



DAR ŻYCIA

Gazetka Diecezjalnej Fundacji Ochrony Życia - ukazuje się na terenie Diecezji Opolskiej i Gliwickiej

numer 35(50) kwiecień 2022



W numerze:

**Dzień Świętości
Życia 2**

**Relacja z turnusu
integracyjno-
edukacyjnego
dla rodzin
zastępczych
w Ochothnicy
Górnej 4-5**

**Rozmowa
z Panią Danutą
Rabuczewską-
Łozowską
w projekcie
„Zrozumieć dziecko
z FASD” 6-7**

**Rozbudowa
naszego Domu
Matki i Dziecka 8-9**

**Sensoplastyka
czyli kreatywny
bałagan 10**



REDAKCJA

Plac Katedralny 4
45 – 005 Opole

tel.; fax: 77-44-11-500;
77-44-19-905;
e-mail: adopcje@dfoz.pl;

www.dfoz.pl

Zespół redakcyjny:
Sandra Narewska
Barbara Słomian
Ks. Jerzy Dzierżanowski
Opracowanie graficzne:
Tomasz Mościcki

Tak minął nam początek 2022 roku w Katolickim Ośrodku Adopcyjnym i Opiekuńczym

- pracownicy Ośrodka przeprowadzili szkolenie uzupełniające dla kandydatów pragnących pełnić funkcję rodzin zastępczych zawodowych,
- udzielono wsparcia psychologiczno-pedagogicznego rodzinom adopcyjnym w formie spotkań indywidualnych,
- współorganizowaliśmy turnus integracyjno-edukacyjny dla rodzin zastępczych, który odbył się na przełomie stycznia i lutego w Ochotnicy Dolnej;
- Intensywnie pracował Interdyscyplinarny Zespół Diagnostyczno-Terapeutyczny w ramach zadań ośrodka adopcyjnego, który objął swoją opieką dzieci i ich rodziny,
- udało nam się uzyskać dofinansowanie na kolejną edycję projektu Urzędu Miasta Opola - „Zrozumieć dziecko z FASD” – program interdyscyplinarnej diagnozy i terapii dzieci. W ramach tego projektu również funkcjonuje Interdyscyplinarny Zespół Diagnostyczno-Konsultacyjny, dzięki któremu będziemy świadczyć dzieciom pomoc z zakresu neurologopedów, pedagogów, psychologów, pediatry, fizjoterapeutów oraz terapeutów Terapii SI.
- zakupiliśmy nowe książki do naszej ośrodkowej Biblioteczki, w tym „Dziecko – trauma, wsparcie i rozwój. DROGOWSKAZ” autorstwa Urszuli Bartnikowskiej i Hanny Dufner. Serdecznie zapraszamy do wypożyczania książek z naszych zasobów.

JESTEŚ OSOBĄ POKRZYWDZONĄ

w wyniku przemocy, wypadku lub innego przestępstwa?



Więcej informacji znajdą Państwo na stronie www.dfoz.pl

MINISTERSTWO
SPRAWIEDLIWOŚCI
www.ms.gov.pl



DIECEZJALNA FUNDACJA
OCHRONY ŻYCIA



FUNDUSZ
SPRAWIEDLIWOŚCI

Współfinansowano ze środków Funduszu Sprawiedliwości, którego dysponentem jest Minister Sprawiedliwości

Dzień Świętości Życia

Dzień Świętości Życia przypada w uroczystość Zwiastowania Pańskiego, na dziewięć miesięcy przed Bożym Narodzeniem. Jego celem jest budzenie wrażliwości na sens i wartość ludzkiego życia na każdym jego etapie oraz zwrócenie uwagi na potrzebę szczególnej troski o nie. W tym roku uroczystość tę obchodziliśmy 25 marca, a diecezjalne obchody miały miejsce w parafii Przemienienia Pańskiego w Opolu. Mszy św. przewodniczył ks. bp Rudolf Pierskała.

Dzień Świętości Życia został ustanowiony w Kościele w Polsce w 1998 r. w odpowiedzi na apel św. Jana Pawła II zawarty w encyklice „Evangelium Vitae” ogłoszonej 25 marca 1995 roku. Papież napisał w niej m.in., że „człowiek i jego życie jawią się nam jako jeden z najwspanialszych cudów stworzenia”, oraz: „Proponuję (...), aby corocznie w każdym kraju obchodzono Dzień Życia (...) Trzeba, aby dzień ten był przygotowany i obchodzony przy czynnym udziale wszystkich członków Kościoła lokalnego. Jego podstawowym celem jest budzenie w sumieniach, w rodzinach, w Kościele i w społeczeństwie świeckim wrażliwości na sens i wartość ludzkiego życia w każdym momencie i każdej kondycji”.

Tegoroczne świętowanie było wyjątkowe, gdyż podczas Eucharystii modliliśmy się również wspólnie za wszystkie dzieci, które zostały adoptowane za pośrednictwem naszego Katolickiego Ośrodka Adopcyjnego i Opiekuńczego od początku jego istnienia. To już ponad 25 lata służby i działań na rzecz dzieci i rodziców. W tym czasie udało nam się przeprowadzić 815 adopcji, a każda z nich to dla nas wielka radość. Imię każdego z adoptowa-



nych dzieci zamieściliśmy w specjalnym pudełeczku z serduszkami, do którego załączyliśmy różaniec – aby kontynuować modlitwę w domu. Pudełeczka mógł odebrać każdy uczestniczący w Mszy świętej.

Tego dnia w kościołach można było również przystąpić do Duchowej Adopcji Dziecka Poczętego. Duchowa Adopcja jest modlitwą w intencji dziecka zagrożonego zabiciem w łonie matki. Trwa tyle, ile ciąża - 9 miesięcy i polega na codziennym odmawianiu jednej tajemnicy różańcowej oraz specjalnej modlitwy w intencji dziecka i jego rodziców. Osoba decydująca się

na adopcję duchową nie wie, kim jest „jej” dziecko, jego imię zna tylko Bóg. Wszyscy, którzy pragną złożyć przyrzeczenia Duchowej Adopcji, mogą zrobić to w kościele podczas specjalnej Mszy świętej w Dniu Świętości Życia, ale również prywatnie. W jakichkolwiek jednak okolicznościach i miejscach odbywa się przyrzeczenie konieczne jest wypełnianie odpowiednich postanowień. Do modlitwy za dziecko i za jego rodziców można dołączyć dowolnie wybrane dobre postanowienia, np. częstą spowiedź i Komunia św., czytanie Pisma Świętego, post o chlebie i wodzie, walka z nałogami, pomoc potrzebującym.

Duchową Adopcję może podjąć każdy - nawet osoby żyjące w związkach niesakramentalnych czy rozwiedzeni. Jedynie dzieci podejmują ją pod opieką rodziców. Duchową Adopcję można podejmować wielokrotnie, pod warunkiem wypełniania poprzednich zobowiązań. Nie można adoptować więcej niż jedno dziecko, bo Duchowa Adopcja dotyczy tylko jednej istoty ludzkiej, której imię zna jedynie Bóg. ■



Relacja z turnusu integ dla rodzin zastępczych



Pierwszy tydzień ferii zimowych, trwający od 31 stycznia do 6 lutego 2022 roku, był czasem realizacji kolejnego turnusu integracyjno-edukacyjnego dla rodzin zastępczych. Nasza Fundacja współorganizowała ten wyjazd wraz z Fundacją „Bądź Dobroczyncą” w ramach projektu „Silna i zwaarta rodzina na szczyt się wspina II”.

Ze względu na obecną sytuację epidemiologiczno-sanitarną turnus został przygotowany w nieco zmienionej formule, tak aby dopasować go do pandemicznych obostrzeń i zapewnić wszystkim jego uczestnikom spokój i bezpieczeństwo.

Nasze rodziny spotykały się na zajęciach w ograniczonych liczebnie grupach, a tematyka warsztatów związana była z potrzebami i zainteresowaniami wszystkich jej członków.

Jak zwykle w naszym programie znalazły się zajęcia integracyjne dla całych rodzin, a także osobne zajęcia dla mniejszych dzieci oraz inne dla młodzieży. Dzięki dobrej współpracy z uczestnikami turnusu udało nam się przeprowadzić wszystkie zaplanowane spotkania bez zakłóceń i z najwyższą dbałością o wspólne bezpieczeństwo zdrowotne.

Mimo, iż ten wyjazd znacznie różnił się od naszych poprzednich turnusów wciąż udało nam się zrealizować jego najważniejsze cele. Rodziny miały okazję do uczestniczenia w ciekawych zajęciach, ale również do relaksu we własnym gronie i dobrej zabawy m.in. na mieszczącym się w naszym ośrodku basenie. Wieczorem psychologowie i pedagodzy organizowali indywidualne spotkania dla rodziców zastępczych, pra-



Fundusze Europejskie
Program Regionalny



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



racyjno-edukacyjnego w Ochothnicy Górnej



gnących otrzymać wsparcie w konkretnej sytuacji bądź po prostu porozmawiać.

Dziękujemy wszystkim rodzinom zastępczym za wspólnie spędzony czas!

Turnus w całości został sfinansowany w ramach projektu „Silna i zwiarta rodzina na szczyt się wspina II”, który realizowany jest przez Fundację „Bądź Dobroczyńcą” w partnerstwie z naszą Fundacją. Projekt ten realizowany jest w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Opolskiego na lata 2014-2020, Oś Priorytetowa 8 Integracja Społeczna, Działanie 8.1 Dostęp do wysokiej jakości usług zdrowotnych i społecznych.

Celem projektu jest wsparcie rodzicielstwa zastępczego poprzez realizację kompleksowych działań prowadzonych w kierunku wzmocnienia i rozszerzania potencjału rodzin zastępczych w województwie opolskim. Działania prowadzone są przez dwie Fundacje, aby zmaksymalizować doświadczenie i kompetencje tych organizacji pozarządowych działających od wielu lat w obszarze wspierania rodzin i pieczy zastępczej oraz budowania współpracy w celu podnoszenia jakości działań na rzecz dobra społecznego. ■



Rozmowa z Panią Danutą w projekcie „Zrozumieć

W ramach projektu „Zrozumieć dziecko z FASD” podobnie jak w ubiegłych latach i w tym roku powołaliśmy Interdyscyplinarny Zespół Diagnostyczno-Terapeutyczny. Jedną ze specjalistek działających w naszym Zespole jest Pani Danuta Rabuczewska-Łozowska – psycholożka, która dziś odpowiada na najczęściej zadawane przez rodziców i opiekunów pytania. Zapraszamy do lektury!

Pani Danuto, na czym polega Pani praca w ramach projektu?

Obecnie jest to współpraca z mieszkańcami Domu Matki i Dziecka, wcześniej również z rodzinami adopcyjnymi i zastępczymi. Jestem wszędzie tam, gdzie pracownicy Fundacji uznają, że jest potrzeba. W ramach projektu z Fundacją współpracuje kilku psychologów i psychoterapeutów.

Mówiąc wprost: po co chodzi o psychologa?

Odpowiedź na to pytanie może być różna, w zależności od człowieka, ale ogólnie, kiedy nie radzimy sobie z emocjami, kiedy przeżywamy trudną sytuację, z którą nie umiemy sobie mentalnie poradzić bądź znajdujemy się w kryzysowym czasie w życiu. Może to być także obniżony nastrój, pesymizm, trudności w relacjach z innymi ludźmi, wieloletnia trauma i lęk, zdarzenia które odcisnęły na nas swoje „piętno”, do których mimo woli wracamy, które powodują, że czujemy się gorzej i funkcjonujemy inaczej.

Pierwsza wizyta u każdego specjalisty napawa czasem lękiem. Czy można się jakoś przygotować do pierwszego spotkania z psychologiem?

Przede wszystkim bardzo ważne jest to, abyśmy sami czuli, że tego chcemy i potrzebujemy. Czasem godzimy się na taką formę pomocy bo martwią się o nas bliscy – warto dać szansę sobie i terapii, wykorzystać czas spędzony na terapii – być otwartym i skupić się na tym, że dzięki tym wizytom możemy żyć bardziej satysfakcjonująco. Warto pamiętać, bo tego też się czasem „obawiamy” - pierwsze spotkanie z terapeutą to jesz-



cze nie terapia. To konsultacja. Może być ich wiele i niekoniecznie muszą skończyć się terapią. Jej istotą jest po prostu szczerza rozmowa o tym, czego oczekujemy od terapeuty i dlaczego akurat teraz zgłosiliśmy się do niego.

Cieszę się, że Pani wspomniała o tym „obawianiu” się. Mimo tego, że coraz więcej osób korzysta z konsultacji psychologicznych oraz uczęszcza na terapię dla wielu z nas jest to wciąż powód do wstydu. Dlaczego?

Dzisiejsze trudności w dużej mierze wynikają ze znacznie intensywniejszego stylu życia, czyli parcie na świetne wykształcenie, błyskotliwą karierę, społeczny awans, ciekawy życiorys, nieskazitelny wygląd, idealne macierzyństwo. No i za sprawą mediów społecznościowych jesteśmy ciągle na widoku, narażeni na niepochlebne komentarze ludzi, a to bardzo obciążające dla psychiki. Żyjemy tak szybko i tak wiele oczekujemy od siebie i reszty, że trudno, by to nie miało żadnych przykrych konsekwencji – a jednak „głupio” pokazać, że się za czymś nie nadąża.

Współczesny świat nakłada też na nas różne presje. Aktualny czas pandemii wymusza na nas niestandardowe działania i inny tryb życia... Mamy prawo być zmęczeni, mamy prawo nie być we wszystkim stuprocentowo „skuteczni”. Zapominamy o tym, ale naprawdę nie musimy być superbohaterami. Każdy z nas ma swoją „granicę” i musi się nauczyć dbać o siebie. I to nigdy nie jest powód do wstydu – raczej do dumy, że rozumiemy siebie i swoje potrzeby i potrafimy sobie pomóc, jesteśmy uważni na swoich bliskich.

Rabuczewską-Łozowską dziecko z FASD”



Jakie możemy wyróżnić rodzaje terapii?

W najprostszym rozróżnieniu możemy mówić o terapii indywidualnej oraz grupowej. Terapia indywidualna to spotkanie jeden na jeden, pracujemy wtedy wyłącznie z terapeutą. Jest także terapia małżeńska - gdy razem z mężem (lub partnerem) decydujemy się na sesje oraz terapia grupowa - gdy uczestniczymy w terapii z ludźmi, którzy mają ten sam problem co my. Jest cenna, bo daje oparcie. Często wydaje nam się, że nikt inny nie przeżywa tego, co my, a tak nie jest. Na terapii dowiemy się, jak inni radzą sobie w trudnych momentach. Krótkoterminowa skupia się na kilku spotkaniach, długoterminowa wiąże się z poważniejszymi problemami, ma na celu głębszą zmianę osobowości. Celem terapii psychologicznej zawsze jest zmiana, w rozumieniu siebie, swoich bliskich, w sposobach radzenia sobie z problemami życia.

Odbiorcami naszych projektów są często rodzice. Kiedy przyjść do psychologa z dzieckiem?

Warto udać się z dzieckiem do psychologa, gdy dziecko ma objawy, których badania i konsultacje lekarskie nie są w stanie wyjaśnić. Mogą to być np. zaburzenia snu, wtórne moczenie nocne, zaburzenia łaknienia, wysypki, alergie ale także trudności szkolne. Przede wszystkim jednak warto zapewnić dziecku o tym, że będziecie blisko niego w trakcie spotkania i nie zrobicie niczego wbrew jego woli. Zapewnienie dziecku bezpieczeństwa jest podstawą, zwłaszcza w pierwszym kontakcie.

A co ze starszymi dziećmi? Jak z kolei przekonać nastolatka do takiej wizyty?

Młodzi ludzie bardzo często czują się jako niezależne jednostki, dlatego nie zawsze chcą iść do psychologa. Na pewno warto spróbować zachęcić dorastającego człowieka do jednej wizyty, do skonsultowania problemu z osobą, która ma w tej dziedzinie odpowiednie doświadczenie i kwalifikacje.

Z dzieckiem należy iść do psychologa również w sytuacji, kiedy istnieje podejrzenie odurzenia się narkotykami, alkoholem

lub innymi środkami psychoaktywnymi. Lekarze specjaliści diagnozujący zaburzenia osobowości bądź choroby psychiczne, oprócz leczenia farmakologicznego zalecają terapię psychologiczną, np. w depresji. Tak naprawdę powód może być jeszcze inny – sami czujemy, że nie potrafimy pomóc swojemu dziecku, martwimy się i wtedy warto z nim porozmawiać o spotkaniu z psychologiem.

O czym warto jeszcze pamiętać?

Psycholog to nie dobra wróżka, ale zawsze dobry słuchacz. Takie spotkanie to nie sypanie złotych rad jak asów z rękawa, ale czas, aby merytorycznie i ze spokojem porozmawiać o tym co trapi i uwiera. Potraktujmy wizytę u psychologa jako wyraz troski o samego siebie i zwyczajną dbałość o swoje emocje i uczucia, w tym o swoich bliskich. Codziennie robimy dużo

dla naszego ciała, a jak pielęgnujemy swoją „głowę”? Cykliczne spotkania z psychologiem bądź psychoterapeutą nastrajają do przemyśleń, przyspieszają pewne nieuniknione zmiany, które czasem od dawna chcemy wprowadzić w naszym życiu. Cennie postawione pytanie może wywrócić światopogląd do góry nogami – ale o to też tu chodzi, o rozwój, o zmianę. Po to właśnie warto przyjść na konsultację psychologiczną a może zdecydować się na terapię.

Pani Danuto dziękujemy za rozmowę i życzymy wielu zawodowych sukcesów!

Zapraszamy Państwa do kontaktu w sprawie konsultacji pod nr tel.: 77 44-19-905 lub 77 44-11-500.

Udział w naszym projekcie jest bezpłatny.



Rozbudowa naszego



Szanowni Państwo!

Rozbudowa Domu Matki i Dziecka w Opolu wciąż trwa! Prace na budowie ani na chwilę nie zwolniły swojego tempa! „Cegielka po cegielce”, każdego dnia, realizujemy nasze wielkie marzenie, jednocześnie nieprzerwanie działamy na rzecz potrzebujących kobiet w ciąży i samotnych matek z dziećmi. Cieszymy się, że dzięki rozbudowie, będziemy mogli zaofiarować kompleksowe wsparcie dla jeszcze większej ilości mam, które się do nas zgłoszą. To często osoby w kryzysie bezdomności, pozbawione nadziei, odrzucone przez rodzinę i przyjaciół. Nasz Dom jest dla wielu pierwszym miejscem, w której doznają prawdziwej troski i ciepła.

Aby nasze dzieło mogło być w pełni zrealizowane, potrzebujemy Państwa pomocy! Zachęcamy do odliczenia 1% podatku na cele statutowe naszej Fundacji bądź do okazania nam wsparcia poprzez dodanie swojej cegielki za pośrednictwem strony internetowej (www.dfoz.pl).

Każda złotówka się liczy i już teraz dziękujemy Państwu za wszelką pomoc i dobro, jakie pomagacie nam pomnażać! ■



Domu Matki i Dziecka



Rozbudowa Domu Matki i Dziecka w Opolu

Cegielka po cegielce
budujemy nasz
dom



**TY TEŻ MOŻESZ
POMÓC!**

Wejdź na stronę www.dlacz.pl
i dodaj swoją cegielkę!

Narodowy Fundusz
Ochrony Środowiska
Gospodarki Wodnej

Pracownicy, rodzice, nauczyciele i społeczność
Szkoły Mistrzostwa Regionalnego

OPOLSKIE LIGI FOTOGRAFICZNE
OPOLSKIE LIGI FOTOGRAFICZNE

Sensoplastyka czyli kreatywny bałagan

Sensoplastyka to zajęcia plastyczne z wykorzystaniem wszelkiego rodzaju kolorów, faktur, konsystencji a nawet smaków. Oddziałuje na wszystkie zmysły jednocześnie i pomaga dzieciom rozwijać nieskrępowaną aktywność na różnych płaszczyznach. To okazja do twórczej zabawy, gdy za oknem pada deszcz lub w mieszkaniu zatrzymała nas choroba. A nade wszystko – to świetna forma aktywności, którą w kilka chwil możemy zorganizować dla naszych dzieci i podopiecznych. Autorką metody jest Izabela Anna Stefańska

Sensoplastyka jest metodą polecaną zarówno dla niemowląt, jak również dla starszych dzieci. Na zajęciach poznajemy niecodzienne techniki plastyczne z wykorzystaniem przedmiotów codziennego użytku. Dzieci mają okazję obserwować, jak materiał, który jest suchy i sypki zmienia się w mokry i kleisty, a następnie w miękki i stały. Poznają sposoby przemiany materiałów i produktów, kształtując jednocześnie swoje zdolności manualne. Na tych zajęciach nie brakuje przesypywania produktów z jednego pojemnika do drugiego i malowania palcami po... wszystkim! Edukacja sensoryczno-plastyczna od pierwszych chwil życia wpływa na optymalny rozwój całego organizmu.

Wszystkie materiały używane w prowadzeniu zajęć są bezpieczne, zazwyczaj także jadalne. Są to między innymi mąka, makarony, ryż, mleko, barwniki spożywcze, plastry owoców, ugotowana owsianka, kleik, kasza, cukier, sól itp.

Zajęcia sensoplastyczne dla dzieci wymagają przygotowania kilku przydatnych akcesoriów. Przed przystąpieniem do zabawy dobrze jest zabezpieczyć podłogę lub stół folią. Ponieważ sensoplastyka to swobodna, nieskrępowana aktywność, warto ubrać malucha w strój, który może bez obaw ubrudzić.

Sensoplastyka ma wiele zalet i działa w szerokim zakresie. Wpływ zajęć sensoplastycznych na ciało dziecka obejmuje:

- usprawnianie ruchowe;
- wspomaganie budowania świadomości ciała i przestrzeni;
- stymulację rozwoju zmysłów;
- ułatwianie rozwoju mowy.

Sensoplastyka wpływa również na inne aspekty rozwoju dziecka:

- pozwala nawiązać kontakt emocjonalny z dzieckiem i budować jego poczucie bezpieczeństwa;
- uwalnia ekspresję twórczą;
- uczy czerpania satysfakcji z twórczego działania;
- stymuluje kreatywność;
- kształtuje elastyczne podejście do świata;
- uczy współdziałania w dążeniu do wspólnego celu;
- pobudza innowacyjne pomysły i działania;
- wzmacnia wiarę we własne możliwości i umiejętności.



RYŻOLINA

Składniki:

- ryż biały;
- barwniki spożywcze w proszku w różnych kolorach;
- woda;
- opcjonalnie: aromat spożywczy.

Wykonanie:

Ryż gotujemy według przepisu na opakowaniu. Można dodać mniej wody i gotować kilka minut krócej. Ryż odcedzamy. Nie oblewamy zimną wodą. Dodajemy odrobinę barwnika spożywczego w proszku i dokładnie mieszamy, aż ryż się zabarwi. Gotowe! Żeby doznania sensoryczne były mocniejsze, możemy dodać odrobinę aromatu spożywczego. Teraz możemy zacząć się bawić. Ryż idealnie się klei. Możemy robić z niego babki, ciasta, torty, albo kolorowe lody ryżowe. Możemy lepić kulki, placki i wszystko co podpowie nam wyobraźnia. Miłej zabawy!





Drodzy Przyjaciele Fundacji!

„Duch, który umacnia miłość” prowadzi nas do pustego grobu, byśmy na nowo wyznali wiarę w Zmartwychwstałego Pana, który jest naszą mocą i siłą na drodze chrześcijańskiego życia i pielgrzymowania przez doczesność do wieczności.

Niech zbliżające się święta Zmartwychwstania Pańskiego pomogą nam na nowo odkryć potęgę Bożej Miłości. Niech stanie się ona dla nas źródłem prawdziwej radości i mocnym fundamentem naszego życia.

Życzymy Wam błogosławionych Świąt Wielkanocnych, pełnych wiary i nadziei, płynących z osobistego spotkania ze zmartwychwstałym Jezusem Chrystusem.

Alleluja!

*Zarząd Diecezjalnej Fundacji Ochrony Życia
wraz z pracownikami i wolontariuszami*



Przekaż



Każdy ma
swojego
anioła



www.dfoz.pl



DIECEZJALNA FUNDACJA
OCHRONY ŻYCIA

KRS 0000016304