

Podsumowanie V edycji „Złotego Talerza”



ŻÓŁTY TALERZ

W sierpniu br. zakończyliśmy realizację kolejnej edycji „Złotego talerza” – programu, który od kilku lat przynosi wiele korzyści dla podopiecznych placówek koszalińskiego Towarzystwa Przyjaciół Dzieci (TPD) oraz ich rodzin. Dotacje przekazywane przez Kulczyk Foundation istotnie podnoszą standardy dożywiania naszych wychowanków. Z pewnością dają to wymierne korzyści obecnie, ale przede wszystkim w sensie społecznym opłaci się to w przyszłości.



W V edycji, od września 2020 r. do sierpnia 2021 r., zostały zrealizowane zajęcia kulinarne i edukacyjne w 12 ogniskach i w przedszkolu. Przygotowaliśmy 24.265 pełnowartościowych, zdrowych, urozmaiconych i ciepłych posiłków. Przeprowadziliśmy liczne pogadanki i warsztaty kulinarne, których celem była edukacja młodego człowieka pod względem zdrowych nawyków żywieniowych.

Obiady i paczki

Kiedy placówki ze względu na wprowadzone obostrzenia funkcjonowały zdalnie, nasi wychowawcy, będąc w kontakcie z rodzinami podopiecznych, obejmowali pomocą 161 rodzin, które w ramach „Złotego talerza” otrzymały paczki żywnościowe z dostawą do miejsca zamieszkania.

„Złoty talerz” to nie tylko dożywianie, ale przede wszystkim zdrowe posiłki dla naszych podopiecznych, warsztaty edukacyjne o tym, co warto jeść, jakich produktów unikać, co najlepiej wyeliminować z naszej diety, to również wspólne gotowanie i kształtowanie aktywnego stylu życia. Kadra naszych placówek ma możliwość bezpłatnego udziału w szkoleniach kulinarnych w Warszawie, a zdobytą w ten sposób wiedzę może przekazywać dzieciom i ich rodzicom.

Warsztaty dla wychowawców

Od września br. została uruchomiona VI edycja programu, do której dołączyła kolejna nasza placówka – już 14. Udział w projekcie placówek koszalińskiego TPD daje gwarancję

dożywiania na wysokim poziomie, promowania zdrowej i pełnowartościowej żywności oraz kształtowania postaw prozdrowotnych.

„Złoty Talerz” – przypomniemy – to największy w Polsce, prywatny program wsparcia systemu żywienia dzieci, realizowany przez Dominikę Kulczyk ze wspomnianej Kulczyk Foundation. W ostatnim roku szkolnym z projektu korzystało 15 tysięcy dzieci z niemal 350 placówek edukacyjnych w całym kraju.

„Złoty Talerz” został zainicjowany w 2016 roku. Program buduje standard wsparcia systemu żywienia dzieci w oparciu o zwiększenie liczby dzieci mających dostęp do regularnych i zdrowych posiłków w stołówkach szkolnych bądź świetlicowych oraz edukację w zakresie zdrowego odżywiania już od najmłodszych lat.

Opieka ekspertów

Partnerem merytorycznym programu jest Instytut Nauk o Żywieniu Człowieka Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie. Eksperti uczelni przygotowali listę produktów dla osób przygotowujących posiłki dla dzieci. Uwzględnia ona wyłącznie pełnowartościowe i dostosowane do potrzeb dzieci składniki.

Ponadto, mając na uwadze jak ważna jest prawidłowa dieta w życiu i rozwoju dziecka, zespół programu przygotował pakiet materiałów edukacyjnych z zakresu zdrowego żywienia. Na jego podstawie w placówkach TPD realizowane są zajęcia kulinarne. Dzieci uczą się, jak przyrządzać własnoręcznie smaczne potrawy.

„Złoty Talerz” wspierają swoim doświad-

zeniem organizacje pomocowe działające na danym terenie. Oprócz wsparcia finansowego, przeznaczonego na zakup produktów, placówki mogą liczyć na dotacje na niezbędny sprzęt kuchenny i warsztaty z dietetykiem.

Pożytek w lockdownie

– Choć w praktyce realizacja „Złotego talerza” nie jest łatwa, ponieważ wymaga dokładności w przygotowywaniu dokumentacji i wielu zabiegów organizacyjnych i logistycznych, cieszy nas, że możemy pomóc w tak chlubnym i potrzebnym dziele – mówi **Henryk Zabrocki**, prezes koszalińskiego oddziału TPD. – Odpowiadamy na każdy apel anonsujący inicjatywy służące wspieraniu dzieci.

Jak wynika z informacji Zarządu Głównego TPD w Warszawie, od września 2020 r. do 31 sierpnia 2021 r., w ramach poprzedniej edycji programu „Złoty Talerz”, 2.635 dzieci w 93 ogniskach wychowawczych i świetlicach TPD na terenie 12 województw każdego dnia dostawało pełnowartościowy posiłek.

TPD w Koszalinie uczestniczy w programie od początku zwiększając jego zasięg. „Złoty Talerz” okazał się też przydatny podczas lockdownu. Dzięki niemu można było przygotować 900 paczek dla potrzebujących wsparcia dzieci i rodzin.

Smacznie i zdrowo!

Dzieci, które uczestniczą w programie, chętnie korzystają nie tylko z posiłków, lecz także warsztatów kulinarnych. Zajęcia odbywają się między innymi w koszalińskim ognisku „Grono”, gdzie o kuchenne atrakcje dba wychowawczyni Agnieszka Bolesta.

– Podopieczni nasi lubią potrawy zróżnicowane, fajnie wyglądające, ciekawie przygotowane, najważniejsze, żeby samodzielnie, ale też dla innych – opowiada. – Nie zdarza się nam jeść tego samego w tym samym tygodniu. Menu trzeba ustalać na przykład zgodnie z porą roku, smakami sezonu, modami, które kreują programy kulinarne i ze wskazaniem ekspertów „Złotego talerza”. Dzieci są wdzięcznymi uczniami zajęć, chociaż mniej u nas klasycznego gotowania, a więcej pieczenia, bo to bardzo lubimy i przygotowujemy małego co nieco: owoców, zdrowych przekąsek.

Patronat honorowy nad programem objął Rzecznik Praw Dziecka. Projekt ma swoją stronę: www.zoltytalerz.pl.

Agnieszka Szafraniec
Fot. TPD Lekowo

Ponad tysiąc listów do Gwiazdora



pisaniem listów. Powstało ich już ponad tysiąc. Wszystkie starannie zapakowane wyruszyły w drogę do Świętego Mikołaja. (pł)

Po raz kolejny podopieczni koszalińskiego TPD biorą udział w ogólnopolskiej Akcji Gwiazdor. Realizowane przez wolontariuszy z firm ubezpieczeniowych wsparcie ma bardzo prostą zasadę: dzieci z placówek piszą prawdziwe listy do Świętego Mikołaja, w których opisują, co chciałyby znaleźć pod choinką.

Listy trafiają do pomocników Gwiazdora, którzy realizują marzenia najmłodszych. W ten sposób w ubiegłym roku dzieci otrzymały niemal tysiąc paczek! W tym roku też zajęły się

Fot. TPD Koszalin

Odwiedziny z Warszawy



– Nieczęsto odwiedzają nas tak znamienici goście – mówił z uśmiechem **Henryk Zabrocki**, prezes oddziału. – Z tym większą przyjemnością zabraliśmy Grzegorza do naszych placówek, wśród których wyróżnia się nowoczesnie wyposażone przedszkole przy ulicy Tatarcikowicza, które uruchomiliśmy w ubiegłym roku. (pł)

Koszaliński oddział TPD odwiedził **Grzegorz Piestrak**, wiceprezes Zarządu Głównego TPD w Warszawie i prezes Podkarpackiego Oddziału Regionalnego w Rzeszowie. W spotkaniu wzięli udział między innymi: **Bartosz Zabrocki**, dyrektor placówek, **Wanda Kielar**, sekretarz zarządu oddziału i **Beata Bilka**, dyrektor POW w Starych Bielicach.

Fot. TPD Koszalin

Wizyta przyjaciół z Nakarmieni.pl



Fot. TPD Koszalin

Na początku października br. koszalińskie TPD odwiedzili przedstawiciele portalu Nakarmieni.pl, którzy przekazali na potrzeby oddziału 25 monitorów. To wsparcie od firmy GlobalLogic Poland, która ma swój oddział również w Koszalinie. – Monitory trafią do naszych placówek i podopiecznych – powiedział **Bartosz Zabrocki**, dyrektor placówek TPD w Koszalinie. (pp)

Fot. TPD Koszalin

Powstało koło filatelistyczne



„Przystań” część swoich zbiorów – kilka klaserów. Wyjaśnił, że zbieranie powinno być ukierunkowane na temat, określoną dziedzinę, wówczas z milionów znaczków i arkusików możliwe będzie wydobycie motywów, które kolekcjonera interesują i stworzenie z nich wystawowych plansz ekspozycyjnych. (pp)

Przy koszalińskim ognisku TPD „Przystań” powstało Młodzieżowe Koło Filatelistyczne Towarzystwa Przyjaciół Dzieci. Podczas pierwszego spotkania inauguracyjnego, Leszek Bednarek, prezes oddziału Polskiego Związku Filatelistycznego, wręczył wychowankom certyfikaty i początkowe pakiety znaczków. Kolejne spotkania z filatelistyką odbywać się będą co dwa tygodnie.

Filatelistyka w ostatnich latach stała się popularna wśród młodych ludzi. Leszek Bednarek zaprezentował podopiecznym „Przystań”

Fot. TPD Koszalin

Całe spektrum problemów



Rozmowa z rodzicem, przypadkowe spotkanie. „Pan zna się na dzieciach” – stwierdza bardziej niż pyta. Przytakując przez grzeczność. „Bo, wie pan, nasza córka to nagromadzenie kłopotów” – zaczyna niezgrabnie. „To są kłopoty państwa czy córki; córka też uważa, że to kłopoty?” – pytam. Mężczyzna długo się zastanawia, w końcu bąka: „Właśnie tego nie wiemy, to znaczy, my z żoną mamy z córką kłopot, ale ona chyba też ma kłopot sama ze sobą”.

Mam przed sobą mężczyznę pod czterdziestkę, opawanego, zmartwionego, zagubionego i onieśmielonego. Zaczynam drążyć sprawę, głównie po to, żeby pomóc dziecku. Ojciec córki, która ma na imię Kasia, tłumaczy: „Zachowuj się dziwnie, jak nikt w rodzinie. Szafa rzeczy, a ona chodzi w czerwonej bluzie, je tylko to, co lubi, musi chrupać, do przesady kocha zwierzęta, no i chce zamieszkać w lesie, a najlepiej to wyprowadzić się od nas i żyć po swojemu”.

„Po swojemu, czyli jak?” – dopytuję. „Zamyka się w pokoju, lubi być sama, zamiast uczyć się, ciągle czyta książki. Żona to nawet jej książki chowa, bo ile można czytać?! Siostra moja patrzy na moją żonę i mówi po cichu: <Jej rodzina taka sama>. Moja żona spogląda na moją siostrę i szepcze: <Ona też jest dziwna>. Panie, zwariować można!”. „Jak dogaduje się pan z córką?” – pytam. Ojciec: „A jak mam się dogadywać, jak mnie ciągle nie ma? Na te książki to, wie pan, trzeba jeszcze zarobić”.

Schemat myślenia i działania Kasi, na tyle, na ile mogę się zorientować tylko po rozmowie z jej ojcem, ma pewne prawidłowości, które mogą wskazywać na znane terapeutom zaburzenia. Proponuję więc spotkanie, daję swój numer telefonu. „Co pan myśli?” – pyta mężczyzna. „Dziecku trzeba pomóc – wyjaśniam – bez względu na to, co o córce myślicie. Wasze zdanie jest ważne, ale ważniejsze, co czuje Kasia”. „Jesteśmy jej rodzicami” – mruczy ojciec, jakby chciał dodać: „Chyba też coś powinniśmy mieć do powiedzenia”. Zerka na wizytówkę i pyta: „To coś da?”. Milczę.

Za moim pośrednictwem, chociaż bez czynnego udziału, Kasia trafia do dobrego diagnosty, na badania szczegółowe, które ponad wszelką wątpliwość stwierdzają u dziewczyny zespół Aspergera. Rodzice nic z tego nie rozumieją, Kasia potrzebuje chwili, żeby połączyć swoje obserwacje i doświadczenia, zajrzeć do sieci i kiwnąć głową: „Chyba mi ulżyło” – mówi lekarzowi i uśmiecha się, co nie zawsze oznacza akceptację, ale przeważnie spadek poziomu emocji.

Nie spotykam Kasi, ale odbieram telefon od jej ojca. „To pan nam narobił” – zaczyna, ale bez pretensji. „Zmieniła się wasza relacja z córką?” – pytam. „A co miało się zmienić? – pewnie wzrusza ramionami. – Jest, jak było, tylko żona ciągle siedzi w internecie i czyta o tym Aspergerze”. Mężczyzna wzdycha do słuchawki. „To wszystko wymaga zrozumienia i czasu” – tłumaczę łagodnie.

Ale ojciec Kasi nie dzwoni do mnie po dobre rady. „Zawstydziła nas swoją dojrzałością – przyznaje. – Wyciągnęła te wszystkie ciuchy z szafy i opowiedziała nam o każdej rzeczy; o kolorze, rodzaju materiału, o tym, dlaczego to, czy tamto jej przeszkadza w noszeniu. Żona to, powiem panu, raz płakała, a raz śmiała się, dla mnie to wszystko było i jest dziwne, nikogo takiego wcześniej nie spotkałem”. „To pana córka i jest wspaniała – przypominam mu. – Proszę tylko więcej z nią rozmawiać”.

Statystyki są nieubłagane. Na tysiąc dzieci co najmniej czworo spełnia wszystkie kryteria zespołu Aspergera. W tym zestawieniu na dziewczynkę przypada czterech chłopców. Ale przypadków jest dużo więcej, większość dzieci wchodzi w dorosłość bez diagnozy, dopiero środowisko i otoczenie uświadamiają tym ludziom, że w jakimś stopniu są inni. Nie gorsi, lecz odmienni, zawsze wyjątkowi.

Najczęściej padające z ust rodzica zdanie brzmi: „Nie jestem pewna/pewien czy moje dziecko ma Aspergera, ale zachowuje się, jakby miało. Jak będzie więcej czasu, to pójdziemy z nim do rodzinnego, może coś powie”. A jeżeli nic nie powie?

Henryk Zabrocki
prezes TPD w Koszalinie

Opieka nad dziećmi zanim pójdą do przedszkola

O ilości publicznych żłobków i innych form opieki nad dziećmi do lat trzech i liczbie w nich miejsc decydują lokalne władze, gdyż gminy mogą tworzyć i prowadzić tego typu formy opieki, jednak nieobligatoryjnie, a słowo: mogą oznacza, że nie muszą.

Dostępność opieki nad dziećmi do lat trzech uzależniona jest od ich różnorodności i usytuowania w środowisku, odległości od miejsca zamieszkania i od wysokości odpłatności rodziców za żłobek czy inne formy opieki. Podejmując decyzję o powierzeniu dziecka zorganizowanej opiece, rodzic, najczęściej matka, bierze pod uwagę opłacalność podejmowania pracy, czyli zarobki. Dotyczy to zwłaszcza mniejszych środowisk miejsko-wiejskich, ale również wielkomiejskich.

Za mało żłobków

W ostatnich latach obserwujemy wzrost liczby różnych form opieki nad małym dzieckiem. Niemniej jednak potrzeby, przy wzrastającej świadomości rodzicielskiej, nadal nie są zaspokajane. O liczbie publicznych żłobków i innych form opieki nad dziećmi do lat trzech i liczbie w nich miejsc decydują lokalne władze, gdyż gminy mogą tworzyć i prowadzić tego typu formy opieki, jednak nieobligatoryjnie, a słowo: mogą oznacza, że nie muszą.

Na koniec 2018 r., w 930 gminach, czyli w 38 proc. gmin w Polsce, funkcjonowały: żłobki, kluby dziecięce i dzienni opiekunowie. Odsetek dzieci do lat trzech objętych tymi formami opieki stanowi około 13 proc. W około 80 proc. gmin wiejskich nie ma żłobków lub klubów dziecięcych. Tylko około 27 proc. gmin miejsko-wiejskich oferuje opiekę dla dzieci do lat trzech (wg. badań Fundacji Rozwoju Dzieci im. J. A. Komeńskiego).

Koszty i decyzje

Przykładem rozwiązania problemu tzw. użłobkowania jest przyjęty po 2009 r. przez oświatę system tzw. uprzedzskolnienia poprzez wprowadzenie obowiązkowego dofinansowania niepublicznych przedszkoli i punktów przedszkolnych (75 proc. dofinansowania w przedszkolach i 40 proc. w punktach i zespołach wychowania przedszkolnego, w porównaniu do tych kosztów, jakie gmina ponosi w publicznych przedszkolach na jedno dziecko).

Jeżeli w gminie nie ma publicznego przedszkola, dofinansowanie ustala się na podstawie kosztów z sąsiedniej gminy. Gmina, na terenie której prowadzone jest niepubliczne przedszkole (punkt), automatycznie obciąża kosztami gminę, z terenu której dziecko jest w nim umieszczone. Analogicznie należałoby przyjąć dofinansowanie do

niepublicznych form opieki: wspomniane wyżej 75 proc. w żłobkach i 40 proc. w klubach dziecięcych, w porównaniu do kosztów ponoszonych przez gminę w publicznym żłobku na jedno dziecko.

Zmiany w dofinansowaniu

Obecnie ustawa o opiece nad dziećmi w wieku do lat trzech daje samorządom możliwość, ale nie obowiązek, dofinansowania podmiotów prowadzących żłobki. Jednak, nawet, gdy gminy je dofinansowują, to kwoty na jedno dziecko nie odnoszą się do rzeczywistych kosztów ponoszonych na każdą z tych form opieki, ponieważ wysokość tych kwot jest uznaniowa.

Koszt pobytu dziecka w żłobku jest dwukrotnie wyższy niż w przedszkolu; dofinansowanie na niepubliczne przedszkola wynosi 600-900 zł. W przedszkolu nauczyciel przypada na nie więcej niż 25 dzieci. Na dziecko z niepełnosprawnością zapisane do przedszkola przyznawane jest znacznie wyższe dofinansowanie z budżetu państwa.

W żłobku opiekun dziecięcy może mieć pod opieką nie więcej niż ośmioro dzieci, zaś w przypadku korzystania z tej opieki przez dziecko z niepełnosprawnością, na opiekuna w grupie nie może przypadać więcej niż pięcioro dzieci.

Mniejsza dostępność

Co to wszystko powoduje? Wzrastają koszty pobytu dziecka w żłobku, co oznacza także wyższą odpłatność rodziców. Dofinansowanie przez samorządy żłobków i innych form opieki występuje zwłaszcza w aglomeracjach miejskich, natomiast w znikomym stopniu w środowiskach małomiasteczkowych i wiejskich, co wpływa oczywiście na ich dostępność, a więc powszechność.

Nie jest unormowana refundacja dopłat do żłobków dla dzieci z innej gminy, tak jak w przypadku przedszkoli. Wprowadzie gminy mogą zawierać porozumienia z inną gminą, ale taka sytuacja występuje bardzo rzadko. Niepewność organu prowadzącego, np. stowarzyszenia, co do otrzymywania comiesięcznego dofinansowania zniechęca potencjalnych prowadzących do organizowania żłobków i inwestowania w takie przedsięwzięcia, ponieważ musieliby oni liczyć na dopłaty rodziców wynoszące 1.000-2.000 zł. Młodych rodzin nie stać na takie dopłaty, co – jak można przewidywać – wpłynie negatywnie na rozwój i upowszechnianie tych form opieki.



Mamy chęć do pracy!

W 2018 r. 57,1 proc. niepublicznych żłobków i klubów dziecięcych otrzymało dofinansowania od samorządów wynoszące 200-500 zł, jednak tylko w bogatszych gminach. Pozostałe to mniejsze aglomeracje, które nie dofinansowują tych form opieki, gdyż często ich na to nie stać albo o czym już było wyżej, „mogą, ale nie muszą”. Wypada zapytać retorycznie: czy w tych środowiskach nie mieszkają młode rodziny?

Co więc robić, aby zwiększyć dostępność żłobków i innych form opieki nad małym dzieckiem? Wiąże się z tym pewne ryzyko, wynikające z potrzeby zagwarantowania opłacalności przedsięwzięcia podejmowanego przez organy prowadzące wspomniane formy opieki, zwłaszcza niepubliczne.

Warunkiem jest zmiana dobrowolności ich dofinansowania przez samorządy na obowiązkowe dopłaty do publicznych i niepublicznych form opieki, wsparte dotacją z budżetu państwa i zapisami zawartymi w ustawie o opiece nad dziećmi w wieku do lat trzech oraz w corocznym resortowym programie rozwoju instytucji opieki nad dziećmi „Maluch +”.

Standard europejski

Co więcej? Systemowe dofinansowanie określonych form opieki dla małych dzieci z budżetów samorządów i państwa z pewnością uwolniloby rynek żłobków i klubów dziecięcych, a w rezultacie przybywałoby tych placówek, przede wszystkim dzięki zachęceniu osób prawnych, np. stowarzyszeń i osób fizycznych do ich organizowania i prowadzenia.

Podobnie stało się w przypadku upowszechniania wychowania przedszkolnego. Przykładem może być województwo zachodniopomorskie, gdzie w 2006 r. tylko 7,3 proc. dzieci wiejskich objętych było wychowaniem przedszkolnym. Dzisiaj, między innymi dzięki aktywnej działalności Towarzystwa Przyjaciół Dzieci, jest to około 80 proc., co oznacza osiągnięcie standardu europejskiego.

Zygmunt Pyszkowski

Autor jest wiceprezesem ZG TPD i prezesem Zachodniopomorskiego Oddziału Regionalnego TPD w Szczecinie. Tekst to przedruk z „Przyjaciela Dziecka” (nr 1-6/742-747/2021), pisma wydawanego przez Zarząd Główny TPD w Warszawie.

Fot. Marcin Golik



Jak cieszyć się życiem, poprzez akceptację śmierci

Lektura książki wydanej przez krakowski Znak Horyzont w 2019 r., a więc napisanej i wydanej przed pandemią, co ma istotny wpływ na jej odbiór, wprawiła mnie w zdumienie, ale i przywołała szereg frapujących przemyśleń. Mowa w niej o śmierci i umieraniu.

Caleb Wilde, młody Amerykanin z Parkesburga, w stanie Pensylwania, dwa lata przed ich polskim wydaniem, napisał znakomite wspomnienia – „Wyznania przedsięwzięcia pogrzebowego. Jak praca ze śmiercią uratowała mi życie” (przekład: Elżbieta Janota). Czytałem wiele pozycji o śmierci i umieraniu, w moich zainteresowaniach ten temat ma stałe miejsce eksploracji (polecam np. „Jak umieramy” Sherwina B. Nulanda), jednak nigdy wcześniej nie natrafiłem na pozycję, która w tak racjonalny sposób oswajałaby nasz naturalny lęk przed śmiercią.

Isolacja od śmierci

„Wyznania...” są duchowym przewodnikiem po odchodzeniu, pożegnaniach, samej ceremonii pogrzebowej, jej przygotowaniach i skutkach, również w odniesieniu do dzieci, tych, które umierają i tych, które – najczęściej, niestety, samodzielnie i w stanie silnego wzburzenia emocjonalnego – muszą pogodzić się z odejściem osoby bliskiej. Caleb Wilde, przedstawiciel kolejnego pokolenia właścicieli zakładu pogrzebowego, poprzez edukację i samokształcenie, sam przeszedł długą drogę akceptacji śmierci, jako ostatniego etapu życia. Wszystko to wpisuje się w nastrój listopadowej zadumy nad przemijaniem.

Pamiętam z dzieciństwa, które przypadło na lata strajków, kryzysu, opakowań zastępczych i Edwarda Gierka, że dzieci nie były zabierane na pogrzeby. Gdy pojawiłem się na progu pokoju, w którym przy wystawionych zwłokach zawodziła kilka sąsiadek ciotki, a ksiądz niecierpliwie gasił pragnienie w kuchni wujostwa, babcia moja natychmiast położyła mi ręce na ramionach i kategorycznie zażądała: „Nie wchodzi tam! Dzieci są na górze” – wskazując mi schody.

Rozmowa o ostateczności

Kiedy ponad 40 lat później, w wieku 101 lat, babcia dokonała żywota, a wcześniej po wielokroć, również z uwagi na swoją pracę, miałem kontakt z ciałami, nierzadko znajdującymi się w stanie, który daleko odbiegał od normalności, po pożegnaniu lekarzy pogotowia stwierdzających zgon, a w oczekiwaniu na przedstawicieli zakładu pogrzebowego, usiadłem przy niej, położyłem rękę na jej dłoni i pomyślałem: „Powinienem wtedy dowiedzieć się, jak to boli”.

W odniesieniu do swoich córek, dzisiaj już dwudziestoparoletnich, zawsze powtarzałem: „Dziecko można oswoić z obawami i lękami jedynie poprzez szczerą rozmowę”.

Do dzisiaj, chociaż mój światopogląd opiera się wyłącznie na wierze w energię i materię, a może właśnie dlatego, odwiedzając grób babci w zacisznej, nowej części koszańskiego cmentarza, rozmawiam z nią tak, jakby była obok. Choć nie oczekuję odpowiedzi, wiem, co powiedziała by na każde wypowiedziane przeze mnie zdanie. Przez pół wieku uczyła mnie ludzi i świata, a pominięciem tego, co ostateczne. W ostatnich latach mówiła: „Pan Bóg o mnie zapomniał. Chciałabym już umrzeć i pójść do innych”. W świecie współczesnego blichtru i blasków takie pragnienie brzmi abstrakcyjnie.

Akceptacja zamiast buntu

Caleb Wilde, który momentami pisze, jak kaznodzieja, a miejscami, jak komik, z czarnego humoru zniżył pożyteczny użytek, w nocie od autora tłumaczy: „(...) byłem świadkiem wielu bardzo osobistych momentów w życiu różnych osób. (...) Widziałem okropne rzeczy, o których lepiej nie wspominać”, na dalszych stronach przekonuje, że jego konfrontacja ze śmiercią w młodym wieku była „najtrudniejszą i najbardziej dobroczynną rzeczą”, żeby na koniec oznajmić, że akceptacja odchodzenia „stanowi pierwszy krok w stronę cieszenia się życiem”, „bezbronność [przed] śmiercią jest czymś normalnym”, a „umieranie to uświęcona sztuka ludzkiej egzystencji”. Wiele ważkich słów o wielu nowych znaczeniach.

Czym jest śmierć? „Smutnym końcem życia”, „Karą za grzechy/grzeszne życie”, „Wyzwoleniem i drogą do wieczności”, „Ostatnim aktem ludzkiej bezbronności wobec surowych praw natury”, „Próba odkupienia” – to słyszymy najczęściej. Autor „Wyznań...” przedstawia alternatywny punkt widzenia – śmierć może być „aktem mistycznym”, który „otwiera nasze nowe życie” i „pomaga dostrzec, że nasze plemiennie podziały są tylko złudzeniem”.

Wspólne przeżycie

Caleb Wilde pisze o rzeczach, które wprawiły mnie w zdumienie, ponieważ nie rozumiałem wielu mechanizmów towarzyszących odchodzeniu, umieraniu i żałobie. Wspomina o „dzikości śmierci”, „zmęczeniu współcu-

ciem”, „aktywnym pamiętaniu”, „trwałej relacji ze zmarłymi”, „szabacie po śmierci”, „leczeniu świata poprzez obecność w cierpieniu” etc. Wrażenie robią rozdziały dotyczące dzieci. Okazuje się, że, chociaż nie tracą nic z pamięci, dzieci najłatwiej przechodzą żałobę, ponieważ koncentrują się na „stracie, a nie na stratach, wywołanych pełną obecnością człowieka w naszym życiu”.

Rozmawiaj z dzieckiem o śmierci językiem faktów i przykładów, akceptuj jego uczucia i emocje, zachowuj szczerłość, chroń przed poczuciem winy i odpowiedzialności – to wiemy. Warto jednak zwrócić uwagę na to, co mówimy bezwiednie, a czasem dla błędnie rozumianej ochrony dziecka: nie strasz śmiercią, nie izoluj od czasu i miejsca pożegnania, nie twórz fikcji („dziadek wyjechał”). Najlepiej, jak sugeruje Caleb Wilde, aktywnie zaangażować dziecko w przeżywanie żałoby przez rodzinę i otoczenie.

Cisza ostatniego aktu

Pisanie stało się dla Amerykanina sposobem na przetworzenie doświadczeń po „spotkaniach z ciszą i tajemnicą śmierci”. Dla mnie lektura jego książki okazała się drogą do zrozumienia tego, co tkwiło gdzieś w zakamarkach mojego umysłu – bliskości śmierci.

Wyjaśnię to. Epilog „Wyznań...” sugeruje czytelnikowi znalezienie odpowiedzi na kilka ważnych pytań, np. „czy jesteś gotowy, jak autor, by wpuścić śmierć do swojego życia?”. Otóż tak, jestem, ale brakowało mi świadomości, że śmierć weszła w moje życie już wtedy, w domu zmarłej ciotki. Stało się to niepostrzeżenie, naturalnie i łagodnie, a każde późniejsze – prywatne i zawodowe – spotkanie z ciszą ostatniego aktu było dla mnie tak naprawdę kolejnym taktem w odwiecznym „marszu pożegnania”.

Tegoroczny listopad będzie trochę inny. Odkąd przy grobie babci ustawiłem ławkę, więcej czasu spędzam w otoczeniu kąpiących smutnym deszczem drzew. Więcej też jest naszego wzajemnego milczenia i mniej pospiesznie wypowiedzianych zdań, bo na stojąco żegna się innych, a rozmowa wymaga dłuższego posiedzenia.

Piotr Pawłowski
Fot. Kamil Jurkowski

Autor dziękuje fotografowi za użyczenie zdjęcia dla jak najlepszego zilustrowania tekstu.



Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza świętowała 5-lecie!

– *Jak ten czas mija!* – zafrasował się **Henryk Zabrocki**, prezes koszalińskiego TPD. – *Wydaje się, że jeszcze niedawno placówkę otwieraliśmy i radziliśmy sobie z pierwszymi trudnościami, a dzisiaj mamy pięciolecie, mnóstwo uśmiechniętych i pogodnych twarzy, gości specjalnych i ogromną satysfakcję, że przetrwaliśmy, a placówka funkcjonuje zgodnie z założeniami i standardami. To sukces wielu osób, ale głównie naszych podopiecznych, którzy dobrze współpracują i przystosowali się do warunków domowych i wychowawców, którzy dobrze rozumieją na czym polega misja wspierającego doradcy.*

Placówka została otwarta w 2016 roku. Jako dom wielofunkcyjny realizuje zadania socjalizujące, specjalistyczno-terapeutyczne i interwencyjne. Wypełnia obowiązki określone w ustawie o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej. Zapewnia dziecku całkowicie lub częściowo pozbawionemu opieki rodziców, zaspokojenie jego potrzeb rozwojowych, edukacyjnych, zdrowotnych, emocjonalnych i społecznych oraz religijnych i bytowych. W placówce przebywa kilkanaścioro dzieci, którymi opiekują się pedagodzy, prowadząc pracę dydaktyczną i wychowawczą, terapeutyczno-rehabilitacyjną i współpracę z organizacjami i instytucjami, w tym ze szkołami.



Brzeżno: spotkanie z leśnikami



18 października br., przed-
szkole „Rumcajs” w Brzeźnie
odwiedzili pracownicy Nad-
leśnictwa Świdwin. – *Panie
w mundurach opowiedziały
dzieciom o zwierzętach żyją-
cych w lasach i o dokarmianiu
ptaków zimą* – mówi **Kinga
Kricka**, nauczycielka z placów-
ki. – *Maluchy dowiedziały się,*

w jaki sposób należy dbać także o inne zwierzęta w okresie zimowym.

Przedszkolaki poznały charakter i specyfikę pracy leśnika, jego zadania i obowiązki, zasady prawidłowego zachowania się w lesie, aby spacery były bezpieczne zarówno dla dzieci, zwierząt, jak i całej otaczającej nas przyrody.

Przedszkolaki zostały obdarowane pięknym atlasem drzew i drewnianymi klockami z wizerunkami zwierząt zamieszkujących lasy. – *Podopieczni byli zachwyceni zajęciami i zabawą* – dodaje Kinga Kricka. – *Gościom dziękujemy za spotkanie!*

Manowo: zajęcia o emocjach



„Świat emocji przedszkolaka – jestem radosny, zły, smutny, boję się” – zajęcia pod tym wymownym tytułem, dla maluchów z przedszkola TPD „Motylki” w Manowie, odbyły się w Bibliotece Publicznej w Manowie.

Zajęcia prowadziła bibliotekarka **Maria Staciwa**. Dzieci

poznały niektóre emocje i sposoby radzenia sobie z nimi. Na zakończenie mogły wypożyczyć książeczki o emocjach z serii „Gucio” i przeczytać je wspólnie z rodzicami.

Zieleniewo: jesień z owocami i historią pieniądza

Wrzesień i październik br. u „Trojskliwych Misiów” w Zieleniewie pod Kołobrzegiem upłynął pod znakiem warzyw i owoców. – *Podczas zajęć nawiązujących do, obchodzonego przez nas, dnia jabłka przygotowaliśmy: jabłka zapiekane, sok jabłkowy, zdrowe kanapeczki, gruszki w syropie* – wyjaśnia **Katarzyna Giemza**, nauczycielka z przedszkola.



Podsumowaniem omawianych tematów była wycieczka do gospodarstwa rolniczego, gdzie dzieci zobaczyły, jak wygląda praca w ogrodzie i jak mieszkają zwierzęta. – *Oprócz wątków związanych z darami jesieni obchodziliśmy również Dzień Dziewczynek, braлиśmy udział w warsztatach krawieckich, na których wykonałiśmy przytulankę sówkę oraz uczestniczyliśmy w projekcie edukacyjnym Narodowego Banku Polskiego pod hasłem: „Pieniądze – świadkowie historii naszego życia”* – dodaje Katarzyna Giemza



Grzybowo: tu rozpoczyna się przygoda!

Wrzesień br. w grupie „Delfinków” przedszkola „Muszelka” w Grzybowie pod Kołobrzegiem minął bardzo szybko. – *Po wakacjach wróciliśmy wypoczęci i szczęśliwi, że znów możemy być i bawić się razem* – mówi **Emilia Zgorzałek**, nauczycielka z „Muszelki”. – *Serdecznie powitaliśmy nasze dzielne maluszki, które z każdym dniem stają się odważniejsze i bardziej otwarte na nowe przygody przedszkolne. Z radością wspominaliśmy wakacyjne wycieczki, a później świętowaliśmy Dzień Kropki i Dzień Przedszkolaka.*



Wrześniowe słońce wyciągnęło przedszkolaki na plac zabaw, gdzie dzieci miło spędziły czas, oczywiście wciąż znajdując się pod opiekuńczym okiem swoich wychowawczyń. – *Rozpoczęliśmy kolejny rok, który, mamy nadzieję, będzie przepelniony ogromem cudownych wspomnień* – dodaje Emilia Zgorzałek. – *W „Muszelce” zaczyna się przygoda!*

Koszalin: pasowanie na przedszkolaka



Rok przedszkolny jest pełen różnego rodzaju uroczystości, imprez, ważnych wydarzeń – to nieodłączny element życia przedszkolaka. Wszystko to pozwala sprawdzić, jak malec radzi sobie emocjonalnie w danej sytuacji. Występowanie przed publicznością stanowi dla dzieci wyzwanie ze względu na charakter i rodzaj pokazu. Wszystkie wydarzenia opierają się na próbie zorientowania się w jakim poziomie umiejętności i wiedzy maluchy aktualnie reprezentują. Dzięki takim spotkaniom nauczyciele mają szansę na bliższe poznanie rodziców, co skutkuje zwiększeniem integracji lokalnego środowiska – otoczenia rodzinnego dziecka z otoczeniem przedszkolnym.

24 września br., w grupie „Sówki” koszalińskiego przedszkola „Przyjaciół Dziecka”, odbyła się uroczystość pasowania na przedszkolaka. Na to ważne wydarzenie zostali zaproszeni równie ważni goście. Spotkanie było doskonałym przykładem niezwykle zaangażowania emocjonalnego dzieci, które sprawiło, że jego przebieg był przyjemny i radosny, dotyczyło nie tylko najmłodszych, ale także osób zaproszonych.

Przedszkolaki świetnie poradziły sobie z recytowaniem wierszyków, śpiewaniem piosenki i tańcem. Występując przed publicznością były pewne siebie, uśmiechnięte i skoncentrowane. Poprzez właściwy dobór utworów u każdego dziecka można było zobaczyć jego silniejsze strony. Tego rodzaju uroczystości sprawiają, że maluchy rozwijają się społecznie, intelektualnie, językowo, emocjonalnie i ruchowo. Cieszymy się, że w obecnej sytuacji epidemicznej w kraju udało nam się przegotować dzieci do występu i zaprosić gości.

Dominika Majos

Budzistowo: pierwsza pomoc przedmedyczna

Pod koniec września, przedszkole TPD „Słoneczko” w Budzistowie pod Kołobrzegiem gościło ratownika medycznego. – *Ratownik przekazał dzieciom najważniejsze informacje na temat swojej pracy i udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej* – wyjaśnia **Iwona Krupa**, nauczycielka ze „Słoneczka”.



– *Z pewnością dla wszystkich była to niezwykle pouczająca lekcja właściwego zachowania w sytuacji czyjegoś zagrożenia życia i zdrowia.*

Przedszkolaki przede wszystkim dowiedziały się, w jaki sposób pomóc poszkodowanemu zanim przyjedzie pogotowie ratunkowe, jak na-



leży sprawdzić przytomność osoby, która np. uległa wypadkowi bądź doznała urazu i w jaki sposób wzywać pomoc, aby działanie okazało się skuteczne. – *Dzieci były pod ogromnym wrażeniem wszystkiego, co ratownik pokazywał i mówił* – przyznaje z uśmiechem Iwona Krupa.

Koszalin: Pani Jesień odwiedziła „Żabki”

Jesienne dni często bywają zimne i deszczowe. Dla dzielnych i pomysłowych przedszkolaków z grupy „Żabek” koszalińskiego przedszkola „Przyjaciół Dziecka” nie jest to zmartwienie. – *Z Panią Jesień mogliśmy spotkać się i wesoło bawić w naszej sali* – wyjaśnia **Jolanta Kokoszka**, nauczycielka w „Przyjaciół Dziecka”. – *Na dywanie spacerowaliśmy po parku, zbieraliśmy jesienne liście i układaliśmy bukiety przy piosence „Ola i liście”.*

Dzieci dostały jarzębinę, z której dziewczynki wykonały jesienne korale. – *W naszym teatrzyku spotkaliśmy się z językiem, który opowiedział, jak szykuje się do zimowego snu* – dodaje Jolanta Kokoszka. – *Pomagaliśmy Pani Jesieni zmieniać kolory lata w jesienne barwy, którymi Jesień złociła świat. Przy piosenkach „Zła pogoda”, „Płyną chmurki” i „Jesienna orkiestra” nasza gromadka bawiła się wesoło, a słuchając piosenki „Kołczasty jeź” lepiłiśmy małe języki.*



Koszalin: „Jagódki” i „Kiermasz babeczek”



Grupa „Jagódek” z przedszkola „Przyjaciół Dziecka” w Koszalinie przygotowała pod koniec października br. „Kiermasz babeczek” – to cenna inicjatywa służąca wsparciu podopiecznej koszalińskiej fundacji „Zdążyć z Miłością” Ani Kubiak.

Ania walczy z nowotworem. Leczenie dziewczynki jest kosztowne, dlatego ważne są każde gesty pomocy. Akcja maluchów, wspieranych przez nauczycielki i rodziców, została zorganizowana w ramach projektu „75 dobrych uczynków na 75-lecie TPD w Koszalinie”.

Lekowo: smacznie, zdrowo, kolorowo

Jakość jedzenia, jego rodzaj i prawidłowe nawyki żywieniowe są podstawą w zachowaniu zdrowia. Konieczne jest podejmowanie działań, które będą sprzyjać kształtowaniu prawidłowych nawyków żywieniowych od najmłodszych lat. Dzięki programowi „Żółty talerz”, który jest realizowany w przedszkolu TPD „Krasnale” w Lekowie, dzieci mogą eksperymentować kulinarnie, czyli: kroić, mieszać, miksować, odmierzać, wachać i poznawać nowe smaki.

Na zajęciach rozwijają umiejętności kulinarne oraz poznają zasady prawidłowego odżywiania się – to czas na brudzenie rąk, próbowanie przypraw, testowanie nowych smaków i opowiadanie o jedzeniu. Przedszkolaki kształcą umiejętność współpracy w grupie i czerpią radość z pracy nad posiłkami. Przygotowują sałatki, kanapki, surówki, desery, uczą się nakrywania stołu i kulturalnego zachowania podczas posiłków. Tego rodzaju zajęcia to fascynująca podróż do świata smaków, zapachów i kolorów. Dzięki zabawie wspieramy dzieci w poznawaniu zmysłowym.

Ostatni tydzień października br. przebiegał w „Krasnalach” pod hasłem „Halloween”. Przeprowadziliśmy zabawy badawcze z dynią w roli głównej; opisywaliśmy jej kształt, wygląd, ważyliśmy na oko, dotykaliśmy, zastanawialiśmy się, po co jest dynia i co można z niej zrobić? Propozycji było dużo, po dyskusji wybraliśmy, że zrobimy z niej lampion. Narysowaliśmy oczy, nos, usta – elementy, które należy wyciąć. Dzieci wybierały miąższ i wtedy okazało się, co dynia ma w środku. Wycięliśmy oczy, usta i nos. Na koniec zrobiliśmy dyni makijaż.



Najwięcej frajdy sprawiło dzieciom oddzielanie pestek od miąższu. Było to wspaniałe ćwiczenie manualne. Pestki odtoczyliśmy do wysuszenia. Gotowe dynie posłużyły do dekoracji parapetów przedszkolnych. Następnego dnia dzieci przyszyły do przedszkola przebranie za wampiry, duchy, czarownice lub skryły twarz za maskami. Po śniadaniu rozpoczął się halloweenowy korowód. Maluchy próbowały nastraszyć nas cukierkami w myśl powiedzenia „Cukierek albo psikus”.

Beata Robak

Laureaci konkursu plastycznego o TPD

Poznaliśmy laureatów konkursu plastycznego „Moje najpiękniejsze dni w Towarzystwie Przyjaciół Dzieci”, zorganizowanego z okazji 75-lecia koszalińskiego TPD. Komisja miała niezwykle trudne zadanie, ponieważ napłynęło aż 160 prac 55 z przedszkoli i 105 ze szkół podstawowych. Oto zwycięzcy.

Kategoria I – przedszkola: miejsce 1 – **Julia Chojnacka** (przedszkole w Brzeźnie); miejsce 2 – **Martyna Sobczak** („Morska Kraina” w Drzonowie); miejsce 3 – (ex aequo) **Rita Rutkowska** i **Julian Rutkowski** („Morska Kraina”).

Kategoria II – klasy I-IV: miejsce 1 – **Kinga Jachna** (ognisko „Przystań”); miejsce 2 – **Hanna Kretkowska** („Zacisze”); miejsce 3 – (ex aequo) **Lena Grzeszczuk** („Zacisze”), **Kinga Danik** („Zacisze”), **Zuzanna Sroka** („Północ”), **Julia Simińska** („Grono”) i **Oliwier Duszczak-Blank** („Horyzont”).

Kategoria III – klasy V-VIII: miejsce 1 – (ex aequo) **Maja Krzyżanowska** („Północ”) i **Jakub Capała** („Przystań”); miejsce 2 – (ex aequo) **Patryk Stasiak** (TPD w Oparznie), **Nadia Hernacka**, („Przystań”) i **Jakub Podobojew** („Grono”); miejsce 3 – **Michał Marcinkowski** („Iskierka” w Boninie)

Kategoria IV – grupowa: miejsce 1 – „Morska Kraina” z Drzonowa; miejsce 2 – „Krasnale”, gr. 4-latki z Lekowa; miejsce 3 – ognisko „Północ” z Koszalina.



– Gratulujemy wszystkim i dziękujemy za zaangażowanie!
– Prace były piękne – podsumowali swoją pracę członkowie komisji oceniającej (na zdjęciu: podczas obrad).

Koszalin: spotkanie z listonoszem

W grupie „Kotków” przedszkola TPD „Przyjaciół Dziecka” w Koszalinie każdy dzień jest inną przygodą. W ostatnim czasie przedszkolaki między innymi spotkały się z listonoszem, który opowiedział im o swojej codziennej pracy, sortowaniu listów i tym, co można przestać drogą pocztową.



Dzieci pisały na kaszy słowa związane z pocztą, ćwicząc motorykę małą. W obecności listonosza, skorzystały z wolnostojącej skrzynki pocztowej i wysłały list. Innego dnia „Kotki” radośnie świętowały Dzień Chłopaka. Dziewczynki przygotowały dla kolegów wiele ciekawych wyzwania i niespodzianek.

Drzonowo: „Bal jesienny”

Wiek przedszkolny to okres, w którym kształtują się preferencje smakowe i upodobania żywieniowe dzieci. Przedszkolaki z „Morskiej Krainy” z Drzonowie wiedzą, że warzywa są zdrowe, mają mnóstwo składników odżywczych i witamin. Dlatego też z chęcią przygotowują samodzielnie śniadanie. – *Kanapeczki są smaczne, zdrowe kolorowe, a niektóre uśmiechają się do maluchów układem warzyw* – wyjaśnia **Paulina Zgorzałek**, nauczycielka z „Morskiej Krainy”. – *Wszyscy wiemy, że najlepiej smakują kanapki wykonane*



własnoręcznie. W ten sposób nawet nasze niejadki jedzą śniadanie z apetytem – dodaje z uśmiechem.



Natomiast pod koniec października br. w „Morskiej Krainie” odbył się „Bal jesienny”. Dzieci przyszły przebrane w piękne stroje jesienne. Rodzice wykazali się przy tym ogromną kreatywnością. – *Poza tańcami do jesiennej muzyki, maluchy brały udział w konkursach, zawodach, a także pokazie mody jesiennej* – wyjaśnia **Paulina Zgorzałek**. – *Po zabawie wszystkie wiewiórki, grzybki, sarenki i liski zostały zaproszone na jesienny poczęstunek.*

Oparzno i Lekowo: zabawa w „Bingo Bongo”



Pandemia niestety nadal trwa, niepewny czas nas jeszcze nie minął. Szczęśliwie mogliśmy wrócić do pracy, a dzieci do swojego środowiska. Z tego powodu wszyscy byliśmy bardzo szczęśliwi. Dziecko, nikt temu nie zaprzeczy, wychowuje się najlepiej wśród rówieśników. Rozwijają umiejętności, uczy się socjalizować, poznaje wartości, kształtuje w sobie pozytywne normy, zwyczaje i tradycje.

5 października br. pojechaliśmy do sali zabaw „Bingo Bongo” w Koszalinie. Dzieci świetnie bawiły się przez dwie godziny w sali przystosowanej do kategorii wiekowych. Dlatego w tym miejscu każdy znajdzie coś dla siebie: maluchy w wieku przedszkolnym, jak i nastolatki. Zjeżdżalnie, tunele, labirynty, karuzele, salon gier, mnóstwo tajemnych przejść – wszystko to pozwoliło dzieciom z „Bajkowej krainy” z Oparzno oraz „Krasnalom” z Lekowa przyjemnie spędzić czas.

Dodatkowym atutem tej wyprawy była obecność naszego fotografa tepedowskiego **Marcina Golika**, który uchwycił wszystkie najciekawsze momenty zabaw maluchów. Dwa przedszkola po zakończonej zabawie w „Bingo Bongo”, udały się na posiłek. Za wsparcie w organizacji wyjazdu dziękujemy zarządowi oddziału TPD w Koszalinie.

Katarzyna Pawlukiewicz



Autorka tekstu, Kama Wasiak



W placówkach koszalińskiego Towarzystwa Przyjaciół Dzieci: przedszkolach środowiskowych ogniskach wychowawczych, z powodzeniem realizowane są zajęcia muzyczne z użyciem bębnow i elementów perkusji, ale także innych, również nietypowych, instrumentów rytmicznych (np. bum bum rurki). Na zdjęciu: tegoroczne warsztaty jesienne

Zabawa z rytmem jest ważna

Rytm – w kontekście rytmu dobowego, rytmu biologicznego i rytmu muzycznego – ma podobne przełożenie na samopoczucie człowieka. Podleganie tym trzem rytmom wpływa na jego poczucie bezpieczeństwa i spokój, szczególnie u dzieci.

Jeden z czołowych amerykańskich psychologów i psychoterapeutów Thomas Gordon, w wyniku swoich wieloletnich badań i obserwacji, stwierdził: „Rozwój muzyczny, podobnie jak rozwój mowy, rozwój społeczny, moralny i emocjonalny, jest jednym z wymiarów rozwoju ogólnego. Zachowania muzyczne oraz reakcje na muzykę są naturalne dla ludzi, a słuchanie jej stanowi rodzaj odprężenia psychicznego, wzbogaca doświadczenia, wpływa na rozwój osobowości, rozwija wyobraźnię – jest ona środkiem kształcenia humanistycznego, uwrażliwiającego na wartości ludzkie. Od najmłodszych lat dziecko powinno być wprowadzane w świat muzyki. Zarówno sposób, w jaki zostanie zachęczone do słuchania i śpiewania, a nawet tworzenia prostych melodii, jak i stopień, w jakim będą rozbudzane jego zainteresowania muzyczne, zadecydują o jego dalszym rozwoju. Dzięki muzyce bardzo wcześnie możemy wspierać i pobudzać zmysły dzieci, a przez to rozwijać ich wrodzone talenty”.

Muzyka matematyczna

Od dawna wiadomo, że dziecko słyszy już na etapie życia płodowego. Pierwsze, co każdy z nas usłyszał, to rytm bicia serca własnej matki. Bicie serca, tętno przepływającej krwi. Niepokój matki, czyli przyspieszone bicie jej serca, czy odwrotnie, jej stan relaksu, a więc spokojne i miarowe bicie serca, to wszystko słyszeliśmy zanim pojawiliśmy się na świecie. Dlatego też rytmiczne dźwięki są naturalne i najłatwiejsze do nauczenia.

Istnieje uzasadniona teoria, że muzyka jest bardzo matematyczna, bo oparta na rytmie. Rytm – to usystematyzowany w czasie szereg dźwięków docierających do ludzkiego ucha. Dlatego tak ważne są zajęcia rytmiczne dla dzieci.

Zajęcia takie przede wszystkim uwrażliwiają dzieci na dźwięki, które do nich docierają oraz na sam moment ich pojawiania się w czasie, czyli rytm. Dzięki temu dzieci potrafią reagować ruchem na zmianę dynamiki i tempa muzyki, odtwarzać zadany rytm, interpretować ruchem treść muzyki, wygrywać rytm na instrumentach perkusyjnych, improwizować instrumentalnie

i werbalnie. Uczą się rozróżniać barwę dźwięków, rozwijają poczucie rytmu, wyobraźnię muzyczną i inwencję twórczą.

Fenomen rytmu

Fantastycznym ćwiczeniem jest wyběnienie sylab, z których składają się słowa.

Często zabawa z rytmem, muzyką, instrumentami perkusyjnymi wspomaga rozwój mowy. Rytmizacja jest dobrą metodą, aby wspierać rozwój psychoruchowy dziecka, koordynację ruchową, koordynację słuchowo-ruchową, motorykę dużą. Często jest używana w tego typu terapiach.

W późniejszym wieku dzieci i dorośli, nawet odruchowo, bez zastanowienia, chętnie próbują wygrywać coś na bębnach. To najbardziej naturalna rzecz pod słońcem, a równolegle możliwość tworzenia naturalnych dźwięków dla tych, którzy nigdy przedtem nie mieli z muzyką żadnego kontaktu.

Wspólne bębnienie wprowadza w trans, uczy empatii, słuchania innych i własnego, pierwotnego rytmu. Przy czym najczęściej jest czystą improwizacją, manifestacją radości życia. Fenomen rytmu wyrażany w grze na bębnach dotyczy w równej mierze sfery czysto fizycznej, co głęboko psychologicznej, duchowej.

Bębny to najstarsze instrumenty muzyczne wytwarzane i używane przez człowieka. Wykorzystywane były w obrzędach rytualnych, podczas świąt, ale także do komunikacji (np. przez afrykańskich niewolników na statkach).

Bodźce sensoryczne

Dr Bill Matney – muzykoterapeuta oraz wykładowca na Uniwersytecie Kansas w USA – dowodzi, że gra na bębnach może być uznana za przydatne narzędzie terapeutyczne.

Bębny i instrumenty perkusyjne zapewniają różnorakie bodźce sensoryczne. Niemniej ważne jest to, że są łatwo dostępne, przenośne i interaktywne. Ponadto osoba, która nigdy nie grała na żadnym muzycznym instrumencie jest w stanie wziąć do ręki shaker i udział w grupowej grze na instrumentach perkusyjnych.

Zdaniem dra Matney'a gra na instrumentach pomaga dzieciom z wrodzonymi wadami

intelektualnymi (nie dotyczy to wyłącznie zespołu Downa) w realizowaniu następujących potrzeb:

- * potrzeby społeczne – gra na bębnach, jeżeli zostanie potraktowana jako proces interaktywny i zespołowy, pomaga w rozwijaniu takich umiejętności zespołowych jak: dzielenie się, wymienianie się rolami, a także daje poczucie przynależności do grupy wspólnie pracującej nad osiągnięciem łączącego wszystkich jej członków celu;
- * potrzeby komunikacyjne – gra na dowolnym instrumencie perkusyjnym może być sposobem na niewerbalną komunikację własnych uczuć i myśli, a także ich odbiór od innej osoby grającej;
- * zdolności motoryczne – oczywistym efektem jest poprawa motoryki ogólnej i subtelnej kończyn górnych, ale gra na instrumentach perkusyjnych może również wpływać korzystnie na kończyny dolne (dotyczy to zestawu perkusyjnego, ale także gry na dużym bębnie wymagającym pozycji stojącej, np. conga);
- * potrzeby emocjonalne – bycie częścią grupy, której członkowie wspólnie grają na bębnach może dać dziecku poczucie bezpieczeństwa wystarczające do tego, aby zechciało wyrazić swoje uczucia; poza tym nie ma lepszego sposobu na pozbycie się gniewu lub złości niż uderzenie w bęben;
- * potrzeby poznawcze – będąc częścią grupy perkusyjnej dzieci pracują nad umiejętnością skupienia uwagi, kontrolowaniem impulsów oraz uczą się podejmowania decyzji.

Podsumowanie

Gra na bębnach: inspirowa i daje siłę do działania; rozbudza kreatywność; działa relaksująco; wpływa na synchronizację pracę obu półkul mózgowych; pomaga w pokonywaniu trudności z liczeniem; rozbudza wrażliwość muzyczno-rytmiczną; rozwija umiejętność współpracy; jest po prostu świetną zabawą.

Kama Wasiak
Fot. Patrycja Zalewska (1),
TPD Koszalin (1)
źródło: aditbara

Co robić, żeby dzieci nas słuchały, część 3

Różne pytania nurtują i nie dają spać rodzicom, opiekunom, nauczycielom, wychowawcom. Wśród nich jedno z najważniejszych brzmi: właściwie, dlaczego maluch tak często mówi „nie chcę!” albo „nie będę!”? Czy jednak można, np. w drodze negocjacji bądź jakiegoś sprytnego chwytu, dogadać się z takim uparciuchem? Pewnie, że tak.



Każde dziecko, obojętnie w jakim wieku i cokolwiek robi, potrzebuje wsparcia dorosłych. Czasami powinno ono polegać na tym, by obdarzyć malucha zaufaniem i pozwolić mu na samodzielność

Wszystko jest trudne, nim stanie się proste – mówią filozofowie. Łatwo powiedzieć, trudniej zrobić! Dlatego podpowiadamy rady, które na pewno przydadzą się rodzicom, gdy dzielnie próbują porozumieć się ze swoim dzieckiem lub dziećmi.

Sześć zakazanych zdań

Oto sześć zakazanych zdań. Naprawdę, nie warto z nich korzystać wobec dziecka, chyba, że zależy nam, w co wątpię, na podtrzymaniu jego sprzeciwu, buntu, niezadowolenia i postawy konfrontacyjnej.

„Nie chcę takiego niedobrego dziecka” – to oczywiście niemiły szantaż emocjonalny. Takie słowa w istocie znaczą: „Wycofam swoją miłość, jeżeli nie będziesz robił/a tego, co ja chcę”. Ja chcę – słysząc coś takiego, maluch traci poczucie bezpieczeństwa. Chcąc go utemperować, lepiej skupić się na tym, co aktualnie robi nie tak, a nie jaki jest w naszym odczuciu. Dlatego warto znaleźć kontrapunkt dla jego zachowania i powiedzieć np. „Denerwuję się, gdy głośno krzyczysz”.

„Ty brudasia/leniu/głuptasie” – to bardzo szkodliwe przyklejanie etykietek! Mogą działać jak samospełniająca się przepowiednia. Maluch rozumie je dosłownie. Myśli: „Jestem niezdarą”, zamiast: „Nie uważałem i przewróciłem szklankę”. „Jestem leniem”, zamiast: „Nie odniosłem talerza”. „Jestem głupi”, zamiast: „Nie przemyślałem tego, co chcę zrobić”. Lepiej skupić się na konkrety i radzić: „Kubek się nie przewróci, jeżeli postawisz go dalej od krawędzi stołu”.

Z pewnością to skuteczniejsze i nikogo nie obraża.

Katalog zdań rodzica

„Wpędzisz mnie do grobu!”, „Przez ciebie boli mnie głowa/serce”, „Zobacz, jaki tatuś przez ciebie jest smutny” – takie oskarżenia dziecko też może rozumieć zbyt dosłownie. Jeżeli dla niego rodzic jest całym światem, a tak bywa, jak skomplikowane i bolesne dla malucha może być uświadomienie sobie, że przez jego zachowanie mamie lub tacie coś grozi.

„Zobacz, do czego mnie doprowadziłeś/łaś!”, „Jeszcze nie mogę przez ciebie uspokoić się i normalnie funkcjonować” – to przerzucanie odpowiedzialności za swoje nerwy na malucha. Bardzo niesprawiedliwe, krzywdzące i budzące poczucie winy, które jest zbyt intensywną emocją, by dziecko sobie z nią poradziło. Wszystko warto metodycznie tłumaczyć, również swój stan emocjonalny.

„Twoja siostra/brat jest taka/i grzeczna/y i mądra/y, a ty?” – tego typu porównania znaczą dla dziecka tyle co: „Ona/on jest od ciebie lepsza/y”. Słyszac tak sformułowany komunikat, mały winowajca nie dowiadyuje się niczego nowego o innych ani niczego się nie uczy. Chyba tylko tego, że jest gorszy, nie spełnia oczekiwań mamy lub taty. Zdania tego rodzaju, a w katalogu zwrotów rodzicielskich jest ich dużo więcej, psują relacje między rodzeństwem, wprowadzają niezdrową rywalizację.

Te metody nie działają!

„No, proszę, Natałka/Piotruś wreszcie po-

sprzątała/ł swój pokój. Co za święto!” – tak, niby pochwała, a tak naprawdę złośliwa kpina i ironia. Słyszac coś podobnego, dziecko dochodzi do wniosku, że nie warto starać się, bo i tak nie usłyszy nic dobrego. Wystarczy powiedzieć po prostu: „Wspaniale, że posprzątałaś/leś pokój”.

Dobrze, a teraz pora na cztery znane wszystkim rodzicom metody, które nie działają. Nigdy nie działają – dodam.

Zrzęczenie. Co ma się ochotę zrobić, słysząc ciągle: „Czy ja zawsze muszę po was sprzątać? Traktujecie mnie jak służącą, zostawiacie wszędzie ubrania, a ja nic, tylko chodzę i zbieram, chodzę i zbieram, bla, bla, bla...”? Najprościej jest w takiej sytuacji „wyłączyć fonię”. Maluch dobrze wie, że mama sobie pogada, a potem i tak posprząta za niego. Dlatego warto – zamiast zrzęczenia – po prostu uruchomić konsekwencję, najlepiej żelazną.

Krzyk. Rodzic powinien sobie uświadomić, że podniesiony głos sprawia, iż dziecko przestaje myśleć i kompletnie nic do niego nie dociera. Dlaczego? Ponieważ po prostu boi się, krzyk na każdego, także dorosłego, tak działa, nawet, jeżeli wydaje się nam, że – to kolejny stereotyp – „nic do niego nie dociera, dlatego muszę podnieść głos”. Nie musisz i nie trzeba. Krzyk może również w dziecku wzbudzić przekorę.

Tego też warto unikać

Klapy. Bicie uczy jedynie tego, że silniejszy ma rację, a przemoc jest dobrym sposobem rozwiązywania konfliktów. Groźby bez pokrycia. Zdarza się to każdemu rodzicowi, bo słowa – w przeciwnieństwie do czynów – przychodzą nam łatwo. Mówisz czasem rzeczy w stylu: „Jeżeli nie zrobisz tego natychmiast, przez tydzień nie obejrzyś bajki”. A co potem? O wszystkim zapominasz, a dziecko szybko orientuje się, że może robić, co zechce, bo i tak skończy się na straszaniu. Znowu kłania się nam konsekwencja.

Na zakończenie trzy książki, które warto przeczytać. „Zrozumieć przedszkolaka” Jo Douglasa (wydawca: Świat Książki) – autor życzliwie radzi, jak dogadać się z kilkulatkiem. „Naucz swoje dziecko słuchać” Jean-Luca Auberta (Bauer-Weltbild Media KDC) – znajdziemy tu odpowiedzi na najczęstsze pytania rodziców: dlaczego nie słucha, co robić, by było grzeczne i posłuszne, czego można zabronić, a czego nie warto zakazywać? „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały, jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły” Adele Faber, Elaine Mazlish (Media Rodzina) – praktyczne i logiczne wskazówki i przykłady z życia plus nowy polski suplement opisujący doświadczenia polskich rodziców.

oprac. (ap)

Fot. TPD Ustronie Morskie

Zbrane na podstawie książek Adele Faber i Elaine Mazlish. Zdjęcie ma charakter ilustracyjny.



W październiku 2020 r. dzieci wróciły do nauki online.



Podczas Koszalińskiego Dnia Organizacji Pozarządowych 2020, oddział otrzymał dyplom z podziękowaniem „za wsparcie społeczności w okresie epidemii”.

Historia

koszalińskiego TPD (część 16)

Przygotowania do obchodów 75-lecia koszalińskiego Towarzystwa Przyjaciół Dzieci (TPD) rozpoczęły się już w sierpniu 2020 r., czyli po pierwszej fali pandemii. Założenia wydarzeń rozpisanych na dwa miesiące 2021 r. ogniskowały się wokół integracji środowiskowej, promocji TPD w otoczeniu i przestrzeni publicznej, prezentacji dorobku i działalności bieżącej organizacji w regionie koszalińskim i na Pomorzu Środkowym oraz przygotowaniu raportu definiującego współczesne potrzeby dziecka.

Informacja o otwarciu nowego przedszkola TPD w Koszalinie, relacja z przygotowań placówek do nowego roku szkolnego, zatwierdzenie sprawozdania finansowego i przyjęcie szkicu harmonogramu obchodów 75-lecia – to były najważniejsze punkty programu sierpniowego posiedzenia Zarządu Oddziału Okręgowego koszalińskiego TPD.

Obserwacja sytuacji

– Opracowanie raportu powinniśmy uznać za motyw przewodni obchodów – mówił niżej podpisany, który podczas tego spotkania sprawozdawał dotychczasowy przebieg przygotowań do jubileuszu. – Nie wiemy dzisiaj, w skomplikowanej sytuacji pandemii, jak zmieniły się potrzeby dziecka. Dużo mówimy o szkole, nauczaniu, problemach wychowawczych, rodzinach zastępczych, zagrożeniach płynących z mediów i innych kwestiach, ale rzadko rozmawiamy z dziećmi o ich potrzebach. Dla dorosłego brak realizacji potrzeb byłby frustrujący. Co oznacza dla dziecka? Musimy się nad tym pochylić.

Nie bez obaw i dodatkowych komplikacji 1 września 2020 r. dzieci powróciły do szkół. – *Działalność placówek wznowiliśmy nieco wcześniej, jeszcze w ubiegłym roku szkolnym* – przypomniał **Bartosz Zabrocki**, dyrektor placówek oddziału. – *W tym czasie zebraliśmy spore doświadczenie w zakresie bezpieczeństwa epidemicznego. Obserwujemy, co dzieje się w szkołach. Uczniowie są naszymi podopiecznymi.*

Pierwsze dwa tygodnie września 2020 r. nie wskazywały na zwiększenie liczby zakażeń w kraju. – *Zależy nam podwójnie, aby sytuacja*

nie uległa pogorszeniu – podkreślał **Henryk Zabrocki**, prezes koszalińskiego oddziału. – *Dbamy o zdrowie wszystkich dzieci. Każdy przypadek zakażenia w szkole może spowodować transmisję wirusa do naszych placówek.*

Jubileusz w Legnicy

W „Świecie Dziecka” ukazało się w tym czasie wiele publikacji profilaktycznych, które wskazywały na potrzebę przestrzegania obostrzeń sanitarnych. Wśród tych materiałów znalazł się pakiet informacyjny przygotowany przez Główny Inspektorat Sanitarny, wspólnie z Ministerstwem Edukacji Narodowej i Ministerstwem Zdrowia, pod hasłem „Jak bezpiecznie powrócić do szkół?”.

W trzecim w 2020 r. liście do działaczy, **Wiesław Kołak**, prezes Zarządu Głównego TPD w Warszawie, napisał: *Podczas jubileuszu mówiliśmy o tym, że Towarzystwo Przyjaciół Dzieci przetrwało sto lat i zanoszą na jego dłuższe funkcjonowanie dzięki ludziom. Tym, którzy trafili na karty książek, podróżników i są obecni we wszystkich encyklopediach i tym, którzy nie otarli się o wydarzenia historyczne, lecz mają zasługi w pracy u podstaw. Zawsze byliśmy zróżnicowaną, ale przecież jednością, stąd tytuł naszej monografii na stulecie: „Siła jedności w różnorodności”. Tacy pozostaliśmy, nawet, a może zwłaszcza, w czasach zarazy.*

Przedstawiciele oddziału – Henryk Zabrocki i niżej podpisany – wzięli udział w głównej części obchodów 75-lecia TPD na Dolnym Śląsku. Uroczystości odbyły się pod koniec września 2020 r. w Legnicy. Podczas gali, z udziałem wielu znamienitych gości, obaj działacze zostali uhonorowani odznaczeniami. Henryk Zabrocki – statuetką „Wyróżnienie 75-lecia TPD na Dolnym Śląsku”, a autor tekstu – Medal Wdzięczności Dolnośląskiego Oddziału Regionalnego TPD „za okazywane dzieciom serce, pomoc i dobro”.

Powtórka z marca

Podczas innej gali, z okazji Koszalińskiego Dnia Organizacji Pozarządowych 2020, koszaliński oddział otrzymał dyplom z podziękowaniem „za wsparcie społeczności w okresie epidemii”. TPD było jedną z nielicznych organizacji, które po wprowadzeniu ograniczeń sanitarnych kontynuowała działalność w formule online, a nawet zwiększyła poziom aktywności wobec podopiecznych. – *Nie spodziewaliśmy się, że nasza działalność w pandemii zostanie dostrzeżona* – powiedział Henryk Zabrocki. – *Nieskromnie dodam, że nasi pracownicy zasłużyli na każde wyróżnienie. Dużo czasu, umiejętności i energii, często cało-*

dobowo i z poświęceniem, w różny sposób i na różnych płaszczyznach, oddali potrzebującym. Warto było, dzieci dzisiaj pamiętaj, że kiedy zostali w domach, byli z nimi przyjaciele z TPD.

Powtórka z marca tego roku – tak nazwali pracownicy i działacze oddziału decyzję rządu w sprawie ponownego zamknięcia placówek. Od października 2020 r. wychowawcy powrócili do zdalnego trybu pracy, prowadzenia zajęć i kontaktów z rodzicami. Sytuacja przypominała tę z marca 2020 r., gdy z dnia na dzień, decyzją władz państwa, należało zawiesić działalność przedszkoli i ognisk, a prowadzenie Placówki Opiekuńczo-Wychowawczej w Starych Bielicach wymagało włączenia reżimu sanitarnego. W ten sposób rozpoczęła się kolejna, niestety, nie ostatnia fala pandemii.

Kolejne zamknięcie

Po doświadczeniach z ostatnich miesięcy, TPD było gotowe na tego typu zmiany. W czasie poprzedzającym kolejne zamknięcie, poza zbiórką sprzętu, przedszkola zostały wyposażone w ozonatory, środki ochrony, przyłbice i maseczki, nowoczesne aplikatory substancji dezynfekujących.

Wychowawcy w pracy zdalnej korzystali z nowego oprogramowania. – *Wśród dzieci, które chodzą do ognisk atmosfera jest niedobra* – stwierdził Henryk Zabrocki. – *Cieężko doświadczyły poprzedniego zamknięcia placówek, a przede wszystkim izolacji od rówieśników i otoczenia. Obawiają się tego samego, chociaż staramy się, aby ze strony TPD, pomimo, że na odległość, miały jak najlepszą opiekę.*

Wielu podopiecznych ognisk równolegle uczestniczyło w lekcjach online i zdalnych zajęciach ogniskowych. Dyskomfortu najmłodszych dopełniał zakaz – w godzinach od 8 do 16 dzieci do 16. roku życia nie mogły wychodzić same z domu ani tym bardziej spotykać się w grupach. Z perspektywy roku, wszystkiego, co wydarzyło się później i dzieje obecnie w walce systemowej – lub jej braku – z pandemią oraz rozpoczętej na początku 2021 r. akcji szczepień, widać wyraźnie jak niepotrzebne i nieprzemysłane były to decyzje.

Niemniej TPD w Koszalinie weszło w kolejną fazę działalności pod presją COVID-19. Ani przez chwilę przy tym nie pozostawiając swoich podopiecznych sam na sam z ich kłopotami, troskami i trudnymi pytaniami.

Piotr Pawłowski
Fot. TPD Koszalin



Jak Bartek zdawał test na czterdziestkę...

Tak świętowanych 40. urodzin nie miał jeszcze nikt w całym TPD! Czasu nie liczą tylko szczęśliwi, a z dobrze poinformowanych źródeł wiemy, że **Bartosz Zabrocki**, na co dzień dyrektor placówek oddziału i wiceprezes Zachodniopomorskiego Oddziału Regionalnego TPD w Szczecinie, należy do grona ludzi szczęśliwych.

Mężczyzną jest statecznym i eleganckim, lecz pod marynarką i okularami kryje się człowiek obdarzony ogromnym poczuciem humoru, skory do żartów i wkręcania innych. Na tym założeniu bazując, działacze oddziału płci obojga, z przewagą pięknej, postanowili urządzić Bartkowi nietypowy benefis.

Wchodząc do budynku, po schodach i do biura z pewnością nie spodziewał się, co go czeka, zwłaszcza, że całemu składowi Teatru Urodzinowego udało się premierę przedstawienia zachować w tajemnicy. Jakież zatem było zdziwienie Bartka, gdy wchodząc do sali ogniska „Grono” zobaczył kilkanaście osób stanowiących... komisję lekarską.

Medycy różnych specjalności, ubrani odpowiednio do dziedziny sztuk

medycznych, z pełną powagą przystąpili do badania pacjenta, zadając mu rozliczne pytania, testując jego sprawność, zwrotność, szybkość, wytrzymałość, skojarzeniowość, inteligencję wrodzoną i nabytą. Nie było łatwo.

Po mniej więcej trzech kwadransach kontroli, której najtrudniejsze fragmenty Bartek znoślił ze spokojem, uśmiechem, życzliwością i czymś na kształt wyrozumiałości wobec najdziwniejszych pomysłów medyków w chustach i kitlach, pacjent 40. test z wieku zaliczył celująco, co przewodniczący komisji, wyglądający bardziej na oberkominiarza, potwierdził wydaniem stosownego certyfikatu.

Od tej zatem pory Zabrocki Bartosz, syn Wandy i Henryka, może legitymować się wiekiem rzeczywistym, a nawet mówić, że jest młodszy od metryki, pod warunkiem jednak, że wciąż zachowa charakterystyczną dla siebie radość życia, optymizm i ten sam, co obecnie, zasób energii.

(pp)

Fot. Dominika Badyńska

