

## "Życie z pasją to sukces"



Polsko Amerykańska Fundacja Wolności po raz kolejny ogłosiła w 2013 r. konkurs na projekty w ramach programu "Równać szanse". Projekt "Życie z pasją to sukces" przygotowany przez panie Iwonę Gralec i Jolantę Zalewską złożony na konkurs przez Stowarzyszenie LGD "Razem na rzecz rozwoju" otrzymał dofinansowanie w kwocie 7 tys.

### W numerze

**Moją pasją jest sport**

**Wolontariusze  
w szpitalu**

**Mniam pomidory**

**Z pasją pomagam  
innym**

**Ocalić od  
zapomnienia**

**„Warto spotykać w życiu  
ludzi z pasją. Pasją,  
która nie tylko inspiruje,  
ale również pomaga żyć,  
czyniąc to nasze życie o  
wiele ciekawszym  
doświadczeniem”.**

Zbigniew Kiełb

**Pasja jest czymś, co  
pozwala przeżyć nie  
tylko długość życia, ale  
także jego Wielkość'**

**To nasza pasja dodaje  
nam skrzydeł, unosi nas  
ponad wszystko.**

**Daje milion powodów  
do radości, uczy  
przewycięzać strach  
i słabości.**

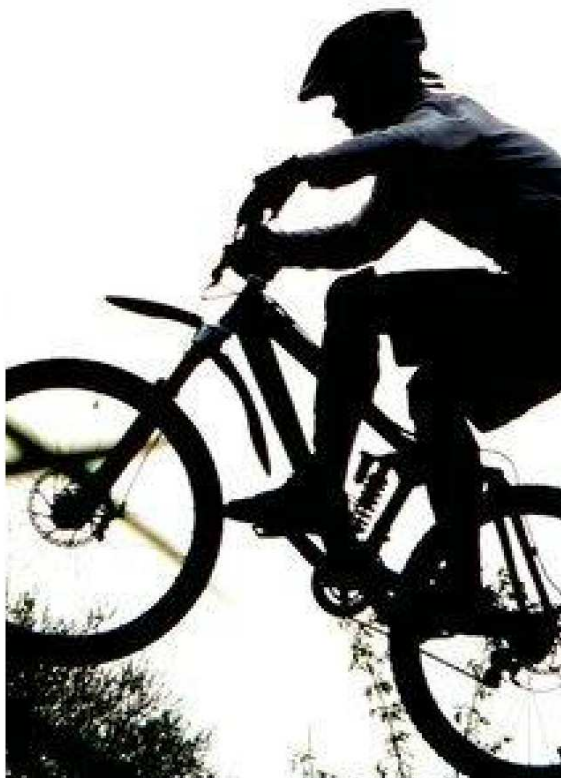
**Dzięki niej rozwijamy się  
i uczymy walczyć  
o każdy dzień!**

# Sport to pasja, zdrowie, ... sukces

**Dbam o zdrowie, uprawiam sport, a przede wszystkim robię to nie z przymusu lecz przekonania i pasji.** Chciałybyśmy, aby każdy z uczestników projektu mógł tak powiedzieć, jeśli nie przed spotkaniem z paniami **Małgorzatą Spadło i Anną Dudek**, to tuż po nim. Oprócz deklaracji, oczekujemy jeszcze zmian w trybie życia uczestników, a sposobności do ich wprowadzenia nie brakuje.

Za dobrym przykładem pójdzie więcej niż za dobrym słowem. Trzymając się tej

zasady rozpoczęliśmy spotkanie z animatorkami sportu w naszej gminie od aerobiku. Poprowadziła go pani **Ania Dudek** i dała nam niezły wyciski. Okazało się, że ćwiczenia w dużej, dobrze znanej i lubiącej się grupie, mimo że były wyczerpujące, przyniosły nam niezwykle relaks, uśmiech na twarzach, poczucie dobrze wykorzystanego czasu. Jednym zdaniem. Radości



nie było końca. Pani Ania z wykształcenia magister matematyki jest wyjątkowym pasjonatem zdrowego stylu życia. Prowadzi zajęcia z aerobiku dla dorosłych dzieci i młodzieży. Przygotowała dla nas szereg ćwiczeń, które seriami



wykonywane przy muzyce niektórym przypominały układ taneczny. Ta dziedzina aktywności również nie jest obca pani Małgosi, która uczestniczy w zajęciach MIM u, a która

na zdrowe odżywianie.

poprowadziła dla nas pogadankę o możliwościach uprawiania różnych dyscyplin sportowych na terenie naszej

gminy. Zachęcała wszystkich do korzystania z nowoczesnych obiektów sportowych, uprawiania sportu indywidualnie i systematycznie oraz zwróciła szczególną uwagę



Wszystkie wymienione rady i wskazówki cieszyły się dużym zainteresowaniem uczestników, o czym świadczą pytania zadawane pani Małgosi.

## "By czas nie zaćmił i w niepamięć obrócił..."

Czy czas może płynąć wolniej? W tym wyjątkowym miejscu okazuje się, że TAK. Po wejściu do Muzeum Regionalnego w Jagodnem poczuliśmy się jak w domu, w którym na nas zawsze czekają, nikt się nie spieszy, ma czas na wspólne rozmowy i spotkanie. SPOKÓJ!



To niezwykle wyjątkowe miejsce powstało z inicjatywy **pani Jagody Rafalskiej Kawalec**, której wielka miłość do przeszłości

i hojność darczyńców pozwoliły stworzyć "wyspę naszych korzeni". Opowieść pani Jagody wciągnęła nas w "baśniowy" prawie świat

Żaden przedmiot nie może istnieć bez historii. Każda rzecz kiedyś została zrobiona, była używana i potrzebna. Znajomość historii przedmiotu jest bardzo ważna, bo pozwala ocenić właściwie jej wartość dla nas i przyszłych pokoleń.



przeszłości - naszych przodków, o którym wiemy niewiele. Zagadka dotycząca pojemnika na

gromnicę i łapka na muchy stanowiły dla nas nielada problem. Różnorodność eksponatów sprawiła, że każdy znalazł coś dla siebie - coś, co go szczególnie zainteresowało. Ogromna wiedza i pasjonująca opowieść gospodyni muzeum przekonały nas do dbania o tradycje naszego regionu.

Druga część spotkania poświęcona była warsztatom z rękodzieła. Zbliżający się czas

Świąt Wielkanocnych, zachęcił uczestników do robienia magicznych "pisanek". Każdy z nas wybrał najlepszą dla siebie technikę. Jedni zdobili

styropianowe jajka mieniącymi się jak na gorscie cekinami; inni próbowali artystycznego

skręcania bibuły; a trzecia grupa podjęła się składania wstążki kolorowej w kształt przypominający na jajku szyszkę. Czas wcale nam się nie dłużył, a ciepła herbatka i słodkości umiliły nam wspólne rozmowy, żarty i zabawy. Wszystko się udało, a spotkania takie potrzebne są po to, **"by czas nie zaćmił i w niepamięć obrócił..."**

# To, co robisz dla innych, robisz dla siebie?

Dzielić radości z innymi ludźmi pozwala podwajać tę radość. Dzielić z innymi cierpienie i zmartwienie pozwala na zmniejszenie ich o połowę. W kwietniu gościliśmy u **pani Grażyny Bół**, która od 30 lat pracuje z dziećmi, od 12 lat z podopiecznymi i pacjentami Oddziału Dziecięcego w Szpitalu w Skarżysku Kamiennej.



## – Czy zamieniłaby Pani swoją pracę na inną?

Nigdy. Praca w tym miejscu, w którym jestem obecnie jest sensem mojego życia. Pozwala mi

codziennie przekonywać się, że to, co robię jest ważne dla mnie i dla innych.

## – Jakie cechy Pani osobowości ułatwiają Pani pracę?



Myślę, że otwartość na drugiego człowieka, akceptowanie każdego z jego zaletami i wadami,

radościami i zmartwieniami oraz szanowanie prywatności.

## – Na czym polega Pani praca?

Pobyty w szpitalu dla każdego bez względu na wiek jest trudnym doświadczeniem, dlatego staram się odwrócić uwagę dzieci od ich zmartwień i cierpienia. Szanuję zawsze ich wolę i nie naciskam,

jeśli proponowane przeze mnie zajęcia nie są akceptowane. Staram się poznać przez krótki czas

pacjentów i dopasować zajęcia do ich zainteresowań.

Wykonujemy prace plastyczne, z których jedna "ekologiczne drzewo"

została ostatnio nagrodzona. Gramy w gry, czytamy bajki, oglądamy albumy, rozmawiamy.

## – O czym powinniśmy pamiętać my młodzi ludzie w kontaktach z innymi?

Rozmawiajcie ze sobą, przebywajcie ze sobą - spędzajcie wspólnie czas, słuchajcie się, wspierajcie, szanujcie indywidualność drugiego człowieka.

**Dziękujemy serdecznie za rozmowę i życzymy dużo radości w życiu.**

# Tuwim jest dobry na wszystko .....

" **Szlachetne zdrowie nikt się nie dowie jako smakujesz, aż się zepsujesz .....**" Często w takich chwilach jesteśmy zmuszeni przebywać w szpitalu. Czas tam spędzony jest trudny, szczególnie dla małych dzieci. Jak pomóc przetrwać im te chwile? Wybrać się do dzieci z "TUWIMEM". Jak pomyśleliśmy tak zrobiliśmy.

Wiersze Juliana Tuwima i Jana Brzechwy potrafią rozweselić wszystkich - małych i dużych, dlatego

właśnie je wybraliśmy do naszego scenariusza. Paulina Tomkowska



na akacji, w którym

doszło do rodzinnej tragedii. Zaginął mąż - lekkoduch, a żona czekała na niego z kolacją. Zapach sosu

konwaliowego

czujemy do tej pory. Pewnie wiecie o kim piszę? Oświadczyły hipcia i dąsy kapryśnej żaby pokazali

i Mikołaj Paszkowski odegrali niezwykle

Weronika Kowal i Mateusz Obara. A ta maska!!!

wiarygodnie scenkę z życia cioci i Grzesia, który oczywiście wrzucił list do skrzynki. Karolina Strzelec wcieliła się w rolę fantastycznej zakochanej biedronki. W kim zakochanej? No w muchowmorze rzecz jasna. Joanna Wiśnios, Karolina Tomkowska i Ola Barszcz wprosiły się do gniazdka

Nie wiercie srokom! Ja nie wierzę, a przekonali mnie do tego Angelika Rafalska i Sylwia Kadzik.



Mali pacjenci otrzymali od młodych aktorów książeczki z wierszami.

Na przedstawieniu w szpitalu wszystkich widzów z urokiem powitała Monika Siczka.

Nie tylko dla dzieci, ale również dla ich rodziców występ w szpitalnej - kaplicy świetlicy był niezwykle wyjątkowym wydarzeniem. Aktorom, widzom i opiekunom towarzyszyło głębokie wzruszenie. Po raz kolejny właśnie wtedy okazało się, że nie ten, kto bierze odnosi największą korzyść, ale ten, kto DAJE.



# Przedsiębiorstwo - "Ogród botaniczny"?

W Jagodnem - w swoich wielkopowierzchniowych szklarniach bardzo gościnnie przyjął nas pan Czesław Kawalec - właściciel rodzinnej firmy. Gospodarstwo ogrodnicze prowadził w tym miejscu jeszcze przed wojną dziadek obecnego właściciela. Oprócz tradycji rodzinnych mogliśmy również podziwiać rozwój rodzinnej firmy.

woda, płynąca wraz ze składnikami odżywczymi. Zainstalowano czujniki wilgotności i wiele

innych urządzeń, które pozwalają roślinom pięknie rosnąć i smacznie owocować. Wiele działań, bez których nie mogą obyć się pomidory jest sterowanych komputerowo lecz bez czujnego, doświadczonego oka właściciela i Jego serca przepelnionego miłością do roślin gospodarstwo

nie rozwijałoby się. Pan Czesław odwiedza każdy krzak kilka razy dziennie. Nawet kiedy wyjeżdża,

konsultuje się telefonicznie z kimś, kto Go zastępuje, aby na bieżąco reagować na pojawiające się różne sytuacje. Pan Czesław powiedział nam, że bycie

właścicielem takiego gospodarstwa zajmuje mu 24h na dobę i w tym czasie jest się menadżerem,

kierownikiem, ogrodnikiem itp. W gospodarstwie pana Kawalca prowadzi się również eksperymentalną hodowlę nowych odmian.

**Pobyt w szklarni w Jagodnem to wyjątkowa lekcja przedsiębiorczości, biologii, fizyki i życia, za którą panu Czesławowi Kawalcowi serdecznie dziękujemy.**



Po wejściu do szklarni poczuliśmy się jak w ogrodzie botanicznym. Pnące się ku górze krzaki, na gałęziach dźwigiły kilogramy zielonych

pomidorów. Pan Czesław zajmuje się od 14 lat nowatorską uprawą pomidora na kostkach z włókniny. Do każdego krzaka doprowadzona jest

