

PODCAST MOCY - ODCINEK 7

Podcast powstaje w ramach akcji *posiłki mocy*. Ratujemy żywność przed zmarnowaniem i dostarczamy ją niemobilnym rodzinom osób z niepełnosprawnościami. Więcej o nas znajdziesz na stronie stowarzyszeniemudita.pl.

muzyka

Mateusz Różański: Dzisiaj chcę przedstawić Wam mamę dwóch niezwykle ciekawych chłopców - Vanessę Nachabe Grzybowską. Jej synowie od urodzenia zmagają się z chorobą ultraradką - Sól i Pieprz. Pomimo bardzo ciężkiego schorzenia, które w dramatyczny sposób wpływa na życie całej rodziny, pani Vanessa i synowie realizują swoje pasje, np. jazdę konną. I m.in. o tym będę chciał z nimi porozmawiać. Zapraszam, Mateusz Różański - na co dzień dziennikarz "Integracji", dzisiaj w gościnnych występach dla Stowarzyszenia Mudita.

muzyka

Mateusz: Opowiedz może o swoich synach.

Pani Vanessa: Chłopcy cierpią na chorobę super-ultraradką, która się nazywa Sól i Pieprz. Polega ona na tym, że nie działają przekaźniki informacji z zewnątrz do wewnątrz. Z tego powodu nie ma komunikacji między mózgiem, a resztą ciała. To już są dorośli mężczyźni, jeden ma 20 lat, a drugi skończy 18.

Mateusz: A, czyli to nie jest tak, że to są bliźniaki, że oni się urodzili w tym samym czasie. Bo najczęściej jest tak, że tego typu choroby ultraradkie występują u jednej na kilkadziesiąt tysięcy osób, a u was to zdarzyło się po prostu u dwóch synów, jeden po drugim. Opowiedz o codziennym funkcjonowaniu z chłopakami. Jak to wygląda?

Pani Vanessa: Dzień zaczyna się od rehabilitacji, od karmienia - mają specjalistyczną dietę, która jest specjalnie dla nich opracowana, ale także korzystają ze specjalnego pożywienia przemysłowego typu różne nutri-pokarmy.

Mateusz: Parę lat temu, jak rozmawialiśmy, powiedziałaś mi, że dzięki swoim synom powróciłaś do takiej swojej wielkiej pasji, jaką jest jeździectwo. Jak ja przeglądam stronę na Facebooku twojej fundacji *Dzielna Matka*, to tam praktycznie same posty o koniach.

Pani Vanessa: Bo my bardzo się w te konie wkręciliśmy - my, w sensie ja z moimi dziećmi, ale też trochę zaraziłam miłością do koni inne dzieci i rodziny dzieci z niepełnosprawnością i staramy się systematycznie prowadzić zajęcia na koniach. Także poznałam wielu koniarzy, którzy nam te swoje konie dają, pożyczają, pomagają mi organizować rajdy. Bardzo mi zależy, żeby te dzieci niepełnosprawne i z niepełnosprawnościami, z różnymi chorobami, nie były totalnie odcięte od różnych przyjemności w życiu, nie miały tylko zajęć rehabilitacyjnych, typu właśnie hipoterapia, tylko żeby mogły mieć jakąś radość, np. z kontaktów z tym zwierzęciem, ale nie na zasadzie też takiej stricte hipoterapii, tylko bardziej terapii koni, rekreacji. Cały czas próbujemy szukać dotacji, a jak nie, to się sami składamy i organizujemy różne imprezy z końmi.

Mateusz: Jak to się zaczęło? Pierwszy moment, jak przyszłaś z chłopakami do stajni?



Pani Vanessa: To się zaczęło... Jest taki pan Marek Guz. Bardzo dawno temu przyszedłam do jego stajni niedaleko Serocka. On mi opowiedział o hipoterapii. Ja wiedziałam, że coś takiego istnieje, ale jak moi chłopcy się rozchorowali, to człowiek nie myśli normalnie i ja zapomniałam zupełnie o koniach, już w ogóle te konie sobie skreśliłam, bo stwierdziłam, że to już nigdy w życiu nic z tymi końmi nie będzie, jak mam tak ciężko chore dzieci. No i właśnie Marek najpierw zaczął mnie wsadzać na konie i razem z Ignacym jeździłam. On nas wprowadził po godzinie, po pół godziny, po 15 minut, różnie. I prowadził nam takie różne oprowadzanki, bo wielu ćwiczeń z malutkim Ignacym się nie dało zrobić, więc po prostu na tym koniu chodziliśmy i się bujaliśmy.

Mateusz: A co było dalej? Jak przeszliście od tego, że się buja na koniu do momentu w którym np. jeździecie na rajdy?

Pani Vanessa: No ten pierwszy raz, jak byłam w stajni u pana Marka, to od razu zaczęłam myśleć o tych koniach i żeby jednak do tego wszystkiego wrócić, żeby sobie to wszystko przypomnieć. No i zaczęłam szukać hipoterapii, jakichś dofinansowań zajęć dla chłopców, ale to było bardzo trudne. Ale w końcu się po sześciu latach udało, a w międzyczasie chodziłam prywatnie z chłopcami na różne zajęcia do wielu różnych stajni w okolicach Legionowa, w okolicach Warszawy. Tam poznałam bardzo fajnych, ciekawych terapeutów. Jednocześnie jak chłopcy jeździli na koniach, to starałam się tak organizować ten dzień - i ci ludzie wszyscy - żebym i ja mogła też jeździć konno. A potem przeszłam się do Stajni Agmaja, tam jest nadal fajny koń Atos. I na Atosie mogłam jeździć sama. No, ale na koniec pani Agnieszka, właścicielka stajni, zgodziła się żebym też jeździła z Ignacym na Atosie. I tak się zaczęło, coraz dalej, aż któregoś dnia pojechałam z Ignacym i moją szaloną przyjaciółką Agatą na taki mini rajd. Jeden rajd, drugi, trzeci. I tak się zaczęło, że w końcu stwierdziliśmy, że chyba musimy mieć własnego konia i dla chłopców musimy mieć konia i dla innych dzieci naszych przyjaciół, bo z tymi końmi to jest zawsze problem, zawsze one były przez różnych uczniów zajęte, więc tych koni brakowało. Najpierw postanowiliśmy mieć jednego swojego konia, później dzierżawiliśmy konie, już jako fundacja. A teraz nawet adoptowaliśmy drugiego konika.

Mateusz: Ty z zawodu jesteś dziennikarką i przez chyba większość życia zawodowego, z tego co wiem, zajmujesz się pisaniem?

Pani Vanessa: Tak, cały czas pracuję.

Mateusz: Piszesz o Kościele, z tego co wiem.

Pani Vanessa: Teraz się trochę zmieniło. Teraz jestem bardziej w dziale styl i porady i to jest se.pl.

muzyka

Mateusz: To teraz przejdźmy do Twojej fundacji Dzielna Matka. Skąd w ogóle pomysł na fundację i skąd pomysł, żeby ją tak nazwać?

Pani Vanessa: To było tak, że najpierw było stowarzyszenie Impuls, tylko był problem, że w stowarzyszeniu zawsze dużo ludzi jest potrzebnych do podejmowania decyzji. A tam gdzie mieszkaliśmy nie zawsze byliśmy w stanie zebrać taką odpowiednią grupę, chyba 15 osób, i stąd zamieniliśmy to



stowarzyszenie na fundację. A Dzielna Matka to jest taka w pewnym sensie i prowokacja i taka nazwa, którą każdy może interpretować sobie jak ona pasuje do danej jego sytuacji. To może być dzielna matka dosłownie rozumiana, dzielna matka, która nie boi się prosić, nie boi się w pewnym sensie upokorzyć, bo często te matki - ja i inne matki - na początku mają problem z jakimś proszeniem o pomoc w domu, czy w rodzinie, czy też o pieniądze. Ale też Dzielna Matka to może być taka prowokacja, że nie musisz być zawsze dzielna, że też możesz mieć jakieś słabości, możesz mieć doła i nie zawsze musisz ze wszystkim sobie dać radę. Możesz też prosić kogoś o pomoc. Ale też jest tam motywacja do działania. I to też się wzięło troszeczkę z tej duchowości ignacjańskiej, gdzie święty Ignacy zawsze mówi o działaniu, żeby w ogóle rozwijać się w każdy sposób, trzeba działać, nie można się zatrzymać, trzeba działać, musi być ten ruch. Dzielna Matka ma takie symboliczne znaczenie.

muzyka

Mateusz: Powiedziałaś o takim ruchu, takiej mobilności, a my tu właśnie chcieliśmy porozmawiać o niemobilności, czy braku mobilności. Bo życie z dziećmi, które mają bardzo rzadką, super-ultraradką chorobę, taką jak twoi synowie, nie jest łatwe.

Pani Vanessa: To jest tak, że bym powiedziała, że to życie jest bardzo ciężkie i bardzo człowieka, że tak powiem, przyciąga do ziemi. No i z tym wszystkim trzeba w jakiś sposób walczyć. To znaczy trzeba walczyć z chorobą, trzeba walczyć właśnie z tymi ograniczeniami, no i właśnie z brakiem tej mobilności, trzeba walczyć o zdrowie, trzeba też walczyć o jakieś dotacje, pieniądze. Więc to jest dość ciężka sprawa, życie z takim ciężko chorym człowiekiem. Nie jest lekko. Ale to też nie znaczy, że trzeba się załamywać. Oczywiście są dni, czy miesiące, że jest naprawdę ciężko i już się nie widzi w ogóle niczego i sensu życia i człowiek właśnie ma tego doła. No, ale zawsze właśnie jest to pocieszenie, jest ten moment, kiedy coś ciekawego... Czy coś nagle się zatrzymuje, jakieś cierpienie tego dziecka, jest szansa, czy wiara w to, że będzie troszeczkę lepiej. Natomiast jest ciężko, bo to jest ciągła choroba, ciągłe cierpienie, ciągle problemy fizjologiczne. I właściwie w przypadku moich synów z tych problemów fizjologicznych nie można wyjść, no bo po prostu ten mózg nie współpracuje, albo bardzo źle współpracuje, z powodu uszkodzonego genu, z resztą organizmu, źle przekazuje informacje i jest taki jeden wielki chaos, ten organizm po prostu z tego powodu jest bardzo zaburzony. Stąd też te konie. Jazda na koniu pomaga, nie tylko rozluźnia, relaksuje i dużo radości powoduje, ale też w pewnym sensie uzdrawia.

Mateusz: To jak mówimy o zdrowiu, porozmawiajmy o ochronie zdrowia, czy kiedyś się mówiło służbie zdrowia, i o tym jak w niej odnajdują się osoby z chorobami rzadkimi, czy super-ultraradkimi.

Pani Vanessa: Znacząca diagnoza u nas... Wydaje mi się, że teraz diagnozuje się już dzieci lepiej, dlatego że badania genetyczne i badanie kodów DNA, to się już po prostu stało bardziej powszechne. Nawet można sobie chyba za 6000 zł zrobić samemu, więc jak człowiek jest zdesperowany, to właściwie może próbować na własną rękę. Jeszcze jak moi chłopcy byli młodszy, to tego nie było. Lekarze też nie wiedzieli którego genu, jakiej patologii, jakiej mutacji, czego szukać. Więc to też było trudne, bo celowali w różne mutacje zanim doszli do tej. I to trwało prawie 13 lat, 13 i pół nawet. Dość późno zostaliśmy zdiagnozowani, ale jest wiele osób, które nie są zdiagnozowane, więc i tak jest nieźle. Natomiast



chyba problem największy się zaczyna, kiedy ta osoba staje się dorosła, bo tak jak ten zdrowotny system opieki dla dzieci jest, można też mieć lekarzy i w jednym miejscu wielu specjalistów, tak później to się wszystko po prostu staje bardzo trudne, bo każdy specjalista, każda instytucja, każdy ośrodek jest podzielony. Tam są głównie osoby dorosłe zdrowe albo takie przypadłości i choroby, które na co dzień nie są powszechne. Powinien być jakiś taki ośrodek, w którym osoby, które się rodzą chore, powinny być przez te ośrodki prowadzone cały czas. Jest taka różnorodność w tych chorobach rzadkich, wcale ich nie jest mało, po pierwsze, bo choroby rzadkie są częste - było takie hasło chyba dwa lata temu - i jest dużo różnych, przedziwnych przypadków i chodzi o to, żeby te osoby miały w jednym miejscu specjalistów i lekarzy, którzy w tej dziedzinie się specjalizują. I ważne jest też, żeby to był jeden, stały lekarz, żeby też mogły być te przypadki opisane, żeby można było się komunikować czy konsultować z całym światem w sprawie tych chorób, ale przede wszystkim też, żeby ten pacjent, który często jest niepełnosprawny dość poważnie, mógł też mieć godne warunki, mógł być z opiekunem np. w szpitalu, bo kiedy np. mój syn miałby pójść do szpitala, musiałabym pójść razem z nim. I w tym momencie to jest bardzo trudne, pójść czy na oddział męski czy na oddział kobiecy, kim ja bym była. To jest bardzo trudne, żeby na przykład pójść z nim do szpitala.

Mateusz: A ile jest osób z taką chorobą, jak choroba twoich synów, na świecie?

Pani Vanessa: Chyba jest siedemnaście, siedmiu jest Polaków. Myśmy się poznali na Facebooku. Każdy wpisywał to hasło i w końcu taka mama założyła na Facebooku taką grupę i zaczęli się ci wszyscy ludzie odzywać. I o dziwo wielu z nich jest pochodzenia polskiego. To są Amisze, ale niektórzy mają jakieś polskie korzenie. Większość przeprowadziła się do Pensylwanii. Chyba do Pensylwanii, bo tam jest szpital dla Amiszy. Właśnie tam opracowują lek na tę chorobę, to znaczy genoterapię.

Mateusz: A myślałaś żeby się tam przeprowadzić z chłopakami?

Pani Vanessa: Nie, bo jeśli by znaleźli genoterapię, to nie ma takiej potrzeby, wystarczy żeby oni nam przysłali ten zastrzyk. No i byśmy się tutaj szczepili, wcale nie trzeba byłoby wyjeżdżać.

muzyka

Mateusz: Codzienne życie mamy, takiej mamy, która codziennie wita się ze swoimi synami, ma też takie momenty, które ją cieszą. Jakie momenty z takiego życia z twoimi synami cieszą ciebie?

Pani Vanessa: Mnie cieszą właśnie te wszystkie sprawy fizjologiczne. Bardzo. I jak oni zjedzą odpowiednią ilość jedzenia, którą czasem trudno im wepchnąć, to są powody do radości. No i jak właśnie dzięki temu mają dobry humor, to możemy sobie pojeździć na koniku. To jest właściwie max radości. Natomiast rzeczywiście to jest taka choroba, że te osoby bardzo dużo płaczą, a potrafią płakać nawet całe tygodnie, więc naprawdę kiedy nie płaczą, też jest fajnie, to jest cisza.

Mateusz: A co jest wtedy, kiedy płaczą całe tygodnie? Jak wtedy wygląda wasze życie?



Pani Vanessa: No w pewnym sensie jesteśmy zsterroryzowani przez ten płacz i ja już po prostu się tak do tego przyzwyczaiłam, że nie zawsze reaguje, bo po prostu nie da się. Trzeba dziecko zabezpieczyć, trzeba zrobić wszystko, żeby się nie okaleczyło, bo do płaczu dochodzi agresja, stany jakiegoś takiego nerwowości i nic więcej się nie da zrobić, bo nie działają żadne leki. Żadne leki nie działają, już naprawdę przeróżne próbowaliśmy i wielu lekarzy próbowało nam pomóc, nawet naszych znajomych lekarzy i po prostu nic nie działa. To jest lekkooporne wszystko.

Mateusz: Jakby tak spojrzeć na Ciebie z drugiej strony, to tak: praca dziennikarki, prowadzenie fundacji, jazda konna. To Ty taka jesteś mobilna-niemobilna z tymi synami.

Pani Vanessa: Wiesz, ja sobie tak wszystko zorganizowałam, że właściwie nie wychodzę z domu. Wyprowadziłam się z Jabłonny, zamieszkałam na wsi, poprosiłam męża wprowadzić o zgodę, bo mąż raczej kocha miasto i bardziej jest takim mieszczuchem. Nigdy nie żyliśmy też na wsi, więc to było dla nas wyzwaniem. Konie są bardziej moją pasją, niż mąż. No ale on się dla nas bardzo, że tak powiem, poświęcił. W cudzoziemiu, dzięki COVIDowi mogłam więcej pracować z domu, a teraz ten styl pracy z domu i online wchodzi normalnie w życie, więc to też mi ułatwia funkcjonowanie. To nie jest też tak, że ja nie wiadomo ile działałam. Ja się musiałam właśnie zdecydować na coś, co robię dla innych osób z niepełnosprawnościami i właśnie wybraliśmy te konie, żeby to wszystko jakoś tam pasowało w tym naszym stylu życia.

Mateusz: Bardzo ważne też jest pokazać światu, że jesteś matką dzieciaków - przepraszam, nie dzieciaków, już dorosłych facetów - z niepełnosprawnością, to nie znaczy, że masz rezygnować ze wszystkiego i odziać się w wór pokutny. Ale z drugiej strony jesteś osobą aktywną, ale to nie znaczy, że też nie potrzebujesz jakiegось wsparcia. Jakiego wsparcia Ty potrzebujesz? Jakiego wsparcia byś chciała po prostu w tym życiu z synami?

Pani Vanessa: Jest taki projekt - asystent osoby niepełnosprawnej. Ja tutaj w tej gminie, w której mieszkam, dostałam takie wsparcie od wakacji poprzedniego roku, że my mamy asystentów. Przychodzą panie, które w ramach tej asystentury pomagają w takim codziennym funkcjonowaniu. Może tych godzin mogłoby być więcej, ale są te osoby, które nam pomagają. I to jest chyba największa pomoc, taka realna i taka że ja mogę odpocząć, bo te panie... Mamy określone, postawiłyśmy sobie cele, jakie mamy do realizacji danego dnia, no i one mi w części tego pomagają. Jak będzie ciepło, będą wychodziły na spacer na przykład. No i chłopcy jeszcze nadal chodzą do szkoły. Ja przestałam ich posyłać do szkoły, do siedziby, tylko nauczyciele przyjeżdżają na lekcje domowe. Jakiegoś tam jest wsparcie z zewnątrz różnych osób. I też to fajne, bo nauczyciele są wykształceni, to są pedagodzy, też psycholog, rehabilitant. Też właśnie do nas przyjeżdża pani od rehabilitacji i to wszystko jest w ramach NFZ-u. Jeszcze jak nie było tego programu, to jakoś tam szukałam wolontariuszy, czy sama zatrudniałam, szukałam środków na to, a teraz po prostu mam to zagwarantowane przez państwo i określoną ilość godzin, co jest dla nas ogromną pomocą. Mogłaby się jeszcze poprawić, bardzo bym chciała, żeby podwyższyli rentę, bo ta renta jest niegodna. W przedwojennej Polsce była taka ustawa, nie jestem prawnikiem, ale pozwalała rodzicom dzieci z niepełnosprawnością, czy w ogóle osobom niepełnosprawnym, chorym, dalej być opiekunem, ale bez totalnego odbierania im praw. A u nas cały czas funkcjonuje to ubezwłasnowolnienie. Wiem, że w Unii się to już zmienia, a u nas cały czas



musimy pozbawić tego człowieka wszystkich praw. No różnie można na to patrzeć. Mi się w ogóle ta nazwa - ubezwłasnowolnienie - nie podoba. No nie wiem, ci posłowie, którzy dużo krzyczą, twierdzą, że coś tam robią dla niepełnosprawnych, no nie zajęli się ani rentą, no i właśnie to ubezwłasnowolnienie. Jeden czy drugi nic sobie nie dorobi, a na same nutrisony, nutridrinki, gdybyśmy jakichś dotacji nie dostali, czy tam jakiegoś wsparcia, to byśmy nie byli w stanie tego wszystkiego kupować. Tak że chciałabym bardzo, żeby się ktoś tymi rentami zajął.

muzyka

Mateusz: Przyszłość, no bo jeden ma 20 lat, drugi 18, to zaraz wyjdą z tego systemu szkolnictwa, zaraz system edukacji przestanie ich obejmować i nagle okaże się, że dostępu do wielu rzeczy już nie mają.

Pani Vanessa: No właśnie dlatego staram się w ramach tej naszej fundacyjnej działalności robić takie kręgi wsparcia, budować taki krąg wokół tej grupy dzieci, która jest z nami zaprzyjaźniona, żeby oni w ogóle jakieś jeszcze życie mieli. Natomiast rzeczywiście w ich przypadku to jest tragedia, bo oni jak się skończy szkoła, to ich nie wezmą do Środowiskowego Domu Samopomocy czy na warsztaty terapii zajęciowej i oni po prostu nagle zostaną odcięci dokładnie od wszystkiego. No, a ja też będę coraz starsza, a nie młodsza, więc też nie będę miała tyle siły, żeby im zapewniać jakąś atrakcję. A to są wbrew pozorom są młodzi faceci. Oni jak najbardziej chcą korzystać z życia. Pomimo tych wszystkich różnych niedomagań, to oni uwielbiają chodzić na spacer, gdzieś pojechać jak panie ich odwiedzają, to bardzo lubią brać udział w tych zajęciach. No naprawdę, oni lubią prowadzić dość, bym powiedziała, towarzyskie życie. Tu też wydaje mi się, że państwo zupełnie nie myśli o tego typu ludziach, bo im by trzeba po prostu przedłużyć tę szkołę, na zasadzie jakichś warsztatów pracy, nazwać to. Coś takiego, żeby oni mogli w tym brać udział.

Mateusz: Powoli zbliżamy się do końca. I tutaj chciałbym zapytać o pewną bardzo osobistą rzecz. Jesteś osobą religijną, dla ciebie religia jest bardzo ważna, duchowość jest bardzo ważna. I takie pytanie - czy ty czasem się kłócisz z Bogiem?

Pani Vanessa: Codziennie. Zaczynam dzień od kłótni.

Mateusz: O co się z tym Bogiem kłócisz?

Pani Vanessa: Różne takie codzienne, życiowe sprawy. Mam do niego wiele żalu, próbowałam sobie wytłumaczyć w jakiś logiczny sposób, dlaczego są te choroby. Doszłam do tego etapu, że rzeczywiście ten grzech Adama i Ewy, ale właściwie, to Bóg mógł do tego nie dopuszczać. Później o tej wolnej woli człowieka, no to też to jest tak, że niby ma, a ja też nie czuję, że miałam wybór, bo żadnego wyboru, jeśli chodzi o choroby, nie miałam. Nie wiem jak dzieci, może w życiu płodowym te wybory się dokonują, ale w każdym razie tu jest dużo takich pytań, ale po prostu raz je mam, raz ich nie mam. Wiem, że właściwie trudno dostać na nie odpowiedź i raczej się nie dostanie. To, że mi ktoś powie, że sobie niosę krzyż, no to ja, szczerze mówiąc, różnie na to reaguję. To, że to jest jakiś sens, jakiś ma cel - no na pewno. Na pewno to nie jest wszystko bez sensu, no ale zawsze powstaje pytanie po co to wszystko, jaki to ma sens, jaki to ma cel. I wydaje mi się, że to już będzie ze mną całe życie, bo szczególnie to się budzi wtedy, kiedy oni są bardziej chorzy, więcej mają cierpienia, to wtedy też trudno



to wszystko akceptować i wtedy jest z tym Bogiem awantura, że niech zrobi albo w lewo albo w prawo jakiś ruch, bo to nie sposób tego znieść. To strapienie i pocieszenie, to co jest w duchowości ignacjańskiej, to mi się spodobało i po prostu staram się tak kończyć dzień i zaczynać, żeby sobie jakoś go uporządkować w tych strapieniach i pocieszeniach i tak, żeby wiedzieć mniej więcej, że Bóg jest przy mnie, że mi to wszystko jakoś pomaga znieść i że szczególnie jest przy moich synach. No i czasami mi się też wydaje, że jakoś im pomaga, jakoś to można czasami nawet wyczuć, czy jakoś ich chroni w ten sposób, że np. właśnie w takich trudnych sytuacjach oni się nie zadławili, a mogli na przykład. No to są takie takie małe, drobne sytuacje, gdzie ja to widzę. Ta moja religijność jest taka bardzo emocjonalna.

Mateusz: To dzień zaczynasz od awantury z Bogiem, a czym dzień kończysz?

Pani Vanessa: Dzień kończę... Zawsze staram się podziękować Bogu za dzień, za to co się stało i na przykład za to, co zrobiłam źle, co mogłam zrobić lepiej, gdzie tego Boga jakoś nie zauważyłam, od takiej jakiejś analizy. Wieczorem staram się dziękować i go raczej proszę o dobry sen, dobrą śmierć. Nie chciałabym np. żeby moi synowie skończyli w DPS-ie udławieni łyżką z wodą. Więc trzeba się cieszyć tym, co jest tutaj na ziemi, ale też myśleć o tej przyszłości, która każdego z nas czeka.

muzyka

Mateusz: Kolejny odcinek Podcastu Mocy już za nami. Dziękuję, że zdecydowaliście się poświęcić nam kilka minut ze swojego życia. Zachęcamy też, byście udostępniili tę rozmowę na swoich social mediach i zachęcili swoich znajomych do tego, by się z nią zapoznali. Zapraszamy też na kanały społecznościowe Stowarzyszenia Mudita, a także "Integracji". Personalnie zapraszam też do czytania moich tekstów na portalu niepełnosprawni.pl. Na koniec dodam tylko, że ta innowacja testowana jest w ramach projektu "Innowacje na ludzką miarę 2 - rozwój mikro-innowacji w temacie włączenia społecznego" realizowanego w ramach programu operacyjnego "Wiedza - Edukacja - Rozwój" współfinansowanego z Europejskiego Funduszu Społecznego. Dziękuję i do usłyszenia.

Za współpracę przy realizacji tego odcinka Podcastu Mocy dziękujemy Mateuszowi Różańskiemu i Fundacji "Integracja".

niepełnosprawni.pl



INTE
GRA
CJA



Stowarzyszenie "Mudita"
ul. Jaracza 24/31, 31-216, Kraków
NIP 9452234422

kontakt@stowarzyszeniemudita.pl
www.stowarzyszeniemudita.pl
tel. 794 427 468