprzki, kerym brakowało chałupy. Bestoż koždy z nich wzion się za budowanie swoj małyj chałpki.

#### WIEPRZEK PIYRSZY

Piyrszy wieprzek był piederzińsko zgnyty do roboty. Woloł się fajnie łoblykać abo jeździć se potaćcować, ale to jak miyszkoł niy było dlo niego nojważniysze. Nazbiyroł on trocha trowy, patyków i gliny, z czego hnet ulepiot se drapko mała chałpka i boł w nij szczynśliwy.

#### WIEPRZEK DRUGI

Drugi wieprzek był przemądrzały i wygodany. Sztyjc yno opowiadał o swoich łogromnych planach, o przyszłych sukcesach i możliwościach. Fest boł mocny w gymbie, ale jak się już chycioł za jako robota, to

się płakać chciało. Swoja chałpa wybudowot se z roztomajtych desek i bali. Było to podane bardzij na szopka niż na chałpa, ale tymu przemądrzałumu wieprzkowi żyło się tam szczynśliwie.

#### WIEPRZEK TRZECI

Trzeci wieprzek był łogromnie robotny i dokładny. Zanim zaczął stawiać mury swyj chałpy, to nojprzod zrobiot fest fundamynta, kupiot cegły, dachówki, dźwyrza i okna. Kosztowało go to dużo czasu, roboty i pijyndzy. Inne wieprzki zaś śmioły się z niego i godały: Na co ci to? Niy szkoda ci życia? Robisz jak gupi wół! Trzeba żyć z fantazją

#### CO BYŁO POTYM?

Koždy wieprzek miyszkoł se w swoj chałpie i boł w nij tak samo szczynśli-

wy. Ale jednego dnia prziszła wichura i dyszcz. Tak wioło, że słomiano chałpa od piyrszego wieprzka rozpała się. Drzewianno chałpa od drugiego wieprzka tyż poleku zaczęła się rozlatywać i cołko zaloł ją dyszcz. Wtedy dwa bezdomne wieprzki szukały pomocy i dachu nad głową w chałpie trzeciego wieprzka. I tera wszyscy widzicie jak łoptaco się robić wszystko do porządku.

Maria Halska - mama Michała



## Myśli ludzi wielkich o zdrowiu

„Muzyka, która dociera najgłębiej i leczy wszelkie schorzenia, to serdeczne słowa.” Emerson

„Im więcej zdrowia zwykle się ma, tym mniej cierpliwości w cierpieniu fizycznym.” Fryderyk Chopin

„Zdrowie chorego najwyższym prawem.” Hipokrates

## do ŚMIECHU



## WIARA, NADZIEJA, MIŁOŚĆ...

Któż z nas nie cierpi, nie płacze, nie przejmuje się chorobą ukochanego dziecka...? Ile trudnych pytań stawiamy sobie każdego dnia, ile przeżywamy rozterek i obaw? Można by było książkę o tym napisać, lecz czy to miałyby sens? TRZEBA BRAĆ KAŻDY DZIEŃ TAKIM JAKIM JEST I ŻYĆ TAK JAKBY MIAŁ BYĆ OSTATNIM....

Każdego dnia dawać dziecku szczęście, lecz go nie rozpieszczać - to nie o to chodzi. Bóg wie co robi i nic nie dzieje się bez przyczyny. On ma w tym swój cel. A my - rodzice dzieci z chorobami nowotworowymi, czynimy wszystko, co w ludzkiej mocy, by jak najlepiej się nimi opie-

kować.

To wiara i nadzieja trzyma nas przy "normalnym" życiu, pozwala nie zwariować. To wiara i nadzieja, jaką obdarzyliśmy cały personel medyczny, by sprawiali "cuda", by leczyli tak jak powinni, jak przysięgali....

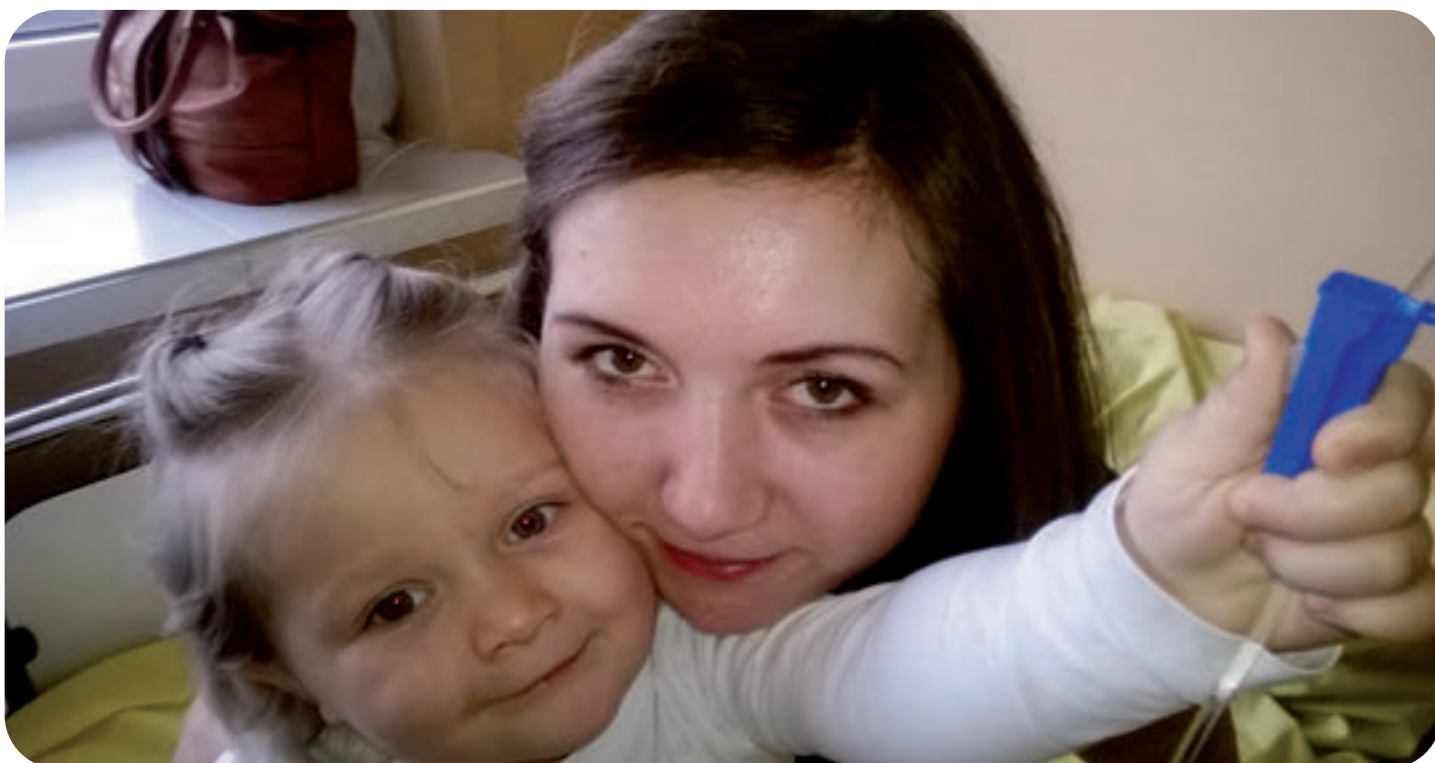
A miłość? Miłością, życzliwością i czasami pomocą obdarzamy się wzajemnie na oddziale, codziennie, każdego dnia. Ale najważniejsze są nasze pociechy. To one - dzięki Bogu - są źródłem naszego największego szczęścia. Również dzięki Niemu - a za pośrednictwem lekarzy, odzy-

skują one zdrowie. To Bóg przez ich ręce, przemawia do nas.

Choroba mojej córki zmieniła moje życie. Było bardzo ciężko i źle, lecz jak tylko powierzyłam Bogu ten problem (życie mojego dziecka i własne cierpienie) - karty odwróciły się, droga stawała się prostsza, łatwiejsza i wszystko zaczęło zmierzać we właściwym kierunku :) ...

Dziękuję! Dziękuję wszystkim tym, którzy sprawili, że Lenka cieszy się razem z nami każdym nowym dniem.

*Mama 3 - letniej Lenki Nasiadek*



## Tajemnicza Strefa X

Pewnego razu, na polanie blisko jeziora, spotkali się Królik Anzelm, Kurczątka Pepo oraz Mucha Bzyk Bzyk. Pepo był smutny, opowiedział nowym przyjaciołom o swojej chorobie i o przyszłej wizycie w Strefie X.

Każdy mieszkaniec krainy PROM Y wiedział czym jest Strefa X, wszyscy się jej bali i nie chcieli tam trafić. Jednak Anzelm miał odmienne zdanie o tym miejscu:

- Strefa X! O, byłem tam jakiś 3 miesiące temu, było bombowo. Poznałam tam wspaniałych kumpli, chodzimy czasem na koncerty polnych koników, gramy w bąbelkową piłkę, pływamy na butelkowych żaglówkach. Poza tym nauczyłam się tam tyle nowych gier, przebojowych piosenek. Wiecie co myślę, że nasi mieszkańcy boją się tam chodzić, bo ciągle o tym gadają i się nakręcają, a przecież większość tam nie była i nie wie co tam się dzieje, kogo można spotkać. A przecież to właśnie tam możemy wyzdrowieć i cieszyć się życiem.

- Masz rację, ale ja dalej się boję. W ogóle ta nazwa Strefa X jest taka straszna.

- Przecież możesz nazwać to miejsce jak chcesz, ja nazywam je Statek Agafii, od uroczej Pani Doktor, która tam jest. To ona zabierała mnie w magiczną podróż na latającym dywanie - powiedział Anzelm.

- Na latającym dywanie? Przecież dywany nie latają, odezwała się Bzyk Bzyk. To ja potrafię latać.

- Oj, Bzyk Bzyk, w wyobraźni wszyscy mogą latać! Zabieram Was w taką podróż. Zamknijcie oczy, usiądźcie wygodnie. Podróż czas zacząć.

- Ja uwielbiam odlotowe podróże - wtrącił Pepo.

- To będzie podróż na Twoim własnym latającym dywanie.

- O rany! Zawsze chciałam podróżować latającym dywanem, nie wiedziałam, że może być to takie proste.

- Wiecie, że wyobraźnia jest magiczna - kontynuował Anzelm. Bo w swojej wyobraźni możesz zrobić wszystko, a najlepsze jest to, że możesz kierować wszystkim.

-To świetnie! Ruszajmy w drogę - uśmiechnęła się Bzyk Bzyk.

- Po pierwsze - wybieramy jakiego koloru będzie nasz latający dywan. Może będzie zielony jak trawa, może żółty jak Słońce, czerwony jak serce, a może w kropki takie jak moje kropki, a może być w paski takie jak ma Bzyk.

- Mój dywan będzie cały żółty i będzie miał centki jak ma żyrafa! - powiedziała Bzyk Bzyk

- A mój będzie błękitny jak obłoki na niebie z białymi chmurkami - wyobraził Pepo zamykając oczy.

- Podoba mi się Twój dywan. Jest taki lekki, gładki, miłutki i mięciutki - prawie jak moja skóra zaśmiał się Anzelm. Nasz czarodziejski dywan przeniesie nas gdzie chcemy i kiedy chcemy, nie musimy wcale schodzić z niego. Możesz przelatywać nad polami, plażami, morzami, przez góry, łąki. Wszystko dzieje się w naszej wyobraźni. Nasze dywany to dywany szczęścia. Kto na nich usiądzie czuje się szczęśliwy i może zrelaksować się w każdej chwili.

- Koniec gadania lecimy do Disneylandu! - krzyknęła Bzyk Bzyk.

To jest takie wielkie WESOŁE MIASTECZKO, gdzie jest Myszka Miki i Pluto z balonami, a Kaczor Donald gra nam na bębenku. Z pewnością, znajdziesz coś, co Ci się spodoba.

- Powoli przygotuj się do podróży powrotnej. Nie żegnaj się z nikim na zawsze, bo przecież zawsze możesz wybrać się w kolejną podróż w to samo miejsce - rzekł Anzelm. Wiesz, że taka podróż może zmniejszać ból?

- Jak to? - zdziwił się Pepo.

- Wiesz, aby coś Cię bolało, to z określonego miejsca na ciele, np. ze skóry, musi zostać wysłana wiadomość do mózgu. Ta wiadomość brzmi: och, to boli!, zaczynasz odczuwać ból. Zatem, jeśli mózg nie otrzyma tej wiadomości albo nie zwróci na nią uwagi, to niezależnie od tego, co się dzieje, nie odczujesz bólu.

- Ale jak zmusić mózg, żeby tak się zachowywał? - zapytał Pepo. Pamiętasz, jak ostatnio skakaliście z Bzyk Bzyk i przewróciłeś się. Szybko jednak wstałeś, bo nie chciałaś tracić tak dobrej zabawy. Dopiero później zauważyłaś, że rozbiłaś sobie kolano.

- Właśnie! Nie czułaś, że masz rozbite kolano, bo byłeś

zbyt zajęty grą, by Twój mózg zauważył wiadomość płynącą od kolana. Dlatego nie czułeś bólu. Dopiero później, kiedy Twój mózg nie był już tak zajęty, spostrzegł ból. Pamiętaj, kiedy zaczynasz się bać lub coś zaczyna Cię boleć, udaj się w podróż magicznym dywanem. To pozwoli Ci rozluźnić się, odprężyć, bo gdy jesteś spięta wszystko bardziej Cię boli, niż gdy jesteś rozluźniona.

- A czy mogę tak się rozluźnić, kiedy idę na zastrzyk albo mam te naświetlania? - zapytał Pepo.

- Oczywiście, że tak. Będziesz wtedy dużo spokojniejszy.

- O rany! Nie wiedziałam, że mam taki zdolny mózg. Założę się, że każdy by tak robił, gdyby wiedział, że to może mu tak bardzo pomóc. Nie mogę się doczekać, kiedy dostanę zastrzyk! Ale Pani doktor będzie zaskoczona. Tylko mam jeszcze jeden problem, strasznie nie lubię tych naświetlań, nie wiem co się ze mną dzieje, źle się po nich czuję.

- Mam na to radę! Moje różowe okulary! Przez nie możesz spojrzeć do środka Twojego organizmu. Tak jakbyś zaglądał do środka domu przez okno. Możesz obserwować jak pracują Twoje komórki, jak zachowują się one przed naświetleniami i po nich.

Wiesz, te naświetlania to jest taka terapia, która niszczy Twoje złe komórki w organizmie. To fantastyczna rzecz, to tak jakby gwiazdny promień z kosmosu zjadał

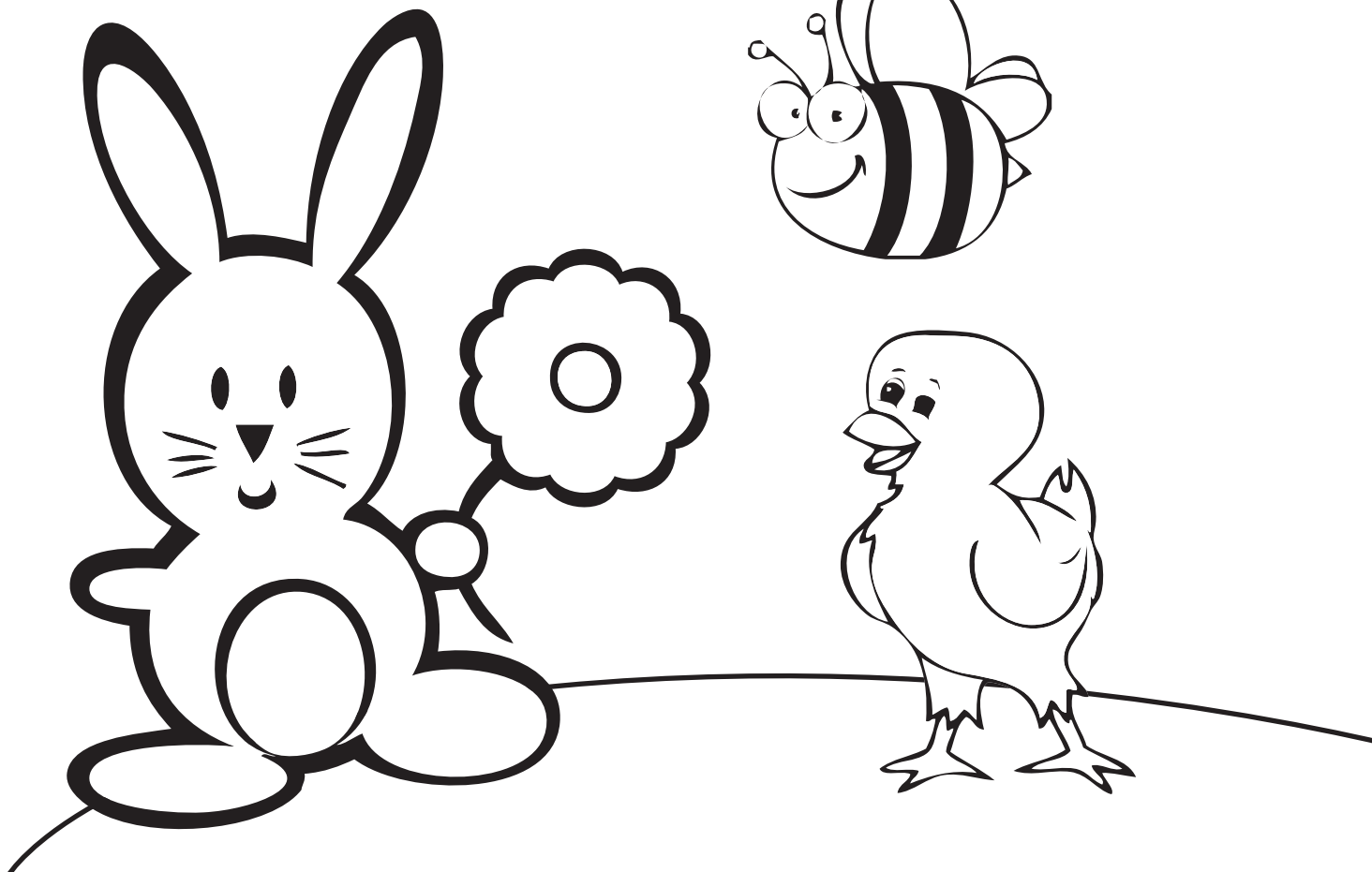
złych, obcych kosmitów na Twjej planecie! Niestety promień może też osłabiać zdrowe komórki, gdyż działa na całą planetę. Jeśli planeta jest silna, chce szybko wyzdrowieć, to zdrowe komórki szybciej wracają do zdrowia. Twoja chęć wyzdrowienia, moc, siła, może pomóc planecie, to ona dodaje jej energii! Obserwuj przez specjalne okulary jak źli kosmici zostają pokonani przez promień, jak Twoja planeta staje się zdrowa, kolorowa, silna, pamiętaj, że Twoja zdrowe komórki lubią, kiedy myślisz, że są takie silne!

- Czy pożyczysz mi takie okulary?

-Oczywiście, pamiętaj, że wszystko dzieje się w Twojej wyobraźni i to właśnie od Ciebie zależy czy wykorzystasz tę możliwość!

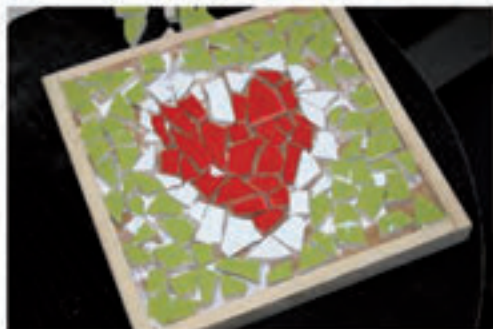
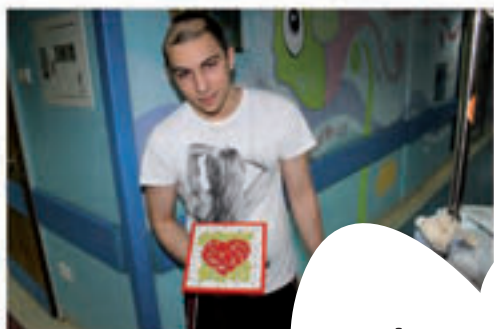
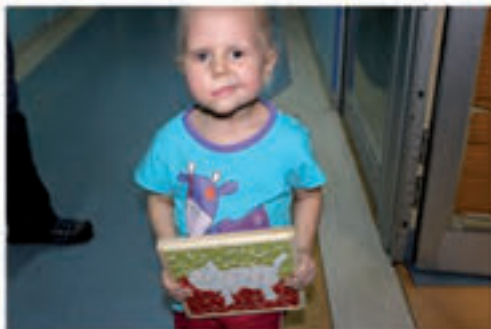
Pepo podziękował Anzelmowi. Jego obawy stały się teraz takie małe jak najmniejsze jego piórko. Pobiegł szybko do mamy, powiedzieć jej, że już nie boi się wizyty na Statku Agafii (odtąd tak nazywał dawną Strefę X). Wiedział, że gdy będzie mu smutno może odbyć podróż na latającym dywanie do Krainy Zabawy. Gdy będzie zmęczony promieniami, to założy różowe okulary i zobaczy jak zdrowieje oraz doda siły swoim komórka, aby cała planeta wróciła do równowagi.

*Napisała studentka IV roku Psychologii GWSH:  
Natalia Żak*



**działo się**

**Walentynkowe warsztaty Fundacji ISKIERKA.**



**12 lutego 2014  
tworzyliśmy  
mozaiki**





# MOZAIKA

zrób to SAM

## Będą potrzebne:



drewniana ramka

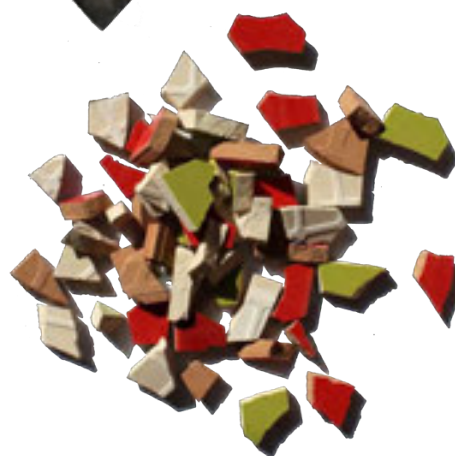
ołówek



klej polimerowy (śmierdzi)  
lub MAGIK (nie śmierdzi)



szczypce / cęgi do cięcia płytek

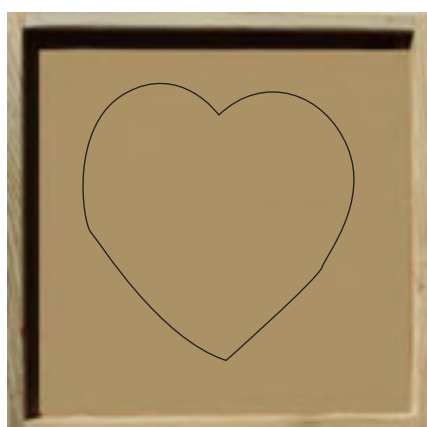


różnokolorowe płytki ceramiczne  
(tu już pocięte)

## Jak to zrobić:

W ramce za pomocą ołówka narysuj wzór. Na powierzchnię, od której chcesz zacząć nałóż klej i zacznij układać potłuczone płytki (pamiętając, by zostawiać miejsce na fugę co najmniej 2mm). Klej nakładaj fragmentami, bo szybko wysycha. W ten sposób postępuj aż do wypełnienia całej powierzchni ramki. Na sam koniec mozaikę można zafugować.

RADA: Nie twórzmy od razu misternych wzorów. Na początek spróbujmy sił w prostych, jedno - lub dwubarwnych kompozycjach. Nim przystąpimy do pracy ramkę można pomalować - najlepiej farbami akrylowymi.



od PACJENTÓW

**Sławek Bartecki**  
**Hania Glapińska**  
**Michał Halski**  
**Zuzia Kurowska**  
**Lenka Piotrowska z Mamą**  
**Gabrysia Potts**  
**Anitka Sikora z Mamą**  
**Maja Sobocińska**

DZASTIN RUSZA  
W ŚWIAT





1

Gdy Dżastin był małym chłopcem marzył o tym, aby zwiedzić cały świat.



2

Często chodził do biblioteki i czytał mnóstwo książek. Pewnego dnia sam postanowił zostać bohaterem wielkiej wyprawy i z plecakiem na plecach wyruszył szukać przygód.

rys. Anitka Sikora z Mamą



3

Najpierw dotarł na wieś, ponieważ chciał poznać wszystkie zwierzęta. Spotkał tam krowkę, konika i zaprzyjaźnił się z kilkoma kurkami. Zobaczył jak mieszkają, co jedzą, a także jak spędzają czas wolny. Gdy już dzień dobiegał końca pożegnał się z wszystkimi nowymi przyjaciółmi i ruszył dalej.

rys. Anitka Sikora z Mamą



4

Nagle natknął się na ogromnego olbrzyma, który trzymając w ręku bombę nie chciał go przepuścić dalej. Pomimo, że był bardzo odważnym chłopcem to bardzo się wystraszył. Jednak głęboko wierzył w to, że wszystko skończy się szczęśliwie.

rys. Anitka Sikora z Mamą



5

Tak też się stało. Nie wiadomo skąd zjawiała się piękna Lejdi Gaga, która swoim urokiem oczarowała olbrzyma.

rys. Anitka Sikora z Mamą



6

Wielki olbrzym stał się bardzo łagodny, a Dżastin z wdzięczności dał jej kwiatka i zabrał na koncert swojego przyjaciela Przemka, który specjalnie dla niej zaśpiewał piosenkę.

rys. Maja Sobocińska



7

Po tych trudnych wydarzeniach wszyscy postanowili iść do cyrku, żeby porządnie się rozerwać.

rys. Lenka Piotrowska



8

Najpierw oglądali występ klauna, który przepięknie zonglował różnymi przedmiotami i rozbawił publiczność robiąc śmieszne miny. Wszystkich od śmiechu bolały brzuchy.

rys. Zuzia Kurowska



9

Po występie klauna na arenie pojawiła się przepiękna tancerka, ubrana w zieloną sukienkę. Publiczność patrzyła w osłupieniu jak cudownie tańczy. Po występie Dżastin, Lejdi Gaga i Przemek podeszli do występujących artystów, ponieważ chcieli zrobić pamiątkowe zdjęcie i dostać autograf. Podczas spotkania zapytali, gdzie mogą udać się w następnej kolejności, żeby przeżyć fantastyczną przygodę. Klauny podpowiedziały, że mogą się iść do Zamku Duchów, który znajduje się całkiem niedaleko, na wzgórzu.

rys. Lenka Piotrowska



10

W Zamku Duchów było ciemno i zimno. Szli długimi korytarzami, a w zamku panowała absolutna cisza. Nagle przed nimi przeleciał jeden duch, zaraz drugi, trzeci i kolejny. Wszyscy bardzo się wystraszyli i zaczęli uciekać, gdy dobiegli do drzwi okazało się, że są zamknięte i nie mogą się wydostać. Duchów pojawiło się coraz więcej, ale między nimi Dżastin dostrzegł pięknego, pomarańczowego motyla, za którym postanowili podążać. Czarodziejski motyl wskazał im tajemne wyjście z zamku i wyprowadził ich na łąkę, gdzie spotkali małą owieczkę Gabi.

rys. Hania Glapińska



11

Owieczka Gabi była malutka i słodka. Słyszeła z tego, że gryzła kępki trawy i spełnia najskrytsze marzenia. Dżastin powiedział Gabi, że jego wielkim marzeniem jest poznanie słynnej Dżoany.

rys. Gabryśia Potts



12

Parę minut później pojawiła się Dżoana, która przyleciała z Wenus. Była zniwielająco piękna. Szybko polubili się z Dżastinem i pojechali nad morze odwiedzić Anitkę - przyjaciółkę Dżastina.

rys. Maja Sobocińska



13

Pogoda nad morzem była piękna, świeciło słońce wiał lekki wiatr. Wszyscy siedzieli na plaży, patrzyli na morze, lepili babki z piasku i pili pyszne mleko z kokosa.

rys. Anitka Sikora z Mamą



14

Gdy podeszli bliżej wody wynurzyła się z niej wielka ośmiornica. Uśmiechnęła się do nich i objęła ich swoimi mackami. Powiedziała, że może spełnić trzy życzenia. Dżastin poprosił o zdrowie, bogactwo i szybki powrót do domu.

rys. Michał Halski



15

Ośmiornica spełniła wszystkie prośby i każdy z bohaterów cały i zdrowy bezpiecznie wrócił do domu.

rys. Sławek Bartecki

Bajka powstała na jednym z warsztatów arteterapii prowadzonych przez Fundację ISKIERKA na Oddziale Onkologii, Hematologii i Chemioterapii Górnośląskiego Centrum Zdrowia Dziecka w Katowicach.

## Nasz pierwszy Bal Onkologiczny.

o BALU

Do samego końca nie wiedziałam czy pójdziemy na Bal. Autokar odjeżdżał o 16, a my o 15 dostaliśmy decyzję twierdzącą, chociaż trochę na moją odpowiedzialność. Leukocyty wynosiły 1,7, za to po Balu ponad 2. Zabawa uzdrowia.

O 16 podjechał autokar po naszą 12 osobową ekipę imprezową. Wszyscy byliśmy podekscytowani wyjazdem. Tomek wyszedł na powietrze pierwszy raz od 71 dni. Radość synka nie do opisania, a mnie krwawiło serce. Tak się wszystkim cieszył, zachowywał się jak wypuszczony z więzienia, po drodze na Bal podziwiał przez okno niebo, chmury, piękne jezioro (a tak naprawdę trochę większą kałużę), a mnie łzy leciały ukradkiem. Po około pół godzinie dojechaliśmy na Giszowiec - piękny dworek z parkiem wokół.

Przywitał nas jakiś murzyn z dzidą - poszła plotka, że to Iskierkowy Michał - ale pewności nie ma do tej

pory.

Tegoroczny bal był wielkim sukcesem organizatorów. Każdy uczestnik z odwagą i fantazją zaplanował swoje stroje. Było barwnie i kolorowo. Zabawa była prowadzona z rozmachem przez pełne energii Iskierkowe pomocnice, które mają doskonały kontakt z dziećmi.

Każde z dzieci znalazło coś dla siebie od fontanny czekoladowej z owocami - która robiła furorę po wspólne tańce z lekarzami z oddziału, mnóstwo fajnej muzyki i ogrom zdjęć, o lodach nie wspomnę. Patrząc z zachwytem na swoje pociechy, które doskonale się bawiły równie rodzice mogli pozwolić sobie na chwilę odpoczynku.

Odwiedziła nas również orkiestra dziecięca z Zespołu Szkół Specjalnych z Dąbrowy Górniczej, oraz dziewczyna, która prowadziła lekcję Zumby. W programie balu nie zabrakło artystycznego malowania twarzy

dzieciaków, ale i dorosłych również. Kulminacją wieczoru był ogromny, pyszny tort.

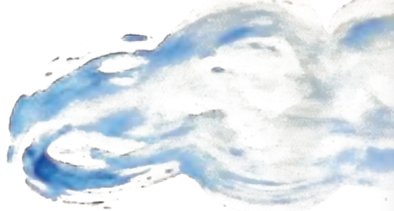
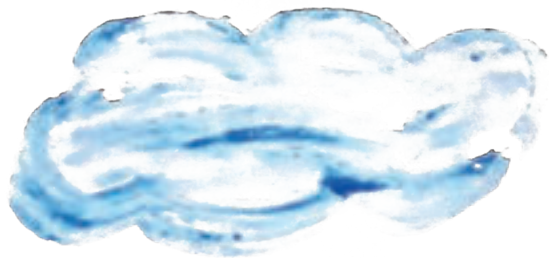
Dla nas zabawa skończyła się po około 3 godzinach, po tym czasie Tomek zaczął ciągnąć już z powrotem - był już za długo w hałasie - po długim pobycie na oddziale.

Taki bal dla dziecka, które jest chore to prawdziwa atrakcja, a dla nas rodziców duża odskocznia od codzienności. Miałam okazję zatańczyć z mężem pierwszy raz od kilku miesięcy, widzieć Tomka radosnego i beztróskiego, zapomnieć choć na chwilę o tym z czym się zmagamy od 16 grudnia 2013. Ale wiem, że wygramy tę walkę, i jest nam łatwiej znieść ten trud dzięki zaangażowaniu iskierkowej załogi. Dziękujemy i czekamy na kolejny bal za rok.

*Alicja Gradoń - mama Tomka*



foto: Joanna Nowicka; Marcin Jankowski



fundacja  
iskierka



Wesołych Świąt

Z serdecznymi życzeniami radosnych,  
prawdziwie wiosennych Świąt Wielkanocnych!  
zespół Fundacji ISKIERKA