



BIULETYN

Wolontariat Hospicjum i ZOL

Spotkanie dla nowych wolontariuszy

8 grudnia 2025r. odbyło się spotkanie dla nowych wolontariuszy. Uczestniczyły w nim osoby, które podjęły decyzję włączenia się w działalność wolontariatu. Każdy uczestnik przybył na spotkanie z wieloma pytaniami, wątpliwościami: co będę miał robić, jak wygląda praca wolontariusza, czy sobie poradzę, czy będę umiał to robić... I choć obaw i pytań w głowie było wiele, to w sercach była przede wszystkim chęć i potrzeba zrobienia czegoś dobrego dla innych. Bo to właśnie definiuje nas jako człowieka: „Człowiek jest tyle wart, ile może dać drugiemu człowiekowi” to jedna z najbardziej znanych sentencji świętego Jana Pawła II. Podkreśla ona, że prawdziwa wartość człowieka nie wynika z posiadanych dóbr materialnych, lecz z umiejętności wspierania, miłości, bezinteresownej pomocy oraz budowania relacji z ludźmi.

Odpowiedzi na nurtujące pytania udzieliła i wątpliwości rozwiązała Pani Krystyna Polak, koordynator wolontariatu, która podzieliła się swoją wiedzą i doświadczeniem oraz Pani psycholog Danuta Wala-Skrzeczowska. O praktyczną część szkolenia zadbał Pan Jerzy Lewandowski odpowiedzialny za szkolenie BHP, aby każdy wolontariusz przede wszystkim wiedział jak postępować, ale też czuł się bezpieczny w realizacji swoich zadań. Życzymy dużo siły i wytrwałości nowym wolontariuszom.



Wykonany przez pacjentów upominek dla księdza bp. Michała Janochy, wręczony w Świątym Dniu Chorego – relacja na str. 2

Przekaż **1,5%**

Przypominamy, że **30 kwietnia 2026** mija termin rozliczenia podatku. Jeśli jeszcze tego nie zrobiłeś to zachęcamy również do przekazania 1,5% podatku Caritas, wpisując w odpowiednim miejscu deklaracji podatkowej PIT numer **KRS 000225750**



Szkolenie dla wolontariuszy

10 lutego 2026r. odbyło się pierwsze w tym roku szkolenie i spotkanie dla wszystkich wolontariuszy. Pani Psycholog Marzena Kamińska przybliżyła nam temat opieki nad pacjentami „apalicznymi”, czyli w stanie wegetatywnym. Podjęliśmy również rozmowę o emocjach, jakie przeżywamy lub możemy przeżywać będąc wolontariuszem przy takich pacjentach. Oprócz tych pozytywnych emocji, które nam towarzyszą gdy dajemy siebie, swój czas i swoją pracę, a więc: szczęście, spełnienie, radość, nie baliśmy się mówić również o tych trudnych emocjach takich jak: lęk, bezradność, złość, zwątpienie, smutek.

Ta różnorodność emocji, które nam towarzyszą nie jest niczym złym, wręcz przeciwnie jest wyrazem naszej wrażliwości. Dlatego tak ważne jest aby nie bać się przeżywać ich wszystkich, nie bać się o nich rozmawiać, korzystać z możliwości spotkania i rozmowy z innymi wolontariuszami lub wsparcia, jakie oferują nam Panie psycholog.

Dziękujemy Ci za to, że jesteś!

Przesyłamy Ci tę wiadomość e-mail, ponieważ zgadziłaś (-eś) się na otrzymywanie informacji dotyczących działalności wolontariatu Caritas AW. Jeśli nie życzysz sobie otrzymywania wiadomości, odpowiedz na tę wiadomość z treścią: USUNIĘCIE E-MAIL Z BAZY. Dziękujemy.



Światowy Dzień Chorego

Światowy Dzień Chorego to międzynarodowe święto chrześcijańskie, obchodzone corocznie 11 lutego, ustanowione przez papieża Jana Pawła II w 1992 roku. Przypada w liturgiczne wspomnienie Matki Bożej z Lourdes i ma na celu zwrócenie uwagi na potrzeby osób chorych i cierpiących, uwrażliwienie na ich los oraz docenienie pracy personelu medycznego i wolontariuszy. Święto ma charakter religijny, zachęca do modlitwy, okazywania empatii, wolontariatu i solidarności, podkreślając znaczenie opieki i towarzyszenia w cierpieniu.

Ten dzień jest również szczególną okazją do wspólnej modlitwy i spotkania pacjentów, pracowników i wolontariuszy Caritas Archidiecezji Warszawskiej. Mszy świętej zorganizowanej tego dnia na oddziale przewodniczył ksiądz bp. Michał Janocha.



W swojej homilii ksiądz bp. wspomniał, że choć spotykamy się w miejscu gdzie śmierć towarzyszy nam i jest nieunikniona, to obchodząc tego dnia wspomnienie Matki Bożej z Lourdes nie można zapomnieć o cudzie narodzin, jaki dzięki Matce Bożej się dokonał. Dodał, że śmierć nie jest końcem, ale jest narodzeniem do nowego życia.

Na koniec mszy przedstawiciele personelu oraz ksiądz kapelan Sławomir Cierniak podziękowali biskupowi za obecność i słowo skierowane do wszystkich, a w dowód wdzięczności wręczyli wykonany przez pacjentów upominek.



Dziękujemy Ci za to, że jesteś!

Przesyłamy Ci tę wiadomość e-mail, ponieważ zgadziłaś (-eś) się na otrzymywanie informacji dotyczących działalności wolontariatu Caritas AW. Jeśli nie życzysz sobie otrzymywania wiadomości, odpowiedz na tę wiadomość z treścią: USUNIĘCIE E-MAIL Z BAZY. Dziękujemy.



Nowa rubryka – POZNAJMY SIĘ

W każdym wydaniu biuletynu chcielibyśmy przybliżyć Wam postać jednego z wolontariuszy – kim jest, czym się zajmuje, dlaczego udziela się w wolontariacie, itd. Łączy nas wspólny cel i potrzeba pomagania innym, a jednak każdy z nas jest inny, ma swoje codzienne życie, pracę, pasję. Rubryka „Poznajmy się” to będzie okazja poznania i zobaczenia wolontariusza również w jego codzienności, takiej o jakiej chce nam opowiedzieć. Dziś przedstawiamy Mariannę Kamińską.



Marianna to wieloletnia wolontariuszka (ok. 16 lat doświadczenia w Caritas), która pomaga osobom chorym i starszym. Motywacją do podjęcia wolontariatu była wcześniejsza opieka nad rodzicami oraz silne wewnętrzne poczucie potrzeby pomagania innym, ale co najważniejsze, usłyszany głos z góry: „pomagaj innym!”.

Od lat angażuje się w pomoc, wcześniej u kombatantów, później jako wolontariusz Caritas, co daje jej poczucie sensu, spokoju i utrzymuje stałą aktywność. Rozmówczyni podkreśla, że wolontariat daje jej ogromną satysfakcję i radość, mimo że jest całkowicie bezinteresowny. Zauważa, że wiele osób nie rozumie pomagania bez wynagrodzenia i doszukuje się w tym ukrytych korzyści. Dla niej najważniejsze jest jednak działanie z dobrego serca – często sama dokłada swoją cegiełkę pomocy, np. przynosząc drobne upominki dla podopiecznych. Uważa, że nie warto również przekonywać sceptyków – każdy sam musi zrozumieć sens bezinteresownej pomocy.

Zaznacza też, że wolontariat ma sens tylko wtedy, gdy wynika z wewnętrznej potrzeby – nie da się nikogo do niego zmusić. Działalność wolontariusza to coś pięknego, ale wymaga wewnętrznej decyzji – każdy musi sam do tego dojrzeć i przełamać własne obawy.

Marianna podkreśla, że najważniejsza dla podopiecznych jest obecność i rozmowa, szczególnie dla osób opuszczonych przez najbliższych. Niemniej rozmowa wolontariusza z pacjentem nie może być narzucająca, trzeba dać przestrzeń pacjentom do poruszania takich tematów, o których oni mają chęć i potrzebę rozmawiać.

W życiu codziennym z kolei ważne są dla niej prawdziwe relacje – ma niewiele znajomych, ale ceni szczerą i wartościową znajomość. Zwraca uwagę na znaczenie ruchu i dbania o zdrowie, które pozwalają zachować sprawność i samodzielność na dłużej. Uważa, że aktywność fizyczna i pozytywne nastawienie pomagają w codziennym funkcjonowaniu.

Ważne są dla niej także takie wartości życiowe jak zdrowie, spokój, dobre relacje z bliskimi i brak zazdrości. Podkreśla, że prawdziwe szczęście daje prostota, zgoda w rodzinie i pomaganie innym.

Dziękujemy Ci za to, że jesteś!

Przesyłamy Ci tę wiadomość e-mail, ponieważ zgadziłeś (-eś) się na otrzymanie informacji dotyczących działalności wolontariatu Caritas AW. Jeśli nie chcesz sobie otrzymywania wiadomości, odpowiedz na tę wiadomość z treścią: USUNIĘCIE E-MAIL Z BAZY. Dziękujemy.



Nadchodzące wydarzenia

1. Wielkanoc na oddziałach - zapraszamy do pomocy i wspólnego świętowania Wielkiej Nocy. Poniżej grafik:

- **31.03.2026, godz. 11:00 – Hospicjum**
- **31.03.2026, godz. 12:30 – Oddział II**
- **01.04.2026, godz. 11:30 – Oddział I**
- **01.04.2026, godz. 12:30 – Oddział III**

Grafik zapewne zostanie wywieszony również w windach i punktach informacyjnych na korytarzach.

2. Zachęcamy do podjęcia aktywności w wiosennych pracach np. mycie okien, prace w ogrodzie. Można pracować indywidualnie lub zmobilizować się w grupie – tutaj pozostawiamy dowolność działania.

3. Już teraz zapraszamy na **kolejne spotkanie wolontariuszy w dniu 12.05.2026 godz. 17:00** i będzie to ostatnie spotkanie przed wakacjami.

Inspirujący cytat na dziś:

*Zawsze silniejszy jest ten,
kto się uśmiecha,
a nie ten, kto się wścieka.*



Z okazji nadchodzących świąt życzymy radości, która przychodzi w wielką i świętą noc, pokoju oraz ufności w dobre jutro. Niech blask chwały Chrystusa Zmartwychwstałego ogrzewa i koi Wasze serca.

Dobrego świętowania!

Krystyna Polak

Koordinator wolontariatu

Dziękujemy Ci za to, że jesteś!

Przesyłamy Ci tę wiadomość e-mail, ponieważ zgodziłaś (-eś) się na otrzymywanie informacji dotyczących działalności wolontariatu Caritas AW. Jeśli nie życzysz sobie otrzymywania wiadomości, odpowiedz na tę wiadomość z treścią: USUNIĘCIE E-MAIL Z BAZY. Dziękujemy.