

FUNDACJA
Pomóż Im
Białostockie Hospicjum dla Dzieci





FUNDACJA
Pomóż Im
 Białostockie Hospicjum dla Dzieci

Biuletyn nr 1 (1) | 2021

Wydawca:

Fundacja „Pomóż Im”
 na Rzecz Dzieci z Chorobami Nowotworowymi
 i Hospicjum dla Dzieci

ORGANIZACJA POŻYTKU PUBLICZNEGO

1% KRS 0000 288 520

ul. Ciołkowskiego 88J
 15-545 Białystok
 tel. 85 66 22 003
 e-mail: biuro@pomozim.org.pl
 www.pomozim.org.pl
 www.facebook.com/pomozim
 www.instagram.com/fundacjapomozim
 www.linkedin.com/company/fundacja-pomoz-im

NIP 542-305-57-55
 REGON 200166740

Konto bankowe:

(PLN) PL44 1160 2202 0000 0000 9776 5536
 IBAN: PL, SWIFT: BIGBPLPW
 (EUR) PL89 1020 1332 0000 1802 1083 2907
 (GBP) PL94 1020 1332 0000 1602 1083 2915

Zespół redakcyjny:

Marta Nowik
 Krystyna Skrzycka
 Joanna Czupryńska-Kwiatkowska
 Monika Drożdzał
 Joanna Roszczenko

Autorzy tekstów:

dr Elżbieta Solarz
 Marta Nowik
 Monika Itendo-Szkiłdź
 Krystyna Skrzycka
 Miłosz Karbowski
 Monika Drożdzał
 Joanna Czupryńska-Kwiatkowska
 Edyta Kapica
 Dominika Chimkowska
 Barbara Kochman

Kontakt z redakcją:

biuro@pomozim.org.pl

Skład i łamanie:

Urszula Kleopatra Machometa
 artesano.pl

Nakład:

7000 egz.

Copyright by © Fundacja „Pomóż Im”



Szanowni Czytelnicy,

przekazujemy Państwu kolejne wydanie biuletynu naszej Fundacji. Chcemy opowiedzieć o tym szczególnym roku pracy. Wiele działań przenieśliśmy do cyberprzestrzeni. Jeszcze kilka miesięcy temu kiedy, pierwsza fala epidemii okazała się nie taka groźna, mieliśmy nadzieję, że może uda się łagodnie przetrwać trudny okres. Dzisiaj musimy uzbroić się w cierpliwość i spokój. Nasze wizyty w domach ciężko chorych dzieci i ich rodzin odbywają się nadal, chociaż w trochę zmienionej formie. Przyjmujemy nowych pacjentów, dla których dom jest najbezpieczniejszym miejscem. Pomagamy stworzyć warunki do godnego życia naszym podopiecznym oraz budujemy więzi między sobą, by być dla siebie wzajemnym wsparciem. Pomagają nam wolontariusze, firmy które współpracują z Fundacją, osoby które rozumieją potrzeby dzieci chorych.

Jak nam to wychodzi – przeczytacie Państwo w kolejnych artykułach. Dzielimy się też praktyczną wiedzą zdobytą w czasie już ponad dziesięciu lat działalności. Zapraszam do lektury, życząc spokoju, wyciszenia emocji, nadziei i lepszego Nowego Roku.

Elżbieta Solarz

Prezes Fundacji „Pomóż Im”

SPIS TREŚCI:

Spełnione marzenie Kuby	3
Mały wielki człowiek	4
Na zawsze w naszych sercach	6
Uśmiech dziecka sprawia, że śmieje się cały świat	8
Wszystko co dobre = 1%	10
Nasz 2020 rok	12
Jak pomagać innym	18
Nie dość, że payroll, to jeszcze giving	19
Cykl edukacyjny. Pielęgnacja skóry	20
Pola Nadziei 2020/21 – XI edycja kampanii	22
Czytamy i pomagamy	23

SPEŁNIONE MARZENIE KUBY

Historia Kuby rozpoczyna się jak wiele innych. Czterokończynowe porażenie mózgowie – diagnoza niczym wyrok... płacz, żal, niedowierzanie. Pytania do Boga dlaczego, dlaczego to właśnie on – nasz Kubuś, nasze Słoneczko... przecież nikomu nic nie zawinił. Więc za jakie grzechy?!



Monika
Hendo-Szkiłgąd
Siostra Jakuba

Pierwszy komputer czteroletniego Kuby



I nagle przychodzi oświecenie. Spada jak grom z jasnego nieba: Kuba jest darem. On jako jedyny potrafił każdy największy problem sprowadzić do rangi nic nie wartego epizodu. Dziecko, które nie ma władzy nad własnym ciałem, które nie potrafi porozumieć się z nami werbalnie, potrafi wpłynąć na każdego swoim najszczerzym w świecie uśmiechem i promieniami bijącymi z oczu. Pomimo swojej choroby wiedzieliśmy, że Kuba ma swoje zainteresowania – szybkie samochody.

Pamiętam jak na gwiazdkę, po swoich czwartych urodzinach, otrzymał w prezencie kierownicę, którą podłącza się do komputera. Tak właśnie rozpoczęła się jego przygoda z komputerami i internetem. Znajomi, rodzina, ale i my najbliżsi domownicy z niedowierzaniem patrzyliśmy jak Kuba zaznajamia się z nowym cyfrowym światem.

Z upływem lat, po wielu przebytych infekcjach, zabiegach medycznych zarówno tych ratujących życie jak, i tych niezbędnych do (nazwijmy to) możliwości egzystencji, to właśnie wirtualny świat pozwalał Kubie zapomnieć o bólu, cierpieniu, o pobytach w szpitalach i na turnusach rehabilitacyjnych. Niestety, gdy skończył 14 lat jego stan znacząco się pogorszył.

Kuba jak na swoją chorobę, fizycznie rozwijał się bardzo szybko, ale wraz z jego

wzrostem jednocześnie pogłębiała się skolioza, która ogromnie utrudniała obsługę laptopa czy tabletu. Mój brat obsługiwał klawiaturę lewą ręką i to w pozycji leżącej! Właśnie wtedy, patrząc na to wszystko pojawiła się pierwsza myśl o oprogramowaniu, które ułatwi Kubie obsługę komputera. **Fundacja „Pomóż Im”, pod której opieką byliśmy od dwóch lat, zajęła się zbiorczą funduszy na program PCEye Plus Access z modułem EyeR (cyber myszka).**

Urządzenie, które płynnie konwertuje ruch gałek ocznych na ruch kursora na komputerze. Niestety program, jak większość sprzętów dla osób niepełnosprawnych, nie należał do najtańszych. Jego koszt to 7 800 zł. Mimo to udało się! W pięknie zapakowanym pudełku pracownicy Białostockiego Hospicjum dla Dzieci przekazali Kubie nowoczesny sprzęt. Dzięki wielu Darczyńcom m.in.: Ochotniczej Straży Pożarnej w Janowie, Państwowej Straży Pożarnej w Sokółce, Kołu Wolontariatu Zespołu Szkół Centrum Kształcenia Rolniczego w Janowie, Ochotniczej Straży Pożarnej w Kuźnicy, Polskiej Szkole im. Fryderyka Chopina w Palatine i Buffalo Grove oraz anonimowemu Darczyńcy zebrano potrzebną kwotę i zakupiono PCEye Plus Access z modułem EyeR.

Niestety, już w trakcie zbiórki było pewne, że konieczna będzie operacja wciąż pogłębiającej się skoliozy. Jak się okazało, prawe płuco Kuby przestało pracować, a w związku z tym, każda kolejna, a zarazem nieuchronna infekcja górnych dróg oddechowych mogła zakończyć się śmiercią.

Operacja obciążona niewyobrażalnym ryzykiem odbyła się w olsztyńskim szpitalu. 11 tygodni spędzonych w samotności na łóżku szpitalnym, w tym 9 na oddziale intensywnej terapii w dobie szalejącego wirusa Covid-19. A my mogliśmy tylko czekać i modlić się.

Dzień powrotu Kuby do domu był wielkim świętem. I choć nie było dla nas żadnym zaskoczeniem, że Kuba tęsknił za swoim pokojem, łóżkiem, bliskością domowników, to widać było, że tęsknił również za swoim wirtualnym światem. Zaraz po jego powrocie program PCEye został zainstalowany na nowym gamingowym laptopie. Szczęście tego dziecka wylewało się każdą częścią jego ciała. Generalnie obsługa tego oprogramowania była dla większości z nas „ciemną magią” i sama nie wiedziałabym od czego zacząć. Dodatkową przeszkodą był fakt, że obsługa była w języku angielskim. Dla Kuby nie stanowiło to jednak żadnego problemu. Sam w ciągu kilku dni opanował obsługę urządzenia.

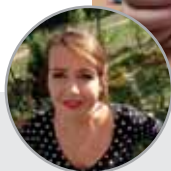


Obecnie, mój młodszy brat nie rozstaje się ze swoimi sprzętami. Sprzętami, które dają mu zapomnienie, zabawę, kontakt ze znajomymi, możliwość serfowania po sieci w poszukiwaniu nowych gier, ale co najważniejsze – umożliwia nam porozumienie się z Kubą, bowiem brat nie mówi.

Jednym słowem, bez trudności korzysta ze zdobycy techniki, a my jego najbliższa rodzina korzystamy z szansy, którą Kuba otrzymał dzięki sprzętowi. Możemy z nim rozmawiać, co jest najpiękniejszym prezentem jaki mogliśmy otrzymać. ■

Pierwsza prezentacja PCEye Plus Kubie





Marta Nowik

MAŁY WIELKI CZŁOWIEK

– z mamą Zbyszka rozmawia Marta Nowik

MARTA NOWIK: Hospicjum? Dlaczego?

AGNIESZKA BEDNAREK: Wszystko zaczęło się niecały rok temu, gdy okazało się, że urodziłam chore dziecko. Mam na imię Agnieszka i jestem mamą Zbyszka. To jego pojawienie się na tym świecie 6 marca 2020 r. wyrzuciło całe moje dotychczasowe życie do góry nogami. Tak, pojawił się dwa tygodnie przed terminem – taki kochany, malutki, bezbronny i niestety jednocześnie (jak się okazało dopiero po porodzie) tak bardzo mocno chory. Lekarz skierował nas pod opiekę hospicjum i tak to się wszystko zaczęło.

MN: Trudne początki?

AB: Diagnoza usłyszana przeze mnie w szpitalu brzmiała początkowo jak wyrok. Nie mogłam w to wszystko uwierzyć. Rozmyślałam, dlaczego spotkało to akurat mnie i moje dziecko. Nie dawało mi to spokoju przez dłuższy czas. Zastanawiałam się nad tym, czy może zrobiłam coś nie tak i teraz muszę ponieść tego konsekwencje. Różne myśli przychodziły mi do głowy. Jednak nie miałam zbyt wiele czasu, aby skupiać się tylko na sobie. Od teraz liczył się już tylko on – Zbyszek, mój syn. Pojawił się w naszej rodzinie, a my przyjęliśmy

go takim, jaki się urodził. Wiedzieliśmy, że jest bardzo chory, ale to nie wykluczyło go z bycia członkiem naszej rodziny. Pokochaliśmy go bezwarunkowo.

MN: Bałaś się?

AB: Początkowo bałam się dotykać swojego własnego dziecka. Przynajmniej tak mi się wtedy wydawało. Dużo zaczęło się zmieniać wraz z przyjazdami do naszego domu pielęgniarek hospicyjnych. To one mnie wszystkiego nauczyły. Tłumaczyły mi cierpliwie wiele razy, jak należy wykonać każdą czynność przy dziecku. Wtedy

zrozumiałam, że dam radę i potrafię zająć się swoim, chorym dzieckiem tak jak należy. Strach i lęk z każdym dniem stawały się coraz bardziej odległe. Dałam radę zmierzyć się z rzeczywistością chorego dziecka w rodzinie. Zdecydowanie pomogło mi w tym wsparcie udzielone nam przez pracowników Białostockiego Hospicjum dla Dzieci. To dzięki nim zobaczyłam, że potrafię poradzić sobie z tą trudną rzeczywistością, która tak niespodziewanie wkroczyła w codzienność mojej rodziny.

MN: Cierpienie syna oczami matki...

AB: Rozszczep podniebienia u Zbyszka niestety uniemożliwił mi karmienie go piersią. Na początku próbowałam, gdy mi go tylko podano, niestety jednak bezskutecznie. Musiał być karmiony przez sondę. Takie maleństwo, a już tyle wycierpiało – ciągle odsysania, klucia tak delikatnego dziecięcego ciała i inne trudności, z którymi musieliśmy się zmierzyć jako rodzice. Wszędzie jakieś rurki. Trzeba było bardzo uważać, biorąc go na ręce, ale z czasem przyzwyczailiśmy się do tego. Teraz oczekujemy na operację korygującą rozszczep podniebienia. Mamy nadzieję, że wszystko będzie dobrze. Zbyszek jest silnym chłopcem. Od początku wykazywał bardzo wielką wolę życia. Ja jako matka widzę to i chcę, aby mu się udało przetrwać to wszystko. Chcę, aby żył i został z nami jak najdłużej to tylko będzie możliwe.

MN: Miłość w czasie epidemii...

AB: Tak. Zbyszek urodził się w trakcie trwania pandemii koronawirusa. Ogłoszono wtedy zakaz odwiedzin w szpitalach. Udawało nam się jedynie wejść na pięć minut w tygodniu, aby chociaż popatrzeć na Zbysia, leżącego wówczas przez ponad miesiąc na intensywnej terapii. O wzięciu go na ręce czy przytuleniu choć na chwilę nie było nawet mowy. Martwiłam się, czy po tak długiej rozłące mój synek będzie mnie rozpoznawał, czy będzie wiedział, że to właśnie ja jestem jego mamą. Wszyscy za nim wtedy tak bardzo tęskniliśmy. Nie wiedziałam, jak się to wszystko skończy i dla nas i dla niego.

MN: Dobro powraca?

AB: Obecnie Zbyszek wymaga od nas całkowitego skupienia na nim całej naszej uwagi. Nasz codzienny rytm dnia jest ściśle podporządkowany jego potrzebom. Staramy się wszyscy, na miarę

”

POCZĄTKOWO BAŁAM SIĘ DOTYKAĆ SWOJEGO WŁASNEGO DZIECKA. PRZYNAJMNIEJ TAK MI SIĘ WTEDY WYDAWAŁO. DUŻO ZACZĘŁO SIĘ ZMIENIAĆ WRAZ Z PRZYJAZDAMI DO NASZEGO DOMU PIELĘGNIAREK HOSPICYJNYCH. TO ONE MNIE WSZYSTKIEGO NAUCZYŁY.

możliwości, żeby synowi niczego nie brakowało. Fundacja „Pomóż Im”, opiekująca się Zbysiem, znalazła sponsorów, dzięki którym mogliśmy wyremontować nasze mieszkanie tak, aby było jak najbardziej dostosowane do potrzeb naszego chorego dziecka. Jesteśmy bardzo wdzięczni za okazaną nam w ten sposób realną pomoc. Dziękujemy wszystkim naszym darczyńcom za ich wrażliwość na potrzeby rodziny z chorym dzieckiem. Żyje nam się teraz zdecydowanie o wiele lepiej. Wierzymy, że okazane bezinteresownie dobro powraca do tych, którzy je czynią.

MN: Hospicjum to też życie?

AB: Zdecydowanie tak. My nie czekamy na śmierć naszego dziecka. Zbyszek żyje i to jest dla nas w tej chwili najważniejsze. Nie tracimy nadziei. Liczymy na to, że będzie już tylko lepiej, chociaż mamy świadomość tego, iż na pewno czekają nas także i te trudne chwile. Wiem, że wymaga to od nas wiele cierpliwości i potrzeba



Zbyszek z Ewelina, rehabilitantką Białostockiego Hospicjum dla Dzieci

jeszcze sporo czasu, aby nasz syn wyszedł na prostą. Wierzymy, że Zbyszkowi się uda. Obecnie i w przyszłości będziemy go w pełni akceptować takim, jakim jest. Chory też zawsze będzie naszym ukochanym dzieckiem. To przecież jest nasz syn. Nie wyobrażamy sobie życia bez niego.

MN: Nadzieja. Podajcie ją dalej...

AB: Naszą siłę do codziennych zmagania bierzemy od Boga i innych ludzi. Mamy świadomość tego, że nie zostaliśmy sami z tak poważnie chorym dzieckiem. Zawsze znajdzie się ktoś, kto pomoże. Wystarczy się tylko na taką pomoc otworzyć i zaufać – w tej całej trudnej sytuacji – Bogu i dobrym ludziom, którzy są blisko nas. Staramy się nie poddawać, gdy jest ciężko, a takie chwile się zdarzają. Każdy dzień niesie ze sobą coś nowego – jakieś światło, wydarzenie, drugą osobę. I nigdy nie wiemy czym dobrym to życie może nas jeszcze zaskoczyć.

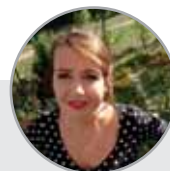
MN: Dziękuję za rozmowę. ■

Rodzinny spacer



NA ZAWSZE W NASZYCH SERCACH

– z mamą śp. Martynki rozmawia Marta Nowik



Marta Nowik

MARTA NOWIK: Przeżyłaś śmierć swego dziecka...

MARTA HRYNIEWSKA: 7 października 2019 r. w życiu mojej rodziny zgasło Światło (tak rodzice nazywali Martynkę – przyp. autora). W wieku niespełna siedmiu lat odeszła od nas nasza ukochana córeczka Martynka. Już kilka dni wcześniej czułam, że coś jest nie tak. Martysia miała duszności, ciężiej oddychała, choć była podłączona do tlenu. Sprawiała wrażenie ospałej, nieobecnej i wyłączonej z życia, a przecież wcześniej była radosna, uśmiechnięta, lubiła po swojemu gaworzyć. Przestała reagować na wykonywane przy niej czynności pielęgnacyjne. I tak właśnie zaczęło się odchodzić naszej córki. Byłam bardzo przestraszona tym, co działo się z Martynką. Czułam bezradność. Nie wiedziałam, co mam robić.

w cierpieniu. Zadzwoiłam i skonsultowałam jej stan z pielęgniarką dyżurną Mirką i dr Solarz (pielęgniarka i lekarka Białostockiego Hospicjum dla Dzieci – przyp. autora). Po podaniu wskazanych leków, Martynka wyciszyła się i zasnęła.

MN: Zbliżało się pożegnanie...

MH: Następnego dnia, po zbadaniu Martynki, lekarka powiedziała nam, że trzeba zacząć przygotowywać się na najgorsze. Siedzieliśmy przy niej, widząc jaka jest krucha i delikatna. Patrzyłam na własne dziecko, które powoli zaczynało od nas odchodzić i zastanawiałam się, jak przez to wszystko przejść, jak pożegnać się ze swoim jedynym dzieckiem. Nie wiedziałam, czy dam radę. Mąż



śp. Martyna

MN: Początek końca?

MH: Pamiętam, że to była niedziela. Pielęgniarka hospicyjna Mirka powiedziała, że na jej oko Martynka powoli odchodzi. Ciągle spała, oczy miała zamknięte, była bez kontaktu. Przestała reagować na dotyk, tak jakby zaczęła już przechodzić na ten drugi świat. Miałam wrażenie, że powoli zostawało tu z nami tylko jej ciało...

MN: Coś szczególnie zapamiętałaś?

MH: W nocy obudził mnie przeraźliwy krzyk Martynki. Wydawało mi się, iż córka prosi mnie o pomoc, jakby chciała, abym ulżyła jej

zwolnić się z pracy, aby być razem z nami. Potrzebowaliśmy siebie nawzajem jak nigdy dotąd. Gdy mąż mówił do Martynki, jej tętno znacznie przyspieszało. Wydawało się, że śpi, ale jednocześnie doskonale słyszy i rozumie słowa taty, który przemawiał do niej tak czule i delikatnie. To było tak poruszające i niebywałe... Rozkleiłam się wtedy totalnie.

MN: Odeszła po cichu w ramionach swojej mamy...

MH: Martynka zaczęła sinieć i brzęknąć. Wyraz jej twarzy bardzo się zmienił. Wzięłam ją na ręce. Martysia zawsze bardzo to lubi-

ła. Uspokoiła się. Trzymałam ją ostatni raz żywą w swoich ramionach. Widzieliśmy na monitorze, że wszystkie parametry określające funkcje życiowe zaczęły spadać. Obecna przy nas pielęgniarka uprzedziła nas i odłączyła aparaturę, aby oszczędzić nam odgłosu przeraźliwego dźwięku oznaczającego koniec. Byliśmy jej za to bardzo wdzięczni. Nie chciała, aby śniło się nam to później po nocach. Pielęgniarka Mirka zaproponowała, abyśmy opowiedzieli najpiękniejsze wspomnienia związane z naszą małą księżniczką. Trzymałam córkę, głaskałam ją po główce, dawałam delikatne całusy w jej maleńkie czółko. Miałam wrażenie, że Martyna poczuła ulgę i była gotowa, aby od nas odejść. Rozmawialiśmy z mężem o pięknych chwilach spędzonych razem – o wyjazdach nad morze, świętach, urodzinach, spacerach. W międzyczasie Martynka wzięła ostatni oddech i od nas odeszła. Ostatnią godzinę swojego życia Martynka spędziła w moich ramionach. Odeszła przy nas – kochających ją rodzicach i we własnym domu. Nigdy nie da się do końca przygotować na śmierć swojego dziecka. I mimo, że wiedzieliśmy, co ma nastąpić, nie czuliśmy się na to gotowi.

MN: Co było najtrudniejsze?

MH: Przerazające było poczucie pustki i cizny po powrocie z pogrzebu do domu. Tak bardzo brakowało w nim naszej ukochanej córeczki. Każdy kąt w domu przypominał o Martynce. Dwa miesiące po pogrzebie poszłam do pracy. Potrzebowałam czasu, aby dojść do siebie i ogarnąć się po tych wszystkich trudnych przeżyciach. Mam wrażenie, że to właśnie dzięki Martynce zaczęłam pracować jako rejestratorka medyczna w przychodni prowadzonej przez Fundację „Pomóż Im”. Czuję się przez to jeszcze bliżej mojej kruszynki. Cieszę się, że przez moją pracę mogę pomagać innym.

MN: Martynka... na zawsze w sercu?

MH: Niespełna siedem lat wyjątkowych wspomnień – to nasza cenna pamiątka. Przez cały ten czas byłam przy niej – 24 godziny na dobę, nie pracowałam. Zajmowałam się nią tak, jak potrafiłam najlepiej. Mąż pracował, aby nas wszystkich utrzymać. Gdy ktoś patrzył na Martynkę, nigdy by nie powiedział, że ma przed sobą chore dziecko. Po naszej niuni nie było widać



Mała śp. Martyna

bólu ani cierpienia. Zawsze była pogodna, uśmiechnięta i niesamowicie śliczna. I taką ją właśnie zapamiętamy. Zostały nam wspólne fotografie, które przypominają spędzone razem chwile. Patrzę na nie z wielkim sentymentem i tęsknotą za tym, co już przeminęło. Udokumentowaliśmy w ten sposób każdy okres życia naszej córeczki. Często uśmiecham się do Martynki. Zapisany w moim sercu jej obraz



MUSIAŁAM POŚWIĘCIĆ KAŻDY DZIEŃ NA OPIEKĘ NAD CHORYM DZIECKIEM. GDY BYŁO MI Z TYM WSZYSTKIM CIĘŻKO, UŚMIECH MARTYNY REKOMPENSOWAŁ MOJE WYRZECZENIA I TRUDY.

pozostanie ze mną na zawsze. Mamy też kocyk w renifery, który Martynka dostała od Mikołaja pierwszego dnia, gdy trafiliśmy pod opiekę Białostockiego Hospicjum dla Dzieci. Do dziś pamiętam jak odwiedził nas Mikołaj i Śnieżynki z Fundacji „Pomóż Im”. Było wtedy bardzo wesoło. Pod opieką Białostockiego Hospicjum dla Dzieci byliśmy niespełna rok. Żałuję, że nie trafiliśmy pod skrzydła hospicjum wcześniej, bo dzięki takiej pomocy opieka nad naszym dzieckiem była zdecydowanie lżejsza.

MN: Czego się nauczyłaś od swojej córki?

MH: Przez siedem wspólnych lat moja córka nauczyła mnie cierpliwości i pokory. Musiałam poświęcić każdy dzień na opiekę nad chorym dzieckiem. Gdy było mi z tym wszystkim ciężko, uśmiech Martynki rekompensował moje wyrzeczenia i trudy. Dzięki niej zmieniłam się na lepsze. Martynka bardzo mnie wyciszyła. Teraz inaczej patrzę na otaczający mnie świat i ludzi. Stałam się bardziej wrażliwa na krzywdę innych. Zaczęłam doceniać to, co mam i nauczyłam cieszyć się każdą chwilą mojego życia.

MN: Plany na przyszłość?

MH: Chcemy kupić mieszkanie i mieć kolejne dzieci. Mam nadzieję, że nasz aniołek nam w tym pomoże. Każdego dnia czuję jej obecność, jakby była tuż obok mnie. Wiem, że mi pomaga. Często ją proszę, aby czuwała nade mną. Można powiedzieć, że jest moim aniołem stróżem.

MN: Co byś chciała jeszcze powiedzieć Martynie?

MH: Martynko bardzo mi Ciebie brakuje. Brakuje mi Twojej obecności każdego dnia, Twojego gaworzenia i przecudownego uśmiechu. Bardzo mocno tęsknię za Tobą. Bardzo Cię kocham.

MN: Dziękuję za rozmowę. ■

8 FUNDACJA
Pomóż Im
i Hospicjum dla Dzieci
KRS 0000 288 520

UŚMIECH DZIECKA SPRAWIA, ŻE ŚMIEJE SIĘ CAŁY ŚWIAT

Z czym kojarzy się Wam szpital dziecięcy? A może dokładniej jakie uczucia pojawiają się w Waszych głowach i sercach, gdy widzicie zdjęcia dzieci przebywających na oddziale onkologicznym? Z pewnością u większości z Was taki obrazek wywołuje smutek.



Krystyna Skrzycka
Wiceprezes Fundacji
„Pomóż Im”

Nikt z nas bowiem nie lubi chorować, a jeszcze bardziej nie lubimy gdy choroba dotyka dzieci. Choroba nowotworowa to wyjątkowo twardy przeciwnik, gdy zaś dotyczy dziecka stanowi bardzo trudne doświadczenie nie tylko dla niego samego, lecz także dla pozostałych członków rodziny. Pobyt na oddziale onkologii dziecięcej to jest niełatwy czas, to czas walki, często przesiąknięty bólem i morzem łez.

Pacjenci Kliniki Pediatrii Onkologii i Hematologii z UDSK w Białymstoku są nam szczególnie bliscy, dlatego jako Fundacja, staramy się ze wszystkich sił

aby ten czas spędzony w szpitalu nie kojarzył się im tylko z uciążliwą terapią i smutkiem. Podejmujemy różne działania, aby do „tej szpitalnej” rzeczywistości wprowadzić elementy radości, beztrudnej zabawy i przynajmniej chwilowego wytchnienia. Kierując się dewizą, iż śmiech jest bardzo skutecznym lekarstwem postanowiliśmy stworzyć wyjątkowe miejsce, którego zadaniem jest aktywne wsparcie dzieci w leczeniu przeciwnowotworowym. Oaza Radości, bo tak nazwa-
liśmy plac zabaw stworzony dla małych wojowników z Kliniki, ma być właśnie miejscem radosnych zabaw,

gdzie choć na chwilę będzie można zapomnieć o chorobie. Wymarzyliśmy sobie, aby stworzyć piękne, kolorowe i co najważniejsze bezpieczne miejsce, gdzie dzieci będą mogły zażywać ruchu na świeżym powietrzu, a rodzice chwycą chwilę odpoczynku od szpitalnych ścian. Marzenia dzieci i ich rodziców na papier przeniesli pracownicy Biura Projektowego Cad Plan, którzy nieodpłatnie wykonali projekt Oazy Radości.

Oczywiście nic nie zastąpi profesjonalizmu i zaangażowania całego zespołu medycznego Kliniki w trudach pokonywania choroby nowotworowej, ale – jak podkreślają również lekarze, Oaza Radości będzie dodatkowo ważnym elementem leczenia i rehabilitacji. Wiadomym jest nie od dziś, że aktywność na świeżym powietrzu wzmacnia i buduje odporność. Uśmiech i chwila bezstroskiej zabawy dotlenia mózg, dodaje energii, relaksuje i poprawia samopoczucie. Czy może być coś piękniejszego niż uśmiech na twarzach dzieci, a co za tym idzie spokój w sercu rodzica? My jesteśmy przekonani, iż nie ma nic wspanialszego. Formalności i zbieranie środków potrzebnych na stworzenie Oazy zajęło nam ponad trzy lata. Cała inwestycja kosztowała dokładnie 366 241,27 zł. To było ogromne wyzwanie.

Nie dokonalibyśmy tego sami. Najwięcej środków wpłynęło od niezliczonych Darczyńców indywidualnych, którzy zaangażowali się w zbiórki na rzecz placu zabaw.

Bardzo mocno finansowo pomogły nam również organizacje:

- Fundacja Drzewo i Jutro,
- Fundacja DKMS,
- Fundacja Urtica Dzieciom,
- Fundacja Dzieci Dzieciom „Słoneczko”.

To dla nas bardzo budujące, że mnóstwo osób, organizacji zauważyło i zrozumiało potrzebę budowy Oazy Radości i wsparło jej powstanie.

Uśmiechów małych Pacjentów Kliniki nie da się wycenić i dla wszystkich, którzy przyczynili się do powstania Oazy Radości uśmiechy te będą z pewnością najwspanialszym dowodem wdzięczności. Dodatkowo śmiech dziecka potrafi rozjaśnić nawet najbardziej pochmurny dzień. Ufamy więc, że Oaza Radości będzie miejscem pełnym słońca i dziecięcej radości. ■



Tablica upamiętniająca Darczyńców Oazy Radości



Świętowanie otwarcia Oazy Radości z udziałem gości specjalnych



Uroczyste odsłonięcie laweczki Taniej Książki



Testowanie karuzeli przez Anastazję, byłą pacjentkę Kliniki Pediatrii Onkologii i Hematologii UDSK w Białymstoku

WSZYSTKO CO DOBRE = 1%

Organizacje pożytku publicznego przywiązują bardzo dużą wagę do przychodów z 1% podatku. To istotna szansa na środki na działalność – otrzymywane rzadko, ale regularnie, bo raz do roku.



Miłosz Karbowski
Media Manager
Fundacji „Pomóż Im”

W Fundacji „Pomóż Im” sytuacja wygląda jednoznacznie. Ta część przychodów jest fundamentem funkcjonowania naszej organizacji.

W 2018 roku podatnicy przekazali na rzecz naszych podopiecznych 1 515 090 złotych. W 2019 (a więc podczas ostatniego rozliczenia) – 1% od zeznań prawie 27 200 osób wyniósł 1 586 567 zł. Za to zaufanie z całego serca dziękujemy w imieniu naszych podopiecznych. Oni i tylko oni od zawsze są dla nas odpowiedzią na pytanie dlaczego warto robić to, co robimy.

TO CO BEZCENNE KOSZTUJE NAJWIĘCEJ

Pod kompleksową opieką prowadzonego przez naszą fundację Białostockiego Hospicjum dla Dzieci w chwili pisania tekstu jest 35 rodzin. Wiele lat praktyki i doświadczeń sprawia, że wiemy czego potrzebują w sytuacji, którą narzucił im los. Fundacja stale wspiera też dzielnych pacjentów i fantastyczny personel z Kliniki Pediatrii Onkologii i Hematologii Uniwersyteckiego Dziecięcego Szpitala Klinicznego w Białymstoku. Wspólnie tworzymy miejsce, w którym walka z okropną chorobą staje się łatwiejsza i zwycięska. Podejmujemy również wiele działań edukacyjnych i aktywizujących społeczeństwo, bo świadomość istnienia słabszych i zauważania ich jest tak ważna, jak przekazywane na pomaganie im zlotówki.

Pieniądze są niezbędnym środkiem, źródłem zasilającym rzekę profesjonalizmu i dobra płynącej ze strony naszego zespołu medycznego, psychologów i opiekunów rodzin. Na co więc wydajemy przychody z tytułu 1%? Rok do roku proporcje tych wydatków są podobne.

Około 1 miliona złotych rocznie przeznaczamy na szeroko pojętą opiekę lekarską i pielęgniarską. Narodowy Fundusz Zdrowia opłaca podstawowe działania, natomiast okrągły milion dokładamy właśnie z 1%. Opieka nad nieuleczalnie chorymi dziećmi wymaga wizyt częstszych niż zakłada kontrakt z NFZ. Dyżurujemy 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu, zdarzają się nocne odwiedziny. Dojazdy do domów pacjentów oznaczają setki kilometrów pokonywanych przez zespół medyczny każdego dnia. Pacjentom zapewniamy także badania diagnostyczne, specjalistyczne konsultacje i transport sanitarny. To wszystko podstawa, bez nich nasze działania miałyby znikome znaczenie. Milion to bardzo duża suma. Oznacza, że miesięcznie, aby hospicjum funkcjonowało we właściwym standardzie, musimy dysponować kwotą 80 tysięcy złotych. Jakości życia naszych podopiecznych

nigdy jednak nie przeliczaliśmy na pieniądze. Chcemy po prostu zagwarantować ją jak najlepszą. Powyższa kwota oznacza w praktyce wydanie około 2/3 środków z 1%. Kolejnych 200 tysięcy złotych przeznaczamy rocznie na sprzęty i zaopatrzenie medyczne. Czasem udaje nam się kupić nawet drogie rzeczy dzięki spontanicznym zbiórkom. Jednak niezliczona ilość leków, specjalistycznych środków pielęgnacyjnych, rurek tracheostomijnych czy gastrostomii to wydatek stały i niezbędny.

Bardzo poważną częścią fundacyjnego budżetu są wydatki na rehabilitację. To dlatego, że nie jest refundowana, i dlatego, że jest absolutnie niezbędna naszym podopiecznym. Jeśli ktoś śledzi nasze działania, zapewne zauważył, że rehabilitacja to najczęstszy cel zbiórek i akcji. Jej brak skazuje dzieci na przykurcze mięśniowe, odleżyny, pogłębiające się deformacje kręgosłupa, przemieszczenie narządów wewnętrznych i problemy z oddychaniem. W 2019 roku przeprowadziliśmy 2 305 godzin rehabilitacji. Jej koszt rocznie przekracza 300 tysięcy złotych, ale z 1% pokrywamy tylko jego część, około 100 tysięcy złotych. Resztę pozyskujemy od darczyńców indywidualnych i firm.



PIENIĄDZE SĄ NIEZBĘDNYM ŚRODKIEM, ŹRÓDŁEM ZASILAJĄCYM RZEKĘ PROFESJONALIZMU I DOBRĄ PŁYNĄCĄ ZE STRONY NASZEGO ZESPOŁU MEDYCZNEGO, PSYCHOLOGÓW I OPIEKUNÓW RODZIN.

WIĘCEJ MAGII, MNIEJ BIEDY

Pozostałą część z 1% przeznaczamy na grupy wsparcia oraz pomoc socjalną. Grupami nazywamy spotkania, wspólne wyjazdy i wyjścia członków rodzin. To magiczne tygodnie, dni, godziny, w których mogą zapomnieć o trudnej codzienności. Szczególnie staramy się, by taką szansę miało rodzeństwo zabierając je dwukrotnie w roku w góry, ale rodzice również bardzo tego potrzebują. W dobie epidemii wszyscy zaczęliśmy rozumieć co to oznacza, gdy wyjście do teatru, restauracji staje

się rzadkim świętem. My takie święta organizujemy od lat.

Roczne wydatki na grupy wsparcia wynoszą około 200 tysięcy złotych. W części pokrywamy je z przychodów z 1%, podobnie jak pomoc socjalną, na którą w 2019 roku z tego źródła przeznaczaliśmy 135 tysięcy złotych. Rodziny będące pod opieką Białostockiego Hospicjum dla Dzieci są w różnej sytuacji materialnej, często trudnej. Remontujemy pokoje, dokonujemy istotnych zakupów, jak choćby opału na zimę. Los wystarczająco te rodziny doświadczyl. Staramy się więc, by do ich domów po prostu nie zaglądała bieda.

To swoiste równanie. 1% podatku tych, którzy umieścili nasz numer KRS w odpowiedniej rubryce zeznania = stabilna, bezpieczna opie-



W SZYBKO DO DORĘ

KRS 0000 288 520

ka nad nieuleczalnie i przewlekle chorymi dziećmi oraz ich rodzinami. To wsparcie pozwala na bezpieczeństwo, a my nieprzerwanie staramy się uzupełniać je o dodatkowe fundusze. Zawieramy korzystne umowy, negocjujemy ceny, w fundacji jest utrzymywana dyscyplina wynagrodzeń. Wiele spraw i rzeczy załatwiamy nieodpłatnie, dzięki pracy zespołu oraz dobrym ludziom z zewnątrz. Tak powstaje wspólne dzieło czynienia tej części świata lepszą.

Przed nami 2021 rok, w którym także OPP odczują recesję w gospodarce. Wiele wskazuje na to, że Polacy zarobili mniej, a więc płacili mniejsze podatki i środki z 1% będą niższe.

Mimo to, wierzymy, że pozyskana w ten sposób kwota nadal pozwoli na zachowanie stałości kompleksowej opieki nad naszymi podopiecznymi oraz na normalność, na jaką zasługują ich rodziny. ■

NASZ 2020 ROK



Monika Drożdżał
Specjalista ds. marketingu
Fundacji „Pomóż Im”



01

STYCZEŃ

Zabawa choinkowa w WOAK

Podczas tegorocznej zabawy choinkowej w **Wojewódzkim Ośrodku Animacji i Kultury w Białymstoku** spotkali się byli i obecni podopieczni Białostockiego Hospicjum dla Dzieci, ich rodzęństwo, dzieci po przebytej chorobie onkologicznej, a także rodzice i przyjaciele Fundacji „Pomóż Im”. **Ponad 100 dzieci wraz z rodzicami** przeniosło się do czasów epki jaskiniowej. Było więc przetaczanie ogromnego głazu, szalone, plemienne tańce czy też przeganianie tygrysa okrzykiem „uga buga!”

Ferie zimowe w górach

Rodzeństwo podopiecznych Białostockiego Hospicjum dla Dzieci oraz grupa dzieci, które pokonały chorobę nowotworową, w towarzystwie opiekunów, spędziło tegoroczne **ferie zimowe w Porębie Wielkiej**. W corocznym turnusie rehabilitacyjno-wypoczynkowym uczestniczyło 24 dzieci. Był to czas integracji, budowania własnej wartości i zdobywania nowych umiejętności.



LUTY

Dzień Dziecka z Chorobą Nowotworową

Jak co roku świętowaliśmy z małymi pacjentami Kliniki Pediatrii Onkologii i Hematologii Uniwersyteckiego Dziecięcego Szpitala Klinicznego w Białymstoku Dzień Dziecka z Chorobą Nowotworową. Wspólnie wypuściliśmy w niebo 300 ekologicznych balonów z życzeniami zdrowia i marzeniami dzieci.

02



2020

www.pomozim.org.pl

MARZEC

Premiera teledysku fundacyjnej piosenki

Białostocki zespół **Mniej Więcej** stworzył utwór dedykowany podopiecznym Białostockiego Hospicjum dla Dzieci. "Za samą myśl" to ballada nawiązująca do troski, radości i nadziei, które to cechy wpisują się w codzienną działalność hospicjum. Do piosenki powstał teledysk – w projekt charytatywnie zaangażowali się: **Marek Kubik i Wem Studio, Polskie Radio Białystok, Teatr Dramatyczny w Białymstoku, Jakub Sadowski i Flash Paradise**. Bohaterką teledysku jest Marysia, była podopieczna Fundacji „Pomóż Im” wraz z rodzicami.

Dzień Kobiet 2020

Dzień Kobiet 2020 świętowaliśmy w gronie najbliższych. Małym i dużym kobietom z rodzin będących pod opieką Białostockiego Hospicjum dla Dzieci wręczyliśmy **piękne kwiaty wraz z upominkami** ufundowanymi przez **Księgarnię internetową Tania Książka**. Jednak główną atrakcją tego dnia był udział par w **spektaklu w Teatrze Dramatycznym w Białymstoku** na przeżabawnej sztuce „Kogut w rosole”, która wszystkim dostarczyła niezapomnianych wrażeń.

03



KWIECIEŃ

Spot z udziałem Gwiazd

Spot jest efektem wspólnej podróży utalentowanego filmowca **Krzysztofa Kiziewicza** i znanej fotografki celebrytów **Marty Wojtal** po różnych zakątkach województwa podlaskiego, gdzie mieszkają podopieczni Fundacji. Został zrealizowany na potrzeby kampanii 1% 2020. W projekt charytatywnie zaangażowało się wielu celebrytów m.in.: **Małgorzata Rozenek, Oliwier Janiak, Anna Skura czy Paweł Małaczyński**.

04





05

MAJ

Dzień najwspanialszych kobiet

Jak co roku, nie zapomnieliśmy o mamach naszych podopiecznych z Białostockiego Hospicjum dla Dzieci. Z okazji Dnia Mamy wręczyliśmy im kubki z napisem „Najwspanialsza Mama na świecie”, kosmetyki, naturalny olej do celów spożywczych lub kosmetycznych, a także słodkie co nieco do kawy. Prezenty ufundowali: Mydlarnia 4 Szpaki, Olejowy Raj i Nadzwyczajnie.pl. Natomiast dzielnym mamom przebywającym wraz z dziećmi w Klinice Pediatrii Onkologii i Hematologii Uniwersyteckiego Dziecięcego Szpitala w Białymstoku zapewniliśmy atrakcję muzyczną – na żywo mini koncert na saksofonie wykonał pod budynkiem szpitala wolontariusz Łukasz Zajcew. Saksofonistę wsparł technicznie 18 Pułk Rozpoznawczy w Białymstoku. Z uwagi na trwającą w tym czasie pandemię koronawirusa i związany z nią reżim sanitarny spotkanie z mamami małych pacjentów onkologii nie było możliwe.



Wirtualny Elecrum Ekiden

Blisko 1000 biegaczy podjęło wyzwanie rzucone przez Fundację Białostok Biega i wzięło udział w 6 edycji Sztafety Maratońskiej Elecrum Ekiden Virtual. Po raz pierwszy (z powodu obostrzeń sanitarnych związanych z pandemią koronawirusa) bieg zorganizowano w wersji online. Każdy uczestnik pokonywał swój dystans w wybranym przez siebie miejscu i czasie. Miłośnicy biegania z Polski, ale również z Norwegii, Danii, Francji czy Niemiec wystartowali w sztafecie nie tylko po to, by **poczuć ducha rywalizacji, ale też pomóc podopiecznym naszej Fundacji**. W tym roku biegacze wsparli podopiecznych Białostockiego Hospicjum dla Dzieci kwotą 12 000 zł. Biegaczom i organizatorom dziękujemy i liczymy na kolejne edycje sztafety.

06



Premiera telewizyjna „Całkiem blisko, tuż obok”

Po raz drugi pracownicy medyczni Fundacji „Pomóż Im” stali się bohaterami filmu dokumentalnego zrealizowanego przez uznaną białostocką dokumentalistkę Beatę Hyży-Czołpińską. „Całkiem blisko, tuż obok” to film, którym w bardzo emocjonujący sposób ukazuje pracę lekarzy i pielęgniarek Białostockiego Hospicjum dla Dzieci.

Licytacja z Polskim Radiem Białostok

To już niepisana tradycja, że **ceramiczne żonkile** – symbol kampanii Pola Nadziei, realizowanej w województwie podlaskim przez naszą Fundację, są licytowane na antenie Polskiego Radia Białostok. W tym roku piękne kwiaty, ręcznie wykonane przez wolontariuszy i pracowników Bursy Szkolnej nr 3 w Łomży, trafiły w ręce Pana Andrzeja. Po raz kolejny zresztą – Pan Andrzej jest osobą mocno zaangażowaną społecznie i nie po raz pierwszy wylicytował ceramiczne żonkile w ramach kampanii Pola Nadziei. Dziękujemy!



CZERWIEC

Najważniejszy dzień w roku – 1 czerwca

Wiele osób i firm zaangażowało się w ufundowanie naszym podopiecznym prezentów z okazji Dnia Dziecka. **Spełniliśmy marzenia 64 dzieci – tych nieuleczalnie chorych z hospicjum, ale też ich rodzeństwa**. Wśród prezentów znalazły się nie tylko zabawki, ale także wiele bardzo przydatnych rzeczy np. dziecięca pościel, buty, bujaczki, ciepłe, duże koce, ręczniki i środki higieniczne.



06





LIPIEC

Wakacyjna grupa wsparcia

Rodzzeństwo podopiecznych Białostockiego Hospicjum dla Dzieci aktywnie spędziło tydzień w ramach wakacyjnej grupy wsparcia. Asystentki rodziny Fundacji „Pomóż Im” zorganizowały dzieciom mnóstwo atrakcji np. jazdę konną, zwiedzanie papugarni, wizytę w Jumper Parku czy kinie. Był to czas nie tylko intensywnej zabawy, ale również integracji i edukacji. Przekąski dzieciom zapewniła niezawodna podlaska sieć Chorten.



Rehabilitujemy bezpłatnie dzieci

Ruch kluczem do aktywności i rozwoju – II edycja – pod takim hasłem Fundacja zrealizowała **projekt bezpłatnej rehabilitacji dla dzieci niepełnosprawnych** zamieszkałych na terenie miasta Białostok.

Z bezpłatnych zabiegów rehabilitacyjnych w specjalistycznym Ośrodku im. Sue Ryder Familijnego Centrum Medycznego, prowadzonego przez Fundację „Pomóż Im” skorzystało 24 dzieci. Zadanie zostało sfinansowane ze środków Państwowego Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.





08

SIERPIEŃ

Zdobycie Tykocina

Rodziny Białostockiego Hospicjum dla Dzieci wraz z zespołem Fundacji „Pomóż Im”, wolontariuszami oraz delegacją z Taniej Książki (wieloletniego Darczyńcy Fundacji) spędziły **kilka godzin weekendu w miasteczku zwanym „Perłą Podlasia”**. Spotkanie miało charakter integracyjny i wypoczynkowy. Zwiedziliśmy zabytkową synagogę, przespacerowaliśmy się klimatycznymi uliczkami Tykocina, odbyliśmy rejs tramwajem wodnym po Narwi, a dzieci wysłuchały bajek czytanych przez aktorkę Białostockiego Teatru Dramatycznego Dorotę Białkowską-Krukowską.

10



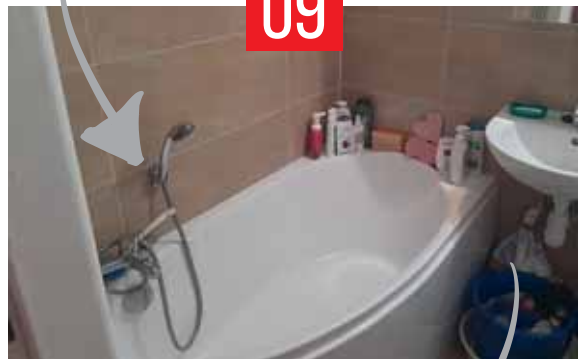
www.pomozim.org.pl

WRZESIEŃ

Bajkowy pokój Zbyszka

„Bajkowe pokoje” to jedna z akcji Fundacji „Pomóż Im”, w ramach której **mieszkanie podopiecznego Fundacji Zbyszka zostało dostosowane do potrzeb ciężko chorego dziecka**. Pomalowanie ścian, ułożenie paneli, remont łazienki i wiele, wiele innych to prace, które zostały wykonane, aby opieka nad ciężko chorym Zbyskiem była możliwa w ciepłym, domowym zaciszu. Dzięki wsparciu wielu Darczyńców jeden mały świat bardzo potrzebującej rodziny stał się dużo lepszy. Dziękujemy architektom: Marcie Kruk i Katarzynie Bednarko, wykonawcom: Piotrowi Pikusowi i Jankowi Ciszyskiemu z synem, dostawcom materiałów: Jarosławowi Skobodzińskiemu z firmy BLU i Markowi Kasjan z firmy Akcess, a także: Panel Styl, Unicell Poland Sp. z o.o. oraz DDD Białystok P.H.U Jan Chojnowski oraz Darczyńcom indywidualnym: Małgorzacie Ostrowskiej, Wojciechowi Wilczewskiemu, Sylwestrowi Sikorskiemu, Karolowi Trzasce oraz Piotrowi Kulikowskiemu.

09



PAŹDZIERNIK

Oficjalne otwarcie Oazy Radości

2 października, w Światowy Dzień Uśmiechu oficjalnie otworzyliśmy „Oazę Radości”, **plac zabaw przy Klinice Pediatrii Onkologii i Hematologii Uniwersyteckiego Dziecięcego Szpitala Klinicznego w Białymstoku**. Nowo powstały plac zabaw to szansa na lepszą jakość pobytu w szpitalu dzieci, które na co dzień są zamknięte w murach szpitalnego oddziału, a także namiastka dzieciństwa, które choroba nowotworowa im odebrała.

Plac zabaw powstał przy wsparciu Darczyńców indywidualnych, firm i organizacji takich jak: Fundacja Drzewo i Jutro, Fundacja DKMS, Fundacja Urtica Dzieciom, Fundacja Dzieci Dzieciom „Słoneczko”.





Inauguracja kampanii Pola Nadziei 2020/21

Pola Nadziei to największa kampania realizowana przez Fundację „Pomóż Im”. Jej celem jest **promocja wolontariatu i zwrócenie uwagi na nieuleczalnie chore osoby**, znajdujące się pod opieką hospicjów. Spotkanie inauguracyjne XI edycji ze względów epidemiologicznych, odbyło się w ograniczonym składzie w Młodzieżowym Domu Kultury w Białymstoku. Wyróżniliśmy najbardziej zaangażowane placówki oświatowe w poprzednią edycję kampanii – **wręciliśmy im tytuły Siewców Nadziei i Ordery Nadziei**. Zasadziliśmy cebulki żonkili – kwiatów symbolizujących nadzieję i będących symbolem kampanii. W jej ramach przez całą zimę i wiosnę będziemy aktywizować lokalną społeczność do pomagania i angażowania się w wolontariat.



Licytacja roweru Mad Bicycle alu-frost

Prototyp roweru miejskiego Mad Bicycle alu-frost to efekt dobrowolnej współpracy **Adama Zdanowicza**, znanego na całym świecie twórcy zindywidualizowanych rowerów i podlaskiej firmy alu-frost. Każdy egzemplarz roweru wypuszczony na światło dzienne przez Adama jest niepowtarzalny. Inspiracją tego modelu była gitara Eddiego Van Halena i motyw wzorniczy wykorzystany w konstrukcji stadionu sportowego w Pekinie. Jednoślądzki trafił na charytatywną aukcję na Allegro, a uzyskane z niej środki zostaną przeznaczone na rehabilitację podopiecznych Białostockiego Hospicjum dla Dzieci.



11

LISTOPAD

Miesiąc Dobroczynności

Miesiąc Dobroczynności to autorska kampania Fundacji „Pomóż Im” w ramach której co roku organizowaliśmy koncert i bal charytatywny oraz liczne zbiórki do puszek ustawionych w restauracjach, siłowniach, sklepach i wielu innych punktach Białego-stoku. W tym roku ze względu na epidemię Miesiąc Dobroczynności wyglądał inaczej. Zorganizowaliśmy aukcje internetowe wyjątkowych przedmiotów i usług, charytatywne live'y, licytacje obrazów, a także akcje specjalne z firmami. Zbiórki przenieśliśmy do internetu. Wszystkim Partnerom tegorocznego Miesiąca Dobroczynności dziękujemy za wsparcie i zaangażowanie.

GRUDZIEŃ

Nie tylko Święty daje prezenty

Jak co roku, do domów podopiecznych Białostockiego Hospicjum dla Dzieci i ich rodzeństwa trafiły wymarzone gwiazdkowe prezenty. Darczyńcy ufundowali ponad 70 prezentów, spełniając marzenia wypisane w listach do św. Mikołaja. W listach znalazły się prośby nie tylko o zabawki, ale również i rzeczy praktyczne tj. kocyki, ubranka czy pościel. Dziękujemy wszystkim, którzy zaangażowali w kupno gwiazdkowych prezentów i spełnienie dziecięcych życzeń. Witamy Was w mikołajowej drużynie Fundacji „Pomóż Im”.



12



Barbara Kochman
Psycholog Fundacji
„Pomóż Im”

JAK POMAGAĆ INNYM...

Pomaganie i potrzeba bycia pomocnym jest istotnym elementem życia każdego z nas. Bez względu na to, czym się zajmujemy, jaki wykonujemy zawód, jakie mamy pasje i co robimy na co dzień. Często nawet nie zdajemy sobie sprawy z tego, że komuś pomogliśmy.



Wolontariusze Fundacji „Pomóż Im”

Pomagać możemy na wiele różnych sposobów. Służmy radą czy dzielimy się swoją wiedzą i kompetencjami, na przykład w środowisku zawodowym. Czasami pomocą może być po prostu rozmowa z drugą osobą. Czasami wystarczy nawet sama obecność i pobycie z kimś w milczeniu. Pomaganie innym jest bardzo szlachetne, często mówi się, że ludzie wspierający mają wielki dar. Często jednak pomaganie i wspieranie innych łączy się silnymi emocjami i przeżyciami, np. związanymi z oczekiwaniami innych

ludzi. Może okazać się niełatwym doświadczeniem, bowiem trudne historie pozostają na długo w naszej pamięci. Ciężko nam dystansować się od krzywd ludzkich i od cierpienia. Każdy kto pracuje z emocjami, doświadczeniami i przeżyciami ludzkimi potrzebuje czegoś w rodzaju „pancerza ochronnego”. Czym on jest? To zespół narzędzi, sposobów czy po prostu stylu życia osoby pomagającej. Warto mieć świadomość, że pomagając innym możemy sami się „wypalić” i wiedzieć, jak temu można zapobiegać.

OTO KILKA ELEMENTARNYCH WSKAZÓWEK JAK ZADBAĆ O SIEBIE, WIERZĄC, ŻE WTEDY LEPIEJ ZADBAMY O INNYCH.

01

PYTAJMY, W JAKI SPOSÓB MOŻESZ POMÓC.

Często wydaje nam się, że dopytywanie jest niewłaściwe i, że sami powinniśmy się domyśleć, czego ta druga osoba potrzebuje. Jednak szczerą rozmową daje szansę by uniknąć domysłów, niekomfortowych sytuacji, spojrzeń. Co więcej możemy uzyskać odpowiedź jakiej pomocy w tej konkretnej chwili ktoś potrzebuje. Niektórzy w trudnych momentach potrzebują przede wszystkim wsparcia i towarzyszenia im, możliwości wygadania. Innym ulży my pomagając w codziennych obowiązkach. Są też tacy, którzy potrzebują więcej czasu i pytania w stylu „Coś się stało?” mogą wyrządzić więcej szkody niż pożytku. Dlatego warto doprecyzować, jakiego typu pomocy ktoś oczekuje, potem próbować ją zapewnić – bez uznawania, że wiemy lepiej.

NIE DORADZAJMY.

W kryzysie prawie nikomu nie pomagają tzw. dobre rady. Jest to niezwykle trudne, ponieważ w obliczu jakiegoś problemu najpopularniejszą reakcją wielu z nas jest właśnie generowanie rozwiązań. Jest to naturalny mechanizm, sięgamy do własnych doświadczeń i do tego co nam pomogło. Warto jednak pamiętać, że każdemu pomaga co innego. W trudnych momentach najtrudniejsze, nie jest pytanie: „Co robić?”, tylko częściej: „Jak poradzić sobie z emocjami?”

02

03

NIE ROZWIĄZUJMY ZA KOGOŚ PROBLEMÓW.

Z troski o innych często czujemy pokusę załatwienia różnych rzeczy za nich. Warto upewnić się, czy ktoś tego na pewno potrzebuje. Działania takie często są wyczerpujące dla pomagaczy, a osobom potrzebującym mogą dostarczyć mieszanki trudnych uczuć, tj. zawstydzenie, poczucie niższości, bo z niczym nie potrafią sobie poradzić same.

NASZE POZYTYWNE DOŚWIADCZENIA SĄ WAŻNE.

Może nam się wydawać, że „Ja tylko wspieram” i, że to niewiele, w porównaniu z tym co przechodzi ta druga osoba. Towarzystwo innym w przechodzeniu trudnych momentów jest bardzo wyczerpujące. Wspierając innych, nie zapominajmy o sobie, dbajmy o siebie. Bądźmy świadomi tego, ile energii nas to kosztuje i bez wyrzutów sumienia sprawiajmy sobie chociażby drobne przyjemności. Korzystajmy ze swojej sieci wsparcia i prosimy o pomoc innych.

04

05

BĄDŹMY CZUJNI.

Pamiętajmy, że będąc obok osób cierpiących i w kryzysie my także ponosimy koszty emocjonalne związane ze wspieraniem. Także radzimy sobie z jakąś stratą, możemy odczuwać frustrację, złość, zniecierpliwienie. Często nie pozwalamy sobie na takie uczucia, myśląc, że nie mamy prawa narzekać, ale te emocje i tak są w nas. Należy je dopuścić, ujawnić i zawczasu uświadomić sobie, co w tej sytuacji jest trudnego i jak możemy o siebie zadbać. Nawet w momentach kryzysu bliskiej dla nas osoby nie próbujmy stawać się dla niej psychologiem. Może to doprowadzić do emocjonalnego wyczerpania i wtedy to my będziemy potrzebować pomocy...



Joanna Czupryńska-
-Kwiatkowska
Fundraiser
Fundacji „Pomóż Im”

NIE DOŚĆ, ŻE PAYROLL, TO JESZCZE GIVING!

O co w tym wszystkim chodzi?



Payroll giving – co to jest? Hmmm... nie słyszałem... Coś mi się obojętne, ale konkretnie nie wiem o co chodzi... To reakcje osób, które pytam o to narzędzie. Bo payroll giving jest jednym z narzędzi fundraisingu. Tyle niezrozumiałych, anglojęzycznych nazw. Spróbuję zatem przetłumaczyć to na język polski.

Payroll giving i fundraising coraz częściej pojawiają się w przestrzeni publicznej w kontekście organizacji pozarządowych. Fundraiser to osoba, która pozyskuje środki na realizację misji fundacji czy stowarzyszenia. Ale tak naprawdę fundraising jest budowaniem relacji, które w efekcie przynoszą korzyść finansową, wsparcie rzeczowe lub w postaci zaangażowania się innych na rzecz danej organizacji. Na szczęście fundraiserzy mają do dyspozycji około 30 narzędzi, które wspierają ich działania. Wiele z nich dla osób niezwiązanych ze środowiskiem III sektora jest nieznanymi. Bo o ile każdy z nas raczej słyszał o kweście publicznej, biegu czy koncercie charytatywnym, jak również ostatnio bardzo popularnym crowdfundingu, to niekoniecznie znany jest payroll giving.

Składka pracownicza. Czy to brzmi lepiej?

W Polsce payroll giving nie ma jednej nazwy. Określany jest jako końcówka pensji lub program składek pracowniczych. Moim zdaniem nazwy te są trochę bezduszne, bo tak naprawdę chodzi o darowiznę pracownika na konkretny cel, odprowadzaną regularnie z pomocą pracodawcy. I tutaj wchodzi już na nieco bardziej zaawansowany poziom budowania relacji, bowiem tworzy się ona trójstronnie – jej segmentami są: pracodawca, pracownik i organizacja. Ten pierwszy, znając organizację, jej misję i zaangażowanie społeczne jest „doradcą” pracownika i podpowiada mu, że warto wesprzeć działania konkretnej fundacji czy stowarzyszenia. Ale sytuacja może też być zgoła odwrotna. To z inicjatywy pracownika, bądź grupy osób z danej firmy, przystępuje ona do payroll giving na rzecz organizacji wskazanej przez zatrudnionych. Pracownik składa pisemną deklarację, w której wykazuje kwotę do comiesięcznego potrącenia z wynagrodzenia.

Pomysł na taki sposób wspierania potrzebujących spodobał mi się od razu – mówi Piotr Grycuk, prezes białostockiej firmy Arsenal, która już prawie dwa lata temu wprowadziła payroll giving na rzecz dzieci z białostockiego hospicjum domowego – Fundraiser Fundacji „Pomóż Im” w sposób przejrzysty i zrozumiały przedstawił nam potrzeby podopiecznych i sprecyzował cel, na jaki mają być przeznaczone fundusze ze składek, czyli rehabilitację i środki

higieny – dodaje Prezes. – Zaangażowanie pracowników w taką akcję wydawało mi się czymś bardzo dobrym, takim ludzkim gestem w stronę potrzebujących – kontynuuje Piotr Grycuk. – Tym bardziej, że wewnątrz naszej firmy jest osoba, która bardzo zaangażowała się w ten temat, nasza kadrowa – dodaje Prezes.

Pani Elżbieta Gierasimiuk, bo o niej mowa, nie czuje się dodatkowo obciążona z powodu payroll giving. Pracownikom odliczane są różne składki i powinności, dlatego końcówka pensji na rzecz Fundacji nie jest dla mnie specjalnym utrudnieniem – mówi Pani Ela. – *Mogę powiedzieć, że raz wprowadzona do systemu praktycznie odlicza się sama. Moją rolą jest tylko kontrola i wykonanie przelewu składek na konto fundacji, co zajmuje mi w skali miesiąca ok. 10 minut – kontynuuje. – Obecnie najniższa zadeklarowana składka to 10 zł – dodaje E. Gierasimiuk. Pani Elżbieta to siła napędowa payroll giving w firmie. To dzięki jej zaangażowaniu, końcówki pensji na rzecz dzieci z hospicjum odprowadza 80% pracowników Arsenalu. Pani Ela to osoba o wielkim sercu i wrażliwości.*



**PAYROLL GIVING I FUNDRAISING
CORAZ CZĘŚCIEJ POJAWIAJĄ SIĘ
W PRZESTRZENI PUBLICZNEJ
W KONTEKŚCIE ORGANIZACJI
POZARZĄDOWYCH. KAŻDA FIRMA,
ORGANIZACJA CZY INSTYTUCJA
MOŻE ZORGANIZOWAĆ WŚRÓD
PRACOWNIKÓW PAYROLL GIVING NA
RZECZ WYBRANEJ FUNDACJI CZY
STOWARZYSZENIA,
Z KTÓREGO MISJĄ UTOŻSAMIA SIĘ.**

Payroll giving dla każdego

Każda firma, organizacja czy instytucja może zorganizować wśród pracowników payroll giving na rzecz wybranej fundacji czy stowarzyszenia, z którego misją utożsamia się. Z naszego punktu widzenia – podmiotu III sektora, to bardzo ważne narzędzie, które gwarantuje regularność. Pozwala nam na planowanie wydatków i daje bezpieczeństwo realizacji celów. Z punktu widzenia pracowników – daje możliwość realizacji dobroczynności, która tkwi w każdym z nas. Nie zawsze jednak potrafimy pomagać innym, bo jak pokazują badania, wielu Polaków nie wspiera potrzebujących, nie mając wiedzy komu taką pomoc może zaoferować i w jakiej formie. I tu naprzeciw wychodzi payroll giving. Wystarczy raz złożona deklaracja

u pracodawcy, aby pomoc płynęła stale, w wysokości na jaką nas stać, do organizacji, która realizuje ważną społecznie misję.

Przy okazji tego artykułu serdecznie dziękujemy firmie Arsenal – Panu Prezesowi Piotrowi Grycuk, Pani Elżbiecie Gierasimiuk i wszystkim Pracownikom za zaangażowanie i pomoc ciężko chorym dzieciom. Przede wszystkim dziękujemy za zaufanie, którym nas Państwo obdarzyli. ■



CYKL EDUKACYJNY. PIELĘGNACJA SKÓRY

Skóra to jeden z największych organów ciała człowieka.
To organ czucia, poprzez który odczuwamy dotyk, temperaturę i ból.



mgr Edyta Kapica
Pielęgniarka
w Białostockim
Hospicjum dla Dzieci

W trosce o własne zdrowie i dobre samopoczucie ważne jest utrzymanie skóry w jak najlepszej kondycji. Odpowiednia pielęgnacja jest tak samo ważna u zdrowego człowieka jak i u osób niepełnosprawnych, obłożnie chorych czy seniorów.

Przyczyny pogarszania się stanu skóry u osób niepełnosprawnych:

- zasadnicza choroba, która jest przyczyną niepełnosprawności,
- unieruchomienie i niewłaściwe odżywianie, które wpływają w znacznym stopniu na osłabienie odporności,
- monotonna dieta, uboga w składniki odżywcze i budulcowe,
- przyjmowane leki – mogą powodować m.in.: odwodnienie, alergie, wyjałowienie mikrobiologiczne organizmu oraz zakłócać gospodarkę witaminami i minerałami,
- fizjologiczne starzenie się skóry,
- inne.

Najczęstsze problemy ze skórą u osób obłożnie chorych:

- **przesuszenie skóry** – skóra traci swoją barierę ochronną i jest często narażona na nadmierną utratę wody (sprzyja temu przyjmowanie niedostatecznej ilości płynów), szkodliwe działanie czynników zewnętrznych (suche powietrze w domu, niektóre leki); przesuszenia mogą pojawiać się przede wszystkim na twarzy, grzbietach dłoni, podudziach i przedramionach,
- **odparzenia lub wyprzenia** – problem dermatologiczny powstający w miejscu stykających się ze sobą, pocierających o siebie fałdów skórnych, gdy skóra między nimi jest wilgotna; skóra jest wówczas zaczerwieniona, swędzi lub piecze, czasem nawet boli, często towarzyszy im wysięk płynu surowiczego; odparzenia zwykle pojawiają się pod pachami, u kobiet pod piersiami, w pachwinach, między pośladkami oraz u osób otyłych,
- **odleżyna** – powstaje na skutek długotrwałego ucisku ciała (po tylica, uszy, krzyż, pośladki, barki, łopatki, łokcie, okolica biodra, kostka, pięty – w zależności od ułożenia chorego), który powoduje niedokrwienie komórek, co skutkuje ich obumieraniem, tworząc coraz to głębsze rany.

Znając zagrożenia możemy przygotować się do prawidłowej pielęgnacji, mającej na celu zapobieganie problemom skórny.

Higiena ciała osoby niepełnosprawnej – czynności:

- **toaleta ciała** – do mycia skóry, czy to pod prysznicem czy też w czasie toalety ciała chorego w łóżku, starajmy się używać naturalnych, delikatnych płynów do mycia ciała lub specjalistycznych preparatów higienicznych i pielęgnacyjnych, najlepiej ta-

kich, które nie zawierają sztucznych barwników czy perfum oraz pozbawione są substancji syntetycznych SLS czy SLES, które to substancje mogą wywoływać podrażnienia skóry i błon śluzowych oraz wysuszają skórę,

- **masaż skóry** – w trakcie mycia wykonujemy go delikatnie szorstką rękawicą lub specjalną myjką higieniczną, aby pobudzić krążenie krwi i usunąć zrogowaciały naskórek,
- **osuszanie** – skórę osuszamy bardzo dokładnie, zwłaszcza w miejscach narażonych na odparzenia (pachy, pachwiny, zgięcia łokciowe i kolanowe, krocze), poprzez kilkurazowe przykładanie ręcznika do miejsca narażonego na odparzenia, a nie poprzez pocieranie; po osuszeniu skórę, w wyżej wymienionych miejscach narażonych na odparzenia, możemy zabezpieczyć cienką warstwą pudru lub mąki ziemniaczanej czy też pyłku widłaka, pamiętając aby nie przesadzić z ilością produktu sypkiego, gdyż mogą powstać grudki, które podrażnią delikatną skórę; jedynie pod pachy możemy zastosować antyperspirant, jeśli chory wcześniej go stosował i ma taką potrzebę,
- **nawilżanie** – to kolejna ważna czynność, która odżywia skórę, stosujemy tu:
 - » balsamy, lotiony, emulsje, kremy nawilżające lub natłuszczające skórę,
 - » kremy ochronne, np. z tlenkiem cynku, które zabezpieczają miejsca narażone na odparzenia,
 - » preparaty na punkty ciała narażone na ucisk, poprawiające ukrwienie skóry, a jednocześnie pielęgnujące skórę i zapobiegające powstaniu odleżyn,
 - » w miejscach gromadzenia się zrogowaciałego naskórka (pięty, łokcie) konieczne jest złuszczenie i zmiękczenie przy pomocy preparatów zawierających mocznik.

W aptekach i sklepach ze sprzętem medycznym lub sklepach internetowych dostępna jest szeroka oferta kosmetyków do higieny specjalistycznej dedykowanych osobom chorym, w celu zapewnienia komfortu podopiecznemu i ułatwienia pracy opiekunom.

Mówiąc o pielęgnacji skóry należy wspomnieć o ubraniach, w które ubieramy osobę chorą. Starajmy się, aby ubrania były przewiewne, naturalne, bez sztucznych dodatków, nie uciskające, np. bawełniane. Jeśli bielizna ma dość grube szwy zalecane jest, aby zakładać ją „na lewą” stronę lub zaopatrzyć się w bieliznę bezszwową.

Zbyt grube szwy mogą powodować podrażnienia, czasem do szycia używane są syntetyczne nici, które podczas prasowania „topią się” i tworzą zgrubienia, co również podrażnia skórę.



Pościel najlepiej jeśli jest lekka i przewiewna latem, a zimą ciepła, łatwa do prania, z naturalnych bawełnianych lub lnianych materiałów, pozbawiona grubych przeszyci, prześcieradła bez guzików, które mogą być przyczyną odleżyn.

Zadbajmy o **optymalną temperaturę** pomieszczeń. Zbyt wysoka temperatura w pomieszczeniach pogarsza samopoczucie, powoduje senność.

Wzrasta podatność na infekcje, z powodu wysuszonych śluzówek nosa i gardła. Zbyt suche powietrze powoduje przesuszenie skóry, może prowokować kaszel oraz źle wpływa na oczy.

Zalecane temperatury pomieszczeń to:

- pokój dzienny 20° C – 22° C,
- sypialnia 16° C – 18° C,
- łazienka 22° C – 24° C.

Temperaturę otoczenia należy dostosować do potrzeb chorego, nie do siebie. Chory leżąc w łóżku, siedząc na wózku, używający pampersa może odczuwać większą ciepłotę otoczenia niż opiekun. Czasem lepiej okryć chorego dodatkowym kocem lub założyć dodatkowe okrycie, niż przegrzać pomieszczenie.

Bardzo ważne też jest, aby częściej zmieniać pościel w łóżku osoby chorej niż w przypadku osoby sprawnej. Chory leżący poci się, może mieć problem z nietrzymaniem moczu czy innych płynów ustrojowych.

Osoby niepełnosprawne, przewlekłe chore i seniorzy mogą zmagać się także z nietrzymaniem moczu i/lub stolca. W takim przypadku podstawą higieny intymnej jest zaopatrzenie się w odpowiednie wkładki higieniczne lub pieluchomajtki i/lub podkłady chłonne, które należy wymieniać regularnie. Jest to zaopatrzenie pomocnicze, które przy stwierdzonym przez lekarza nietrzymaniu moczu i/ lub stolca, **jest refundowane częściowo przez NFZ.**

Podczas zmiany pampersa czy wkładki należy przemyć skórę i okolice intymne wodą lub skorzystać z gotowych artykułów higienicznych, np. z myjącej pianki, która nie wymaga spłukiwania, czy też przetrzeć skórę chusteczkami nawilżonymi dla dorosłych. ■



ODPOWIEDNIA PIELĘGNACJA JEST TAK SAMO WAŻNA U ZDROWEGO CZŁOWIEKA, JAK I U OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH, OBŁOŻNIE CHORYCH CZY SENIORÓW.

POLA NADZIEI 2020/21 - XI EDYCJA KAMPANII

„Pomóż Im odnaleźć iskrę nadziei” – to hasło tegorocznej kampanii Pola Nadziei, którą Fundacja „Pomóż Im” organizuje 11 rok z rzędu. Autorką hasła jest Maria, uczennica Szkoły Podstawowej w Sobolewie. Niech ta iskierka nadziei towarzyszy nam przez całą edycję i rozświetli życie dzieciom, dla których liczy się każdy dzień.

Symbolem kampanii jest żonkil – kwiat nadziei, przypominający o ciężko chorych, ich cierpieniu i towarzyszeniu im w okresie odchodzenia. Pola Nadziei zostały zainicjowane ponad pół wieku temu w Wielkiej Brytanii. Jest to kampania propagująca ideę wolontariatu i niesienia bezinteresownej pomocy nieuleczalnie chorym i ich rodzinom. Jej celem jest uwrażliwienie społeczeństwa na chorobę i cierpienie ludzi.

11 lat temu akcję zaszczepliła na Podlasiu nasza Fundacja, która prowadzi Białostockie Hospicjum dla Dzieci. Do dziś realizujemy ją bogatsi w doświadczenia, poszerzając zasięg i grono uczestników. Szczególnie aktywne w kampanii są szkoły i przedszkola, co szczególnie nas cieszy. Bowierni dzieci za kilka lat, przesiąknięte ideą pomagania, czyniące dobro ze szczerego serca, zachęcą do działania innych. Z radością obserwujemy zaangażowanie nauczycieli, dzięki którym dzieci chętnie uczestniczą w kampanii. Są oni kopalnią pomysłów, doradcami swoich uczniów i razem z nimi wspaniale realizują idee akcji.

Tegoroczna kampania rozpoczęła się tradycyjnie jesienią, sadzeniem cebulek żonkili. Razem z mieszkańcami różnych

miejsowości z regionu, uczniami, nauczycielami, urzędnikami, osobami publicznymi i wszystkimi zainteresowanymi zasadziliśmy 7 tysięcy cebulek kwiatowych. Otulone ziemią, a być może w zimie – śniegiem – dojrzewają, aby na wiosnę pokazać swoje piękne kwiaty. Wraz z nimi dojrzewamy i my, wszyscy uczestnicy kampanii. Dzielimy się dobrem, zarażamy ideą pomagania. Jako podmiot koordynujący kampanię na Podlasiu wspieramy Was w realizacji tej akcji.

Tegoroczne Pola Nadziei są inne, z uwagi na sytuację pandemiczną. Nie spotykamy się z tysiącami uczniów w szkołach województwa podlaskiego na lekcjach edukacyjnych. Ale wspieramy placówki w realizacji kampanii w inny sposób. Proponujemy nauczycielom konkretne działania, ciekawe formy aktywizacji uczniów, zorganizujemy również konkursy. Jak do nas dołączyć? Wystarczy zgłosić się do koordynatora kampanii (kontakt poniżej), który przekaze Państwu materiały i poprowadzi przez działania kampanii. Potrwa ona do wiosny i zakończy się wielką zbiórką publiczną (prawdopodobnie online). Do kampanii można dołączyć w każdej chwili

– każdy czas na aktywowanie postaw wolontariackich jest dobry. Oczywiście, jak co roku liczymy również na Wasze wspaniałe pomysły, ale przede wszystkim na zaangażowanie. Bo to właśnie dzięki uczestnikom kampanii udało nam się w ubiegłorocznej edycji zebrać kwotę 127 tys. zł. Część z tej puli przeznaczaliśmy na bieżące potrzeby podopiecznych Białostockiego Hospicjum dla Dzieci, a część zasilila fundusz budowy Domu Opieki Wyręczającej – miejsca, w którym nieuleczalnie chore dzieci znajdują całodobową opiekę na czas, gdy ich opiekunowie będą potrzebowali odpoczynku. Za dotychczasowe zaangażowanie jeszcze raz serdecznie dziękujemy i zapraszamy do udziału w XI edycji kampanii Pola Nadziei. Dołączcie do tego wyjątkowego dzieła, jakim jest propagowanie bezinteresownej pomocy i niesienia dobra. ■

Koordynator kampanii:
Dominika Chimkowska,
tel. 605 460 330
dominikachimkowska@pomozim.org.pl

Dominika Chimkowska
Koordynator wolontariatu
Fundacji „Pomóż Im”



TANIAKSIAZKA.PL

– czytamy i pomagamy! #zakupomoc



Tania Książka jest z Fundacją "Pomóż Im" od 7 lat. Od tego czasu regularnie wspiera podopiecznych Białostockiego Hospicjum dla Dzieci w bardzo różnej formie – finansowej, rzeczowej, ale także uczestnicząc w różnych akcjach. Z poniższego artykułu dowiedzie się o szczegółach tej pięknej współpracy.

TaniaKsiążka.pl powstała z miłości do książek. To nie tajemnica. Im więcej miłośników literatury udało nam się zgromadzić wokół naszej księgarni, tym bardziej zastanawialiśmy się nad tym, co możemy zrobić dla innych. Wyszliśmy z założenia, że jeżeli mamy możliwość, to powinniśmy pomagać. Ta idea zapoczątkowała naszą współpracę z Fundacją „Pomóż Im”.

Już od siedmiu lat wspieramy Fundację i w ten sposób pomagamy jej Podopiecznym i ich rodzinom. Na samym początku, w 2013 roku, zastanawialiśmy się nad tym, w jaki sposób nasza współpraca z Fundacją mogłaby wyglądać. Postanowiliśmy, że najlepszym rozwiązaniem będzie pośrednie zaangażowanie naszych Klientów w pomaganie.

Właśnie dlatego za naszym pośrednictwem Fundację „Pomóż Im” wspiera każdy, kto złoży zamówienie w TaniaKsiążka.pl. W jaki sposób? To proste, przekazujemy na konto Fundacji część zysków z każdego zamówienia. Dzięki temu każdy zakup ma moc, moc pomagania. W ten sposób udało nam się przekazać dzieciom już ponad 500 tys. złotych!

Zapytacie o nagrodę? Dla nas nagrodą jest każdy uśmiech na twarzach chorych dzieci, każdy dzień, w którym mają szansę na odrobinę ulgi w cierpieniu. Nie jesteśmy nawet w stanie sobie wyobrazić ogromu bólu, z jakim na co dzień muszą się zmagać podopieczni Fundacji. To Mali Bohaterowie, którzy – niczym herosi w książkach – każdego dnia muszą się mierzyć z wrogiem, chorobą. Nagrodą jest też uśmiech na twarzach ich rodziców i bliskich. Biznes zaangażowany społecznie – to pięknie brzmi, prawda? TaniaKsiążka.pl angażowała się społecznie, zanim to stało się trendem. Co nie zmienia faktu, że ten trend wśród przedsiębiorców

bardzo nas cieszy, bo wiąże się z realnymi działaniami i wymierną pomocą. My po prostu chcieliśmy zrobić coś dobrego. Nadal chcemy i nadal będziemy.

Pamiętajcie o tym, że pomaganie jest proste i każdy może pomagać. Bez względu na to, jakimi środkami dysponuje. Nawet najmniejsza cegiełka jest ważna, bo staje się podstawą większej i bardziej złożonej konstrukcji. Tą konstrukcją może być uśmiech na twarzy chorego dziecka, a taki uśmiech jest przecież bezcenny. ■

”

WŁAŚNIE DLATEGO ZA NASZYM POŚREDNICTWEM FUNDACJĘ „POMÓŻ IM” WSPIERA KAŻDY, KTO ZŁOŻY ZAMÓWIENIE W TANIAKSIAZKA.PL.

W JAKI SPOSÓB? TO PROSTE, PRZEKAZUJEMY NA KONTO FUNDACJI CZĘŚĆ ZYSKÓW Z KAŻDEGO ZAMÓWIENIA. DZIĘKI TEMU KAŻDY ZAKUP MA MOC, MOC POMAGANIA. W TEN SPOSÓB UDAŁO NAM SIĘ PRZEKAZAĆ DZIECIOM JUŻ PONAD 500 TYS. ZŁOTYCH!

500 TYS. ZŁOTYCH!



OPCJE

POMAGANIA

KAŻDA JEST DOBRA



Darowizna
finansowa



Darowizna
rzeczowa



Nadzieja
Zamiast Kwiatów



Akcje
charytatywne



Pola
Nadziei



Payroll
giving



Wolontariat

faniMani.pl

FaniMani



Zbiórka
na Facebooku

1% PODATKU
KRS 0000 288 520

www.pomozim.org.pl

DAROWIZNA FINANSOWA • DAROWIZNA RZECZOWA • NADZIEJA ZAMIAST KWIATÓW
AKCJE CHARYTATYWNE • POLA NADZIEI • PAYROLL GIVING • WOLONTARIAT • ZBIÓRKA NA FACEBOOKU

WOLONTARIAT • ZBIÓRKA NA FACEBOOKU
NADZIEJA ZAMIAST KWIATÓW
DAROWIZNA FINANSOWA
AMOSNIA I ANZIMOWA
AKCJE CHARYTATYWNE • POLA NADZIEI • PAYROLL GIVING • WOLONTARIAT • ZBIÓRKA NA FACEBOOKU