

W numerze m.in.:

Rozmowa, dialog, prawda i... hejt – str. 2

Ratujemy dzieci przed przemocą – str. 3

Taki był 2017 rok w koszalińskim TPD, czyli

fotoprzebieg wydarzeń ostatnich 12 miesięcy – str. 4-5

Czy rodzice mogą być liderami zdrowia? – str. 6

Więści z Kusic – str. 7

Jak radzić sobie z dzieckiem 16+ – str. 8

Przebiegające w rodzinnej i przedświątecznej atmosferze posiedzenie Zarządu koszalińskiego Oddziału Okręgowego Towarzystwa Przyjaciół Dzieci odbyło się 14 grudnia br. w sali Naczelnej Organizacji Technicznej w Koszalinie.

Podsumowaliśmy 30 miesięcy działalności TPD



w Kołobrzegu, profilaktyka, wydawnictwa, media, nagrody i wyróżnienia.

Henryk Zabrocki przedstawił też wstępny i roboczy plan obchodów ogólnopolskich, regionalnych i miejskich stulecia TPD – w 2019 roku.

Minuta ciszy

Dr **Joanna Radko**, dyrektor POW przypomniła genezę powstania, charakterystykę i codzienność funkcjonowania placówki. Ponadto mówiła o „Roli TPD w umacnianiu rodziny i poprawianiu jej funkcji”.

Głos zabrał także **Zygmunt Pyszkowski**, prezes zachodniopomorskiego TPD, który przypomniał, jakie znaczenia ma dzisiaj organizacja w szeroko rozumianej przestrzeni publicznej, z uwzględnieniem roli wychowawczej, opiekuńczej, profilaktycznej i edukacyjnej. Minutą ciszy zgromadzeni uczcili pamięć zmarłej **Barbary Głowackiej**, długoletniej działaczki i członka Zarządu Głównego TPD.

W części artystycznej posiedzenia wystąpili podopieczni kompozytora Macieja Osady-Sobczyńskiego, uczeszczejący na prowadzone przez niego zajęcia muzyczne i młodzież z teledowskiego teatru reżysera i aktora Mirosława Glinieckiego.

Piotr Pawłowski
Fot. Bartosz Zabrocki

Relacja i fotorelacja z grudniowego posiedzenia Zarządu koszalińskiego TPD – w styczniowym wydaniu „Świata Dziecka”.

Dwugodzinne obrady i wystąpienia działaczy odpowiedzialnych za poszczególne segmenty działalności TPD, najlepiej podsumowuje wypowiedź prezesa Henryka Zabrockiego: – Nie zmniejszamy tempa aktywności, wprost przeciwnie: przyspieszamy. Wciąż poszukujemy przy tym nowych form wspierania dzieci i rodziców, ponieważ dzisiaj każde zaniechanie i spowolnienie cofa nas w rozwoju, a na to, jako organizacja z niemal stuletnią tradycją, absolutnie nie możemy sobie pozwolić.

Przed jubileuszem

W programie spotkania, w którym wzię-

ło udział około 100 osób, znalazło się kilka punktów istotnych dla właściwej oceny działalności oddziału i merytorycznego podsumowania ostatnich 30 miesięcy, czyli okresu od powrotu na stanowisko prezesa oddziału **Henryka Zabrockiego**.

Prezes podsumował ten przedział czasu (od czerwca 2015 do grudnia 2017 roku) sprawozdaniem z działalności statutowej (w formie prezentacji), na który złożyło się kilka działów: stan organizacyjny oddziału, placówki wsparcia dziennego (ogniska), przedszkola, Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza (POW) w Starych Bielicach, Punkt Wsparcia Rodzin Zastępczych

Rozmawiali o „Dzieciństwie bez przemocy”

Przedstawiciele Zarządu Głównego (ZG) i koszalińskiego oddziału Towarzystwa Przyjaciół Dzieci (TPD) uczestniczyli w spotkaniu w biurze Rzecznika Praw Dziecka (RPD), poświęconym realizacji międzynarodowego projektu Rady Państw Nadbałtyckich: „Dzieciństwo bez przemocy; w kie-

runku odchodzenia od kar cielesnych w Krajach Nadbałtyckich”.

Na zdjęciu pamiątkowym od lewej stoją: **Bartosz Zabrocki**, członek prezydium koszalińskiego TPD, **Jolanta Szklarska**, dyrektor biura ZG TPD, **Ewa Antoszak**, społeczny rzecznik praw dziecka TPD w Koszalinie, **dr Joanna Radko**, dyrektor Placówki Opiekuńczo-Wychowawczej TPD w Starych Bielicach i **Marek Michalak**, RPD.

Więcej na str. 3

*Wszystkim ludziom dobrej woli,
z sercami i sumieniami otwartymi na potrzeby
innych, wspierającym Dzieci
w ich pragnieniach i potrzebach,
życze
spokojnych, rodzinnych i pogodnych
świąt Bożego Narodzenia,
aby niezwykła atmosfera spotkania przy wigilij-
nym stole dała nam wszystkim
poczucie przynależności
do wspólnoty ludzi szczerze i szczerze,
czasu na odpocznik
i rozmowę, zulaszcza z Dziećmi,
oraz
radości z każdej chwili spędzonej z najbliższymi
w Nowym – 2018 – Roku
w imieniu Zarządu Oddziału Okręgowego
Towarzystwa Przyjaciół Dzieci w Koszalinie
Henryk Zabrocki,
prezes TPD w Koszalinie*

W imieniu
ZARZĄDU GŁÓWNEGO
TOWARZYSTWA PRZYJACIÓŁ DZIECI

życze

spokojnych i rodzinnych
Świąt Bożego Narodzenia

oraz wszelkiej pomyślności
w Nowym Roku

Wioletta Kotek

Prezes ZG TPD



Warszawa, grudzień 2017



W tegorocznym listopadowym numerze miesięcznika „Miasto Plus”, będącym wydaniem specjalnym tygodnika „Miasto”, znaleźliśmy zdjęcie dokumentujące akt wyróżnienia właścicieli firmy Bokaro honorowym odznaczeniem za działalność na rzecz dzieci za pośrednictwem koszalińskiego oddziału TPD.

Przy okazji uruchomienia nowego (zbudo-

wanego od podstaw) salonu Bokaro przy ulicy Gnieźnieńskiej w Koszalinie statuetkę **Monice i Jerzemu Szeligowski** wręczyła dr Joanna Radko, przedstawicielka TPD.

Ogólnopolska Firma Bokaro, której dyrektorem w Koszalin jest **Norbert Koselski**, od lat konsekwentnie wspiera koszalińskich TPD.

(mg)



BOKARO wspiera Towarzystwo Przyjaciół Dzieci. Otwarcie nowego salonu było okazją do podziękowania szefem przedsiębiorstwa.

Rozmowa, dialog, prawda i... hejt



Jestem zwolennikiem bezwarunkowej otwartości w kontaktach międzyludzkich. Jeżeli chcesz coś powiedzieć, mów; tłumienie emocji zawsze kładzie się cieniem na relacje. Otwartość jest wstępem do szczerości, w której cenimy dobre intencje. Nastawienie do rozmowy, oczekiwany skutek, nieoczekiwane konsekwencje – wszystko to jest elementem dialogu.

Tymczasem dialog, a więc najważniejsza forma komunikacji, podstawa rozmowy, wyrażania uczuć i przekazywania informacji, w czasach rewolucji technologicznej, zanika. Przeobraża się w nieznosną hybrydę monosylabowych skrótów myślowych, które zwielokrotniają nieporozumienia.

Czy zauważyliście, że coraz więcej ludzi nawiązując z nami kontakt werbalny, unika wzrokowego. Zastanawialiście się, dlaczego? Być może nie jesteśmy przygotowani na reakcję, odzwyczailiśmy się od bliskości drugiego człowieka lub obawiamy się, że w oczach innych nie znajdziemy akceptacji. Odkrywamy w nich natomiast to, co dominuje w esemesach, mailach i komunikatorach, czyli sarkazm. Sarkazm nie bez powodu bywa nazywany najniższą formą poczucia humoru, ponieważ zawiera ironię, złośliwość, rozgoryczenie i rozczarowanie. Czy jesteśmy dzisiaj rozczarowani innymi? Niewykluczone.

„Jestem w dialogu” zostało zastąpione przez „jestem w kontakcie”, co zwykle oznacza tylko, że mamy czyjś numer w spisie telefonów; nic więcej. Uciekamy od rozmowy, ponieważ musimybyśmy odsonić się w niej, dać wyraz swoim emocjom, a co najważniejsze – powiedzieć prawdę. Problem z rozmową i dialogiem przekłada się na deficyt prawdy. Kłamstwo przestało być fasadą, ucieczką, fałszem, a stało się bezkarnym elementem komunikacji. Kłamstwo również stoi u podstaw hejtu.

Dobre to były czasy, w których nie znaliśmy tego słowa. Do niedawna w pospolicie rozumianej hierarchii oceny innych i naszego do innych stosunku obowiązywały trzy stadia. Kogoś można było nie cenić, a więc i nie szanować, nie lubić, a więc zwykle unikać, wreszcie nienawidzić. Nowy świat, złożony z instynktów prostych, kontaktów nietrwałych i wartości zniekształconych, dołączył czwarte stadium – hejt. Co to oznacza?

Używając słów dawnych, dzisiaj można kogoś dręczyć, publicznie poniżać, napiętnować, a nawet długotrwałe szlachować, metodycznie tępić. Wszystko to za pośrednictwem mediów elektronicznych. Co niezwykle ważne, sens, prawda i intencje nie mają w hejcie znaczenia ani zastosowania. Chodzi o atak i efekt, którego walorem – dla napastnika – jest anonimowość. Owe współczesne anonimy plugawie mają jednak ciekawą cechę wspólną: anonimami są pozornie.

Przekonaliśmy się o tym pod koniec roku, gdy sami – jako koszalińskie biuro Towarzystwa Przyjaciół Dzieci – padliśmy ofiarą hejtu. Zamiast wyłożyć swoje, teraz już wiemy, że mimo wszystko wątpliwe, racje w rozmowie, dialogu, a nawet konfrontacji, ktoś postanowił „rozprawić” się z nami na forum tym bardziej publicznym, że internetowym. Padły zatem pod naszym adresem złośliwości, nieuzasadnione oskarżenia. Ponieważ przyjęliśmy zasadę, że nie będziemy uginać się przed chamstwem w sieci, natychmiast zareagowaliśmy wejściem na drogę interwencji prawnej. Wpis został uznany za wybrzyk, zdjęty, a jego sprawca uznany za poszukiwanego; chcemy dojść sprawiedliwości. Dla sprawcy, mamy nadzieję, że będzie to gorzka i wymowna nauczka.

Wracając jednak do rozmowy, dialogu i prawdy. Zastanawiam się, co musiało stać się w ludziach, że społeczność internetowa, wydawać by się mogło najbardziej zorientowana na wolność i równość, reaktywowała inkwizycję kapturową? Czy za technologią chowa się gęba zła? Od czego uciekamy w nienawiść bezinteresowną? Pytania z rozmysłem stawiam wcześniej niż spodziewam się uzyskać na nie odpowiedzi. Dużo jeszcze czasu musi upłynąć, zanim zaczniemy na „erę bitów” patrzeć z perspektywy analitycznej. Mimo to już dzisiaj zachęcam wszystkich do dystansowania się od cyfrowej „kultury pogardy”. Hejt nie rozwiąże żadnego problemu, a z całą pewnością przynosi kłopoty każdemu, kto tchórzliwie chowa się za monitorem, nickiem i kalumnią.

Henryk Zabrocki
prezes TPD w Koszalinie

Pasowanie na przedszkolaków



W przedszkolach TPD odbyło się uroczyste pasowanie przedszkolaków (na zdjęciu: gala w Brzeźnie). Pod okiem nauczycielek maluchy specjalnie przygotowały się do tych ceremonii, w których uczestniczyli również ich najbliżsi – rodzice i dziadkowie – oraz przedstawiciele samorządów i oddziału TPD w Koszalinie. Pasowania zawsze mają oprawę nie tylko oficjalną, lecz również artystyczną. Dzieci występują z premierowym programem muzycznym, a następnie pasowane są poprzez dotknięcie ramienia ogromnym długopisem. (mg)

Fot. Piotr Pawłowski

Towarzystwo Przyjaciół Dzieci i Krajowy Komitet Wychowania Resocjalizującego
z ogromnym smutkiem przyjęły wiadomość o śmierci

Barbary Głowackiej
wybitnej działaczki i naszej koleżanki.

W jej osobie tracimy znakomitego pedagoga, autora profesjonalnych opracowań metodycznych dotyczących opieki, wychowania, rehabilitacji i resocjalizacji dzieci, współorganizatora konferencji i sesji naukowych. Łączymy wyrazy smutku i głębokiego współczucia w trudnych dla Rodziny chwilach.

Człowiek żyje tak długo, jak długo trwa pamięć o nim, a My o Basi nie zapomniemy.

Przyjaciele, Koledzy, Współpracownicy

TOWARZYSTWO PRZYJACIÓŁ DZIECI ODDZIAŁ OKRĘGOWY W KOSZALINIE

KRS: 000304626

Dziękujemy za Twoje wsparcie

Nieważne, ile zarabiasz i jaką kwotę stanowi Twój 1 proc. Przekazując nawet niewielką sumę na działalność organizacji pożytku publicznego, udzielasz realnego wsparcia naszym podopiecznym. W ich imieniu jesteśmy Ci wdzięczni.

Cel szczegółowy, na który przeznaczasz swój 1 proc to wypoczynek letni dla dzieci z rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji materialnej.

Towarzystwo Przyjaciół Dzieci od prawie 100 lat pomaga dzieciom. Dbamy o ich prawidłowy rozwój, stwarzamy odpowiednie warunki wychowawcze, edukujemy dzieci i ich rodziców. Jednym z naszych zadań jest organizowanie wypoczynku dla dzieci wywodzących z się z rodzin o trudnej sytuacji materialnej. Planujemy zorganizować dla naszych podopiecznych letnie obozy w górach i nad morzem. Dzięki Państwa wsparciu jest to możliwe.

Więcej: www.tpd24.pl

Przedstawiciele koszańskiego oddziału Towarzystwa Przyjaciół Dzieci uczestniczyli w spotkaniu w biurze Rzecznika Praw Dziecka, poświęconym realizacji międzynarodowego projektu Rady Państw Nadbałtyckich: „Dzieciństwo bez przemocy; w kierunku odchodzenia od kar cielesnych w Krajach Nadbałtyckich”.

Ratujemy dzieci przed przemocą



Marek Michalak, Rzecznik Praw Dziecka

Předstawiciele kilku organizacji pozarządowych, w tym Towarzystwa Przyjaciół Dzieci (TPD), rozmawiali 30 listopada br. w biurze Rzecznika Praw Dziecka (RPD) o aktywność społeczeństwa i roli organizacji działających na rzecz najmłodszych oraz zapewnienia im rzeczywistości wolnej od przemocy.

Eliminacja przemocy

Wszystko to w ramach konsultacji krajowych i w kontekście międzynarodowego projektu „Dzieciństwo bez przemocy; w kierunku odchodzenia od kar cielesnych w Krajach Nadbałtyckich” („Non – violent childhoods; moving on from corporal punishment in the Baltic Sea region”).

W spotkaniu wzięli udział: **Wiesław Kołak**, prezes Zarządu Głównego (ZG) TPD, **Jolanta Szklarska**, dyrektor biura ZG TPD, **Ewa Antoszak**, społeczny rzecznik praw dziecka TPD w Koszalinie, dr **Joanna Radko**, dyrektor Placówki Opiekuńczo-Wychowawczej TPD w Starych Bielicach i **Bartosz Zabrocki**, członek prezydium koszańskiego TPD.

Projekt „Dzieciństwo bez przemocy...” wpisuje się w Cele Zrównoważonego Rozwoju ONZ – faktycznej eliminacji przemocy w wychowaniu. Aby został osiągnięty, konieczna jest jednak współpraca wielu sektorów. Przemoc w wychowaniu uwarunkowana jest bowiem nie tylko poziomem wiedzy rodziców na temat szkodliwości kar cielesnych, lecz także kompetencjami wychowawczymi, kondycją psychiczną, statusem społecznym rodziców.

Rzecznik u... rzecznika

Rzecznictwo praw dziecka jest zadaniem statutowym TPD; tradycja rzecznictwa wywodzi się z pracy tzw. opiekuna indywidualnego, działającego w środowisku dziecka. Jego zadaniem była pomoc interwencyjna i edukacja. Najliczniejsza grupa środowiskowa opiekunów pracowała w latach 70.

Od 2000 roku ZG, wykorzystując wcześniejsze doświadczenia, rozpoczął prace nad reaktywowaniem rzecznictw praw dzieci. Działania w dziedzinie ochrony praw dziecka znalazły potwierdzenie w porozumieniu zawartym w 2004 roku z RPD. Rzecznicy praw dziecka TPD działają według programu „Rzecznik praw

dziecka TPD”, tworząc społeczną sieć rzecznictwa praw dziecka w Polsce.

Osoby pełniące tę funkcję są rekomendowane przez zarządy TPD; to osoby charakteryzujące się nieposzlakowaną opinią zawodową, znajomością praw dziecka, doświadczeniem zawodowym w pracy z najmłodszymi, a przede wszystkim wrodzoną troską o dobro dzieci i wrażliwością na ich krzywdę.

Podczas spotkania Jolanta Szklarska i dr Joanna Radko przedstawiły historię i bieżącą działalność Towarzystwa Przyjaciół Dzieci.

List w butelce

Rzecznik Praw Dziecka jest polskim partnerem projektu Rady Państw Nadbałtyckich, który ma obowiązek prowadzenia konsultacji krajowych na temat praktycznych działań na rzecz ochrony dzieci przed przemocą i eliminacji kar cielesnych.

Marek Michalak mówił o ważnej roli organizacji pozarządowych w zmienianiu na lepsze dziecięcej rzeczywistości, ograniczaniu zjawiska przemocy, niezbędnej zmianie mentalności i odrzuceniu nieprawdziwego twierdzenia, że „dzieci i ryby głosu nie mają” oraz konieczności przygotowania Narodowej Strategii na Rzecz Walki z Przemocą wobec Dzieci.

RPD podzielił się z uczestnikami refleksjami o sytuacji dzieci na świecie. Przypomnił swój niedawny udział na zaproszenie greckiego Rzecznika Praw Dziecka w spotkaniu europejskich rzeczników na temat pomocy dzieciom znajdującym się „w drodze” i wizycie w ośrodku dla uchodźców na obrzeżach Aten.

– *Dostałem list w butelce* – mówił Marek Michalak, pokazując małe zwitki papieru zapisane dziecięcymi dłońmi. – *Dzieci piszą do całego świata; chcą, abyśmy wszyscy szanowali prawa uchodźców w Europie.*

Przedstawiciele innych organizacji również zaprezentowali swoje działania na polu krajowym i lokalnym oraz dobre praktyki w obszarze ochrony dzieci przed przemocą i działania na rzecz eliminacji kar cielesnych.

Nie tylko TPD

Społeczny doradca RPD **Renata Durda** z Ogólnopolskiego Pogotowia Na Rzecz Prze-

ciwdziałania Przemocy w Rodzinie omówiła programy prowadzone przez „Niebieską Linie”. O doświadczeniach Stowarzyszenia na Rzecz Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie Niebieska Linia w pracy z dorosłymi i z dziećmi opowiedziała Anna Wiechcińska-Szymańska. Renata Szredzińska z Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę (FDDS) podzieliła się doświadczeniami z wspierania rodziców dzieci w wychowaniu bez przemocy.

Przewodnicząca Komitetu Ochrony Praw Dziecka **Mirosława Kałna** mówiła o przeciwdziałaniu przemocy wobec dzieci i rozpoznawaniu pomocy. O praktykach lokalnej współpracy interdyscyplinarnej w zakresie pomocy dzieciom krzywdzonym, czyli wspólnym pomaganiu opowiedziała **Anna Lechowska**, prezes Stowarzyszenia dla Dzieci i Młodzieży Szansa w Głogowie. Zagadnienie przemocy przybliżyły **Paulina Karwowska** z WHO, **Agnieszka Te-lusiewicz-Pacak** i **Ewa Falkowska** z Unicef Polska, które zjawisko przemocy pokazały w kontekście międzynarodowym.

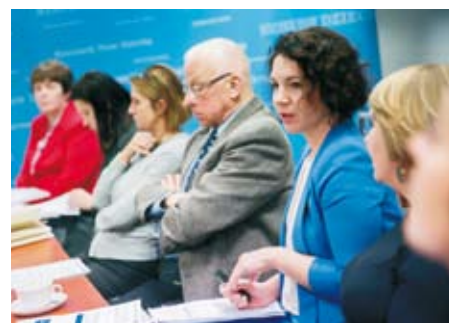
Głos w dyskusji zabrały także **Ewa Niedziatka** (Lambda Warszawa) i **Agnieszka Oren-czuk**, która mówiła o profilaktyce przemocy wobec dzieci w działaniach Fundacji Mederi.

Bicie jest grzechem

Temat roli różnych podmiotów społecznych w ochronie dzieci przed przemocą poruszali przedstawiciele kościołów i organizacji wyznaniowych. O błędnym kole przemocy, tym jak je przetrwać i zadaniach dla Kościoła mówili o. **Adam Zak** i **Ewa Dziewońska**. Ks. **Piotr Sackiewicz** opowiedział o roli, jaką ma do spełnienia duszpasterstwo parafialne w ochronie dzieci przed przemocą. **Marta Chomaniuk** mówiła o ochronie dzieci przed krzywdzeniem w Specjalistycznych Placówkach Wsparcia Dzieńnego na przykładzie działalności Eleos – Prawosławnego Ośrodka Miłosierdzia.

Ks. prof. **Adam Solak**, społeczny doradca Rzecznika Praw Dziecka, odnosząc się do tradycji chrześcijańskiej, mówił, że „bicie dzieci jest grzechem i warto zmienić podejście – traktować dzieci z należytym każdemu człowiekowi szacunkiem, respektując ich prawa i podmiotowość”. Organizacje i działania mniejszości narodowych i etnicznych prezentowały między innymi **Agnieszka Kosowicz** i **Marta Piegat-Kaczmarczyk** z Polskiego Forum Migracyjnego, które skupiły się na tym, jak skutecznie reagować na przemoc wobec dzieci w rodzinach uchodźczych. Goście dyskutowali również na temat możliwości ograniczenia, poprawy i intensyfikacji działań oraz tworzenia koalicji na rzecz eliminacji kar cielesnych i ochrony dzieci przed przemocą.

*oprac. na podstawie informacji biura RPD
Fot. biuro RPD*



Od prawej siedzą: Jolanta Szklarska (profil), dr Joanna Radko, Wiesław Kołak

Taki był 2017 rok w koszalińskim TPD, czyli



Styczeń. Wystartował projekt „Droga do Domu – szansą dla dziecka i rodziny”, adresowany do 200 rodzin i 200 dzieci (w wieku 6-18 lat) z regionu zachodniopomorskiego, objętych dotąd opieką w placówkach wsparcia dziennego w Szczecinie i Koszalinie.



Marzec. Przy współpracy Koszalińskiej Wyższej Szkoły Nauk Humanistycznych i Koszalińskiej Biblioteki Publicznej, zorganizowaliśmy konferencję naukową „Uzależnienia dzieci – zapobieganie, leczenie, karanie”.



Marzec. Delegaci XVI Zjazdu Sprawozdawczego TPD w Koszalinie przyjęli sprawozdanie Zarządu za ostatni rok działalności i program działania oddziału na najbliższe lata – do 2019 roku.



Marzec. Rozstrzygnęliśmy konkursu plastyczny „STOP – uzależnieniom!”, ogłoszony wśród podopiecznych ognisk. Pierwsze trzy miejsca zajęli: Hanna Pawlak z „Przystani”, Anastazja Tomaszewska z „Horyzontu” i Szymon Żeromski z „Zacisza”.



Kwiecień. Wyemitowany 19 lutego 2017 roku odcinek programu „Świat twojego dziecka”, autorstwa red. Magdaleny Wojtaszek, realizowany przez telewizję „Max”, z inicjatywy i przy wsparciu TPD, zajął trzecie miejsce w XII Konkursie Telewizji Lokalnych



Maj. Wzięliśmy udział w – towarzyszącym obchodom Dni Koszalina – Festiwalu Organizacji Pozarządowych, zorganizowanym przez Pracownię Pozarządową. Na placu przed ratuszem stanęło 50 stoisk stowarzyszeń i fundacji.



Maj. 67. rocznica działalności TPD w powiecie wałeckim była okazją do zorganizowania we wsi Chwiram festynu rodzinnego. Przedstawiciele organizacji w Wałczu podziękowali za pomoc pracownikom, wolontariuszom i sponsorom.



fotoprzeгляд wydarzeń ostatnich 12 miesięcy



Czerwiec. 600 dzieci z naszych przedszkoli przyjechało do Lekowa w powiecie świdwińskim na piknik podsumowujący program profilaktyczno-informacyjny „Żółty talerz”, finansowany przez Kulczyk Foundation.



Lipiec. „Wspaniała przygoda!” – tak mówili podopieczni koszańskiego ogniska „Zacisze” o wakacyjnym pobycie w podwarszawskim Serocku. Wyjazd był możliwy dzięki wsparciu firmy Pepco i Zarządu Głównego TPD.



Październik. Podczas obchodów Dnia Organizacji Pozarządowych, koszański oddział TPD otrzymał prestiżową nagrodę Honorowego Lidera NGO 2017, przyznaną przez prezydenta Koszalina.



Wrzesień. Koszańskie TPD zostało beneficjentem Biegu Charytatywnego, organizowanego przez Fundację PKO Bank Polski. Zawodnicy wybiegali 54 tysiące złotych, które organizacja przeznaczy na dożywianie dzieci.



Wrzesień. Uruchomiliśmy nową placówkę przedszkolną przy ulicy Dąbka 3a/1 w Koszalinie (obok już istniejącego przedszkola „Przyjaciół Dziecka”). W ten sposób do 16 wzrosła liczba naszych placówek przedszkolnych.



Październik. Ponad 300 osób wypełniło salę Centrum Kultury 105 w Koszalinie podczas koncertu „TPD – dziękuje Przyjaciołom”, którego gwiazdą była wokalistka jazzowa Grażyna Auguścik. Artystę akompaniował na akordeonie Jarosław Bester.



Październik. Gościliśmy przedstawicieli Zarządu Głównego (ZG) TPD: Wiesława Kołaka, prezesa ZG TPD oraz Jolantę Szklarską i Irenę Malanowską z biura ZG TPD. Goście wzięli udział w koncercie „TPD – dziękuje Przyjaciołom”.



Wrzesień. Heidi i Reinhard Kern, Szwajcarzy, którzy przez dziewięć lat pobytu w Kwasowie (gmina Sławno) pomagali dzieciom z Janiewic, otrzymali odznakę TPD „Przyjaciół Dziecka” za działalność społeczną na rzecz najmłodszych.



Październik. „Świat Dziecka” świętował swoje 20. wydanie. Pismo ukazuje się od marca 2016 roku, jako bezpłatny miesięcznik docierający do osób zainteresowanych problemami i wychowaniem dzieci i młodzieży.



Listopad. Przedstawiciele koszańskiego TPD uczestniczyli w spotkaniu – w biurze Rzecznika Praw Dziecka – poświęconym realizacji projektu Rady Państw Nadbałtyckich: „Dzieciństwo bez przemocy; w kierunku odchodzenia od kar cielesnych w Krajach Nadbałtyckich”.



Październik. Emisja 20. odcinka programu „Świat twojego dziecka” był okazją do spotkania i uczczenia jubileuszowego wydania. Inicjatorem i opiekunem merytorycznym audycji jest TPD.



Grudzień. Dzięki wsparciu Kulczyk Foundation, TPD uczestniczyło w realizacji drugiej edycji programu „Żółty Talerz”. Dotychczas udało się przygotować milion posiłków dla dzieci, z czego 350 tysięcy – w 50 naszych ogniskach i świetlicach.

Fot. Izabela Rogowska, Agnieszka Stępniewska, Marcin Torbiński, Jacek Walo/Pracownia Pozarządowa, Joanna Woźniak, Bartosz Zabrocki, biuro Rzecznika Praw Dziecka, Fundacja PKO Bank Polski, Telewizja Kablowa Koszalin, archiwum TPD w Koszalinie

Zdrowie jest jedną z ważniejszych wartości w życiu każdego człowieka. Trafnie ujął to Arthur Schopenhauer: „Zdrowie na pewno nie jest wszystkim, ale bez zdrowia wszystko jest niczym”. Nie zawsze w pełni uświadamiamy sobie, że możemy kreować nie tylko własne zdrowie, ale także zdrowie członków naszej rodziny.

Czy rodzice mogą być liderami zdrowia?

Podejmuję ten temat z kilku powodów. Jednym z ważniejszych jest wciąż niewystarczająca wiedza na temat zachowań zdrowotnych, innym zaś – brak silnej woli w przestrzeganiu codziennych zasad zdrowego stylu życia (wszyscy potrzebujemy mobilizacji). Przede wszystkim jednak niepokoi mnie podejście rodziców do zdrowia własnych dzieci. Nie wszyscy czują się za to odpowiedzialni.

Pełnia możliwości

„Zdrowie” najczęściej rozumiane jest w bardzo wąskim znaczeniu, jako „brak choroby”. Tymczasem można rozumieć zdrowie jako dobrostan, pełnię możliwości. Szczególnie bliskie jest mi definiowanie zdrowia właśnie jako dobrej jakości życia (dobre samopoczucie, szczęście, zadowolenie z życia, samorealizacja), jako potencjału fizycznego i psychicznego człowieka, dzięki któremu jest on aktywny, twórczy.

Optymalny stan zdrowia może się zmieniać w różnych okresach naszego życia, będzie to zależało od warunków, w jakich żyjemy, a także od podejmowanych przez nas działań dla własnego zdrowia. Nie jest chyba możliwe dokonanie prostego podziału na ludzi zdrowych i chorych. Człowiek najczęściej znajduje się na wielowymiarowym kontinuum zdrowie – choroba. Trudno określić stan bycia całkowicie zdrowym lub całkowicie chorym, ponieważ jest to dynamicznie zmieniający się proces. Ważne, aby skupić się na tym, co pomaga w przesuwnię się na tym kontinuum „ku zdrowiu”.

Refleksje i równowaga

Edukacja zdrowotna ważna jest w każdym wieku, ale szczególnie w okresie dziecięcym, a także w przypadku dzieci z chorobami przewlekłymi (np. alergia, astma, mukowiscydoza). Postęp w medycynie spowodował, że wiele chorób można skutecznie leczyć, a w przypadku chorób nieuleczalnych – przedłużać życie. Osoba przewlekle chora także może dążyć do „pełni możliwości”, rozwijając własny potencjał

na tyle, na ile jest to możliwe, między innymi poprzez unikanie zagrożeń, które mogą pogorszyć jej stan zdrowia (np. palenie papierosów, stosowanie używek, w tym alkoholu, czy rezygnację z aktywności fizycznej).

Szczególnie ważne jest, aby pojawiła się refleksja nad własnym zdrowiem. Świadome podejmowanie działań na rzecz poprawy naszej kondycji zarówno psychicznej, jak i fizycznej, to jeden z ważniejszych celów edukacji zdrowotnej według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO). Jest to trudne, bowiem zdrowie człowieka stanowi całość złożoną z kilku wymiarów, między którymi zachodzić musi pewien rodzaj równowagi.

Miłość i akceptacja

Przypomnijmy, że wśród wspomnianych komponentów wymienia się między innymi: zdrowie fizyczne, psychiczne, emocjonalne, społeczne, duchowe i seksualne. Wszystkie wymienione aspekty są tak samo ważne i mają wpływ na nasze samopoczucie. Nie dziwi więc fakt, że fizycznie zdrowe dziecko nie czuje się szczęśliwe, gdy nie czuje się kochane i akceptowane przez rodziców.

Za najważniejszy czynnik warunkujący zdrowie uznaje się styl życia, a dokładnie – zachowania zdrowotne będące integralną częścią tego stylu, czyli takie działania, które bezpośrednio lub pośrednio wpływają na utrzymanie zdrowia (jego poprawę lub ochronę) i samopoczucie człowieka. Do najważniejszych zachowań prozdrowotnych zalicza się: aktywność fizyczną, racjonalne odżywianie, zachowanie higieny ciała i otoczenia, radzenie sobie ze stresem, zachowanie bezpieczeństwa.

Dobre przykłady

Zadaniem rodziców jest tworzenie odpowiednich warunków do kształtowania umiejętności życiowych, dzięki którym młody człowiek będzie uczony dokonywania wyborów, przyjmowania odpowiedzialności, unikania presji ze strony innych.

Działania takie wymagają od dorosłych propagowania zdrowego stylu życia, np. poprzez organizowanie aktywnych form spędzania czasu wolnego. Sami dajemy przykład, preferując określony styl wypoczynku (unikanie ruchu, nadmierne spożywanie posiłków). Dzieci uczą się określonych zachowań także na podstawie własnych doświadczeń, obserwując osoby ze swojego najbliższego otoczenia.

Stąd apel: Rodzicu, jeżeli chcesz, aby dziecku coś zrobił, najpierw zrób to sam!

Samo wpajanie dzieciom, jak dbać o zdrowie, czy zdrowo żyć nie wystarczy. Rodzic, jako lider zdrowia – w moim rozumieniu – to pomysłodawca inspirowany własne dzieci do myślenia i działania, nie zaś jedynie osoba pełniącą funkcję opiekuna.

Świadomość lidera

Często kierując się ideą: „to dla twojego dobra” (zdrowia), zarządzamy dziećmi, zamiast ich prowadzić. Użyłam w tytule pojęcie „lider”, ale równie dobrze można powiedzieć: „przewodnik”. Najważniejsze jednak, co rozumiemy, używając tych pojęć. Ważne, abyśmy w relacjach rodzinnych rezygnowali z układu nadrzędności i podrzędności. Istotą bycia dobrym liderem jest umiejętność wyznaczania celu – zadania, ale jednocześnie rozpoznawania możliwości, dyspozycji (zasobów) członków rodziny (grupy).

Rodzice mogą być liderami zdrowia, jeśli potrafią w swoich dzieciach rozbudzić pasję, zainteresowania aktywnością fizyczną, najlepiej sami dając przykład. Nie każdy z nas musi od razu zostać liderem, ale przynajmniej świadomym przewodnikiem w świecie wartości, w którym szczególne miejsce zajmie etos zdrowia. Jednym z takich zadań powinna być promocja zdrowego stylu życia. Rodzice są przewodnikami w świecie kultury fizycznej i zdrowotnej bez względu na to, czy tego chcą. Chodzi właśnie o to, by czynili to świadomie, by z przekonaniem stawali się kreatorami zdrowia własnego i swoich dzieci.

Lucyna Maksymowicz

Nie zapadajmy w sen zimowy – zima także ma swoje uroki

O znaczeniu kondycji fizycznej dla codziennego funkcjonowania nie trzeba nikogo przekonywać, a mimo to większość stroni od wysiłku. Gra w piłkę na plaży, czy nad jeziorem, jazda rowerem po słonecznej kąpielii – można łączyć przyjemne z pożytecznym. W przypadku małych dzieci aktywność fizyczna jest podstawą ich prawidłowego rozwoju psychospołecznego.

Oczywiście, na samym początku dominuje fizyczność, czyli rozwój zwinności, szybkości czy precyzji ruchu. Dziecko uczy się rzucać, łapać, wspinać, skakać, turlać, utrzymywać równowagę, najczęściej wśród rówieśników, a to wszystko będzie się potem przekładać na poczucie własnej wartości, na bardziej lub

mniej trafną ocenę własnych możliwości. Pewnych rzeczy nie da się zrobić w pokoju, nawet w sali gimnastycznej. W epoce społeczeństwa informacyjnego, kiedy większość z nas kilka godzin dziennie spędza przed komputerem, aktywność fizyczna staje się priorytetem.

Odpowiedzialność za swoje zdrowie, sprawność, budowę, sylwetkę nie pojawia się u młodego człowieka automatycznie. Od małości zachęcamy dzieci do aktywności, zdrowego odżywiania, dbania o higienę. Rozmawiamy o potrzebie wypoczynku, odpowiedniej ilości snu. Zalecając maluchom pewne działania (mycie zębów po posiłku, jedzenie owoców, wkładanie czapki zimą, robienie inhalacji), tłumaczymy jednocześnie, dlaczego jest to ważne. Tylko w taki sposób możemy przygotować nasze dzieci do podejmowania w przyszłości świadomych i celowych wyborów w zakresie działań zdrowotnych.

Nie zwalniamy dzieci z lekcji wychowania fizycznego

Słaba sprawność, wąta sylwetka, brak masy ciała, zmniejszająca się pojemność wydechowa – to często właśnie wynik zwalniania dziecka z zajęć wychowania fizycznego lub przykład ograniczania wszelkiej aktywności fizycznej.

W takim przypadku nie tylko spada poziom sprawności, ale dodatkowo pogłębia się stan chorobowy, a tym samym obniża się poczucie własnej wartości chorego dziecka. Utrwała się poczucie osoby odbiegającej od normy, czyli: „chudej, niezgrabnej, niewydolnej fizycznie”.

Kusice: Policjantka wśród przed- szkolaków

Dzieci z przedszkola TPD „Kubuś Puchatek” w Kusicach intensywnie pracowały podczas tygodnia o tematyce „Uliczne sygnały”. Zapoznały się między innymi z zasadami bezpiecznego ruchu drogowego, poznały kilka najważniejszych znaków i numerów telefonów alarmowych.

Podsumowaniem tygodniowej pracy było spotkanie z policjantką Iwoną Ordak, która rozmawiała z dziećmi o zasadach bezpiecznego zachowania się nie tylko na drodze, lecz również w budynku przedszkola – podczas zabaw i zajęć.



Po zajęciach teoretycznych i rozdaniu odblasków, policjantka zaprosiła maluchy do obejrzenia radiowozu i najpotrzebniej-

szego sprzętu policyjnego. W podziękowaniu otrzymała od dzieci laurkę.



...oraz wyprawa do biblioteki

Przedszkolaki z Kusic wybrały się również z wizytą do Szkoły Podstawowej im. Noblistów Polskich do Niemicy. Choć pogoda nie sprzyjała wyprawie, dzieci z wielką radością podążyły na spotkanie.

Podczas wspólnej zabawy miały okazję poznać rówieśników ze szkolnej „zerówki” i nowe zabawy ruchowe. Odwiedziły bibliotekę, w której dowiedziały się o zasadach wypożyczania książek i zachowania w tym miejscu.

W ramach podziękowania dzieci wykonały piękne jesienne obrazy na wystawę, a same otrzymały dwie książki z baśniami. Na zakończenie był słodki poczęstunek i zabawa na „Radosnej Szkole” wśród wielkich i mięciutkich poduch.



...święto przedszkolaka...

Przedszkolaki też mają swoje święto. Dzieci z Kusic obchodziły je intensywnie. Miały okazję sprawdzić się w różnego typu konkursach, zarówno zespołowych jak i indywidualnych.

Ku zaskoczeniu gości, najlepiej wypadły najmłodsze przedszkolaki, choć ich starci koleldzy i koleżanki również zaprezentowali się bardzo efektownie.

...i „święto dyni”

Listopadowy „sezon na dynie” sprowokował przedszkolaki z Kusic do dyniowych eksperymentów kuchennych i dekoracyjnych.

Zgodnie z tradycją maluchy postanowiły świętować „dzień dyni”. Zapoznały się z charakterystyką i zastosowaniem tego wyjątkowego pomarańczowego warzywa, bogatego w witaminy i minerały, którego właściwości leczniczych nie sposób przecenić.

Wspólnie udekorowały dynię poprzez jej wydrążenie, robiąc piękny lampion oraz malując ją na wszystkie kolory tęczy. Na zakończenie „dnia dyni” skosztowały pysznej zupy dyniowej, a odpoczywając po obiedzie wykonały dodatkowo papierową wersję warzywa, które stało się bohaterem dnia.

(id)

Fot. TPD Kusice



Opracowanie tekstów na podstawie informacji nadanych z placówek: Magdalena Grzybowska
Zdjęcia: archiwum TPD Koszalin

Marcin: „Mamo, czy trzeba już wynieść śmieci?”; Ja: „Trzeba, trzeba. Ale nigdy wcześniej sam tego nie zauważałeś!”; Marcin: „Widzisz? Dorastam. A poza tym za wyniesienie śmieci są aż dwie kulki!”. Ostatnio w domu zdarza mi się dostawać ataków niepohamowanego śmiechu. Moi mężczyźni zamienili swoje tradycyjne już potyczki językowe na rywalizację o... szklane kulki. Uważam, że to jest po prostu słodkie.

Jak radzić sobie z dzieckiem 16+

(część I)

Oco tak naprawdę chodzi? Przygotowując się do napisania materiału o systemie punktowym, potrzebowałam zdjęcie kulek. Właściwe akcesoria znalazły się na strychu. Po wykonaniu fotografii, kulki jednak nie trafiły z powrotem na swoje miejsce, lecz zostały na moim biurku, gdzie zobaczył je Marcin. Tak to się zaczęło. Syn powiedział: „Mamo, wróćmy do kulek, chcę mieć argumenty w rozmowach z tatą”.

System punktowy

Początkowo myślałam, że żartuje. Szybko okazało się, że nie. Przez kilka następnych dni proponował szczegóły nowego systemu punktowego i dostał wreszcie kilka pierwszych kulek. A jak wciągnął w to męża?

Marcin: „Tato, potrzebuję twojej pomocy. Chcę złutować słuchawki, ale cyna nie chce się przyklejać; spada w drugą stronę. Zapłacę twardą walutą – kulkami”. Mąż: „Zrobiłbym to i bez kulek, pokaż że słuchawki”. Mąż jednak dostał od Marcina dwie pierwsze kulki i... podjął zabawę. Mąż do mnie: „Daj mi na nie szklanekę, skoro już zarobiłem...”; Ja: „Też będziesz zbierać?”; Mąż: „A co? Przynajmniej będzie widać, ile robię w domu”.

Teraz moi panowie prześcigają się w zdobywaniu kulek, a ich codzienne potyczki słowne nagle dziwnie zelżały.

Ja: „Marcin, wstawaj!”; Marcin: „Zaaraż...”; Ja: „Marcin! Tata ma coraz więcej kulek”; Marcin: „O nieee...”. Piętnaście minut później. Marcin: „Mamo, zdawało mi się przez sen, czy rzeczywiście mówiłaś, że tata też zdobywa kulki?”. Ja: „Zdobywa, bo postanowiłam przyznawać kulkę za zrobienie kawy i herbaty w ogólnych dzbankach”.

Charakter młodości

Chciałam się przyłączyć do zbierania kulek, chłopaki jednak uznali, że to demotywowałyby ich, ponieważ w domu i tak najwięcej robię. Dowiedziałam się od nich, że ten system jest po to, żeby „zwalczać domowe pasożytnictwo”. Niezły pomysł. Nie zauważyłam, że wcześniej całkiem sporo dla domu robili – muszę przyznać.

Nie sądziłam, że przy dziewiętnastolatku takie systemy mają jeszcze jakikolwiek sens. Ale, jak widać i ta sytuacja to potwierdza, człowiek uczy się przez całe życie.

Okazało się, że taka – pozornie drobna – zabawa może pomóc nawet w relacjach pomiędzy dorosłymi ludźmi. Dlatego, jeżeli nastolatek, czy partner/partnerka, nie bardzo garnie się do pomocy w domu, warto spróbować wprowadzić system punktowy.

Co zmienia się w traktowaniu nastolatka? Powiedzmy sobie szczerze, że łatwo nie jest. Nastolatek nagle odkrywa, że ma inny gust i inne od rodziców poglądy. Przeważnie dokładnie odwrotne. Prowokuje, nigdy nie odpuszcza. Chce, żeby traktowano go jak dorosłego człowieka, zachowując się jak... no, jak rozkrzycza-

ny nastolatek, czyli dokładnie jak ktoś, kim jest i jeszcze kilka lat pozostanie. Po prostu „tak to działa, jak natura chciała”.

Miłość i akceptacja

Mimo wszystko nasz nastolatek nadal potrzebuje od nas miłości i akceptacji. Jednocześnie chce dorosnąć, a jest to trudny proces, bo równocześnie musi przeciwieście całkowicie zmienić swój sposób zachowywania się, mówienia i myślenia. A my? Również musimy trochę się zmienić, jeżeli chcemy, żeby te procesy przebiegły w miarę spokojnie.

Na jednym ze szkoleń usłyszałam: „Szesnastolatek jest jak wypuszczona strzała. Nie mamy już wpływu na to, gdzie trafi”.

Nie do końca zgadzam się z tym stwierdzeniem, ponieważ w wspomnianym etapie znacznie więcej zależy od rodziców, niż nam się wydaje. Jednak rzeczywiście czas na wychowanie już się nam definitywnie skończył i nasz stosunek do nastolatka powinien ulec znacznej zmianie. Co, niestety, jest niezwykle trudne. Dlaczego? Z wielu powodów, przede wszystkim w oczach rodzica nastolatek pozostaje po prostu dzieckiem.

Na tym samym szkoleniu psycholog powiedział coś, co było wówczas miodem na moje serce: „Twoje dziecko jest miłym, spokojnym i grzecznym nastolatkiem? Już zbieraj na psychiatrę!”. Co to oznacza?

Już dorosły

W skrócie chodzi o to, że okres dorastania i buntu przechodzi każde dziecko, lecz nie każde potrafi swoje uczucia zaakceptować i wyrazić; te dzieci w przyszłości zapłacą za to utratą wiary w siebie i problemami z samooceną. Dlatego cieszymy się, jeżeli nasz nastolatek należy do ludzi otwartych i bezpośrednich.

Teraz musimy nauczyć się traktować naszego nastolatka jak dorosłego, nadal okazując mu akceptację i miłość. W ślad za tymi zmianami, o ile nie zrobiliśmy tego już wcześniej, powinniśmy definitywnie skończyć z uwagami typu: „Kiedy wreszcie trochę się pouczysz?”, „Znowu zapasałeś do szkoły? Od jutra kładziesz się o dziesiątej”, „Wynieś śmieci, nie mieszkasz w hotelu!”.

Wymaga to od nas całkowitej zmiany myślenia o naszym dziecku. Musimy mu w pełni zaufać i ostatecznie odciąć pewność.

Młody człowiek uczy się i rozwija nie dla nas, lecz dla siebie i wyłącznie dla siebie. Nie nam robi krzywdę spędzając czas na pustych rozrywkach, czy biorąc używki. W obowiązkach ma pomagać nie dlatego, że otrzymał takie polecenie, ale dlatego, że odczuwa potrzebę angażowania się w prace domowe i odciążania w ten sposób innych dorosłych.

Stary schemat

O co w tym wszystkim chodzi? O jedną z najważniejszych rzeczy w życiu człowie-

ka dorosłego: przejęcie odpowiedzialności za siebie. Jeżeli teraz, zgodnie z naszymi wcześniejszymi przyzwyczajeniami, będziemy usiłowali wymusić na naszym nastolatku „odpowiedzialne zachowania”, dziecko po starym zacznie udawać, że robi to, co od niego oczekujemy.

Nastolatek pozostaje w starym schemacie – w tym tkwi problem. Nadal ma poczucie, że to rodzic jest za jego zachowania odpowiedzialny i to rodzic trzyma kontrolę. Spodziewa się, że jak zawsze do tej pory, w razie czego rodzic potrzśnie, nakrzyczy i... wyratuje. Dzięki temu może rzeczywiście tymczasowo unikniemy pogorszenia się ocen w szkole, a może nawet uda nam się uchronić dziecko przed powtarzaniem roku, ale stracimy znacznie więcej.

W ten sposób działając nie pozwolimy nastolatkowi przejąć odpowiedzialności za siebie, a im później się to stanie, tym gorzej dla rozwoju naszego dziecka, dla tego, co o sobie myśli i jaką osobą stanie się w przyszłości.

Dziecko przejmie odpowiedzialność za siebie dopiero, kiedy przestanie czuć się kontrolowane przez rodziców. Gdy pozwolimy mu popełniać błędy.

W roli doradcy

Nastolatek musi zacząć za siebie odpowiadać, co nie znaczy, że będzie nieomylny. Nie powtarzajmy więc przy nowych błędach, że świadczą one o braku jego odpowiedzialności. Świadczą o tym, że nie nauczył się, jak ograniczyć ilość błędów. Być może nawet przez naszą wcześniejszą nadopiekuńczość. Pozwólmy dziecku wyciągać własne wnioski ze swoich błędów. Pozostańmy doradcą, gdy nastolatek poprosi nas o radę.

Doceniajmy jego mądrość. W dyskusji nie pouczajmy go, traktujmy jak równorzędnego partnera. Słuchamy uważnie, nie przerywamy, nie zarzucajmy mu braku doświadczenia. Nawet, jeżeli uważamy, że mija się z rzeczywistością, faktami lub prawdą, nie prowadźmy rozmowy z poziomu wszechwiedzącego mentora. On wchodzi w życie i musi wyrobić sobie własne opinie. Niestety, zacznie od kwestionowania wszystkiego, co mówimy. Z tym trzeba się pogodzić. Nie musimy za wszelką cenę udowadniać swoich racji, wystarczy powiedzieć, że mamy odmienną zdanie.

Koniecznymy doceniemy również jego samodzielne przemyslenia i wnioski. Zwroty takie, jak: „Ciekawy punkt widzenia, pomyśl nad tym”, „O, to interesujące, wyślij mi link”, „Zachęciłeś mnie, chętnie to przeczytam”, potrafią zdziałać cuda w naszych relacjach z dzieckiem.

Dorota Zaborowska

*Koniec części pierwszej,
za miesiąc – część druga.*