



# Katarzyna Ślimak

Wnuczka opiekująca się babcią

Wiek: 44	Kraj Polska
Płeć: Kobieta	Wykształcenie: średnie
Stan cywilny: Wdowa	Zawód: Sprzedawca w drogerii

## HISTORIA

Katarzyna Ślimak miała 44 lata i pracowała jako sprzedawczyni w drogerii Hebe. Jej życie toczyło się według ścisłego harmonogramu: pobudka o piątej rano, szybka kawa, chwila ciszy przed burzą codzienności. O siódmej była już w drogerii, układała towar na półkach, uśmiechała się do klientów, doradzała najlepsze kosmetyki, chociaż sama rzadko miała czas, by je stosować.

Po pracy nie wracała do pustego mieszkania ani do spokojnego wieczoru z serialem. Jej drugi etat zaczynał się, gdy przekraczała próg małego mieszkania w bloku, gdzie czekała na nią babcia Helena. Miała 86 lat i od kilku lat zmagala się z demencją. Każdy dzień przynosił nowe wyzwania: czasem babcia nie poznawała Katarzyny, innym razem podejrzewała ją o kradzież biżuterii, której nigdy nie miała.

Bywały dni, gdy babcia płakała bez powodu albo wpadała w gniew, krzycząc na nieznanym, których widziała tylko w swojej wyobraźni.

Katarzyna robiła wszystko, by jej pomóc. Karmiła ją, myła, zmieniała pościel, zносиła nieskończone pytania powtarzane w kółko. Były chwile, kiedy chciała się poddać, kiedy siadała na podłodze w łazience, zasłaniała twarz dłońmi i pozwalała sobie na kilka minut cichego płaczu. Ale potem wstawiała, wycierała łzy i szła dalej – bo nie miała innego wyboru.

## CELE

### Cel główny:

- Zapewnienie babci Helenie godnej, bezpiecznej i komfortowej starości pomimo postępującej demencji.

### Cele dodatkowe:

- Zapewnienie codziennej opieki i wsparcia
- Utrzymanie stabilności emocjonalnej babci

## PRZYDATNE

- Usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania
- Inicjatywy lokalne: Niektóre miasta takie jak Wrocław, Kraków, wprowadzają programy wspierające seniorów i ich opiekunów

## OBAWY I PROBLEMY

- Problemy finansowe
- Brak wsparcia
- Niewielka wiedza o chorobie i brak doświadczenia z taką sytuacją życiową

## POTRZEBY

- Wsparcie emocjonalne i psychicznego, aby radzić sobie z obciążeniem związanym z opieką.
- Dostęp do szkoleń i edukacji związanej z opieką nad seniorami. Wiele opiekunów rodzinnych ma problem z tym, ponieważ nagle w życiu muszą się kimś opiekować pierwszy raz.
- Łatwy dostęp do kompendium wiedzy związanej z chorobą babci.
- Zarządzanie czasem, którego i tak ma mało i pamiętanie o lekach dla babci.
- Wsparcie finansowe poprzez chociażby zbiórki



# Ryszard Wójcik

Opiekun osób starszych

Wiek: 57

Kraj: Polska

Płeć: Mężczyzna

Wykształcenie: wyższe

Stan cywilny: Kawaler

Zawód: opiekun osób starszych

## HISTORIA

Ryszard Wójcik miał 52 lata i całe życie poświęcił opiece nad innymi. Był opiekunem osób starszych – zawód, który wykonywał z oddaniem i empatią, choć sam często pozostawał w cieniu. Jego pacjenci uwielbiali go za ciepło, cierpliwość i niewymuszoną radość, którą wnosił do ich monotonnego życia. Nie wiedzieli jednak, że za jego uśmiechem kryły się lata walki o bycie sobą w świecie, który nie zawsze akceptował jego istnienie.

Dorastał w małej, konserwatywnej wiosce, gdzie inność była piętnowana, a każde odstępstwo od normy – karane ostracyzmem. Już jako nastolatek wiedział, że jest osobą homoseksualną, ale milczał, tłumił swoje uczucia, żył tak, jak oczekiwali inni. Jego rodzice nigdy się nie dowiedzieli. Zmarli, zanim Ryszard odważył się wypowiedzieć te słowa na głos. Może to i lepiej – myślał czasem – bo nie był pewien, czy potrafiliby go zaakceptować.

Przeprowadzka do miasta była jak wyzwolenie. W końcu mógł żyć swobodniej, ale rzeczywistość szybko sprowadziła go na ziemię. Związki, które budował, kończyły się rozczarowaniami, bo partnerzy nie byli gotowi na życie w pełnej otwartości. „Może kiedyś” – słyszał wielokrotnie, ale to „kiedyś” nigdy nie nadeszło.

Poświęcił się pracy. Każdy dzień zaczynał od wizyt u podopiecznych – samotnych seniorów, często zapomnianych przez rodziny. Pomagał im w codziennych czynnościach, rozmawiał, słuchał ich historii. Czasem czuł, że są dla niego bliżsi niż własna rodzina. Sam jednak wracał do pustego mieszkania, gdzie jedynym dźwiękiem było tykanie zegara.

## CELE

- Wykonanie najlepiej swojego zawodu z największym oddaniem.
- Umilenie czasu swoim podopiecznym
- Zarobienie pieniędzy na własne utrzymanie

## PRZYDATNE

- Kompendium wiedzy o seniorach, daniach, które można im gotować, jak umilać czas itp.
- Forum społecznościowe dla opiekunów.

## OBAWY I PROBLEMY

- Problemy w kontaktach z homofobicznym pracodawcą
- Opieka nad homofobicznym seniorem
- Samotność związana z nieudanym życiem towarzyskim

## POTRZEBY

- Umiejętność zarządzaniem czasem i lekami dla swoich podopiecznych.
- Szybkie i łatwe znalezienie pracy, aby zarobić na utrzymanie.
- Dostęp do najważniejszych informacji o swoich aktualnych podopiecznych.
- Zarządzanie informacjami zdrowotnymi swoich klientów (ciśnienie krwi itp.)