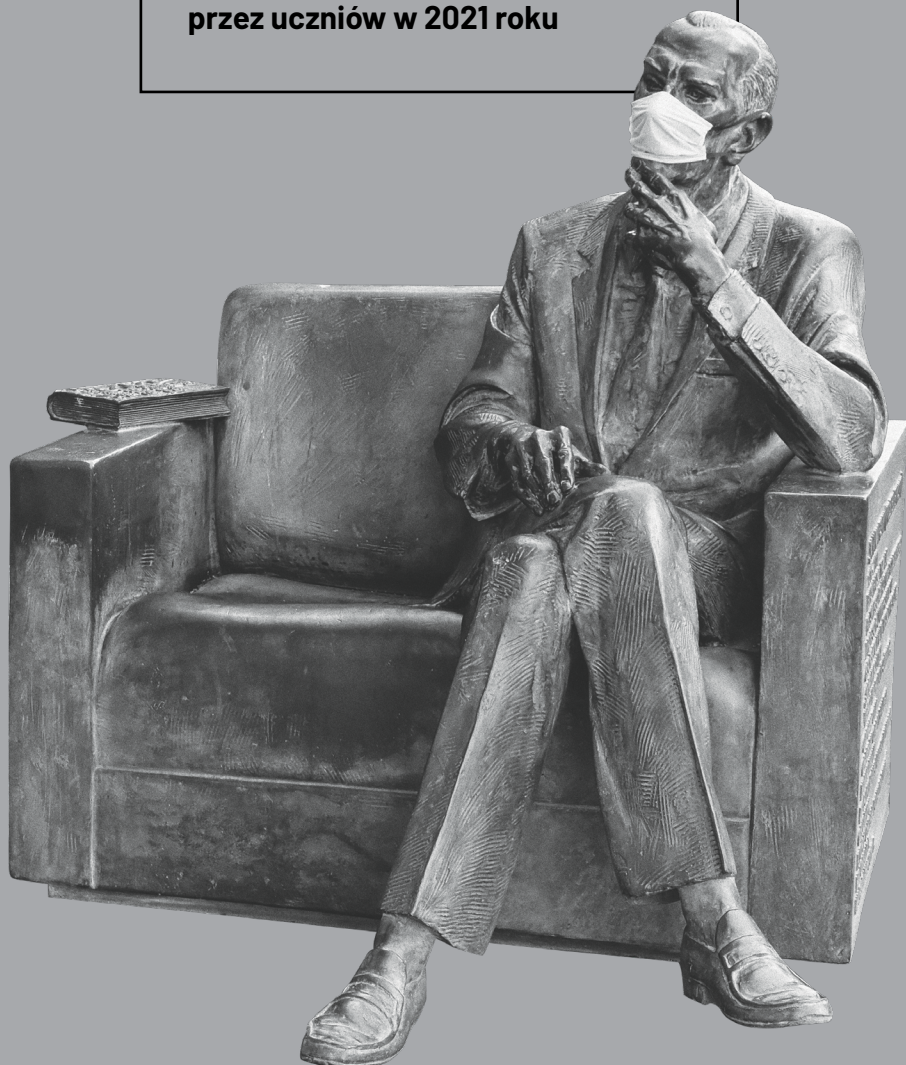


COVID-19

**Historie z czasów pandemii spisane
przez uczniów w 2021 roku**





**Historie zebrane przez młodzież z Liceum
Ogólnokształcącego w Zespole Szkół nr 1
im. Kazimierza Wielkiego w Mińsku Mazowieckim,
Technikum nr 8 im. Jana Karłowicza w Zespole Szkół
nr 42 w Warszawie oraz ze Szkoły Podstawowej nr 1
im. Stanisława Staszica i Szkoły Podstawowej nr 2
im. Marii Skłodowskiej Curie w Piastowie**

*Zarazy są w istocie
sprawą zwyczajną,
ale z trudem się w nie
wierzy, kiedy się na nas
wala. Na świecie było
tyle dżum co wojen.
Mimo to dżumy i wojny
zastają ludzi zawsze tak
samo zaskoczonych.*

*Nie należy słuchać
tych moralistów,
którzy powiadają, że
trzeba paść na kolana
i poniechać wszystkiego.
Trzeba tylko iść naprzód
w ciemnościach, trochę
na oślep i próbować
czynić dobrze.*

Projekt realizowany we współpracy z Muzeum Historii Polski



Koordinacja projektu i redakcja: Justyna Dominiak, Bożena Regulska-Komornicka

Opracowanie graficzne, skład: High Profile

Druk: Bartgraf

©Fundacja Edukacyjna Jana Karłowicza, Warszawa 2021



Niniejsza książka (*COVID-19. Historie z czasów pandemii spisane przez uczniów w 2021 roku*) podlega niniejszej licencji publicznej Creative Commons: CC BY-NC-ND 4.0 (Uznanie autorstwa – Użycie niekomercyjne – Bez utworów zależnych 4.0 Międzynarodowe).

Utwór podlega ochronie prawa autorskiego lub innych stosownych przepisów prawa. Korzystanie z utworu w sposób inny niż dozwolony na podstawie niniejszej licencji lub przepisów prawa jest zabronione.

Wykonanie jakiegokolwiek uprawnienia do utworu określonego w niniejszej licencji oznacza przyjęcie i zgodę na związanie postanowieniami niniejszej licencji.

Szeryfowy font *Heneczek* wykorzystany w publikacji jest autorstwa Dominiki Langosz i jest udostępniony na licencji Creative Commons CC BY 4.0.

ISBN 978-83-961588-1-9

Spis treści

Wstęp 9

Liceum Ogólnokształcące w Zespole Szkół nr 1 im. Kazimierza Wielkiego w Mińsku Mazowieckim

Michał Branicki, Filip Włodarek, *Musimy nauczyć się z tym żyć* 19

Mateusz Ciągła, Krystian Śledziwski, *Szczepienia są nieodzowne* 22

Natalia Małecka, Klaudia Nowakowska, *Czułam złość, bezradność* 28

Zuzanna Niemyjska, Wiktoria Dutkiewicz, *Podczas pandemii
przeorganizowaliśmy życie naszej rodziny* 30

Andżelika Mirosz, Karina Kolińska *Mogliśmy więcej z sobą być* 36

Paulina Rosłoń, Bartek Czerwiński, *Najbardziej bałam się, że ktoś z moich
bliskich może odejść* 48

Maria Stanikowska, Marta Uchman, *Śledziłam wiadomości w telewizji* 51

Wiktoria Ocypa, Aleksandra Zagórska, *Klienci nas obrażali i często
dochodziło do kłótni* 53

Adrianna Baranowska, Julia Skalska, *Nauka zdalna bardzo
przypadła mi do gustu* 56

Szkoła Podstawowa nr 1 im. Stanisława Staszica w Piastowie

Julia Kadzikiewicz, Aleksandra Łoska, *Ludzie, którzy jeszcze się
nie zaszczepili, powinni zrobić to jak najszybciej* 63

Jakub Kwiatkowski, Mikołaj Jankowski, *Dzieci miały dość nauki zdalnej* 66

Kinga Korsak, *Kiedy prowadziłam zdalne lekcje, kot paradował przed kamerą* 72

Krzysztof Pięta, *Jesteśmy w stanie wrócić do stanu sprzed pandemii* 78

Piotr Kruk, Maciej Koguciuk, *Epidemia zmieniła wiele i należy nauczyć się z nią żyć* 82

Zuzanna Machera, Łucja Ługowska, *Pandemia koronawirusa z perspektywy ratownika medycznego* 83

Dorota Sadownik, Aleksandra Szczepaniuk, *Wykłady mogłyby zostać zdalne już na zawsze* 86

Szkoła Podstawowa nr 2 im. Marii Skłodowskiej-Curie w Piastowie

Anna Orzyłowska, *Pandemia zabrała nam na początku poczucie bezpieczeństwa i pewność siebie* 95

Antonina Śróttek, *Byłam zadowolona z nakazu noszenia maseczki* 99

Maja Opara, *Zaskoczeniem dla mnie były kolejne fale pandemii* 101

Maja Opara, *Brakuje mi spontanicznych spotkań* 103

Maja Opara, *Jedna z córek panicznie bała się słuchać wiadomości* 105

Maja Opara, *Najtrudniejsza była samotność* 107

Dorota Mali, Natalia Mańko, *Co mogłam, dezynfekowałam bez przerwy* 108

Amelia Fergin, *Odkryłam w sobie kulinarny talent* 110

Bartosza Sasinowski, Oliwia Jaworska, *Lęk minął, bo zawierzyłam go Górze* 114

Bartosz Sasinowski, Patryk Woźniak, *Przez pandemię jestem bardziej świadoma swojego zdrowia* 116

Technikum nr 8 im. Jana Karłowicza w Zespole Szkół nr 42 w Warszawie

Kacper Czarnocki, Jakub Gajewski, *Wielu kolegów z pracy nie widziałem od początku pandemii* 123

Kacper Czerski, *Znajomi, którzy się nie zaszczepili, dziś ciężko chorują* 125

Kacper Stefański, *Najgorzej było wiosną 2020 roku* 127

Monika Swoboda, *Obawiam się, że mimo słabego stanu zdrowia będę musiała się zaszczepić* 128

Natalia Kowalska, *Jestem przeciwny paszportom covidowym* 130

Karolina Kozłowska, *Jakoś koszmarnie się zapuściłem* 132

Oliwia Kwasowicz, *Pandemia wprowadziła nowe zasady w życiu każdego* 139



Wstęp

Szanowni Państwo!

Oddajemy w Państwa ręce zapis rozmów, które przeprowadzili uczniowie z trzech szkół podstawowych i jednej szkoły średniej województwa mazowieckiego, na temat doświadczeń ich bliskich związanych z pierwszą falą COVID-19 w 2020 roku.

Decydując się na tę publikację, zależało nam na tym, by młodzi ludzie zadbali o świadectwo czasu, które naznaczyło ich pokolenie. Nasza pamięć wydarzeń, mijających po sobie dni, emocji i odczuć wraz z rozwojem pandemii i upływem czasu przemienia się, zamazuje i nabiera nowego znaczenia.

Uczniom udało się stworzyć niezwykle realistyczny i nade wszystko autentyczny obraz tego jakże dziwnego okresu. Prawda tych zapisów mogła wynikać po części z faktu, że wywiady przeprowadzała właśnie młodzież. Dzięki temu odpowiedzi były szczere, spontaniczne i pozbawione filtrów, które często ujawniają się przy profesjonalnych badaniach socjologicznych.

Z książki rezonują różne perspektywy, świadectwa i oceny. Dla jednych świat się wówczas zatrzymał, dla innych przyspieszył. To jednak, co łączyło większość z nas, to lęk i troska o zdrowie oraz życie własne i swoich bliskich.

Niezauważalnie i po cichu do naszego języka wkradły się nowe pojęcia: lockdown, kwarantanna, pandemia, praca zdalna i hybrydowa czy telepraca. Inne słowa, wcześniej głęboko ukryte, bardzo się zintensyfikowały: wirus, maseczka, dezynfekcja, respirator, łóżko szpitalne, choroba bezobjawowa, testy, szczepienia, a nawet mutacja.

Znacznie powiększył się także wachlarz przeżywanych przez nas emocji: od niedowierzania, zdziwienia, lęku przed nieznanym po szok. „Na początku myślałam, że to jeden wielki żart i że zaraza nie dostanie się do naszego kraju” – wspomina jedna z rozmówczyń. Następnie narodził się niepokój, bezradność, odpowiedzialność, często złość, oburzenie, stres, a także marazm, frustracja czy po prostu zmęczenie.

Siłą i mocą zapisów w książce jest bardzo duże zróżnicowanie zawodowe rozmówców, mamy rozmowę z lekarzem, ekspedientką, pracownikami medycznymi, przedszkolankami, emerytkami, biznesmenami, pracownikiem biura podróży, ratownikiem medycznym, naukowcem, rodzinami wychowującymi małe dzieci, rodzicami dzieci pierwszych roczników szkół podstawowych, panią w ciąży, babciami i dziadkami oraz osobami samotnymi. Nie dziwi więc, że potrzeby, oceny i postrzeganie czasów pandemii bardzo się różnią. COVID-19 – mimo powszechnego rozprzestrzeniania się – w różnym stopniu dotknął poszczególne osoby i ich rodziny. Tych doświadczeń nie chcemy wartościować, ale wskazują one na bardzo zindywidualizowane typy wrażliwości, odporności i sposoby postrzegania świata przez rozmówców.

Z dużą troską zarówno rodzice, jak i nauczyciele mówili o szkole, zajęciach zdalnych, wyłączonych kamerach, konieczności zakupu komputera dla kolejnego dziecka, przeciążonym internecie, przerywanych łączach, trudnej sytuacji lokalowej, kłopotach z koncentracją dzieci, ściąganiu na testach i odrabianiu prac domowych przez rodziców. Do tego dochodziło jeszcze chronienie dzieci przed słuchaniem informacji o liczbie zachorowań i zmarłych. Młodzież dodatkowo miała obowiązek opieki nad młodszym rodzeństwem, kiedy rodzice zdalnie pracowali. Nauczyciele podzielili się problemami związanymi z powrotem dzieci do szkół, ich trudnościami w nawiązywaniu ponownych relacji i oporami przed pracą w grupie. Do ostatniej chwili nie wiadomo było, czy matury się odbędą, jak będą przebiegać i co będzie z egzaminem ośmioklasisty. Trudno sobie wyobrazić, co działo się z młodymi ludźmi funkcjonującymi w rodzinach i środowiskach, które nie dawały im wsparcia.

A co było z przedszkolakami i maluchami, które przed komputerem wytrzymają maksymalnie 20 minut? Praca z nimi wymagała ogromnej kreatywności wychowawców i rodziców, którzy przygotowywali atrakcyjne, angażujące i wciąż nowe zajęcia. Zamknięte były biblioteki i archiwa, a studenci zostali pozbawieni zajęć praktycznych.

Osobom pracującym zdalnie przybyło obowiązków. Poza pracą zawodową szykowali posiłki, pomagali w lekcjach, opiekowali się młodszymi

dziećmi, tym razem bez pomocy dziadków i babć, a w zamian za to z lękiem o zdrowie swoich starszych rodziców. Często większość tych obowiązków spadała na kobiety.

Dużo osób, szczególnie starszych, mówiło o samotności, izolacji, braku możliwości spotkania się z dziećmi, rodziną, znajomymi i sąsiadami. Samotne godziny zamieniały się w dni i tygodnie. Przekazali nam oni swoje świadectwo lęku przed ciężką chorobą, a nawet osławianiu myśli o możliwości śmierci. Zawsze towarzyszyła im troska o dzieci i wnuki. Często pozostawała modlitwa, transmitowane msze święte, dylematy, czy komunię świętą przyjmować do ust, czy na rękę, i krótkie rozmowy telefoniczne z przeciążonymi obowiązkami dziećmi.

Szczególnie dotkliwe były dla wszystkich święta, najczęściej bez spotkań z bliskimi ze względu na ryzyko przeniesienia wirusa i zakazy spotkań w większym gronie. Rozmówcy określają je jako dziwne, trudne, najgorsze, jedyne takie ciężkie doświadczenie w ich życiu.

Wiele osób przeżywało sytuacje skrajne, kiedy ich bliscy chorowali, jeździli karetkami od szpitala do szpitala, bo brakowało w nich miejsca, leżeli pod respiratorami. Nie można było ich odwiedzać, potrzymać za rękę, pożegnać, kiedy odchodzili już na zawsze. „Moja koleżanka z podstawówki straciła wiosną tego roku mamę i męża. Mąż trafił do szpitala z bardzo dużą niewydolnością oddechową i zmarł po dwóch dniach, z kolei mama walczyła z koronawirusem trzy tygodnie i niestety przegrała tę walkę. Mam też znajomego z pracy, którego przyjaciel zmarł na COVID-19”.

W książce są również zapisy rozmów z osobami, których zawody były obciążone wysokim ryzykiem związanym z chorobą: ratownikiem medycznym, lekarzem, ekspedientkami, pracownicą poczty, nauczycielami. Służba zdrowia była ogromnie przeciążona pracą. Ekspedientki były wyposażone w przyłbice. Zainstalowano osłony oddzielające kasjerów, określono limit osób mogących przebywać w sklepach, wprowadzono godziny dla seniora, dezynfekcję koszyków, półtorametrowe odległości między klientami, którzy często byli zdenerwowani ze względu na wdrożone ograniczenia.

„W momencie, kiedy potwierdzono pierwszy przypadek w Polsce, ludzie wpadli w panikę. Kupowali produkty w dużych ilościach, podobnie

zachowywali się, robiąc zakupy spożywcze, robili zapasy suchej żywności, takie jak makarony, kasze, ryż czy chociażby mąkę i drożdże, aby móc piec samemu pieczywo”. Szczególnie deficytowymi produktami okazały się papier toaletowy, mydła i środki czyszczące. Zakupy wymagały przemyslenia, robiło się je znacznie rzadziej i najczęściej ograniczało się je do produktów spożywczych, inne sklepy były też przez pewien czas zamknięte.

Zamknięte były również: kina, teatry, kawiarnie, restauracje, kluby fitness, baseny i zakłady fryzjerskie. Śluby i wesela albo przekładano, albo odbywały się w bardzo skromnej oprawie. Zamknięto granice i nie można było podróżować. Zostało wprowadzonych wiele utrudnień związanych z dostępem do urzędów. Jedna z osób mówiła, że dużym utrudnieniem był dla niej dojazd do pracy autobusem, ponieważ występował limit osób.

Brakowało kontaktów społecznych, nie podawano sobie ręki, by ją uściśnąć, co wywoływało przygnębienie. Trzeba było nosić maseczki, dezynfekować ręce, dbać o zachowanie dystansu.

Szczególnie trudne sytuacje były związane z bankructwem firm, obawami o zwolnienie z pracy, o to, że zabraknie towarów w sklepach, przedłużającymi się pobytami na kwarantannach, komplikacjami po przebytej chorobie.

Obrazy, jakie rozmówcy najczęściej przywoływali z okresu pandemii, to puste ulice, sygnały karetek pogotowia, dziecko przed komputerem, ludzie pod respiratorami.

Jedni nagle zyskali dużo wolnego czasu, innym go brakowało. Wszyscy jednak coś musieli zmienić, wyjść ze swoich stref komfortu i poszukać nowych możliwości, rozwiązań, przemeblować swoje często rutynowe działania.

Ktoś wrócił do szycia i cerowania, inni robili drobne remonty, porządki domowe, rozwiązywali krzyżówki, oglądali telewizję, więcej czasu spędzali w kuchni, dzwonili do bliskich, wymyślali zabawy dla dzieci. Ktoś zaczął naukę języka, piekł chleb, bułki, oglądał seriale, chodził na wycieczki do lasu, kiedy już było można, wiele osób pomagało dzieciom w nauce, uprawiało sporty, ktoś zaczął robić kiszonki, układać puzzle.

Dużo też zmieniło się w naszym sposobie funkcjonowania. Zakupy przez internet i telefon dla części stały się działaniami powszechnymi, podobnie jak zdalne lekcje czy spotkania. Teleporady i czaty z lekarzami przestały aż tak bardzo dziwić. Okazało się, że nawet lekcje WF-u można przeprowadzić zdalnie.

Wielu z naszych rozmówców ceniło sobie ten czas, twierdzili, że dobrze było się zatrzymać, dłużej pomyśleć, popatrzeć inaczej. „Był to, powiedziałabym, błogosławiony czas, był spokój, nigdzie nie pędziliśmy i mąż pracował w domu zdalnie, więc wiele spraw mogliśmy razem załatwiać. Z perspektywy czasu poczulimy, że to było wspaniałe”. „Každy sobie jakoś radził. Więcej – frajdę chyba człowiek odkrywał, że można funkcjonować też w inny sposób”.

Rozmówcy odkrywali nowe pasje, znacznie bardziej doceniali to, co mają, więcej zauważali, pogłębiali swoje refleksje na temat wiary. „Ponadto miałam wsparcie w swoich koleżankach z pracy, dodawałyśmy sobie otuchy, pomagałyśmy sobie, jak była taka potrzeba”. Jednym udało się zbliżyć do siebie, inni się oddalili albo odeszli.

Powiększało się też pole konfliktu ze względu na polaryzację społeczeństwa, jeśli chodzi o stosunek do COVID-19. Niektórzy twierdzili, że cała pandemia jest wymysłem na użytek polityczny albo tylko po to, by ktoś mógł na niej zarobić, uważali, że tak naprawdę nikt nie umierał... Tymczasem statystyki bezlitośnie informowały, że nadmiarowych zgonów z czasów pandemii jest w Polsce ponad 140 000 (od marca 2020 roku do września 2021 roku).

Duże kontrowersje pojawiły się w związku ze szczepieniami, których konsekwencje budziły lęk. Trzeba było uwierzyć lekarzom, zaufać im. Mama jednej z uczennic powiedziała: „Wiadomość o pojawieniu się szczepionki i o tym, że będę mogła się zaszczepić, była dla mnie bardzo pozytywna i bardzo się cieszyłam, że będę mogła wybrać się na Stadion Narodowy i się zaszczepić. To było coś dla mnie w rodzaju święta”. Część z nas, by przyjąć szczepionkę, jeździła do innych miast, żeby było szybciej.

Przytoczone w książce wywiady świadczą o tym, że świat w czasie pandemii się skurczył. W rozmowach nie są poruszane problemy geopolityczne,

wiele spraw straciło nagle na znaczeniu, za to dużo jest troski i emocji związanych z naszymi najbliższymi i codziennym funkcjonowaniem.

Są wśród nas osoby, których wrażliwość i bezinteresowna pomoc sięgała dalej, poza krąg swoich najbliższych. Darowali oni swój czas, często narażali zdrowie i życie, pomagając obcym. Robili zakupy, wyprowadzali psy, dotowali akcje charytatywne, zostawali dłużej na dyżurach, towarzyszyli przy odchodzeniu. Dzięki nim wiemy, że w każdych, nawet najbardziej zaskakujących i trudnych okolicznościach można starać się być odpowiedzialnym i szlachetnym człowiekiem.

Czerpiąc ze spuścizny Jana Karckiego, wiemy, że cokolwiek by się wydarzyło, powinniśmy na miarę swoich możliwości wypełniać zadania, które przed nami zostały postawione. Najważniejsze jest poczucie, że zrobiliśmy wszystko, i to najlepiej, jak było można, by zminimalizować potencjalne ryzyko i uczynić świat lepszym.

Projekt, w którym młodzież wzięła udział, był lekcją szacunku, wrażliwości i uważności na potrzeby, emocje i poglądy drugiego człowieka. Inspirował do aktywności i odrzucał postawę bycia obojętnym.

Dziękujemy serdecznie dyrekcji szkół, które wzięły udział w programie, nauczycielom, opiekunom, osobom, które udzieliły wywiadów, za ich szczerość i gotowość do podzielenia się własnymi przeżyciami i emocjami, a nade wszystko młodzieży za aktywny udział w spotkaniach i stworzenie książki, która już na długo będzie zapisem czasu, który pozostanie w naszej i cudzej pamięci.

Z poważaniem,

Bożena Regulska-Komornicka

Dyrektorka ds. rozwoju

Fundacji Edukacyjnej Jana Karckiego



Pierwsza myśl, która mi przyszła do głowy, to, że to nic groźnego, że przejdzie za jakiś miesiąc lub dwa, że wszystko minie, nic więcej.

Na szczęście dzięki kochanym sąsiadom mieliśmy jedzenie, podrzucali je nam.

Straszne. Mówiłam: „No dobrze. Ja to ja. Już trochę sobie pożyłam”. Bardziej martwiłam się o wnuki, dzieci. Myślałam: „Trudno. Jak mam umrzeć, to mogę umrzeć”. Byłam z tym pogodzona.

Na początku przecierałam wszystkie kupione artykuły spożywcze środkiem dezynfekującym.

Osiem tygodni w małym domu z piątką dzieci i psem było dla nich wyzwaniem.

Był taki moment, że pogotowie było wezwane, bo nie mogłam się do żadnego lekarza dostać, a już brakowało mi tchu. To było trudne dla mnie i krzyczałam, żeby coś robić. Głęboko oddychałam, żeby sobie jakoś pomóc.

Na początku myślałam, że ta choroba nie jest prawdziwa. Dopiero kiedy usłyszałam, ilu ludzi na nią choruje i umiera, zrozumiałam, że jest poważna.

Zaletą było to, że sklepy, restauracje, kina i galerie handlowe były pozamykane i mniej ludzi się zarażało, ale przez to dużo osób potraciło pracę.

LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE W ZESPOLE SZKÓŁ NR 1 IM. KAZIMIERZA WIELKIEGO W MIŃSKU MAZOWIECKIM

Opiekun projektu: Ewa Drużbalska-Kopka

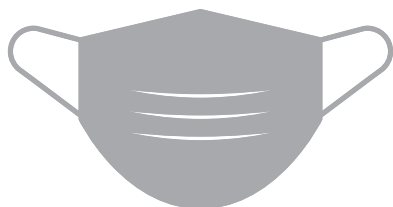
Poradziliśmy sobie w taki sposób, że po prostu nie wychodziliśmy. Mamy ten komfort, że mamy ogród, dość duży domek, więc pewien czas mój mąż był wysłannikiem na zewnątrz.

Na pewno nowością w naszej rodzinie było to, że 1 stycznia przyjechał do nas kot, który z nami zamieszkał.

Mieliśmy prawie 40 stopni gorączki.

Na przykład obejrzelśmy z rodziną całą serię o Jamesie Bondzie.

Oczywiście był kontakt telefoniczny, ale to nie to samo co spotkania twarzą w twarz.



Musimy nauczyć się z tym żyć

Michał Branicki, Filip Włodarek, klasa 2

Wywiadu udzieliła Katarzyna Branicka, mama Michała.

Mamo, powiedz mi kilka słów o sobie.

Mam 43 lata, jestem mamą trójką dzieci, pracuję w Poczcie Polskiej, jestem aktywna, co mogłabym jeszcze powiedzieć?

Jak się nazywasz?

Katarzyna Branicka.

Super. Zadam pierwsze pytanie. Jaka była twoja pierwsza myśl o pandemii?

Pierwsza myśl, która mi przyszła do głowy, to, że to nic groźnego, że przejdzie za jakiś miesiąc lub dwa, że wszystko minie, nic więcej. Nie przejmowałam się tym. Myślałam, że to jakiś wymysł państwa, że chcą nam coś narzucić. Dla mnie to nie było niczym przejmującym, dopiero po jakimś czasie, kiedy to się przedłużało i przedłużało, stawało się to problemem.

Zaczęłaś się tym z czasem coraz bardziej przejmować?

Tak, myślałam, że to po prostu jest. Że próbują w państwie coś wynegocjować, bardziej politycznie podchodziłam do tego, że nie chodzi o mnie, tylko o państwo, bo jako społeczeństwo przyjmujemy wszystko, co ono nam mówi.

A skąd usłyszałaś o COVID-19?

O pierwszych przypadkach usłyszałam, gdy byłam w delegacji w Siennicy. Już wcześniej wiedziałam o koronawirusie z telewizji, m.in. o tym, że pierwszy zakażił się około sześćdziesięcioletni mężczyzna, nie pamiętam skąd dokładnie. Jego przypadek został potwierdzony testami, przez to dowiedziałam się, że koronawirus już dotarł do Polski. Myślałam, że może źle go zbadali, a i tak nie za bardzo wierzyłam, że ten facet był zarażony.

Jak koronawirus wpłynął na pracę w poczcie? Co to zmieniło?

Jakie obostrzenia weszły w życie?

Zauważyłeś sam, że ludzie nie zważali na to. Starsi wzięli to do siebie, krzyczeli na młodzież, że chodzi bez maseczek, że nie dezynfekuje rąk. My jako ludzie młodzi i zdrowi podeszliśmy do tego niezdrowo, bo my, młodzi ludzie, myślimy, że jesteśmy nieetykalni. Ludzie u mnie w pracy, na pocztce, byli bardziej agresywni, nieludscy. Zwracali częściej uwagę, dbali o siebie, swoje zdrowie, oczywiście im się nie dziwię. My musieliśmy siedzieć w maseczkach, mimo że mieliśmy szyby, które nas zasłaniały, to ludzie i tak się bali. Mieliśmy chodzić w rękawiczkach, maseczkach. Musieliśmy się tego trzymać, chociaż ciężko było wytrzymać, np. w moim przypadku to było bardzo męczące, dlatego, że noszę okulary, które mi parowały. Później zaczęliśmy nosić zamiast tego przyłbicę jako dodatkową osłonę. Nie musiała być zasłonięta cała twarz, wystarczało zakryć nos i usta. Tak samo w poczekalni stały dozowniki ze środkiem dezynfekującym, stoją tam zresztą nadal i muszą stać. Cały czas są jakieś obostrzenia.

Byłaś na kwarantannie, mam. Jak ją wspominasz?

Nasz kwarantanna zaczęła się rok temu w połowie listopada. Pamiętam, że nie pojechałeś na zgrupowanie, bo wykryto u nas wtedy COVID-19. Pamiętam, że byłam zła, że musimy siedzieć zamknięci w domu. Dobrze chociaż, że mamy dom jednorodzinny z podwórkiem, przez co można było się przejść. Pamiętam, jak wychodziłeś na spacer dookoła domu, nie były długie i można je było porównać do chodzenia na spaceru w więzieniu. Mimo że jesteś zamknięty, możesz wyjść, by chociaż się przejść, w końcu ludzie mieszkający w bloku nie mają takiej możliwości, jeśli nie mają balkonu – to tragedia. Pierwsze dni były po prostu ciężkie, na kwarantannie byliśmy 14 dni, my nie chodziliśmy do pracy, ty do szkoły, chociaż chyba w ogóle już i tak było zdalne nauczanie, więc nigdzie nie wychodziłeś. Fajnie się spędzało wtedy czas, w tamtym czasie graliśmy w gry planszowe. Na pewno odpoczęliśmy, nawymyślałam sobie dużo pracy, spędziłam też dużo czasu na ćwiczeniach, aczkolwiek jak wykryto u nas koronawirusa, to siły nie miałam przez tą chorobę, byłam osłabiona, ale człowiek odpoczął. Pozytywnie oceniam tę kwarantannę, mogłam się odstresować, chociaż ludzie mogli też czuć się gorzej, my na szczęście mieliśmy podwórko, więc nie złapał się doła, mogliśmy wyjść i się przewietrzyć. Na szczęście przyjełam to dobrze.

Co było dla ciebie, mam, najtrudniejsze w czasie pandemii?

Wiesz Michał, żyjemy w świecie techniki, mamy kontakt przez Messengera i inne aplikacje, nie mamy problemu, by zadzwonić do znajomych, ale powiem ci szczerze, że brakowało mi pracy, już po tygodniu chciałam do niej wrócić. Potrzebowałam kontaktu z ludźmi. W domu mogę posiedzieć dwa lub trzy dni, ale brakowało mi rutyny, ciągłości tego, jak się prowadziło dzień.

Co robiłaś w czasie wolnym? Czy robiłaś coś, na co wcześniej nie miałaś czasu?

Cóż, na pewno spędziliśmy więcej czasu z sobą, uporządkowałam ubrania, ogólnie robiłam porządki. Jako kobieta przeznaczam czas na sprzątanie, aczkolwiek chciałam zrobić jedną rzecz, która mi nie wyszła, a mianowicie czytać książki. Pamiętam też, że więcej gotowałam, urozmaicałam waszą dietę. Na szczęście dzięki kochanym sąsiadom mieliśmy jedzenie, podrzucali je nam. Pamiętasz, że robiliśmy pizzę i kopytka, ale najbardziej doceniam to, że spędziliśmy dużo czasu razem, nie byliśmy zaganiani.

Jakie widzisz największe zalety albo wady czasu pandemii?

Największe wady to z pewnością brak kontaktu z ludźmi. Jak ktoś pracuje osiem godzin dziennie, to jest już do tego przyzwyczajony. Chociaż to zależy od człowieka, bo jeżeli ktoś jest bardzo aktywny, to wszystko mu będzie przeszkadzało, czy to pandemia, czy też nie. Ja się cieszę, że się kochamy, że byliśmy bliżej, że każdy dzień coś nam przynosił. Ja jakoś nie odczuwam tej pandemii dotkliwie. Nie jest źle, psychicznie się nie załamawałam, grunt to iść dalej, jeśli bym się załamała, to byłoby gorzej. Jest, co jest, i szybko nas nie opuści, więc musimy nauczyć się z tym żyć. Ale wracając do pytania – Poczta Polska wiele straciła, miała gorszy okres, co spowodowało cięcie etatów, choć ludzie również sami odchodzili.

Dziękuję za wywiad.

Szczepienia są nieodzowne

Mateusz Ciąćka, Krystian Śledziwski, klasa 2

Wywiadu udzieliła Grażyna Duda, emerytowana pomoc stomatologiczna.

Jak dowiedziałas się o pandemii?

Z telewizji. Najpierw było nagłośnione, że w Chinach się zaczyna, a potem – że rozeszło się już po wszystkich krajach. W Polsce, mówili, jeszcze jej nie ma. Ostrzegali jedynie, żeby zachowywać dystans. Jeszcze nie było mowy o maseczkach. Radzili, żeby nie być blisko siebie, żeby się nie spotykać. Były takie wstępne ograniczenia.

Jakie były twoje odczucia?

Straszne. Mówiłam: „No dobrze. Ja to ja. Już trochę sobie pożyłam”. Bardzo martwiłam się o wnuki, dzieci. Myślałam: „Trudno. Jak mam umrzeć, to mogę umrzeć”. Byłam z tym pogodzona.

Czy postanowiłaś bardziej na siebie uważać?

Tak. Starałam się unikać tłumów, kontaktów. Nawet z wnukami i dziećmi. Telefonicznie się wtedy komunikowaliśmy. Także siedzieliśmy w domach, nie wyściubialiśmy nosa nawet na podwórko, żeby z sąsiadem pogadać. Był taki strach, że nie wystarczy sam dystans, że maseczka mało chroni, że wirus się przenosi z jednego na drugiego.

Jak się poczułaś po wprowadzeniu lockdownu?

Może nie tyle się tak obawiałam, dlatego że każda rodzina u nas mieszka osobno, a ja sama mieszkam z mężem. Wiedziałam, że w innych przypadkach ktoś musi iść do pracy, a jak idzie, to nie wiadomo, czy nie przyniesie wirusa do domu. Byliśmy w tak dobrej sytuacji, że byliśmy tylko my z mężem, i że nikt z nas nie musiał jechać do pracy. Była za to obawa o najbliższych.

W jakich sytuacjach wychodziliście z domu?

Jak już to robiliśmy, to po artykuły pierwszej potrzeby. I to tylko wtedy, jeśli uważaliśmy, że nie jesteśmy chorzy. Na pewno się zabezpieczaliśmy,

idąc do sklepu. Ja przede wszystkim zakładałam rękawiczki i maseczkę. Ale mówią, że one nie zawsze chronią. Na początku przecierałam wszystkie kupione artykuły spożywcze środkiem dezynfekującym. To było tak nagłośnione, że człowiek klamki w domach przecierał, wszystko, co było możliwe. Ręce myłam na pewno częściej niż przed pandemią, bo po każdym powrocie ze sklepu.

Czy unikałaś spotkań ze znajomymi?

No, tak. Było w ogóle wtedy wyłączenie się z życia społecznego. Ale telefonicznie mieliśmy kontakt, dobrze chociaż, że tyle można było. Rozmawiałam przez telefon z dziećmi i wnukami. Co drugi, trzeci dzień ktoś dzwonił. Rozmawialiśmy o tym, czy coś się dzieje, czy wszystko w porządku. Każdy się pytał: „Co u was?”, „Jak tam zdrowie?”, „Czy wszystko w porządku?”. Mówiliśmy o tym, że ludzie powinni uważać na siebie, chodzić w maseczkach do sklepu, nie spotykać się w dużych grupach, skoro jest takie zalecenie.

Chodziłaś do jakichś innych miejsc publicznych czy tylko do sklepów?

Nie. Przecież wtedy porzuciłam pracę. Pracowałam dorywczo w jednej firmie, żeby można było dodatkowo jakieś pieniądze zarobić. To było w lutym lub marcu. Do pracy spróbowałam wrócić jeszcze raz latem. Jak ogłosili lockdown, bałam się już chodzić do pracy.

Co robiłaś w wolnym czasie?

Och... W wolnym czasie lubię szyć na maszynie. Dużo sobie wynajdywałam takich domowych robótek dla zabicia czasu. Były jakieś cerowania, szycia, drobne remonty, małe porządki domowe, czyszczenie wszystkiego. Rozwiązywałam też krzyżówki. Oczywiście cały czas śledziłam informacje w telewizji.

Chodziłaś w tamtym czasie do kościoła czy raczej oglądałaś msze w telewizji?

Starałam się unikać chodzenia do kościoła. Msze to ja do tej pory oglądam w telewizji. Jak mam czas, to koronkę. Ale na początku pandemii dużo czasu poświęcaliśmy z mężem kościołowi. Modlono się o to, aby ustała pandemia. Oglądaliśmy apel jasnogórski. Starałam się oglądać msze, skoro było takie udogodnienie. Do tej pory jeszcze uczestniczę, oglądając transmisję telewizyjną. Absolutnie nie musiałam rezygnować

z kościoła. Ale teraz wiadomo – jak są pogrzeby, to chodzę. Przede wszystkim zachowuję dystans. Jak gdzieś chodzę, to zakładam maskę. Ostatnio jak byłam na pogrzebie, to właśnie mieliśmy maseczki, mimo że każdy był oddalony od siebie. Widzę w telewizji, że wszyscy ludzie mają maseczki w kościołach, ale są blisko siebie. Powinni zachowywać dystans, zmniejszyć troszkę liczbę uczestniczących we mszy, ale oni dalej tłumnie przychodzą. Na początku nie zwracano na to uwagi, tak działo się przez kolejne lata i tak to zostało. Ludzie są strasznie blisko siebie, jest ciasno. W kościołach najtrudniej zachować im odstęp. Na początku nie można było się gromadzić, teraz to coraz większe są te uroczystości. Ale kiedyś był limit ludzi, były ograniczenia. Jak były śluby, to też nie można było urządzać większych imprez.

Czy uważałaś, że to dobrze, że zakazano organizowania ślubów i wesel tak dużych jak przed pandemią?

Tak. Uważałam, że to słusznie. Można się przecież ograniczyć do najbliższej rodziny. Można było kogoś zaprosić ewentualnie tylko na ślub. Mógł sobie stanąć z tyłu, widzieć parę młodą. Ograniczenie imprezy do najbliższej rodziny to dobry pomysł.

Jak na wiadomość o pandemii zareagowali twoi znajomi?

Też z przerażeniem. Kiedyś ludzie chorowali, była grypa. Jak byłam małą dziewczynką, to często chorowałam na anginę. Nie było zimy, żebym jej nie przeszła. Kiedyś ludzie bardzo biednie żyli. I ten strach został. Każdy mniej czy bardziej bał się pandemii. Ludzie powinni na siebie uważać, stosować profilaktykę. Powinni się szczepić. Jeżeli są takie zalecenia i coś naukowcy wymyślili, jest szczepionka, którą przebadano, to trzeba jej użyć. Chyba nikt nie chce zabić całego globu, tak? Bo jeżeli ta szczepionka nie byłaby skuteczna, to przecież wszyscy byśmy zniknęli z kuli ziemskiej, cała ludzkość. Ta pandemia jest już rozlana po całym świecie. Ludzie chorują i są takie, a nie inne skutki, jak się nie szczepią.

Czy znasz kogoś ze swojego otoczenia, kto przeszedł koronawirusa?

No, przecież ja chorowałam. Mój mąż też. Nie podejrzewaliśmy, że to COVID-19, więc przechorowaliśmy w domu. Potem, jak czuliśmy się dobrze, poszliśmy jakiś tydzień później zrobić test, który wyszedł ujemny.

Ale że przechorowane było, to byłam pewna, bo miałam test robiony na przeciwciała. W kwietniu oba testy.

Pamiętasz, jakie miałas objawy?

U mnie choroba zaatakowała przede wszystkim gardło i górne drogi oddechowe, zatoki. Pierwszy moment to było mocne drapanie w gardle, jakby żyletką, to był ostry ból. Pojechaliśmy wtedy z mężem na cmentarz, a wtedy już były roztopy. Nie włożyłam dobrych butów i to wszystko się skumulowało i zaatakowało cały organizm. Nie było to wcale przyjemne. Ciężiej się to przechodzi niż inne znane choroby. Długo to będę pamiętała, bo razem z mężem to przechodziłam. W nocy nie spałam, bo chodziłam i go doglądałam. Człowiek się cały poci i musi się leczyć. Wzięliśmy antybiotyk i zaczęło trochę pomagać. Na pewno ode mnie się zaraził. Czekaliśmy na szczepionkę. Gdybym mogła zaszczepić się w styczniu, tobym uniknęła tego zachorowania na wiosnę. Mieliśmy prawie 40 stopni gorączki.

Jak się poczułaś na wieść o wynalezieniu szczepionki?

Pierwsze, co postanowiłam, to się zaszczepić, jak tylko będzie można, po konsultacji z lekarzem. 5 maja miałam wizytę. Nie było przeciwwskazań i się zaszczepiłam. Teraz dodatkowo uważam na siebie, żeby nie osłabiać się przeziębieniem i na dworze noszę czapkę i ciepłe ubranie. Najważniejsze to, żeby się chronić i jeszcze raz chronić. Wiem, bo sama przeszedłam COVID-19, wiem, co to jest. Robiłam badanie klatki piersiowej i nic się nie działo, wszystko jest w porządku. Ale wcześniej, w marcu, był taki moment, że pogotowie było wezwane, bo nie mogłam się do żadnego lekarza dostać, a już brakowało mi tchu. To było trudne dla mnie i krzyczałam, żeby coś zrobić. Głęboko oddychałam, żeby sobie jakoś pomóc. Przyjechało pogotowie, przebadali mnie i poszłam do lekarza już prywatnie, bo nie dało się inaczej. W szpitalu nie byłam, bo uważali, że jeśli niepotrzebny jest respirator, to po co kogoś tam brać. Mówią, że po tym są problemy z pamięcią i ja miałam takie problemy.

Uważasz, że ludzie powinni się szczepić?

Powinni. Koniecznie. Nie wiem, dlaczego się nie szczepią. Nie mogę zrozumieć tych, co nie chcą się zaszczepić. Przecież skoro w Ameryce szczepią coraz młodsze dzieci, to dlaczego my, starsi, mamy się nie zaszczepić? Tak

więc uważam, że to jest podstawa, by się chronić przed pandemią. Kiedyś też były różne pandemie – dżuma, cholera, inne grypy – i też ludzie czekali na szczepionki. Trzeba się z losem pogodzić, jest taka choroba, trudno, trzeba się zaszczepić dla swojego dobra.

Co powiedziałaabyś ludziom, którzy nie chcą się szczepić?

Że źle robią. I cały czas mówimy, że źle robią. Ale oni mają na to swoje zdanie i co zrobisz? Nie zmusisz. Jak sama się zaszczepiłam, to poczułam się lepiej. Te szczepionki chronią przede wszystkim. Czuję się bezpiecznie. Jestem zaszczepiona dwoma dawkami. Przyjdzie kolej na trzecią, to też się zaszczepię. Na pewno.

Czy coś się zmieniło w twoim życiu, czy nabyłaś jakieś zdrowe nawyki podczas pandemii?

Na pewno dużo spaceruję. Jak byłam w sanatorium, to spacerowaliśmy, ile się dało. Każdą chwilę wykorzystywaliśmy. Lepsze to niż siedzenie bezczynnie. Teraz więcej spaceruję, jak jestem na działce i jak jest cieplej, bo teraz to już chłodno. W domu staram się wyjść na podwórko. Wczoraj siedziałam w ogródku przy kwiatkach, liście grabiłam, takie czynności przed zimą. Maseczkę nadal noszę. Nigdy nie zdejmowałam maseczki, wchodząc do sklepu, czy było lato, czy nie. Jak jest decyzja, że trzeba nosić, to się nosi. Uważam, że trzeba się stosować do poleceń. To żaden wstyd, żadna plama na honorze. To jest po prostu dla bezpieczeństwa.

Czy twoim zdaniem konieczny jest kolejny lockdown?

Uważam, że jeżeli jest dużo zachorowań, to powinni wprowadzić. Tak jak było wcześniej. Nie ma co przymykać oczu. Niech się stosują. Jak ostatnio jechałam na wieś, to jedna ulica niedaleko szpitala była cała zastawiona samochodami z ludźmi, którzy chcieli zrobić sobie wymazy. Testowali się, bo pewnie się nie pozaszczepiali. Mają katary nie katary, to sprawdzają. A zamiast tego mogliby się zaszczepić i mieć święty spokój. Bo jak ktoś jest zaszczepiony, to czuje się chroniony. Co prawda to nie znaczy, że nie zachoruje, ale może przejść wirusa łagodniej. Nie powinno się czekać na szczyt zachorowań, tylko zapobiegać, póki można i jest jeszcze stosunkowo mało chorych. Jestem za wprowadzeniem lockdownu w takim wypadku.

Jak myślisz, czy kiedyś wrócimy do normalności przed pandemią?

Jak się ludzie zaczną szczepić, to wtedy jest szansa, a jak nie zaczną, to nie ma szansy. To zostanie już z nami tak jak inne grypy. Przy grypie jeszcze nie jest tak źle w porównaniu z koronawirusem, gdzie jest potrzebny respirator. To atakuje płuca, nie można złapać oddechu. Ludzie powinni wiedzieć, że lepiej się zaszczepić. Kiedyś też były choroby i ludzie chcieli się szczepić dla własnego dobra i nie rozumiem, dlaczego teraz nie chcą. Czego się boją? Chciałabym, żebyście wy, młodzi, nie mieli tych problemów, żeby tych chorób nie było na świecie, a ludzie umieli się nawzajem szanować, być wyrozumiali dla siebie i przede wszystkim dbali o swoje zdrowie. Szczepienia są nieodzowne. Ludzie robią wielki błąd, nie chcą się szczepić.

Czułam złość, bezradność

Natalia Małecka, Klaudia Nowakowska, klasa 2

Wywiadu udzieliła Krystyna Małecka.

Co zmieniło się w pani życiu przez pandemię?

Zaczęłam czuć strach i zmęczenie trwającą już tak długo pandemią. Mój stan zdrowia się pogorszył i trafiłam do szpitala.

Co pani czuła, gdy usłyszała pierwszy raz o pandemii?

Na początku myślałam, że ta choroba nie jest prawdziwa. Dopiero kiedy usłyszałam, ilu ludzi na nią choruje i umiera, zrozumiałam, że jest poważna. Czułam strach, bałam się o siebie i najbliższych.

Jakie ma pani myśli w związku z pandemią?

Uważam, że lekarze powinni jeszcze więcej zrobić dla osób z COVID-19 i tych, co chorują na inne choroby. Wszyscy za bardzo skupili się na koronawirusie, lekceważąc inne choroby, na które powinno się zwracać większą uwagę. Szpitale powinny być podzielone na część dla tych, co zarazili się koronawirusem, i dla tych, którzy cierpią na inne choroby.

Co było dla pani najtrudniejsze w czasie pandemii?

Chodzenie w maseczkach jest bardzo uciążliwe, obawiałam się o zdrowie swoje i swoich najbliższych. Brak kontaktu z ludźmi był dla mnie naprawdę trudny, bo nie mogłam spotkać się z rodziną ani sąsiadami.

Jak wyglądały pani pierwsze święta wielkanocne w czasie pandemii?

Były one inne niż zawsze, nie mogłam spędzić ich z rodziną. Były to pierwsze tak trudne dla mnie święta. Nigdy nie było tak, że rodzina nie może się z sobą spotkać. W telewizji było coraz więcej informacji o koronawirusie, o tym, ile osób umarło, a ile jest zakażonych.

Czy czytała pani więcej książek, oglądała więcej filmów podczas pandemii?

Starałam się oglądać różne filmy, aby chociaż na chwilę nie myśleć o pandemii.

Co robiła pani w czasie wolnym?

Dużo gotowałam, sprzątałam też często i dzwoniłam do bliskich. Większość wolnego czasu spędziłam w domu lub gospodarstwie.

Czy robiła pani remonty w domu?

Nie można było jeździć do sklepów, żeby coś kupić, wszystko było poza-
mykane. Bałam się o swoje zdrowie, chodząc do sklepów, wołałam nie
ryzykować.

Co pani czuła, kiedy nie można było spotykać się z ludźmi?

Czułam złość, bezradność. Bardzo chciałam porozmawiać z innymi osobami,
a nie cały czas z domownikami.

Jakie były według pani zalety i wady lockdownu?

Zaletą było to, że sklepy, restauracje, kina i galerie handlowe były poza-
mykane i mniej ludzi się zarażało, ale przez to dużo osób potraciło pracę.

Podczas pandemii przeorganizowaliśmy życie naszej rodziny

Zuzanna Niemyjska, Wiktoria Dutkiewicz, klasa 2

Wywiadu udzieliła młoda mama.

Dzień dobry, czy mogłybyśmy zadać pani parę pytań związanych z zeszłoroczną pandemią koronawirusa?

Dzień dobry, jasne.

Czego nauczył panią COVID-19? Jako kobietę, mamę i żonę?

Sam COVID-19 nauczył mnie chyba na ten moment jedynie higieny. Jesteśmy bardzo niekonwencjonalną rodziną, zawsze bardzo lubiliśmy spędzać czas z sobą, więc moment samego zamknięcia w domu dla niektórych był tragedią, dla innych wyzwaniem, ale dla nas to było coś fajnego. Jedynym wyzwaniem było zapewnienie atrakcji naszemu starszemu synkowi. COVID-19 nauczył nas również, że nic nie jest dane raz na zawsze. Uwielbialiśmy podróżować. Rodzina mojego męża jest w Turcji, moja w Polsce, a my mieszkamy w Holandii. W momencie, kiedy był totalny lockdown, skończyło się podróżowanie, więc zaczęliśmy doceniać te chwile i to, że można się przemieszczać.

A czy przez ten rok zmieniło się w pani coś szczególnego?

W czasie pandemii skupiliśmy się na budowaniu rodziny, tak naprawdę przez cały lockdown byłam w ciąży. Pamiętam to jak dziś, zdążyliśmy pójść na jedno zajęcia z pływania i praktycznie tydzień później, kiedy chciałam to powtórzyć, wszystko było zamknięte. To była wiosna, a na jesieni byłam już w kolejnej ciąży. Więc zmieniło się we mnie wszystko, tylko nie wiem dokładnie, czy to przez COVID-19.

Czyli kwarantanna nie wpłynęła bezpośrednio na panią, tylko bardziej na rodzinę?

Tak, zdecydowanie. Sam fakt, że byliśmy zamknięci, nie wpływał na mnie osobiście, tylko całościowo. Fakt, że musieliśmy zostać zamknięci w domu, był dla mnie OK, ale z racji tego, że mieliśmy małego szkraba, to było to małe wyzwanie. Jak zaszłam w ciążę, trzeba było kombinować, jak zapewnić opiekę podczas porodu dla naszego starszego bobasa. To też było wyzwaniem, bo rodzina nie mogła przylecieć przez ograniczenia, nie każdy ze znajomych mógł pomóc, bo każdy starał się utrzymać pracę, więc nie mógł sobie pozwolić na nieprzychodzenie do niej ot, tak.

A zaczęła może pani robić jakieś rzeczy, o których by pani wcześniej nie pomyślała? Typu ćwiczenia albo bieganie, o ile miała pani czas.

Zaczęłam wymyślać zabawy dla dzieci. Myślałam, że wystarczy dać dziecku zabaweczkę i jest spokój na cały dzień, a to wcale tak nie działa. Sama wzięłam się za robienie jakichś zabawek. Zaczęłam również uczyć się języka holenderskiego, ale nie robiłam jeszcze tego w formie oficjalnej, typu kurs, bo nie miałam po prostu czasu. Myślę, że byłoby więcej tych rzeczy, gdyby nie fakt, że połączyło się to z ciążą.

W takim razie jak radziła sobie pani z obostrzeniami? I jak wyglądało to w Holandii?

Kiedy przyszła pierwsza fala, miałam prawie rocznego chłopca i było to dosyć szokujące dla wszystkich, mimo że Holandia podeszła do sprawy bardzo luźno. Słyszałam w wiadomościach, że w Polsce wszystko się zamyka, a Holandia bardzo długo w to wchodziła. Wszyscy dookoła byli zamknięci, a Holandia nie wymagała tego wszystkiego od swoich mieszkańców. Wszystko tutaj było z opóźnieniem. Ludzie mówili, że państwo nic nie robi w kierunku wprowadzenia obostrzeń. Ludzie przylatują, odlatują, granice dalej były otwarte, więc na początku nie odczuliśmy tego za bardzo. Szczerze mówiąc, dopiero teraz, po tak długim czasie, zaczyna mi trochę doskwierać, kiedy słyszę kolejny raz, że wprowadzamy znowu maseczki. Wyobraźcie sobie, że macie turboaktywne dziecko, idziecie na zakupy i macie zachować półtora metra odstępu od ludzi. Niektórzy podchodzą do tego bardzo surowo. Dla mnie ogromnym wyzwaniem jest to, żeby je upilnować i jednocześnie zrobić zakupy, i jeszcze skupić się na tym, żeby nikt nie zwrócił mi uwagi po drodze. Poza tym przy drugiej fali już byłam

w ciąży, więc noszenie maseczki było strasznie uciążliwe. Nie mogłam oddychać, poza tym miałam drugiego bobasa obok siebie, więc musiałam biegać za nim w maseczce. Gimnastyka niesamowita!

Jak radziła sobie pani w takich ciężkich chwilach?

Poradziliśmy sobie w taki sposób, że po prostu nie wychodziliśmy. Mamy ten komfort, że mamy ogród, dość duży domek, więc pewien czas mój mąż był wysłannikiem na zewnątrz. Tylko on jeździł na zakupy i do pracy, ewentualnie ja ze starszym synkiem chodziłam na plac zabaw, jak wiedziałam, że nie ma za dużego ruchu. Ogólnie staraliśmy się prześlizgnąć między tym wszystkim, siedzieliśmy po prostu w domu i staraliśmy się kreatywnie spędzać czas. Dla mnie z jednej strony było to ułatwienie z racji tego, że nie musiałam biegać za dzieckiem, dla mojego męża było to niestety utrudnienie, bo po pracy musiał załatwić zakupy, w sklepach były kolejki, często nie było podstawowych produktów i jeździł po kilku sklepach, żeby zebrać wszystko, co jest potrzebne. Często wracał po dwóch, trzech godzinach po pracy, a więc zmęczenie też wchodziło w grę. Z perspektywy czasu widzę, że przeszliśmy to łagodniej z racji tego właśnie, że budowaliśmy rodzinę i mieliśmy małe dziecko w domu.

Znalazła pani jakieś nowe zainteresowania?

Tak, nauczyłam się piec lavę. Zaczęłam gotować i piec, nigdy nie byłam w tym dobra. Zazwyczaj robił to mój mąż, a w tym czasie, kiedy on przejął „zewnętrzne” obowiązki, ja zaczęłam zajmować się bardziej kuchnią. Sprawia mi to radość. Myślę, że dało mi to taką perspektywę, że może jednak mogłabym gotować i może faktycznie ciasto, które upiekę, jest jadalne. Więc ta kwestia na pewno. Zawsze miałam mnóstwo pomysłów, ale tutaj mogłam spróbować przełożyć je na praktykę.

A pani rodzina gromadziła wszystkie rzeczy jak na wojnę? Tak jak było to w Polsce – brakowało makaronu i papieru toaletowego.

Holendrzy są bardzo łasi na promocje i w sklepach każdego tygodnia co dwa dni pojawiały się promocje typu 1+1 gratis, 2+1 gratis itd. Ja jestem tutaj trzeci rok i przyzwyczałam się do tego już przed pandemią, żeby robić takie zakupy na przyszłość. Jak widzę, że się kończy płyn do prania, to idę i kupuję z promocji. Jeśli można skorzystać, to czemu nie korzystać? Powiem

tak – jak przyszedł czas tego gromadzenia, to my tak naprawdę mieliśmy wszystko. Może brzmi to dziwnie, ale zawsze gdzieś te dwie dodatkowe paczki makaronu są schowane.

Czyli po prostu mądrze robiła pani zakupy i pandemia nie grała tutaj żadnej roli?

Raczej tak, nie gromadziliśmy tego ani nie chomikowaliśmy.

A gdyby miała pani wymienić trzy wady i trzy zalety tego całego zamknięcia i tej całej sytuacji?

Może zacznę od wad, bo dla mnie podstawowym mankamentem tego wszystkiego, co się zadziało, jest fakt, że mamy ograniczoną możliwość podróżowania. Jest to bardzo duże utrudnienie dla nas jako rodziny z racji tego, że jesteśmy pomiędzy, i to była podstawa naszego małżeństwa – że sobie organizowaliśmy wyjazdy do Polski czy Turcji. Tuż przed lockdownem mieliśmy bilet do Hiszpanii, Anglii, chcieliśmy polecieć na weekend – niestety to się nie udało. To jest na pewno główna wada. Kolejną będą problemy w życiu codziennym. Tak jak mówiłam, m.in. maseczka, która ograniczała mi możliwość oddychania w czasie ciąży. A z zalet podałabym to, że zwiększyła się higiena. Ludzie zaczęli o nią dbać, myją ręce, nie kaszlą ani nie kichają na siebie. Chyba to tyle z zalet, nie potrafię wymienić dwóch pozostałych.

Za co pani jako mama jako dwójki dzieci jest wdzięczna tej pandemii?

Zdecydowanie za wspólnie spędzony czas. Tak jak mówiłam, wcześniej też spędzaliśmy dużo czasu razem, dlatego nie odczułam tego jako kary, że muszę siedzieć zamknięta w domu z dziećmi i mężem. Uwielbialiśmy spędzać razem czas, ale pandemia pozwoliła nam spróbować go zorganizować jeszcze inaczej. Trochę bardziej zahaczyliśmy tutaj o ogródek, kupiliśmy trampolinę dla starszaka, więc razem skakaliśmy. Myślę, że dziękuję właśnie za to, że mogliśmy zbudować rodzinę bez presji wynikającej z tego, że straciliśmy coś po drodze i nie wykorzystaliśmy tego czasu przed pandemią tak, jak powinniśmy.

Jako mama rozwijającego się chłopca miała pani takie chwile, kiedy nie miała pani pomysłów, jak go czymś zająć?

No jasne! Parę razy dziennie, i to każdego dnia. Z racji tego, że mi samej brakowało takiej rozrywki, to im więcej szukałam i im więcej robiliśmy,

tym większa pustka się pojawiała. Tutaj też z pomocą przychodziły multimedia, złapałiśmy bardzo fajny kontakt z rodziną na komunikatorze. Może nie wspominałam o tym w pozytywach, ale daje to fajną możliwość, żeby porozmawiać z rodziną, chwycić kontakt. Te rozmowy były prowadzone w przerwie po prostu, żeby sobie trochę odetchnąć. Wpadałam bardzo często w pułapkę, np. chciałam pomalować coś z synkiem, a że w jego wieku on potrafi się skupić tylko na chwilę, to im bardziej skomplikowaną zabawę próbowałam wymyślić, tym bardziej sfrustrowana byłam, bo on się zajmował tym przez dwie minuty, a później był problem, co robimy dalej. Poświęcałam czasami 20 minut, pół godziny na to, żeby to przygotować.

Jak wyglądała pani typowy dzień podczas lockdownu?

Nauczyłam się nie planować niczego, odkąd zostałam z bobasem z racji tego, że im więcej planowałam, tym bardziej nie wychodziły te plany i tym bardziej byłam zdenerwowana. Bobas miał duże problemy ze snem, więc tak naprawdę nasze nocki były straszne, nieprzespane. Budziliśmy się praktycznie co trzy godziny, było to uciążliwe dla mnie z racji tego, że nie budził się normalnie, tylko z krzykiem. Budziło to również mojego męża, który musiał pracować, więc ja starałam się to przejąć. Nocki więc były ciężkie. Ranki były raczej leniwe, z bajkami i raczej, żeby sobie coś zjeść i obejrzeć. Później, przed południem, zazwyczaj na dworze, powrót, jakiś lunch. Później maluch miał drzemkę. Popołudniami zazwyczaj mój mąż się nim zajmował, więc starałam się odpocząć. Zazwyczaj nadganiałam obowiązki domowe. Koło siódmej, ósmej bobas jest nauczony, że mamy rytuał wieczorny. Jemy sobie kolację, idziemy na górę, kąpanie i idzie spać. Później mamy czas na rozmawianie i odpoczynek od dziecka.

Jak porównuje pani ciążę w normalnym czasie i w trakcie pandemii?

Dla mnie obydwie ciąży były fizjologicznie dość trudne, fizycznie odczułam je dość mocno. Różnicą było to, że lockdown skomplikował nam logistykę, np. kupienie wyprawki było niemożliwe, bo do sklepu pójść nie można było, w internecie nie było ani rozmiarów, ani kolorów. Zakupy zrobiłam tuż przed porodem. Pamiętam, że w połowie maja robiłam zakupy i dosłownie pobiegłam do pierwszego sklepu i kupiłam wszystko, co było potrzebne. Na czas porodu dodatkowo ciężko było zorganizować opiekę dla starszaka,

więc tak naprawdę różnicą było to, że druga ciąża była utrudniona pod względem logistycznym.

Czy to, że starszak był taki energiczny, dało pani jakąś naukę na przyszłość? Poznała go pani lepiej?

Tak, byłam z bobasem w domu po porodzie, przed pandemią. Miałam problemy zdrowotne i nie wróciłam do pracy, więc mieliśmy ten wspólny czas. Oczywiście dało mi to dużo jakościowego czasu wspólnego i na pewno jestem za to ogromnie wdzięczna. Nie wiem, czy to pozwoliło mi go poznać lepiej, ale na pewno wiem, że wpłynęło to na to, że nie mogliśmy go wysłać do przedszkola. Maluch nie mógł poznać dzieci z okolic i nie mógł się z nimi bawić. To dało poczucie, że jest takim pandemicznym dzieckiem i że jest cały czas z rodzicami. Moje serduszko krwawiło, kiedy nie mogłam go puścić, żeby się bawił z rówieśnikami. Ciężko jest to porównać z czymkolwiek, bo nie wiem, jakby się to potoczyło, gdyby lockdownu nie było, ale cieszę się, że to przetrwaliśmy i jest to już za nami.

Dziękujemy bardzo za wszystkie odpowiedzi, jesteście pod wrażeniem tego, jak pani sobie poradziła z tym wszystkim i że tak fajnie to wszystko przebiegło.

To ja bardzo dziękuję za możliwość podzielenia się moimi wrażeniami i doświadczeniami oraz za możliwość wypowiedzenia się w tej kwestii.

Mogliśmy więcej z sobą być

Andżelika Mirosz, Karina Kolińska, klasa 2

Wywiadu udzieliła Beata Jackiewicz, surdopedagog.

Dziś mamy zaszczyt rozmawiać z panią Beatą Jackiewicz, która opowie o swoich doświadczeniach i refleksjach związanych z pandemią koronawirusa. Mogłaby pani powiedzieć coś więcej o sobie?

Nazywam się Beata Jackiewicz. Mam 40 lat. Mieszkam w Arynowie. Mam rodzinę, dwójkę dzieci i męża.

Jakie jest pani wykształcenie? Czym się pani zajmuje?

Z zawodu jestem surdopedagogiem i byłam też nauczycielem akademickim. W tej chwili opiekuję się niepełnosprawnym dzieckiem.

Mogłaby pani powiedzieć coś więcej o swojej pracy?

Pracą, którą wykonywałam wcześniej, był zawód surdopedagoga. Jest to pedagog dzieci z wadą słuchu, który zajmuje się ich wykształceniem, rewalidacją i rehabilitacją. Miałam przyjemność pracować z nimi przez następnych kilka lat. Potem zaczęłam pracę na uczelni jako nauczyciel akademicki kształcący przyszłych nauczycieli dzieci z wadą słuchu. Od czasu narodzin córki jestem – można tak powiedzieć – osobistym pedagogiem dla niej. Tutaj, w domu, ogarniam rehabilitację Julki i stałą opiekę nad nią.

Chciałybyśmy teraz porozmawiać o pani odczuciach i refleksjach w dobie pandemii i czy może słyszała pani coś wcześniej o koronawirusie, zanim był nagłośniony w polskich mediach?

W momencie, kiedy zaczęły się pojawiać pierwsze informacje o koronawirusie, docierały też do mnie wiadomości z internetu, że jest jakiś wirus, którego jeszcze oficjalnie nie określono jako koronawirus, ale który dawał właśnie takie objawy chorobowe. To były pierwsze przecieki, kiedy już u nas w Polsce coś zaczęło się pojawiać.

Miała może pani obawy, że dotrze on do Polski?

Absolutnie nie rozważaliśmy wtedy perspektywy pandemii, dlatego że zawsze w tym okresie słyszymy często o epidemii grypy. Jest to dla nas oczywiste, że to sezon chorobowy i będą się zdarzać zachorowania wśród ludzi. Mając małe dzieci w domu i wiedząc, że ten okres jest taki chorobowy i że nie tylko wirusy, ale także inne choroby mogą się zdarzyć, zdawało nam się, że to będzie tak jak zwykle, że pewnie będzie większa liczba zachorowań. Myśleliśmy, że tak naprawdę nie wpłynie to na nas. Mogliśmy się tylko spodziewać, że my albo dzieci też zachorujemy, ale nigdy nie wiązaliśmy tego z jakimiś większymi konsekwencjami bądź stanem, który nastąpił, oficjalnym ogłoszeniem pandemii.

Czyli informacja o tym, jak to się potoczyło, była dla pani niespodziewana?

Już informacje o tym, że następują zamknięcie czy obostrzenia, były dużym szokiem. Wtedy pojawiły się obawy, że może nie jest to zwykły wirus, skoro z grypą jesteśmy w stanie funkcjonować. Kiedy słyszeliśmy o epidemii, że ktoś ze znajomych choruje na gripę, zupełnie nie odbieraliśmy tego w tej kategorii i na pewno informacja o obostrzeniach, gdy pojawił się koronawirus, dała nam do myślenia, że jest to coś dużo poważniejszego.

Pamięta może pani w jakich okolicznościach dowiedziała się o COVID-19, jak on się rozprzestrzenił? Jak się pani wtedy czuła?

To był na pewno przełom stycznia i lutego i mieliśmy zaplanowany wyjazd do Szklarskiej Poręby. Pamiętam, że już wtedy docierały do nas informacje. Ponieważ był to okres ferii zimowych, było tam bardzo dużo ludzi. W tym samym czasie zachorowała nam córka, która miała bardzo podobne objawy jak te, o których już słyszeliśmy. Bardzo ciężko przeszła to przeziębienie, miała suchy kaszel, bóle w klatce piersiowej. Zaczynaliśmy się zastanawiać, co to jest, bo słyszeliśmy wtedy, że dużo dzieci znajdowało się w szpitalach z podobnymi objawami. Wówczas jeszcze tak bardzo nie były wprowadzone obostrzenia. Były tylko przecieki, że w Chinach jest duże ognisko zakażeń, ale w świecie nie było jeszcze takich informacji. Po tym zachorowaniu córki wyjechaliśmy do Szklarskiej Poręby. Kiedy wróciliśmy w marcu, dużym zaskoczeniem dla nas było to, że zamknięto szkoły, przedszkola. Wtedy córka była w przedszkolu, my się zapisywaliśmy jeszcze na zajęcia dodatkowe. Pamiętam, że tak to się zaczęło.

Pamięta pani swoje reakcje na wieść o pierwszych przypadkach w Polsce?

Na początku był duży dystans do wszelkich informacji, które spływały, bo człowiek byłoby obyty z chorobami i wiedział, że one się zdarzają. Nie było też przypadków w najbliższym otoczeniu ani się o nich nie słyszało. Wydawało mi się to strasznie nierealne. Owszem, są pierwsze zachorowania, ale wydawało mi się, że to wszystko jest abstrakcyjne i jeszcze to do mnie nie docierało. W zasadzie na początku nie było niepokoju, tylko zaciekawienie, jak to się potoczy i o co w tym chodzi. Z jednej strony był niedosyt wiedzy, a z drugiej chaos informacyjny, bo gdziekolwiek się zajrzało, każdy miał coś do dodania. Kiedy te pierwsze zachorowania się już pojawiły, wszędzie był natłok informacji. Zachowywaliśmy spokój i wydawało nam się, że jak ten wirus już wszędzie jest, to dotrze i do nas. Jesteśmy globalną wioską, więc na początku nie było jakiegoś przestachu, tylko większa czujność, co dalej się wydarzy.

Czy śledziła pani informacje o sytuacji w Polsce?

Myślę, że nie dało rady od nich uciec, bo nawet jak jadę samochodem, włączam radio, słyszę tylko o tym koronawirusie. Tak samo w telewizji. Informacje same zaczęły docierać do człowieka.

Czy nie denerwował pani ten ciągły napływ informacji?

Na początku wydawało mi się, że dobrze nie wiemy, z czym mamy do czynienia. Za chwilę pojawiło się mnóstwo dodatkowych programów, które zaczęły analizować ten problem, rozkładając go na czynniki pierwsze. Informując o tym, co to jest koronawirus, jak działa, co zrobić. Na pewno nasza czujność też przeszła w tryb noszenia maseczek i rękawiczek, dezynfekcje i większe zwracanie uwagi na bezpieczeństwo, szczególnie u dzieci. Później nastąpiło zamknięcie szkół – w zasadzie dzieci były w domu. My gdzieś wychodziliśmy na zewnątrz, więc bardziej się pilnowaliśmy. Później z czasem te informacje powodowały narastanie niepokoju. Wcale to nie zniknęło, rosła liczba zachorowań i następowały zgony. Te bodźce wprowadzały człowieka w niepokój. Zaczęło się oficjalne mówienie, że mamy pandemię, ale podczas epidemii grypy nikt nas nie zamykał i wszystko funkcjonowało. Przestałam na siłę doszukiwać się informacji, wyłączyłam się. Wiadomo, gdy słuchałam radia albo oglądałam wiadomości, one same do mnie docierały, ale już sama

przestałam szukać, nie czytałam, nie analizowałam. Jestem osobą, która kiedy ma nadmiar informacji, za bardzo się nakręca emocjonalnie. Był niepokój, a wiedziałam, że te informacje siłą woli dotrą, bo były one po prostu wszędzie. Chcąc nie chcąc ten niepokój wzrasta, gdy ma się dzieci, zwłaszcza niepełnosprawne dziecko z obniżoną odpornością. Julka ma wrodzoną wadę serca i zespół Downa – to są dwa czynniki, które dodatkowo obniżają jej odporność, więc chyba największe obawy były właśnie o nią. O to, żeby niczego jej nie przekazać. Baliśmy się też o babcię, która mieszka z nami i ma przewlekłe choroby. Ograniczaliśmy przebywanie w miejscach publicznych, spotkania ze znajomymi czy z rodziną. Wiedzieliśmy, że inni też bardzo dbają o reżim i siebie. Najbardziej uderzyło nas to, że byliśmy w trybie rehabilitacji córki i musieliśmy ją przerwać. Zastanawialiśmy się, czy nie wpłynie to na jej rozwój i ile to będzie trwało. Wydawało nam się na początku, że wszystko potrwa ze trzy miesiące i będzie z głowy, a tu musieliśmy na dłuższy czas zawiesić nie tylko szkołę, ale także inne wyjścia, a Julia miała tego dużo. Z czasem pojawiły się wątpliwości, bo też wiedzieliśmy, że nie da się rehabilitować z małymi dziećmi w maskach, a z drugiej strony nadal był ten reżim. Sami nie wiedzieliśmy, jaką decyzję podjąć.

Jak wszyscy wiemy, pojawił się problem zamknięcia, lockdownu. Czy wpłynął on bardzo na pani rodzinę?

Z perspektywy rehabilitacji to tego nam szkoda, bo jednak jeżeli się ją prowadzi systematycznie, przynosi większe owoce. My osobiście w czasie pandemii poczuliśmy, że świetnie było się zatrzymać. Człowiek zawsze jest zabiegany – praca, dzieci, dodatkowe zajęcia – gdzieś cały czas się mijaliśmy. Nigdy nie mieliśmy problemu z byciem w domu, więc nie był to większy kłopot poza brakiem kontaktów społecznych, które Julia i Dominik lubią. Dominik, starszy syn, nie miał poczucia, że w jakiś sposób mu się ogranicza kontakt z kolegami, że nie ma go w szkole, wręcz początki edukacji zdalnej wspomina bardzo dobrze. Julii było trochę brak kontaktu z rówieśnikami w przedszkolu, ale ona bardzo lubi być w domu z rodziną. Był to, powiedziałabym, błogosławiony czas, był spokój, nigdzie nie pędziliśmy i mąż pracował w domu zdalnie, więc wiele spraw mogliśmy razem załatwiać. Z perspektywy czasu poczuliśmy, że to było wspaniałe. Były również okresy,

kiedy wszystko się na siebie nakładało i było to obciążenie psychiczne. Ale sam fakt pozostania w domu dawał mi poczucie bezpieczeństwa. Pamiętam taki czas, kiedy już nam się chciało gdzieś w niedzielę wyjść. Wiadomo, na spacerzy zawsze wychodziliśmy, do tego mamy własny ogród, więc nie czuliśmy, że jesteśmy zamknięci w domu. To dawało komfort, mogliśmy jeździć na rowerach, pojechaliśmy gdzieś dalej samochodem nad rzekę Bug i tam pospacerowaliśmy. Każdy z nas doceniał ten wyjazd. Było mało ludzi na drogach, więc mogliśmy wyjechać do własnego domku na Mazurach. W sumie dużo nam się nie zmieniło poza tym, że nie musieliśmy tak jak w ciągu normalnego roku szkolnego biegać. My bardzo doceniamy ten czas, mogliśmy więcej z sobą być.

Myśli pani, że kwarantanna zbliżyła was do siebie?

Tak, na pewno to było bardzo dobre, że mieliśmy taką możliwość, i nas to wcale nie przerosło. Tak naprawdę dobrze nam się funkcjonowało. Mówię o tym pierwszym lockdownie, później to już stało się normalne. Mimo pandemii wszystko zaczyna się normować, dzieci chodzą do szkoły, mąż do pracy, kiedy tak naprawdę to ta sama pandemia. Nadal jednak utrzymujemy reżim i pilnujemy obostrzeń niezależnie od szczepień. Naszym priorytetem jest poczucie odpowiedzialności za innych ludzi i przestrzeganie zasad, nieważne, gdzie jesteśmy. Czuję też wewnętrzny komfort społeczny, jak ludzie również o to dbają. W zupełności nam to nie przeszkadza. Tak samo jest w szkole Julki i Dominika – czuję się bezpiecznie, że moje dzieci są w takim środowisku, w którym są zachowywane podstawowe zasady bezpieczeństwa. Ja sama mam większy komfort psychiczny, że robię wszystko, co mogę. Czy zapobiegnę? Sądzę, że nie, ale zrobiłam wszystko, co mogłam, żeby dalej funkcjonować. Nie jesteśmy w stanie zamknąć się na dwa czy trzy lata, musimy normalnie żyć, pracować i dalej prowadzić rehabilitację. Liczymy, że wszystko się unormuje. Na obecną chwilę oswoiliśmy się z wirusem i pewien niepokój minął, ponieważ w życiu nie na wszystko mamy wpływ.

Jak pani zareagowała na szczepienia?

Na początku na pewno było dużo wątpliwości. Szukaliśmy merytorycznych informacji, które pomogą nam podjąć decyzję. Kiedy słyszymy słowo „szczepienia”, od razu pojawia się jakaś niechęć. A tak naprawdę to jest wyłącznie

nasza osobista decyzja i długo do niej dojrzewaliśmy. Ja się nikomu nie muszę z niej tłumaczyć ani nie chcę też nikogo w jakiś sposób namawiać, bo nigdy tego nie robiłam. Ostatecznie z mężem doszliśmy do wniosku, że się zaszczepimy. Uznaliśmy, że to jest droga, którą my wybieramy, i mówię to na zasadzie, że nikomu tego nie narzucam. Sama również podejmuję ryzyko tak jak z każdym szczepieniem czy leczeniem, farmakologią. Zawsze muszę brać pod uwagę konsekwencje przyjmowania. W tym wypadku wydawało mi się, że to jest najlepsza rzecz, jaką możemy dać dzieciom, bo na tamtym etapie nie mówiło się w ogóle o szczepieniach dzieci. Nie jest to łatwa decyzja ze względu na to, że szczepionki były robione bardzo szybko, ale trzeba brać pod uwagę to, że nauka bardzo się rozwinęła i badania cały czas trwają. Trzeba mieć duży dystans, obrać własną drogę i zaufać też sobie w jakiś sposób. Jako osoba wierząca ufam Panu Bogu i spokój, który towarzyszy mojej decyzji, jest w moim wypadku słuszny. Jednak nie wiem, czy to jest jedyna słuszna droga. Nie jestem odpowiednią osobą, żeby oceniać, czy szczepienia są dobre, czy złe. To jest bardzo trudne, nie chciałabym być na miejscu różnych specjalistów, którzy – wiadomo – też mają ograniczoną wiedzę, choćby byli najbardziej wykształceni. To są bardzo trudne decyzje. Bałabym się być na miejscu osób, które musiałyby komuś pomagać w ich podejmowaniu, i nigdy też nie chciałam komuś doradzać albo odradzać. Staram się nie wchodzić z nikim w rozmowy, naciskać. Szanuję każdego z osobna.

Chciałybyśmy jeszcze też wrócić do tematu zamknięcia w domach. Czy brakowało pani czegoś wtedy lub czy tęskniła pani za czymś?

Właśnie nie, bo moje bardzo aktywne życie już się zatrzymało, kiedy się pojawiła Julka. Ogólnie jestem przyzwyczajona do sytuacji, w których nie wiem, co będzie. Tak było w czasie ciąży czy później, podczas porodu dziecka, operacji i pobytu w szpitalu, kiedy mnie przenosili i nie widziałam, czy na tydzień, miesiąc, czy trzy. Więc ja i cała nasza rodzina nauczyliśmy się żyć tak, że w zasadzie niepewność dnia jutrzejszego tak bardzo nas nie przerażała. I do tej pory tak żyjemy, czy jest pandemia, czy nie. Więc to zamknięcie samo w sobie nie powodowało w nas napięcia. Umiemy z sobą rozmawiać, być. W trudnych momentach dla Dominika, który wchodził już w czas nastoletni, to nawet lepiej było, że był w domu i mogliśmy wszystkie

trudne momenty wyłapać. Czy za czymś tęskniłam? Za swobodą wyjścia i decydowania np. o wizycie u babci, bo już to się wiązało z jakimś ryzykiem albo wątpliwościami, czy my możemy coś przekazać, czy nie. Za kontaktami z rodziną, najbliższymi znajomymi czy chrzestnymi dziećmi, które musieliśmy ograniczyć. Ale są w dzisiejszych czasach telefony, Teamsy, Skype, więc np. urodziny Julki też spędziliśmy przy laptopie. Zawsze to jakaś nowość i coś fajnego. Ważniejszą rzeczą dla nas było dobro drugiego człowieka, żeby nikomu nic nie przekazać, niż to, czy się spotkamy z kimś, czy nie. Poza tymi kontaktami społecznymi, które trzeba było troszkę uszczuplić, to w zasadzie nie miałam momentu, żebym za czymś szczególnie tęskniła.

Właśnie w tamtych czasach było ważne dla nas dobro innych, naszych bliskich. Żeby, powiedzmy, nie przekazać wirusa. Utrudnieniem dla nas było też to, że tak naprawdę nie wiadomo, czy był on w naszym otoczeniu.

Tak. My podeszliśmy do tego zadaniowo, uznaliśmy, że odpowiedzialność za drugiego człowieka jest dla nas bardzo ważna i choć babciom było trudno to zrozumieć, to jednak myśmy tego bardzo mocno przestrzegali i staramy się to robić do tej pory. Później było tak, że jeździliśmy do babci, ale tylko na podwórze na ogród, na świeże powietrze. Babcia sobie siadała i mogliśmy trochę pogadać. Tak samo ze znajomymi nie spotykaliśmy się w zamkniętych pomieszczeniach, lecz staraliśmy się widywać na powietrzu, w parku, na rowerach. Tak jak były zalecenia. Potem pojawiły się też pierwsze święta. Były one bardziej ograniczone. W drugie święta już przyszliśmy na krótkie spotkanie. Oczywiście z zasadą, że przewietrzyliśmy pokój, że babcia i Julka były trochę dalej. Staraliśmy się więc przestrzegać reżim. Nawet wujek, który jest księdzem, zrobił sobie wcześniej test, bo z racji swojej posługi mógł przywieźć z sobą wirusa. Cały czas jednak to dobro było ważniejsze. Nawet nie chodzi o to, czy ktoś nas zarazi, tylko bardziej to wynikało z troski o Julkę, babcię. Bo o sobie tak człowiek może nie myślał, tylko obawiał się o dzieci i starsze osoby. To jest nasza odpowiedzialność społeczna.

No tak, każdy w czasie tej pandemii chciał zadbać o drugiego człowieka, żeby po prostu nie mieć go na sumieniu.

Tak, to dlatego myśmy starali się robić, co możemy, by wyrzuty sumienia nie były u nas na tak wysokim poziomie, a przecież nie zapobiegniemy wszystkiemu. To tak jak z małymi dziećmi. Możemy je mieć na oku cały czas, a się na sekundę odwrócimy i zaraz coś się dzieje. Nie jestem w stanie cały czas być przy dziecku, muszę inne rzeczy zrobić, ale też się nie obwiniam, np.: „O, bo jak bym tu była, toby się nie przewróciła”. No nie da się tak funkcjonować. Tak samo było w przypadku pandemii. Do wszystkiego, co mogliśmy zrobić, podchodziliśmy na poważnie, a reszta już w woli Boga.

W tym okresie np. zakupy nie wyglądały tak samo jak przed pandemią ze względu na obostrzenia. A czy spotkały może panią jeszcze jakieś inne trudności w tamtym czasie, coś było dla pani trudne?

Na pewno trzeba było logistycznie wszystko dobrze przemyśleć, żeby nie jeździć tak często do sklepu. Mogliśmy robić przecież większe zakupy, ale rzadziej. Wszystko więc trzeba było zaplanować i przemyśleć wcześniej. Większym problemem były momenty wyjścia z Julką. Czy ją zabierać, czy nie. Jej wyjścia ograniczyliśmy. Nawet do kościoła jej długi czas nie zabieraliśmy, żeby nie prowokować sytuacji. Dla niej maseczka na początku była trudnością, częściej dotyka rękoma oczu, ust. Ma taką potrzebę i wiedzieliśmy, że dla niej to może być bardzo trudne. W zasadzie zakupy wzięłam na siebie ja, czasami wyręczał mnie mąż. Poza tym jakoś więcej ograniczeń nie było. Dziś możliwości techniczne są takie, że wiele zakupów można zrobić przez internet, więc z tego również korzystaliśmy i do tej pory tak robimy. Oprócz tego dla nas też ważne jest bycie osobiście na mszy świętej. Później pojawiła się możliwość w sąsiednim kościele przyjmowania komunii zaraz po obejrzeniu transmisji, więc z tego korzystaliśmy. Był wtedy również temat przyjmowania komunii na rękę, a nie do buzi, z czego wynikało pewne zamieszanie.

Dużą rolę odgrywała w tych czasach technologia.

Tak, w komunikacji i robieniu zakupów. W domu też piekło się własny chleb, bułki. Każdy sobie jakoś radził. Więcej – frajdę chyba człowiek odkrywał, że można funkcjonować też w inny sposób. Więc bardziej pozytywne wnioski wyciągamy.

Msze były transmitowane przez telewizję, gdy do kościoła mogło wejść

nie więcej niż pięć osób, korzystało się z teleporad lekarzy.

Tak, to ostatnie na pewno było zaskoczeniem. Akurat my nie musieliśmy tak często korzystać z pomocy lekarskiej, ale mimo wszystko było to zastanawiające. Przeszliśmy na ten tryb i nie ma dla mnie problemu z wypisem recepty na chorobę przewlekłą, ale w przypadku nagłej sytuacji ograniczony dostęp do szpitala czy SOR-u dla osób, które są przewlekle chore, to było duże zaskoczenie. Na przykład dla mojej mamy, którą nieraz musiałam zawieźć na SOR, było to wyzwaniem. Telefonicznie bardzo trudno było jej uzyskać rzetelną pomoc. Z drugiej jednak strony wręcz byliśmy wzywani na wizyty kontrolne Julki do Centrum Zdrowia Dziecka.

Czy pani sama miała okazję znaleźć nowe zainteresowania, pasję w czasie pandemii?

Wiadomo, że szybciej i łatwiej kupić pieczywo, ale zaczęliśmy trochę piec własnego chleba, bułek. Może nie tyle, co odkryłam, ile wróciłam do swojego zawodu, do przygotowywania materiałów do pracy z Julką. Z dawnej pracy jako surdopedagog miałam wiele jeszcze dodatkowych pomocy. A więc przy nauczaniu domowym weszłam faktycznie w rolę nauczyciela. Musiałam trochę pomyśleć, przygotowywać się, włączyć trochę kreatywności. Część rzeczy było przesyłane ze szkoły, a część przygotowywałam ja. Poczułam trochę też frajdy z faktu, że mogłam wrócić do aktywności. Oprócz tego – w związku z tym, że mogliśmy wychodzić na spacer, jeździć rowerami i nie mieliśmy pod tym względem ograniczeń – rozwijaliśmy wspólnie w rodzinie pasję rowerową. Na pewno bardziej docenialiśmy np. wyjazdy na Mazury, gdzie mamy własne miejsce z tarasem, ogrodem. Wiemy, że dla ludzi, którzy mieszkają w mieście, blokach, ten czas mógł być naprawdę bardzo trudny. Szczególnie dla małych dzieci. U nas Dominik, gdy skończył lekcje zdalne bądź miał przerwę, wybiegał na podwórko, jeździł rowerem. Więc on nie odczuł tego zupełnie. Ale np. do Mińska, do parku, już tak często nie jeździliśmy, bo wiedzieliśmy, że tam pewnie też sporo ludzi sobie spaceruje. Rozwinęliśmy swoje pasje. Trochę można było też nadrobić domowe sprawy, jakieś remonty. Mężowi odeszły dojazdy do pracy, mnie – wyjazdy na rehabilitację.

Właśnie w tamtym czasie doceniało się wiele najmniejszych szczegółów.

To, że mamy własny ogród i można wyjść z domu.

Oj, tak. Byliśmy wdzięczni, że jesteśmy w takim miejscu i mamy takie możliwości, bo tego nie zauważaliśmy wcześniej. Akurat Dominik nie lubi chodzić do szkoły, więc się nawet cieszył. Później już praca zdalna była na tyle męcząca i na tyle gorzej się funkcjonowało, że przechodziło to w zmęczenie. Starałam się też rozumieć innych ludzi, że mogą naprawdę odczuwać dużą trudność przez ciągłe siedzenie w mieszkaniu. A z drugiej strony wydawało mi się, że młodzi ludzie tak bardzo nie odczuwali tego na początku, bo mimo że nie byli w szkole, to się spotykali poza nią. Troszkę na Teamsach przez kamerki sobie pogadali, dzwonili do siebie.

Z naszego punktu widzenia jako młodzieży na początku, kiedy zaczęło się zdalne nauczanie, faktycznie była radość niektórych, bo nie musieli chodzić do szkoły. My akurat mieliśmy wtedy pisać egzaminy ósmoklasisty.

Właśnie dlatego każdą sytuację trzeba inaczej rozpatrywać. Dla osób, które czekały wtedy egzaminy, był to na pewno czynnik mocno stresogenny – wcześniej człowiek czuł, że może wszystkiego dopilnować, dopytać w szkole, a tu nagle zostaje sam i musi się przygotować samodzielnie.

Tak. To właśnie była wielka niewiadoma, nic nie było pewne, nie wiadomo było, jakie są wymagania. Czy będą one ograniczone, czy nie.

Panu Bogu dziękuję, że tak to się gdzieś tam wszystko układa. Zdaję sobie sprawę, że jest wielu ludzi, którzy znajdują się w dużo gorszej sytuacji. Na przykład ci przyzwyczajeni do innego rytmu życia, do większej aktywności. Były wtedy zamknięte fitness cluby, baseny, siłownie, więc to dla nich było dużym wyzwaniem na nowo się odnaleźć w domu. Uważam, że te problemy psychiczne, które pojawiają się szczególnie u młodych ludzi, nie są tylko kwestią braku kontaktów społecznych. Wydaje mi się, że to wynika też z problemów typu brak kontaktów w rodzinie, wsparcia, tak że tacy ludzie nie czują się w domu komfortowo nawet sami z sobą i tylko bycie w środowisku daje im to poczucie ważności i własnej wartości. Pracowałam z młodzieżą, pamiętałam różne problemy i czułam, że pandemia też jest wielkim sprawdzianem bardziej dla rodzin niż dla szkoły. Czy my się dogadamy, czy sobie będziemy głowy urywać po tygodniu, czy damy radę z sobą żyć. Na

pewno nowością w naszej rodzinie było to, że 1 stycznia przyjechał do nas kot, który z nami zamieszkał. To było wyzwanie, bo mój mąż nie przepada za bardzo za zwierzętami domowymi, ale ja chciałam Julkę trochę oswoić ze zwierzętami i jej bardzo dużo dało to doświadczenie. Na początku nie podchodziła do kota, a teraz go zarzuca na plecy i idzie z nim. Więc dobrze wspominamy czas pandemii. Nawet mąż zaakceptował nowego członka rodziny i cieszy się, że jest. Także rodzinnie bardzo przeżyliśmy ten okres i jesteśmy zadowoleni.

Czyli pani zdaniem dla pani rodziny tak naprawdę czas lockdownu wpłynął na plus?

Myślę, że jak najbardziej. Powiem szczerze, że pandemia nie kojarzy mi się z tym, że to był jakiś szczególnie trudny czas. Trudny to był tylko chyba ze względu na niepokój o zdrowie bliskich. Raczej podchodziliśmy do tego spokojnie, aczkolwiek odpowiedzialnie. Pandemia nie jest dla mnie absolutnie niczym złym, wręcz ją doceniam. Nawet rozmawiając ze znajomą, miałam dwie perspektywy widzenia. Jedni bardzo mocno przeżyli zamknięcie w bloku, towarzyszył im strach. Ja, Bogu dziękować, nie panikowałam, tylko miałam rozwagę. Ale to mnie życie do tego przygotowało. Tamci ludzie nie mieli takich doświadczeń i im towarzyszył wielki niepokój. A drudzy z kolei mówili, jak to fajnie, bo mają więcej czasu dla siebie, mogą coś zrobić i że podgonili też w domu dużo rzeczy, bo odeszły dojazdy do pracy, szkoły. Ale co rodzina, to inne doświadczenie. Znam taką, która jest bardzo aktywna, a osiem tygodni przesiedziała na kwarantannie, bo wszyscy rozchorowali się na COVID-19. Osiem tygodni w małym domu z piątką dzieci i psem było dla nich wyzwaniem. Praktycznie od czerwca do września przesiedzieli, nie mogli wyjść. Nie tylko przez to, że były ograniczenia, lecz po prostu byli w izolacji, dopóki wszyscy nie wyzdrowieli i mieli negatywne testy. Z drugiej strony nie wspominają jakoś specjalnie źle tego okresu. Żyją rodzinnie i umieją razem spędzać czas. To jest umiejętność rodzinna, która okazuje się istotna. Dla nas też nie było to większym problemem, bo mieliśmy ogród i – jak niektórzy mówią – mogliśmy od siebie odpocząć i każdy mógł mieć swój własny kąt.

To był to okres wyzwań, test dla rodzin.

Zgadzam się. Sprawdzian bycia razem. Bo niby szukamy relacji społecznych, a okazuje się, że z najbliższymi jest trudno nam żyć. Z ludźmi, z którymi jesteśmy najbliżej i najwięcej czasu spędzamy. Z tego, co słyszę, dużo ludzi musiało korzystać z pomocy psychoterapeuty, bo izolacja spowodowała, że nie mogli się do końca odnaleźć w nowej dla nich sytuacji. Wielu ludzi mieszka też samych, dla nich środowisko i życie społeczne jest motywatorem do funkcjonowania.

Czyli był to też dla Pani okres refleksji?

Tak, jak najbardziej. Z jednej strony muszę jakoś funkcjonować i być aktywna. Muszę zapewnić też rehabilitację córce, materiały do pracy. Ale warto jednak dbać o wspólny czas i nie trzeba wcale biec za wszystkim. Czasami można z czegoś zrezygnować. Warto też czasem zmienić formę aktywności. Nauczyliśmy się żyć według pewnych schematów i wydaje nam się, że inaczej się nie da. A tu się okazuje, że było wiele innych możliwości. Na przykład obejrzelśmy z rodziną całą serię o Jamesie Bondzie. Czas pandemii dawał nowe możliwości. Technologia okazała się znów pomocna i sprawia, że można np. obejrzeć wszystko, kiedy się chce. Cieszę się wewnętrznie, że przetrwaliśmy jako rodzina, że potrafimy funkcjonować, że się kochamy i jesteśmy razem. Były oczywiście też momenty spięcia, gdy każdy wchodził sobie na głowę. Ale tak jak mówię – ogród i „serwisówka” ratują całą sytuację, bo zawsze można od siebie odetchnąć. Można wolniej żyć, spokojniej. Świat się nie zawala, jeśli na chwilę się zatrzymamy i zrezygnujemy z czegoś. W tym czasie nasunęło mi się wiele pozytywnych refleksji. Myślę, że jeżeli chodzi o wiarę w Pana Boga, to też mówiło się dużo o tym w mediach, czy u ludzi osłabiła się wiara, czy nie. Ludzie odchodzą i nie wracają do Kościoła. Wtedy można było wreszcie poczuć, dla kogo to jest tylko tradycja, a kto naprawdę tego chce.

Dziękujemy bardzo za udzielenie wywiadu i życzymy wszystkiego dobrego!

Najbardziej bałam się, że ktoś z moich bliskich może odejść

Paulina Rosłoń, Bartek Czerwiński, klasa 2

Wywiadu udzieliła Katarzyna Rosłoń, mama Pauliny.

Dzień dobry, czy wyraża pani zgodę na nagrywanie wywiadu?

Dzień dobry. Tak, z największą przyjemnością odpowiem na każde pytanie.

Czym zajmuje się pani na co dzień? Czy pani zawód jest związany z walką z wirusem?

Pierwszym moim miejscem pracy jest szkoła, gdzie pracuję jako nauczyciel wspomagający w klasach integracyjnych, drugim miejscem pracy jest szpital, pracuję tam na SOR-ze jako rejestratorka. Praca w szpitalu związana jest z koronawirusem, w szkole jestem również wystawiona na kontakt z uczniami oraz innymi nauczycielami.

Czy przechodziła pani kwarantannę? Jeśli tak, to jak pani ona mijała i co pani robiła w tym czasie?

Nie miałam kwarantanny, ale przebywałam w trzydniowej izolacji domowej na skutek kontaktu z zarażonym nauczycielem w szkole.

Co pomyślała sobie pani, kiedy usłyszała pani po pierwszy raz słowo „pandemia”? Co pani robiła?

Kiedy usłyszałam to słowo po raz pierwszy, nie wiedziałam, co ono oznacza, gdyż nigdy wcześniej się z nim nie spotkałam, chciałam się więcej na ten temat dowiedzieć.

Czy nadal boi się pani COVID-19, jeżeli pani kiedykolwiek się bała?

Na początku było to dla mnie straszniejsze, lecz muszę przyznać, że nadal się boję o życie i zdrowie swoich bliskich oraz oczywiście o swoje własne.

Może poszukajmy plusów lockdownu. Czy znalazła pani w tym czasie

jakieś nowe hobby, pasję podczas tego czasu?

Tak, podczas lockdownu moim hobby stał się jogging. Zaczęłam biegać codziennie na świeżym powietrzu, co dodawało mi energii.

Czy ma pani jakieś sposoby na radzenie sobie podczas tych trudnych pandemicznych czasów?

Osobiście jestem za noszeniem maseczek w miejscach publicznych i przestrzeganiem reżimu sanitarnego, gdyż uważam, że uchroni to nas od zachorowań.

Jaka była pani reakcja na wprowadzenie przez rząd obostrzeń?

Na początku, gdy dowiedziałam się o obostrzeniach, byłam troszkę zszokowana, zmieszana, nie wiedziałam, do czego one doprowadzą, i byłam tym zestresowana.

Czy widzi pani jakieś plusy spowodowane pandemią, np. większe zwracanie uwagi przez ludzi na higienę osobistą czy mycie rąk?

Tak, uważam, że pandemia przyczyniła się do częstszego mycia rąk, a także ich dezynfekcji.

Czy uważa pani, że działania podjęte przez nasz rząd były dobre? Czy można było coś zrobić inaczej?

Moim zdaniem zbyt szybko zniesiono wcześniej nałożone obostrzenia, uważam, że niektóre z nich powinny w dalszym ciągu obowiązywać.

Czy zaraziła się pani kiedykolwiek koronawirusem? Jeśli tak, to jak przeszła pani tę chorobę?

Nie, nie zostałam zarażona.

Czy pandemia miała jakikolwiek wpływ na pani relacje z członkami rodziny?

Tak, myślę że w wyniku pandemii i większej ilości spędzonego wspólnie czasu zbliżyliśmy się do siebie.

Jaka była pani największa obawa dotycząca koronawirusa?

Moją największą obawą podczas pandemii był lęk przed tym, że moja rodzina i ja możemy ciężko zachorować. Najbardziej bałam się jednak, że na skutek tej choroby ktoś z naszej rodziny może odejść.

Czy ktoś z pani rodziny przeszedł koronawirusa, czy odużyło to się jakoś na funkcjonowaniu tej osoby?

Z mojej rodziny jeden chłopiec przeszedł koronawirusa, ale był to młody człowiek i nie pozostawiło to żadnych skutków ubocznych na jego zdrowiu.

Śledziłam wiadomości w telewizji

Maria Stanikowska, Marta Uchman, klasa 2

Wywiadu udzieliła Elżbieta Zaborowska, emerytowana kucharka.

Dzień dobry! Czy możemy z panią przeprowadzić wywiad na temat pandemii koronawirusa?

Tak, bardzo chętnie udzielę wywiadu.

Jak się Pani nazywa?

Elżbieta Zaborowska.

Ile ma pani lat?

72.

Kim jest pani z zawodu i czym obecnie się pani zajmuje?

Z zawodu byłam kucharką, obecnie jestem na emeryturze.

Co pani robi podczas czasu wolnego?

Chodzę na spacer, często przebywam na działce i jeżdżę rowerem. Przeważnie nie spędzam dużo czasu w domu, gdyż wolę go spędzać na świeżym powietrzu.

Jak zareagowała pani na wieść o światowej pandemii?

Na początku byłam zdezorientowana, nie byłam świadoma tego, co się dzieje. Cały czas monitorowałam wszystko, oglądałam wiadomości i czytałam gazety. Na początku byłam przekonana, że koronawirus jest niegroźny, porównywalny do grypy, ale niestety – jak później się okazało – jest zupełnie inaczej. Pandemia rozpoczęła się w Chinach, dzięki informacjom udostępnianym w telewizji widziałam, jak bardzo niebezpieczna jest ta choroba ze względu na coraz większą liczbę śmiertelnych ofiar. Przepelnione szpitale dawały do zrozumienia, że to nie są żarty, że trzeba poważnie potraktować apele o chronieniu się przed wirusem.

To prawda, widok tylu chorych osób był dosyć traumatyczny. A czy była pani poddana kwarantannie?

Tak.

Jak to wyglądało?

Któregoś dnia, kiedy wstałam, miałam katar i kręciło mi się w głowie, więc postanowiłam zadzwonić do swojej córki. Na wieść o tym bardzo się zaniepokoiła i poradziła mi zrobić wymaz. Wyniki testu wskazywały, że mam koronawirusa. Po powrocie do domu od razu otrzymałam telefon od sanitariusza. Oznajmili mi, że jestem pod ich kontrolą i mam 10 dni kwarantanny. Ta sytuacja była dla mnie niezwykle szokująca.

Czy miała Pani jakieś poważne objawy COVID-19?

Nie, pierwszego dnia miałam lekki katar, ale następnego dnia minął. Prócz tego nie miałam żadnych objawów, nie męczyły mnie żadne bóle głowy, nie straciłam węchu ani smaku tak jak niektórzy.

Niezmiernie cieszy mnie ta informacja. Mogłaby pani opowiedzieć, co robiła podczas lockdownu?

Przede wszystkim śledziłam wiadomości w telewizji. Z dnia na dzień znajdowałam sobie różne zajęcia, np. szycie, rozwiązywanie krzyżówek, czytanie książek. Łapałam się każdego chociażby trochę interesującego zajęcia, aby móc tylko coś robić.

Myślę, że większość ludzi miała podobnie. A czy obawiała się pani, że wirus wyniszczy naszą populację? Czy miała pani wrażenie, że to nigdy się nie skończy?

Tak, obawiałam się o to. Zresztą do dziś nikt tak naprawdę nie wie, kiedy dobiegnie koniec pandemii i czy to w ogóle się stanie. Nieustannie tworzą się nowe mutacje wirusa, które są coraz silniejsze.

Ma pani rację. Jak robiła pani zakupy – sama czy prosiła kogoś o pomoc?

Zazwyczaj chodziłam sama.

Czy robiła coś pani, by chronić się przed wirusem?

Oczywiście, bardzo często dezynfekowałam ręce, nosiłam maseczkę i unikałam zbędnego wychodzenia z domu.

Pani postępowanie można ocenić jako prawidłowe. Serdecznie dziękuję za udzielenie wywiadu na temat pandemii, bardzo nam pani pomogła.

Klienci nas obrażali i często dochodziło do kłótni

Wiktoria Ocypa, Aleksandra Zagórska, klasa 2

Wywiadu udzieliła Agata Zagórska, ekspedientka w drogerii.

W 2020 roku w Polsce pojawiła się pandemia zakaźnej choroby COVID-19, która dotknęła każdego z nas. W czasie lockdownu zmieniało się nasze nastawienie do pandemii i życia. Jesteśmy uczennicami drugiej klasy liceum i przeprowadzimy wywiad z osobą, która opowie nam o swoim życiu podczas epidemii, a jest nią moja mama – Agata Zagórska.

Mamo, zacznijmy naszą rozmowę od tego, że opowiesz nam coś o sobie.

Nazywam się Agata, mam 39 lat, obecnie mieszkam we wsi Żaków z rodziną. Pracuję jako ekspedientka w drogerii i całą sytuację obserwowałam po drugiej stronie.

Powiedz nam, proszę, jak wyglądała sytuacja u ciebie w pracy?

W momencie, kiedy potwierdzono pierwszy przypadek w Polsce, ludzie wpadli w panikę. Kupowali produkty w dużych ilościach, podobnie zachowywali się, robiąc zakupy spożywcze, robili zapasy suchej żywności, takie jak makarony, kasze, ryż czy chociażby mąkę i drożdże, aby móc piec samemu pieczywo.

A jakie produkty cieszyły się największym zainteresowaniem u ciebie w pracy?

Największy popyt był na papier toaletowy, zdarzało się nawet, że klienci się o niego bili, oraz wszelkiego rodzaju mydła i środki do dezynfekcji.

Jak ty i twoje koleżanki z pracy radziłyście sobie z nową sytuacją?

Było ciężko, trzeba było zwiększyć tempo pracy, gdyż towar szybko znikał z półek, była zwiększona liczba dostaw, a nawet zdarzały się momenty, że

w hurtowniach brakowało towaru, a jak się pojawiał, to ceny były już wyższe.

Czy twój pracodawca musiał zmienić zasady funkcjonowania sklepu?

Tak, weszło rozporządzenie Ministra Zdrowia, do którego musiałyśmy się dostosować. Przy kasach musiały się pojawić osłony oddzielające kasjera od klienta, między stanowiskami pracy musiał być odstęp co najmniej półtora metra, a przy kasie były wyznaczone linie z odstępami między klientami co dwa metry. Każdy pracownik i również klient musieli mieć założoną масечkę i rękawiczki, pojawiła się półgodzinna przerwa na dezynfekcję koszyków. Wprowadzono również limity osób przebywających w sklepie, co powodowało długie kolejki przed budynkiem. Całe szczęście, że sklepy oferowały klientom pomocną dłoń przez możliwość zamówień przez internet lub telefon.

Czy klienci chętnie stosowali się do wytycznych?

Często zdarzało się, że klienci obrażali nas, dochodziło nawet do kłótni, jak byśmy to my wymyślały zasady funkcjonowania sklepu. Nie umieli się dostosować.

A jakie wy miałyście odczucia podczas pandemii?

Każda z nas bała się nie tylko o siebie, ale też o swoje rodziny, ponieważ to my byłyśmy najbardziej narażone na niebezpieczeństwo, mając kontakt z tak wieloma ludźmi. Mimo ciężkiej sytuacji byłyśmy zadowolone, gdyż miałyśmy pracę, bo wiele instytucji było zamkniętych i ludzie byli zmuszeni przebywać w domu.

A jaki wpływ pandemia miała na ciebie poza pracą?

Największym problemem był dojazd do pracy autobusem, ponieważ występowały limity osób. Nieraz zdarzyło się, że kierowca nie wpuścił wszystkich bądź się nawet nie zatrzymał. Gdy robiłam zakupy, doskwierały mi takie same problemy, które zaobserwowałam u ludzi jako kasjerka. Bardzo często musiałam czekać przed sklepem w gigantycznych kolejkach przez obowiązujący limit liczby osób w środku. Występowały też godziny dla seniora, które były niemałym utrudnieniem.

Obostrzenia zabrały nam wiele możliwości dotyczących życia na wielu płaszczyznach. Jak wspominasz takie sytuacje jak wizyty u lekarza czy chociażby w kościele?

Był to na pewno ciężki orzech do zgryzienia. Życie kulturalne ucierpiało

przez zamknięcie obiektów rozrywki na długi czas, takich jak kina, teatry, muzea czy chociażby galerie handlowe. Wizyty u lekarza odbywały się przez telefon bądź rozmowy wideo. Utrudnieniem było dostanie się do szpitala w ekstremalnych sytuacjach, brakowało dużej liczby łóżek dla chorych, o czym było głośno w mediach. Podupadła polska gospodarka, która została zamrożona. Doprowadziło to do szkód finansowych i bankructwa setek tysięcy osób. Większość katolików nie uczęszczała do kościoła z powodu minimalnej, dozwolonej liczby osób. Ludzie modlili się w domu przed telewizorami, a w święta dostawali dyspensy od obowiązku uczestnictwa we mszy świętej.

Ciekawi nas również, czy zmieniło się coś między relacjami z bliskimi.

Zdecydowanie kontakt został ograniczony. Święta spędzaliśmy osobno, nie odwiedzaliśmy się tak często jak przed pandemią. Oczywiście był kontakt telefoniczny, ale to nie to samo co spotkania twarzą w twarz.

Mamo, dziękujemy ci za czas poświęcony nam, za wspianą rozmowę, która na pewno kiedyś pomoże przyszłym pokoleniom wyobrazić sobie, co działo się podczas panującej epidemii koronawirusa.

Nauka zdalna bardzo przypadła nam do gustu

Adrianna Baranowska, Julia Skalska, klasa 2

Wywiad został przeprowadzony z Mają, uczennicą klasy 3 liceum.

Jak zareagowała pani na pierwsze wieści o istnieniu koronawirusa na świecie?

Szczerze mówiąc, na początku się tym aż tak bardzo nie przejęłam i było to dla mnie dosyć odległym tematem, ale gdy zaczęłam więcej rozmawiać o tym z moimi znajomymi i rodziną, zaczęło mnie to przerażać. Bałam się tego, co będzie.

Jakie emocje towarzyszyły pani, gdy pierwsza osoba w Polsce zachorowała na COVID-19?

W pierwszym momencie byłam przestraszona, ale później zaczęło mnie to śmieszyć, ponieważ powstawało dużo memów na ten temat. Przykładowo: województwo lubuskie zostało wycięte z granic Polski, ponieważ to właśnie w Zielonej Górze został odnotowany pierwszy przypadek zakażenia. Większość moich rówieśników obracało to w żart, w tym również ja.

Które obostrzenia najbardziej wpłynęły na pani życie, utrudniały je?

A może były korzystne?

Było wiele obostrzeń, które utrudniały mi życie, np. podczas pierwszej fali koronawirusa rząd wprowadził zakaz wychodzenia z domu dla osób, które nie ukończyły 16. roku życia do godziny 16. Nie mogłam spotykać się z moimi przyjaciółmi, chłopakiem, co było dla mnie ciężkie, i pamiętam, że bardzo to przeżywałam. Problemem było także noszenie maseczek ochronnych na świeżym powietrzu. W zimę może stanowiło to jedną z zalet, ponieważ było mi cieplej, ale gdy nadeszła wiosna, nie było łatwo, bo w taką pogodę aż chciałoby się pooddychać świeżym powietrzem. Również kolejki przed

sklepami spowodowane ograniczeniami liczby osób, które mogły przebywać w środku, były problematyczne. Długo się stało, by kupić podstawowe produkty.

Czy była pani chora na COVID-19? Jeśli tak, to jak przebiegała choroba w pani przypadku?

Zaraziłam się koronawirusem w kwietniu tego roku podczas świąt wielkanocnych. Czułam się źle, ale nie do tego stopnia, by wymagać hospitalizacji i podpięcia do respiratora. To zupełnie inne uczucie niż w czasie zwykłego przeziębienia. Gdy tylko wstałam, podejrzewałam u siebie COVID-19 z powodu nagłych bólów mięśni. Oprócz tego miałam stan podgorączkowy i duszący kaszel. Na początku choroby było najtrudniej, z czasem objawy zmniejszały się, jednak do formy wracałam bardzo, bardzo długo i do teraz odczuwam tego skutki. Policja, straż lub wojsko pilnowały tego, czy przebywam w domu, a moi domownicy musieli posiadać aplikację, na której wysyłali swoje selfie rano i wieczorem, potwierdzające obecność na kwarantannie.

Czy pamięta pani, co było mało dostępne w sklepach na początku pandemii w Polsce?

W tamtym okresie zakupy robili najczęściej moi rodzice, ale wiem, że najciężiej otrzymać było papier toaletowy, maseczki ochronne oraz żele antybakteryjne, ponieważ każdy chciał zapewnić sobie bezpieczeństwo.

Czy relacje z pani bliskimi uległy zmianom?

Szczerze mówiąc – nie. Mimo że nie mogłam się za dużo spotykać ze swoimi znajomymi, i tak utrzymywaliśmy kontakt i dbaliśmy o nasze relacje. To przeżycie pokazało mi, kto jest dla mnie prawdziwym przyjacielem i będzie się starał utrzymywać ze mną znajomość mimo ciężkich warunków w tamtym okresie. Z rodziną też nie odczułam żadnej różnicy, dużo rozmawialiśmy, pisaliśmy oraz kontaktowaliśmy się z sobą przez aplikację FaceTime.

Jak zareagowała pani na wieści o zamknięciu szkół i wprowadzeniu nauki zdalnej?

Bardzo się ucieszyłam, ponieważ nigdy nie przepadałam za chodzeniem do szkoły w trybie stacjonarnym. Uczęszczanie na zajęcia online otworzyło przede mną nowe możliwości czerpania wiedzy, było to dla mnie czymś zupełnie nowym i fascynującym.

Czy mogłaby pani podzielić się swoimi odczuciami i doświadczeniami podczas nauki zdalnej? Jak przebiegały lekcje, jak wyglądało podejście nauczycieli i uczniów? Jakie problemy były najczęstsze? Co utrudniało uczestnictwo w nich?

Osobiście nauka zdalna bardzo przypadła mi do gustu. Lubiłam to, w jaki sposób odbywały się lekcje. Na większości z nich nie musieliśmy włączać kamerki ani mikrofonu, jedynie podczas odpowiedzi. Często odbywały się prace w grupach, w tzw. pokojach na platformie Teams, żeby polepszyć nasz kontakt. Nauczyciele wkładali dużo energii w całą swoją pracę i się przykładali do naszych lekcji, aby przekazać nam jak najwięcej wiedzy pomimo ciężkich warunków. Dobrze się uczyłam i podobała mi się ta forma nauki, nie czułam takiego stresu jak podczas zajęć stacjonarnych. Jeżeli chodzi o sprzęt, u mnie w domu nie było z tym problemu, ja i moje dwie młodsze siostry miałyśmy sprawne laptopy i mogłyśmy uczestniczyć w lekcjach. Wiem za to, że szkoły starały się pomagać uczniom, którzy nie mieli odpowiednich warunków, m.in. udostępniając swój sprzęt.

Jak zareagowała pani na wieści o powstaniu szczepionki?

Na początku byłam zdziwiona, że nastąpiło to tak szybko. Miałam mieszane uczucia co do tego i nie wiedziałam, czy jest to w stu procentach bezpieczne, ale gdy bliskie mi osoby zaczęły się szczepić, zaczęłam być spokojna. Obecnie sama jestem zaszczepiona pierwszą dawką, jednak nie ukrywam, że długo z tym zwlekałam. W dużej mierze zdecydowałam się na to, by uniknąć obostrzeń i móc chodzić na koncerty, a także w trosce o swoje zdrowie.

Jak pani dbała o siebie i swoich bliskich podczas zamknięcia?

Starałam się dbać o nas najbardziej, jak się da, nosząc maseczkę w miejscach publicznych i stosując dezynfekcję. Nie spotykałam się w dużych skupiskach ludzi, a gdy wracałam do domu, od razu myłam ręce.

Czy podczas lockdownu poznała pani nowe osoby lub odnowiła stare znajomości?

Tak, podczas lockdownu poznałam wiele nowych osób, a także odnowiłam stare znajomości. Z wieloma ludźmi, z którymi byłam pokłócona, się pogodziłam oraz zawarłam nowe przyjaźnie. Bardzo dobrze wspominam ten

czas i na pewno moje relacje z innymi na tym nie ucierpiały.

Czy na dzień dzisiejszy, uczęszczając na zajęcia stacjonarne w szkołach, chciałaby pani ponownego powrotu do lekcji online?

Zdecydowanie chciałabym wrócić na zajęcia zdalne. Odkąd chodzimy do szkoły, mam dużo rzeczy na głowie, nie mam czasu rozwijać siebie ani swoich pasji. Podczas lekcji nieustannie towarzyszy mi stres, nauczyciele nie są już tak samo wyrozumiali jak wcześniej.

Pandemia wpłynęła źle na moją psychikę, był lęk, że po zarażeniu ze względu na wiek i choroby współistniejące mogę ciężko zachorować.

Ogólnie bardzo się denerwowałam i bałam, żeby nie zaraziła się moja rodzina, dzieci, rodzice. O rodziców bardzo się bałam, ponieważ od początku się mówiło, że to dotyka osoby starsze.

Były momenty, gdy dochodziło do napięć i każdy potrzebował wytchnienia. Ale nie, nie przytłaczało, jesteśmy rodziną, kochamy się, wspieramy.

Podczas pracy zdalnej dostawaliśmy 3/4 pensji. Było ciężko, trzeba było mniej kupować.

To była niepewność, co się wydarzy, jaki będzie mój stan, czy nagle się nie pogorszy. Czy nie trafię do szpitala, kto się zajmie wtedy moimi dziećmi. A nawet to, czy nie umrzemy.

Był to bardzo trudny okres, dlatego że w czasie lockdownu, kiedy musieliśmy pracować z domu, nie mieliśmy odpowiedniego sprzętu. Bardzo dużym problemem był właśnie on i nie tylko mój, ale przede wszystkim dzieci. Problemem była bardzo słaba jakość internetu, nie wszystkie dzieci mogły się w określonym czasie łączyć, nie wszystkie wszystko słyszały. Najczęściej podczas lekcji zrywało połączenie, dzieci nie mogły dostać się do danej platformy.

Podczas lockdownu przeczytałam sporo książek dotyczących technologii komputerowych i ich zastosowania oraz różnego rodzaju poradników o tym, jak prowadzić ciekawie, interesująco lekcje zdalne.

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 1 IM. STANISŁAWA STASZICA W PIASTOWIE

Opiekun projektu: Marta Szymaniak

Myślę, że podczas nauki zdalnej większość dzieci robiła różne rzeczy na lekcjach. Samo wyłączenie albo niewłączenie kamer temu sprzyjało. Można było sobie np. pograć i uczniowie bardzo często zgłaszali, że kogoś nie ma, bo „pewnie gra w jakieś tam czołgi nie czołgi, gry strategiczne czy coś tam jeszcze innego” albo „zaspał, bo całą noc tam siedział i pracował”.

Jest na pewno problem z karetkami. Jak jest dużo chorych przywożonych do szpitali, to czasami muszą stać w kolejkach albo jeździć od szpitala do szpitala, żeby chorego w danym szpitalu zostawić.

To było chyba dla nas najtrudniejsze doświadczenie, bo święta zawsze spędzamy bardzo rodzinnie, każde święta u rodziców. No i niestety, okazało się, że nie możemy, także córka nawet się popłakała, że nie możemy pójść do dziadków, że dziadkowie będą sami. Te święta były takie smutne.



Ludzie, którzy jeszcze się nie zaszczepili, powinni zrobić to jak najszybciej

Julia Kadzikiewicz, Aleksandra Łoska, klasa 8

Wywiadu udzieliły: Jadwiga Łoska, emerytka, Zofia Ludwiczak, pediatra.

Jak panie zareagowały na pojawienie się wirusa na świecie i pierwszego przypadku w Polsce?

J.Ł.: Gdy usłyszałam o koronawirusie w Chinach, nie zwróciłam specjalnie na to uwagi. Pomyślałam: „Jakiś wirus, daleko, na pewno do nas się nie przeniesie”. Ale gdy pojawił się pierwszy przypadek w Polsce, zaczęłam śledzić wiadomości i byłam pewna, że się nie rozprzestrzeni.

Z.L.: Początkowo obserwowałam sytuację. Pandemie już wcześniej zdarzały się na świecie, ale szybko udało się nad nimi zapanować, więc sądziłam, że tak samo będzie i tym razem. Uważam, że COVID-19 już wcześniej był obecny w Polsce, bo ludzie podróżowali, ale nie byli testowani. Objawy mogły się wydawać podobne do przeziębienia, grypy itd., więc byłam pewna, że nie będzie to aż takim problemem, jak się okazało.

Czy stosowały się panie do obostrzeń wprowadzonych w związku z pojawieniem się COVID-19?

J.Ł.: Gdy wprowadzono obostrzenia, oczywiście stosowałam się do nich, nie wychodziłam na ulicę bez maseczki, odkażałam ręce po wyjściu ze sklepu, myłam dokładnie ręce i spryskiwałam często kłamki.

Z.L.: Tak, zdecydowanie. Zawsze śledziłam wiadomości, aby wiedzieć, czy nie ma nowych obostrzeń wprowadzonych przez rząd i w razie potrzeby od razu się do nich stosować.

Co zmieniło się w paniach życiu codziennym podczas pandemii?

J.Ł.: Podczas pandemii zmieniło się dużo w moim życiu. Nie mogłam

odwiedzać rodziny, częściej przebywałam w domu, ograniczyłam spotkania ze znajomymi, robienie zakupów, na spacery wychodziłam tylko koło domu.
Z.L.: Przestałam przemieszczać się komunikacją miejską, ograniczyłam zarówno spotkania rodzinne, jak i ze znajomymi. Zaczęłam również korzystać z zakupów online, co okazało się naprawdę świetnym pomysłem, ponieważ mogłam ograniczyć wychodzenie z domu i kontakt z innymi ludźmi.

Jak radziły sobie panie z wykonywaniem podstawowych potrzeb, tj. robieniem zakupów, sprawami urzędowymi?

J.Ł.: Sprawy urzędowe załatwiałam według ustaleń urzędów, zakupów nie robiłam online, ale bardzo chętnie korzystałam z godzin dla emerytów, to było bardzo dobre rozwiązanie.

Z.L.: Dużą część spraw starałam się załatwiać online, ale często nie było takiej możliwości. Często pojawiały się utrudnienia wynikające z ustalonych obostrzeń albo kolejki.

Co się zmieniło w pani pracy, pani Zofio?

Z.L.: Wszystko. Procedury przyjmowania pacjentów, teleporady, ograniczenia i dodatkowe obostrzenia. Praca przychodni zmieniła się diametralnie.

Czy zmieniły się pani relacje rodzinne?

J.Ł.: Relacje rodzinne zmieniły się, niestety bałam się zarazić kogoś z rodziny, odwiedziny były rzadsze, zostały rozmowy telefoniczne.

Z.L.: Tak, niestety, został tylko częsty kontakt telefoniczny. Raczej nie odwiedzałam bliskich osobiście.

Czy pandemia wpłynęła na panie psychicznie?

J.Ł.: Pandemia wpłynęła źle na moją psychikę, był lęk, że po zarażeniu ze względu na wiek i choroby współistniejące mogę być ciężko zachorować.

Z.L.: Nie, nie zauważyłam zmian.

Czy ktoś z bliskich lub przyjaciół pań zaraził się COVID-19 lub miał kwarantannę?

J.Ł.: Na COVID-19 chorował mój zięć, który mieszka blisko mnie, na kwarantannie często były wnuczki, które uczęszczają do szkoły i przedszkola. Chorowali też sąsiedzi, i to bardzo ciężko.

Z.L.: Niestety, sama przechodziłam chorobę, tak samo jak kilka osób z mojej rodziny. Bardzo dużo pielęgniarek miało kwarantannę oraz syn z rodziną.

Co panie sądzą o szczepionce na koronawirusa?

J.Ł.: Oczywiście zaszczepiłam się szczepionką Pfizera dwukrotnie, ale niestety musiałam daleko jeździć, aż do Łowicza.

Z.L.: Sądzę, że jest konieczna w walce z koronawirusem. Nie jest w stanie zapewnić pełnej ochrony przed zakażeniem, ale łagodzi objawy.

Czy mają panie jakieś rady dotyczące pandemii?

J.Ł.: Dotyczą one prawie wszystkich tych, którzy się nie zaszczepili: powinni to zrobić jak najszybciej, bo jednak lżej się przechodzi chorobę.

Z.L.: Należy przestrzegać wszystkich zaleceń, unikać skupisk ludzkich i oczywiście w miarę możliwości się szczepić.

Mają panie jakieś ciekawe doświadczenie?

J.Ł.: Raczej nie, ale bardzo mnie denerwują ludzie, których widzę w dużych skupiskach bez maseczek, stojących i oddychających tuż za mną.

Z.L.: Podczas poprzedniej fali COVID-19 wszystkie pielęgniarki były na kwarantannie. Personel lekarski musiał również obsługiwać gabinet zabiegowy, m.in. wykonywać szczepienia i pobrania krwi.

Dzieci miały dość nauki zdalnej

Jakub Kwiatkowski, Mikołaj Jankowski, klasa 8

Wywiadu udzieliła Aleksandra Kwiatkowska, mama Jakuba.

Dzień dobry.

Dzień dobry.

Czy może zechce się pani przedstawić?

Nazywam się Aleksandra Kwiatkowska, jestem mamą trójki dzieci i pracuję w przedszkolu jako wychowawca grupy czterolatków.

Zadam teraz pani serię pytań. Jeżeli na jakieś pani nie będzie chciała odpowiedzieć, to proszę mi o tym powiedzieć.

Dobrze. Zrozumiałam.

Jakie było pani zdanie na temat pierwszych doniesień o pojawieniu się koronawirusa?

Szczerze powiedziawszy, trochę strach, trochę panika, a do tego niedowierzanie, że to tak szeroką skalę osiągnęło. Nie spodziewałam się, że aż tyle osób będzie chorowało i będzie tyle ofiar śmiertelnych.

Jak wpływały na pani psychikę informacje o skutkach zdrowotnych wirusa, których lista stale się powiększała?

Ogólnie bardzo się denerwowałam i bałam, żeby nie zaraziła się moja rodzina, dzieci, rodzice. O rodziców bardzo się bałam, ponieważ od początku się mówiło, że to dotyka osoby starsze. Również nie chciałam zachorować ja, bo wiedziałam, że wtedy będę musiała poprosić kogoś o pomoc, żeby się zajął moimi dziećmi. Nie wiedziałam, w jaki sposób ta choroba by na mnie oddziaływała, czy będę w stanie przygotowywać posiłki, chodzić, czy nie trafię do szpitala.

Jak się pani czuła, słysząc o wzroście zachorowań i umieralności na COVID-19?

Na początku intensywnie śledziłam doniesienia. Mówiąc szczerze, nie do wierzałam i miałam wrażenie, że te dane były troszkę przekłamane. Myślę,

że część osób mogła chorować, a nie była tego świadoma, bo nie robiła testu. W związku z tym – tak uważam – te dane nie były do końca wiarygodne. Poza tym wydaje mi się, szczególnie jeśli chodzi o umieralność, że bardzo mocno było naciągane to, że ktoś zmarł na COVID-19. Dana osoba miała inne choroby i to one powodowały śmierć, a nie COVID-19.

Czy stosowała się pani do obostrzeń wprowadzanych kolejno przez rząd?

Tak, stosowałam się i wprowadzałam te obostrzenia w rodzinie. Zakupiłam maseczki, zarówno jednorazowe, jak i te wielokrotnego użytku, rękawiczki jednorazowe, ponieważ był wymóg, aby synowie dostali rękawiczki do szkoły. Również w sklepie takie rękawiczki zakładałam, jeżeli należało zdezynfekować ręce. Środki do dezynfekcji też mieliśmy zakupione i też z tego korzystaliśmy. Zakupy były robione tylko w wyznaczonych godzinach. Wybierałam się rzadziej do sklepu, robiłam większe zakupy. No i jeżeli nie byliśmy w pracy, to głównie przebywaliśmy w domu, żeby się nie zarazić.

Co pani myślała o skuteczności działań walki z COVID-19 podejmowanych przez rząd?

Myślę, że oni po omacku działali. Pamiętam, że w pracy dowiedziałam się o zamknięciu szkół i wprowadzeniu nauki zdalnej. Rząd myślał, że to chroni. Błędem według mnie było wprowadzenie możliwości wyjazdu na wakacje. Oczywiście było, że po wakacjach nastąpi kolejna fala zachorowań. Nie do końca przemyślane były niektóre rzeczy.

Jakie odczucia wywoływał w pani pierwszy lockdown?

Powiem szczerze, że z jednej strony dla mnie jako nauczyciela, który pracował z trzylatkami, wyzwaniem było prowadzenie zajęć zdalnych. Było to trudne, ponieważ ciężko, żeby trzyletnie dziecko siedziało 20 minut w skupieniu przed komputerem i brało w nich udział. Dlatego tych dzieci była tylko garstka. Ponadto miałyśmy zlecone inne zadanie – mieć z dziećmi ciągły kontakt, żeby przedszkole nie było zamknięte. I u nas to nie działało na zasadzie przysyłania materiałów, tylko spotykałyśmy się z uczniami przed kamerami. Każda z koleżanek miała swój przydzielony temat. Ja z koleżanką miałyśmy temat „W świecie bajek” i albo czytałyśmy je przed kamerą, nagrywałyśmy to, a potem puszczałyśmy dzieciom, albo robiłam z dziećmi teatrzyki i prosiłam o zmontowanie takiego filmu mojego syna

Jakuba, który się na tym zna. Dzięki temu stworzyłam kilka takich filmów. To było trudne, nie powiem, byliśmy wszyscy razem w mieszkaniu, dwójka dzieci podczas nauczania zdalnego, trzeba było pogodzić pracę i naukę, poświęcić czas córce. Widać było po pewnym czasie, że dzieci miały dość nauki zdalnej i my, dorośli, chcieliśmy powrotu do normalności, wyjść do ludzi. Zawsze wtedy człowiek inaczej psychicznie się czuje, inaczej pracuje.

Jak radziła sobie pani z emocjami, a przede wszystkim ze stresem związanym z zamknięciem w domu ze swoją rodziną?

Staraliśmy się znajdować sobie jakieś inne zajęcia: oglądaliśmy telewizję, relaksowaliśmy się przy grach planszowych, np. Wsiąść do Pociągu. Czasem poprawiliśmy te nasze złe humory jedzeniem, np. zamawialiśmy smakołyki, piekliśmy ciasta. Jeśli była możliwość, to jeździliśmy na wycieczki, np. do lasu albo w jakieś miejsca odosobnienia. Myślę, że jakoś się udało, ale na dłuższą metę psychicznie odcięcie od drugiej osoby jest trudne. Jesteśmy stadnymi osobnikami, lubimy być w grupie, mieć kontakt z drugim człowiekiem i dorośli sobie lepiej radzą, dla dzieci jest to trauma i na pewno gorsze doświadczenie. Oby już nas więcej nie zamykali i obyśmy nie musieli już tego doświadczać.

Rozumiem. Czy nie przytłaczało pani zamknięcie z tymi samymi osobami bez kontaktu ze światem?

Nie, jesteśmy rodziną. Gorzej, gdybym była zamknięta w szpitalu bez bliskich. Były momenty, gdy dochodziło do napięć i każdy potrzebował wytchnienia. Ale nie, nie przytłaczało, jesteśmy rodziną, kochamy się, wspieramy.

Czy wykonywała pani pracę zdalną?

Pracowałam zdalnie, nie było to na szczęście codziennie, tzn. każdego dnia miałam z dziećmi 20-minutowy blok online, potem wykonywałam inne zadania. Ale nie ukrywam, że więcej czasu wolnego miałam wtedy w domu. Pomagałam dzieciom w nauce, szczególnie córce, która była w pierwszej klasie i trudność sprawiała jej nauka zdalna, poza tym sprzątanie, gotowanie, spacer, wspólne spędzanie czasu.

Czy poniosła pani jakieś straty finansowe przez COVID-19?

Tak, ponieważ podczas pracy zdalnej dostawaliśmy 3/4 pensji. Było ciężko, trzeba było mniej kupować. Z drugiej strony były też mniejsze wydatki, bo

dzieci nie chodziły do szkoły, a wiele sklepów było pozamykanych.

Jak radziła sobie pani w pierwszych miesiącach lockdownu bez dostępu do instytucji kultury?

Powiem szczerze, że na kino i teatr czasu brak. Ciężko było bez spotkań ze znajomymi, ale w razie potrzeby można było razem wyjść na spacer, żeby porozmawiać.

Czy brakowało pani wyjazdów?

Tak, to było trudne. Mieliśmy w planach wycieczki, które nie mogły się odbyć. Ale żyjemy, daliśmy sobie radę, nadrobimy te zaległości.

Czy oburzały panią osoby nieprzestrzegające obostrzeń? Zwracała im pani uwagę?

Nie robiłam tego. Moim dzieciom przypominałam o масечkach, dezynfekcji. Czy byłam oburzona? Nie, to było działanie po omacku, nie wiadomo było, czy skończy się dzięki temu COVID-19. Jak widać, teraz mamy czwartą falę, więc niewiele to pomogło.

Czy towarzyszył pani strach o zdrowie swoich bliskich?

Tak. Tym bardziej kiedy zachorowali rodzice. Bardzo się wtedy martwiłam. Zastanawiałam się, co będzie, gdy sama zachorowałam. Cieszę się, że u mnie przeszło to łagodnie, a moje dzieci nie zachorowały, a jeśli już, to przeszły COVID-19 bezobjawowo.

Strach był potęgowany przez niepewność, czy przypadkiem nie jesteśmy oszukiwani?

Nie, bardziej to była niepewność, co się wydarzy, jaki będzie mój stan, czy nagle się nie pogorszy. Czy nie trafię do szpitala, kto się zajmie wtedy moimi dziećmi. A nawet to, czy nie umrzemy.

Jak dzisiaj pani podchodzi do kwestii pandemii?

Na początku śledziłam liczbę zachorowań i zgonów, teraz przestałam to robić. Traktuję to jak grypę. Muszę przyznać, że czwarta fala zaczęła dotyczyć najbliższe mi osoby i są też przypadki śmiertelne. Mam wrażenie, że teraz COVID-19 ma dużo większy zasięg, dotyka także dzieci w przedszkolu. Rodzice moich koleżanek chorują, różny jest przebieg. Myślę, że teraz bardziej się boję niż przy wybuchu tej pandemii.

Czy martwi się pani o przyszłość swojej rodziny, skoro nie wiadomo, kiedy

pandemia się skończy?

Martwię się, jak to dalej się będzie rozwijać, widzę, że się te wirusy mutują, pojawiają się kolejne. Mam nadzieję, że nie będzie lockdownu, obawiam się też o psychikę dzieci. Martwię się o naukę zdalną, bo wiedzę dzieci można zweryfikować dopiero w szkole, robiąc testy. Martwię się o edukację, zdrowie, troszeczkę też o relacje w przyszłości i o to, czy ludzie znajdą sobie pracę. Pandemia spowodowała zamknięcie wielu firm, wielu ludzi podupadło psychicznie.

Czy pani martwiła się o przyszłość finansową swojej rodziny?

Troszkę. Ale wiedziałam, że jakąś płacę będę miała, że nie będzie zamknięcia placówki i zwolnień. Pracowałam zdalnie i tworzyłyśmy filmy, więc rodzice widzieli, że aktywnie nauczamy. Dzięki temu, że obniżono nam pensje, udało się utrzymać przedszkole. Nie martwiłam się tym ani nie martwię.

Czy obawia się pani kryzysu gospodarczego, rosnącej inflacji i rosnących stóp procentowych?

Tak. Tutaj jest to odczuwalne. O siebie się nie boję, ale przeraża mnie cena benzyny, która bardzo mocno poszła w górę, kosztuje około sześciu złotych za litr. Jeżeli benzyna zdrożała, to inne produkty też będą droższe. Zaczęłam się zastanawiać, ile wydaję teraz na pieczywo, a ile wydawałam kiedyś. I martwię się bardziej o tych biedniejszych, że nie będą mieli co jeść albo znajdą się na skraju ubóstwa. U nas trzeba będzie zrezygnować z pewnym dobrodziejstw i łakoci.

W jaki sposób starała się pani zachować optymizm na przyszłość?

Akurat wtedy mieliśmy w planach remont domu i przeprowadzkę. To było dla mnie budujące, to był mój cel. Ponadto miałam wsparcie w swoich koleżankach z pracy, dodawałyśmy sobie otuchy, pomagałyśmy sobie, jak była taka potrzeba. Jednak najważniejsze były plany: przeprowadzka, posiadanie piesków, które słyhać za drzwiami. No i ogólnie rzecz biorąc, dzieci, ich dorastanie, przyszłość, a do tego zmiana stanowiska w pracy. Widać, że szło ku dobremu mimo lockdownu. Mimo doła u wszystkich znajdowały się plusy. To, że doceniam to, co mamy.

W jaki sposób pani się relaksuje w czasie pandemii?

Fryzjer, kosmetyczka, wyjście ze znajomymi. Jeżeli jest możliwość, to

weekend poza domem. Oglądam też w telewizji swoje ulubione programy, np. „Nasz nowy dom”. Teraz doszły nowe zwierzątka, kotki i pieski, spędzam czas z nimi. Również relaksuję się, grając w gry planszowe i spędzając czas z dziećmi.

Bardzo dziękuję pani za wywiad. Czy chciałaby pani coś dodać?

Tak. Chciałabym tylko powiedzieć, że liczę, że jak najszybciej skończy się pandemia i że ludzie będą mogli wrócić do normalności, zaczną normalnie żyć. I chciałabym, żeby dużo osób stanęło psychicznie na nogi, żeby była dla nich pomoc i żeby lepiej im się żyło. Żeby byli uśmiechnięci, szczęśliwi. Żeby panowała miłość, radość i szacunek dla drugiej osoby.

Kiedy prowadziłam zdalne lekcje, kot paradował przed kamerą

Kinga Korsak, klasa 8

Wywiadu udzieliła Anna Korsak, nauczycielka matematyki.

Czy mogłaby pani powiedzieć coś o sobie?

Jestem kobietą, matką, pracuję w sektorze publicznym. Zajmuję się edukacją. Mieszkam w niewielkim mieście. Bardzo lubię czytać książki i oglądać ciekawe kryminalne filmy. Lubię rozwiązywać krzyżówki, grać w gry planszowe i spędzać czas ze swoimi dziećmi.

Zajmuje się pani edukacją. Jak pracowała pani podczas lockdownu?

Był to bardzo trudny okres, dlatego że w czasie lockdownu, kiedy musieliśmy pracować z domu, nie mieliśmy odpowiedniego sprzętu. Bardzo dużym problemem był właśnie on i nie tylko mój, ale przede wszystkim dzieci. Problemem była bardzo słaba jakość internetu, nie wszystkie dzieci mogły się w określonym czasie łączyć, nie wszystkie wszystko słyszały. Najczęściej podczas lekcji zrywało połączenie, dzieci nie mogły dostać się do danej platformy. Było to dość trudne, ale też wygodne. Bardzo dużo czasu się zaoszczędzało, przynajmniej na dojazdach do pracy. Poza tym można było trochę później wstać, bo nie trzeba było wychodzić z domu. To było ułatwienie, tak. Ale jednak było ciężko, nie było łatwo.

A czy sytuacja z koronawirusem jakoś bardzo panią zaniepokoiła?

Tak, w pierwszym okresie, kiedy było to pierwsze zamknięcie, wydawało się nam to wszystko nowe. Nie musimy wstawać, nie musimy iść do pracy. Pracujemy z domu, mamy więcej czasu dla siebie. Później okazało się, że wcale nie jest to takie fajne, bo niby jesteśmy w pracy, ale jesteśmy w domu. I tak w zasadzie ten czas pracy strasznie mocno się wydłużał. Od rana do

wieczora byliśmy w pracy, nie było systemu praca – dom. Poza tym zamknięcie wywołało pewne obawy dotyczące spotkań z ludźmi. Przez pewien czas nie mogliśmy w ogóle wychodzić, dzieci też, i narastał strach przed tym, że jak wyjdziemy gdzieś, to możemy się zarazić wirusem, przynieść go do domu i zarazić domowników, a oni się rozchorują. Oprócz tego wszystkie informacje, które były przekazywane w telewizji, były tak mocno nagłośnione i nakręcane, że powodowało to pewien rodzaj strachu chyba u wszystkich.

Wróćmy do tematu edukacji. Czy wśród swoich uczniów zauważyła pani pewne zmiany w zachowaniu, aktywności?

Oczywiście. Podczas lekcji zdalnych dzieciaki, mimo że nie zawsze pokazywały się przed kamerami, to jednak częściej, chętniej i odważniej się odzywały, wypowiadały na różnego rodzaju tematy. Były to tematy również związane ze zdrowiem, z koronawirusem, a także takie, które ich bezpośrednio dotyczyły. Zresztą same mówiły, że im taka praca też odpowiada, bo mają więcej czasu dla siebie. Te zdalne lekcje i przebywanie w domu może nie wszystkim uczniom przypadły do gustu, ale części tak, bo mogli pracować w swoim tempie. Z kolei po powrocie okazało się, że bardzo dużo dzieci ma problem z byciem w grupie. Oduczyły się rozmawiać z sobą, być z sobą, trudno jest w tej chwili im nawiązać ponowne relacje. Lockdown – tak myślę – odsunął nas od wszystkich, zamknął nas w sobie. Relacje teraz naprawdę są bardzo słabe. Oprócz tego zauważyłam, zwłaszcza u nastolatków, uczniów klas starszych, niepokój związany ze spotkaniem się z kolegami, tak. Bo wiadomo, w czasie lockdownu część uczniów wyrosła, część przytyła, zmieniła się zupełnie. A dla młodego człowieka w okresie dorastania są to rzeczy bardzo ważne. Chodzi tu o postrzeganie przez innych, o to, jak mnie widzą koledzy, koleżanki. I po powrocie do szkoły okazało się, że niektórzy nie radzą sobie z tym, chowają się, reagują nieadekwatnie do sytuacji, czasem strasznie to przeżywają.

Na początku pani mówiła, że lubi czytać. Jakie książki pani czytała podczas lockdownu?

Podczas lockdownu przeczytałam sporo książek dotyczących technologii komputerowych i ich zastosowania oraz różnego rodzaju poradników o tym, jak prowadzić ciekawie, interesująco lekcje zdalne. Przeczytałam też kilka książek dla przyjemności: historycznych i kryminałów.

Nie bała się pani podróżować podczas pandemii po Polsce, za granicę?

Nie myślałam, żeby wyjeżdżać akurat za granicę. Zresztą obostrzenia były dosyć duże. Jeżeli zaś chodzi o podróżowanie po Polsce, to też był duży problem, ponieważ większość miejsc była zamknięta. Chyba że jechaliśmy gdzieś do rodziny, na drugi koniec Polski, to owszem. Wtedy było lepiej, bo można było u kogoś przenocować. Zawsze jednak towarzyszył temu pewien niepokój: czy jadąc tam, czy tego wirusa nie zawieziemy naszym, naszej rodzinie, naszym bliskim, i odwrotnie – czy przypadkiem czegoś od nich nie przywieziemy i czy my się tutaj nie rozchorujemy. Informacje, które do nas docierały m.in. z telewizji, dotyczące przebiegu samej choroby, były bardzo niepokojące.

Przepraszam, że tak skaczę po tematach, jednak mówiła pani o tym, że podczas lekcji zdalnych uczniowie mieli więcej odwagi, by się udzielać.

Czy może to być związane ze strachem o opinię publiczną?

To może być związane z obawą przed wystąpieniami publicznymi. W klasie, kiedy muszą podejść do tablicy i wykonać jakieś zadanie albo o czymś opowiedzieć czy coś przedstawić, ogląda ich kilkanaście par oczu plus nauczyciel. Podczas lekcji zdalnych najczęściej uczniowie mieli włączone kamery, ale nie wszyscy chcieli je włączyć. Część, wiadomo, mimo że się łączyła, to – i wiemy to bardzo dobrze – i tak była nieobecna na lekcjach, ale niektórym łatwiej było się przełamać i cokolwiek powiedzieć.

Czy pani zdaniem uczniowie próbowali oszukiwać podczas testów?

Z tym bywało różnie, choć nigdy nie było moim celem łapanie kogokolwiek na ściąganiu. Zawsze powtarzam im, że oszukują siebie, a nie mnie. I jeżeli chcą to robić, to trudno. A jeśli chodzi o oszukiwanie na testach, to pewnie do tego dochodziło. Ale jeśli ściągają umiejętnie, wiedzą, gdzie znaleźć odpowiedź na konkretne pytanie, to znaczy, że wcześniej się uczyli. Z tego płynie też jakaś konkretna nauka.

A jakie ma pani najzabawniejsze wspomnienie z lockdownu?

Przyznam szczerze, nic mi nie przychodzi do głowy w tej chwili. Na pewno wprowadziło mnie w stan zdenerwowania wyłączenie prądu w trakcie lekcji, nie mogłam się wtedy skontaktować z nikim, by po prostu przekazać uczniom, że nie mogę się z nimi połączyć. To było dosyć stresujące.

A zabawne? Pamiętam, że na lekcjach wychowawczych rozmawialiśmy z uczniami klasy ósmej o tym, co zapamiętają ze szkoły, co z niej wyniosą, a co chcieliby w niej zostawić, tak żeby nie zabierać z sobą złych wspomnień. Fajną rzeczą był wtedy film nakręcony przez chłopców, który znalazł się później na stronie naszej szkoły. W ogóle rozmowy z uczniami podczas zajęć wychowawczych były takie właśnie, przyjemne, inne niż te zwykłe w szkole. A zabawnego? Nie przypominam sobie.

Mówiła pani, że jest pani matką. Czy pani dzieci również uczyły się zdalnie?

Tak, i dlatego mówię, że było to trudne, ponieważ wszyscy pracowaliśmy w domu. Każdy z nas co prawda w swoim pokoju, więc wydawałoby się, że pracujemy w tym samym czasie, ale w momencie, kiedy się zapomnieliśmy – tak. Ktoś np. skończył lekcję wcześniej, przechodził, chciał porozmawiać, ale nie mógł tego zrobić. Niby jesteśmy w domu, moglibyśmy z sobą zamienić słowo, ale wszyscy byliśmy w pracy. Poukładanie naszego dnia w pierwszych tygodniach lockdownu było bardzo trudne. Później było lepiej, wpadliśmy w pewien rytm, wiedzieliśmy, o której godzinie możemy z sobą usiąść i porozmawiać. Staraliśmy się przestrzegać wszystkich wcześniej ustalonych zasad, tak żeby nam było łatwiej.

A przyłapała kiedyś pani swoje dzieci na czymś innym niż nauka podczas zdalnych lekcji?

Oczywiście! Myślę, że podczas nauki zdalnej większość dzieci robiła różne rzeczy na lekcjach. Samo wyłączenie albo niewłączenie kamer temu sprzyjało. Można było sobie np. pograć i uczniowie bardzo często zgłaszali, że kogoś nie ma, bo „pewnie gra w jakieś tam czołgi nie czołgi, gry strategiczne czy coś tam jeszcze innego” albo „zaspał, bo całą noc tam siedział i pracował”. Jestem pewna, że moje dzieci również zajmowały się oglądaniem filmików na YouTube, graniem w jakieś gry internetowe czy chociażby siedzeniem na Facebooku czy w innych mediach społecznościowych.

Ma pani zwierzęta. Czy one przeszkadzały jakoś pani w prowadzeniu zdalnych lekcji?

Zdarzało się, że kot przeszedł przed kamerą, po klawiaturze, ale raczej nie było innych sytuacji. Zresztą moim uczniom zwierzęta przed kamerami

również potrafiły wędrować, więc nie było to jakąś sensacją czy czymś wyjątkowym.

Czyli różnorodność zwierząt u pani uczniów jest duża?

Bardzo duża. Mają świnki morskie, chomiki, szczury. Oczywiście koty dominowały i to one najczęściej siadały obok uczniów przed kamerami. Były też psy, dwie papużki i żółw. One również miały swój lockdown.

A czy robiła pani te wielkie zapasy żywności, jak to było o tym głośno?

Raczej nie. Zazwyczaj robimy większe zakupy raz w tygodniu, a bieżące, kiedy nam czegoś brakuje. Jakoś szczególnie się nie zaopatrywaliśmy.

A myśli pani, że wiele osób robiło takie duże zapasy?

W początkowej fazie tego zamknięcia na pewno. Dlatego że ludzie bali się wyjść do sklepu, gdziekolwiek, bo się bali, że się zarażą. Później było ich chyba coraz mniej. Zresztą teraz w sklepach widać, że ludzie nie robią takich zakupów, raczej na bieżąco kupują. Ludzi jest coraz więcej wszędzie, odkąd otwarto centra handlowe i sklepy, tak jakby wirusa już nie było. Odnoszę wrażenie, że ludzie myślą, że już go między nami nie ma.

Maseczki to jest bardzo ciekawa kwestia. Czy sądzi pani, że one przed czymś chronią?

Na pewno. Może nie uchronią nas przed zakażeniem się koronawirusem, ale chronią nas przed wieloma innymi chorobami tak jak mycie rąk, częsta dezynfekcja. Na pewno powinniśmy nosić maseczki wtedy, kiedy jesteśmy zakatarzeni, kiedy mamy kaszel, tak żeby te drobnoustroje, które z siebie wydalamy, nie osiadały na innych i ich nie zarażały. Na pewno są konieczne, przynajmniej w miejscach takich, gdzie są bardzo duże skupiska ludzi.

Wróćmy do tematu edukacji. Jakiego przedmiotu pani uczy i czy jest jakaś zabawna historia związana z nauczaniem zdalnym tego przedmiotu?

Uczę matematyki, ale czy zdarzyła się zabawna historia związana z nauczaniem tego przedmiotu? Zaraz można zapytać, co zabawnego może się wydarzyć na matematyce. Trafiają się różnego rodzaju błędy, potknięcia, pomyłki, ale czy one są zabawne? No raczej nie, prędzej są stresujące dla uczniów, zwłaszcza tych, którzy wykonują zadanie. Ale zabawnego? Być może zdarzyło się coś fajnego i śmiesznego, ale nic nie przychodzi mi w tym momencie do głowy.

Mówiła wcześniej pani, że wychowywała pani ósmą klasę. Jaka była mniej więcej komunikacja między panią a uczniami podczas zdalnego nauczania?

Wydaje mi się, że my akurat mieliśmy bardzo dobre relacje między sobą, bo byliśmy razem przez pięć lat, od czwartej klasy. Wiele rzeczy razem robiliśmy, byliśmy na wielu zielonych szkołach razem i tego czasu poza szkołą spędziliśmy razem bardzo, bardzo dużo. Myślę, że uczniowie mieli zaufanie do mnie i wiedzieli, że jeżeli przyjdą z jakimś problemem, to postaram się im pomóc, a nie będę ich wyśmiewać, o tym problemie rozpowiadać i mówić gdziekolwiek indziej, ale w miarę swoich możliwości doradzę im, żeby ten problem rozwiązać i żeby to rozwiązanie było korzystne dla nich. Dalej utrzymujemy dobry kontakt, choć oni skończyli już szkołę podstawową, są w pierwszej klasie liceum. We wrześniu jeszcze właściwie co drugi dzień byli w szkole i opowiadali, jak im się układa, w jakich klasach się znaleźli. Teraz już rzadziej, teraz piszemy do siebie, ale ten kontakt powoli, siłą rzeczy będzie coraz słabszy.

Ma pani kota. Czy on kiedyś zrobił jakąś śmieszną rzecz, która przeszkadzała trochę pani prowadzić lekcje, np. usiadł na jakimś zadaniu w książce?

Tak jak mówiłam, kot czasem lubi paradować sobie przed kamerą. Rzeczywiście położyć się na klawiaturze też lubił, tak, ale czy to było zabawne? No nie wiem, ale zdarzały się takie sytuacje.

Nie mam więcej pytań. Dziękuję bardzo pani za odpowiedzi.

Dziękuję bardzo.

Jesteśmy w stanie wrócić do stanu sprzed pandemii

Krzysztof Pięta, klasa 8

Wywiadu udzieliła pani Agnieszka.

Dzień dobry, nazywam się Krzysztof Pięta, zbieram informacje na temat życia w trudnym czasie pandemii. Czy mógłbym zadać pani kilka pytań?

Dzień dobry. Tak, bardzo proszę.

Czy uważa pani, że nasz kraj jest dobrze przygotowany do walki z epidemią koronawirusa?

Hmm... Takie trudne pytanie od razu na początku wywiadu. Sama nie wiem, co o tym myśleć. Jak śledzi się informacje, które podają nam media, wydaje się, że jesteśmy przygotowani. Mamy kadrę lekarską, szpitale. W tym roku na pewno wygląda to lepiej niż w zeszłym, a więc wydaje mi się, że chyba jesteśmy. Jest na pewno problem z karetkami. Jak jest dużo chorych przywożonych do szpitali, to czasami muszą stać w kolejkach albo jeździć od szpitala do szpitala, żeby chorego w danym szpitalu zostawić. Nie wiem też, jak sobie powinniśmy radzić jako kraj w takiej sytuacji, bo nigdy wcześniej nie żyłam w czasie pandemii, a więc trudno jest mi odpowiedzieć na to pytanie.

Czy chorowała pani na COVID-19?

Tak, chorowałam w październiku 2020 roku.

Czy wie pani, gdzie i jak się zaraziła?

Najprawdopodobniej COVID-19 przyniosły do domu nasze dzieci, bo one jako pierwsze miały objawy utraty węchu i smaku, później zachorował mój mąż, a ja dopiero po nich, ale jako że wszyscy pracujemy czy chodzimy do szkoły, to na dobrą sprawę można się zarazić wszędzie.

Jakie miała pani objawy zakażenia wirusem?

Łagodne. Utrata węchu, smaku, bolała mnie głowa, był stan podgorączkowy. To było takie dziwne, bo jednego dnia był stan podgorączkowy, następnego dnia poniżej 35 stopni i ogólne osłabienie organizmu. Nie miałam siły wejść np. na górę, na piętro.

Jak wyglądało wykonanie testu na COVID-19?

Muszę powiedzieć, że sprawnie. Jak pojawiły się u mnie objawy, zadzwoniłam do przychodni rejonowej, pani doktor przeprowadziła ze mną krótki wywiad, powiedziała, że w ciągu kilku godzin otrzymam SMS-a z informacją, gdzie i kiedy mogę wykonać test, i wyniki tego testu będą po 24 godzinach. I faktycznie tak się stało, w godzinach popołudniowych otrzymałam SMS-a z wyznaczonym miejscem, gdzie mogę przeprowadzić test. Pojechałam tam, został mi pobrany wymaz i następnego dnia w godzinach wieczornych przyszedł SMS, że są już wyniki. Zalogowałam się na stronę ministerstwa i pobrałam wynik.

Czy ktoś z pani bliskiego otoczenia chorował na COVID-19?

Tak, chorowały moje dzieci, mąż, znajomi, także dosyć dużo. I w pracy też były przypadki, a więc jestem obeznana z tematem.

Czy objawy były podobne do pani objawów, czy jakoś się różniły?

W większości podobne. Chyba najwięcej objawów związanych było z utratą smaku i węchu, potwornym bólem głowy i właśnie ogólnym osłabieniem organizmu.

Czy są pani znane śmiertelne przypadki w związku z COVID-19?

Niestety, tak. Moja koleżanka z podstawówki straciła wiosną tego roku mamę i męża. Mąż trafił do szpitala z bardzo dużą niewydolnością oddechową i zmarł po dwóch dniach, z kolei mama walczyła z wirusem trzy tygodnie i niestety, przegrała tę walkę. Mam też znajomego z pracy, którego przyjaciel zmarł na COVID-19.

Jak wyglądało pani życie w izolacji, np. robienie zakupów, zajmowanie się zwierzętami domowymi?

Muszę powiedzieć, że początkowy czas izolacji był dla nas fajny, bo mogliśmy całą rodziną spędzać z sobą całe dni. Szykowaliśmy wspólne posiłki, celebrowaliśmy je i graliśmy w gry, oglądaliśmy telewizję. No, ale po tygodniu zaczęło nam doskwierać to, że nie możemy spotkać się ze znajomymi,

zwłaszcza nasze dzieci bardzo źle znosiły tę sytuację, bo przyzwyczajone są do częstych spotkań ze swoimi przyjaciółmi. Tak więc w miarę upływu czasu okazywało się, że jednak jest to dosyć uciążliwe. Jeśli chodzi o zakupy, to radziliśmy sobie z tym doskonale. Zakupy robili nam znajomi, wysyłaliśmy im na Messengera listę zakupów, oni jechali do sklepu, przyjeżdżali i zostawiali nam torby pod bramą, dawali znać, że są do odbioru. Wychodziliśmy i odbieraliśmy torby. Później dostawaliśmy od nich informację, ile pieniędzy wydali, robiliśmy przelew, i tak funkcjonowaliśmy. Zwierzęta domowe nie miały akurat tutaj problemu. Mamy co prawda dwa psy, ale mieszkamy w domku, więc biegają po podwórku. Znane są nam jednak przypadki wśród znajomych, kiedy psy oddawane były do hotelu dla zwierząt.

Jak zniosła pani zakaz spotkań rodzinnych podczas świąt w zeszłym roku?

To było chyba dla nas najtrudniejsze doświadczenie, bo święta zawsze spędzamy bardzo rodzinnie, każde święta u rodziców. No i niestety, okazało się, że nie możemy, także córka nawet się popłakała, że nie możemy pójść do dziadków, że dziadkowie będą sami. Te święta były takie smutne.

Czy dotknęło panią ograniczenie związane z podróżami służbowymi?

Mnie osobiście nie, ponieważ pracuję w biurze. Jednak jako że pracuję w firmie medycznej, mam przedstawicieli handlowych, którzy jeżdżą do klientów i oferują im nasze produkty, więc wiem, że podczas obowiązywania obostrzeń i zakazu podróżowania firma wystawiała im specjalne zaświadczenia mówiące o tym, gdzie jadą i w jakim celu, i to miało umożliwić im przedostanie się do danego miejsca.

Czy uważa pani, że pandemia ma wpływ na spędzanie przez nas wakacji?

Myślę, że w tym roku było już dużo łatwiej. Zeszły rok, jako że to był pierwszy rok naszej walki z pandemią, było trudniej, ludzie byli zastraszeni i nie wiedzieli tak do końca, czy mogą gdzieś wyjechać, czy nie, no bo jak wyjadą, to się zarażą. A więc zeszłoroczne wakacje większość z nas spędzała w domu. A w tym roku wielu naszych znajomych i najbliższych udało się na wakacje czy za granicę, czy nad polskie morze.

Co sądzi pani o szczepieniach przeciwko COVID-19 i czy się pani zaszczepiła?

Tak, jestem zaszczepiona, aczkolwiek nie mam przekonania co do tych szczepień. W mojej ocenie zdecydowanie był za krótki czas badań klinicznych nad tą szczepionką, a więc tak naprawdę nie wiem, w jaki sposób będzie ona oddziaływała za kilka lat na mój organizm. Zaszczepiłam się z dwóch powodów: przede wszystkim rodzice, którzy w obawie przed chorobą nie chcieli się spotykać z nami, jeśli nie będziemy niezaszczepieni, a z drugiej strony to możliwości, które jako zaszczepieni mamy od rządu. Możemy podróżować bez problemu czy uczestniczyć w różnych wydarzeniach kulturalnych.

Jak się pani czuła po szczepieniu? Czy miała pani niepożądane objawy?

Nie, szczepienie zniosłam dobrze. Bolała mnie tylko ręka, ale nie miałam nawet stanu podgorączkowego, chociaż wiem, że on często występuje.

Czy boi się pani ponownego zachorowania?

Nie, nie boję się. Traktuję COVID-19 dokładnie tak samo jak grypę i każdą inną chorobę. Jest to po prostu wirus, który pojawił się w naszym życiu i będzie już z nami obecny.

Czy stosuje pani na co dzień środki zapobiegawcze przeciw COVID-19, a jeśli tak, to jakie?

Tak, stosuję. Maseczka jest mi niejako narzucona, ale uważam, że ona akurat nie chroni nas przed zarażeniem. Noszę ją zwłaszcza w miejscach publicznych, bo po prostu trzeba. Dezynfekuję ręce, myję je i staram się zachowywać odległość.

Czy uważa pani, że wrócimy kiedyś do stanu sprzed pandemii?

Myślę, że to w dużej mierze zależy od nas samych, bo jeśli ludzie zaakceptują COVID-19 jako jedną z wielu chorób, z którą przychodzi nam się w życiu mierzyć, to tak – jesteśmy w stanie wrócić do stanu sprzed pandemii. Trudno jednak powiedzieć, jak to będzie wyglądało. Wydaje mi się, że z roku na rok jest coraz łatwiej i coraz mniej boimy się tej choroby.

Dziękuję bardzo za pani poświęcony czas.

Bardzo proszę.

Epidemia zmieniła wiele i należy nauczyć się z nią żyć

Piotr Kruk, Maciej Koguciuk, klasa 8

Wywiadu udzieliła Katarzyna Kruk, nauczycielka matematyki.

Dzień dobry. Czy w związku z epidemią zmieniła się pani praca?

Myślę, że praca zmieniła się u większości osób, a u mnie diametralnie. Z pracy stacjonarnej musiałam nagle przejść na pracę zdalną, czyli bez braku bezpośredniego kontaktu z dziećmi.

Czego pani najbardziej brakowało?

Na pewno kontaktu z dziećmi, w ogóle z ludźmi, możliwości korzystania np. z basenu, teatru, restauracji. I swobody poruszania się.

Czy pani robiła zapasy jedzenia jak niektórzy ludzie?

Przyznam się, że na samiućkim początku, kiedy właściwie nikt nie wiedział, co się dzieje, i wybuchła ogólna panika, to faktycznie kupiłam trochę więcej produktów, które mogą być dłużej przechowywane, ale już właściwie po pierwszym tygodniu wszystko było kupowane na bieżąco.

A co pani najbardziej przeszkadzało w epidemii?

Nadal epidemia jest i wciąż mi przeszkadza to, że nie zawsze mogę swobodnie spotkać się z znajomymi, że są różnego rodzaju obostrzenia związane z możliwościami wyjazdu za granicę, ponieważ np. nie wiadomo, czy się wróci, czy zostaną zamknięte granice. Wiele rzeczy się zmieniło i na pewno należy nauczyć się z tym żyć, ale chyba tego nie zaakceptujemy tak do końca nigdy.

Dziękujemy za rozmowę.

Pandemia koronawirusa z perspektywy ratownika medycznego

Zuzanna Machera, Łucja Ługowska, klasa 8

Wywiadu udzielił Ryszard Stykowski, ratownik medyczny.

Miałymy zaszczyt przeprowadzić wywiad z Ryszardem Stykowskim, który na co dzień ratuje ludzkie życie na poziomie zarządzania. Pan Ryszard obecnie zajmuje stanowisko kierownika zespołu ratownictwa i transportu sanitarnego ZOZ Warszawa Bemowo-Włochy, który opiekuje się 140 tysiącami pacjentów. Nasz gość opowiedział nam o przebiegu pandemii COVID-19 z jego punktu widzenia. Poruszyliśmy tematy dotyczące zarówno sfery zawodowej, jak i prywatnej.

Wiemy, że z powodu pandemii koronawirusa sposób pana pracy uległ zmianie. Mógłby nam pan powiedzieć, jak dokładnie zmieniła się pana praca? Jak radziliście sobie na samym początku?

Moja praca jest nieprzewidywalna, jednak przy dobrze zorganizowanym działaniu jesteśmy w stanie przeciwdziałać rzeczom, które trudno przewidzieć – takie jest ratownictwo. Jako osoba zaangażowana w ruch ratownictwa muszę dużo rzeczy planować z góry. Tak było również z pandemią. Pandemia w Polsce rozpoczęła się w marcu 2020 roku. Wtedy byliśmy na nią w ogóle nieprzygotowani. Owszem, mieliśmy opracowane pewne procedury przeciwdziałania chorobom zakaźnym, ale nie wiedzieliśmy, z czym w ogóle będziemy się zderzać, na jaką skalę ani jak długo. Wszystkie laboratoria i naukowcy skupiają się na poznawaniu wirusa, na tym, jak mutuje, działa i jak możemy się przed nim chronić. My z ochrony zdrowia musieliśmy zapewnić opiekę i izolację zarówno osobom zarażonym, jak i już chorym. Nie było to jednak proste zadanie. Z oczywistych powodów musieliśmy stosować wszelkie środki ochrony osobistej, których niestety często brakowało. Karetki nie miały gdzie odstawić swoich pacjentów z powodu braku wolnych łóżek – trzeba było

jeździć po dziesiątki, a nawet setki kilometrów do innych szpitali, by na koniec dowiedzieć się, że łóżko, które wcześniej było wolne, jest teraz zajęte. Osoby zarażone musiały być jakoś izolowane od społeczeństwa. To był istny chaos. Cały świat uczył się tego na bieżąco. Żaden kraj nie posiadał wystarczających środków, żeby poradzić sobie z rozwojem tej pandemii. Do tego wszystkiego doszedł jeszcze brak współpracy od strony społeczeństwa, które oburzyło się nagłym zamknięciem większości instytucji i lokali. Służba zdrowia była bardzo przeciążona. Dużo bardziej niż zwykle.

Opinie na temat szczepionki są bardzo podzielone. Część społeczeństwa nie ufa preparatowi opracowanemu po zaledwie półtora roku badań. Czy uważa pan, że powinniśmy się szczepić?

Ludzie niezwiązani z medycyną, ze światem nauki boją się, że to zbyt krótki czas na wynalezienie szczepionki, że ona nie do końca jest przebadana. No i ludzie bardzo różnie – jak widzicie – do dzisiaj podchodzą do szczepionek. Ja uważam, że trzeba się szczepić, mówię to na swoim przykładzie. Przede wszystkim szczepionka na pewno nie każdemu skutecznie pomoże, czyli ustrzeże go od choroby, ale ona ma jeden cel: jeżeli już zachorujemy, to przejdziemy łagodniej chorobę, a nie jak osoby niezaszczepione, które w konsekwencji najczęściej jednak umierają (zobaczcie, jak ciężka jest choroba) w wyniku zarażenia się wirusem. Mam nadzieję, że jeżeli już zachoruję, to przejdę COVID-19 łagodnie, nie wyląduję w szpitalu, nie będę potrzebował respiratora ani pomocy personelu medycznego, czyli nie będę zajmował łóżka. Nie będę musiał zadać pytania, czy to łóżko dla mnie będzie.

Czy pana zdaniem społeczeństwo nauczyło się poprawnie postępować w dobie pandemii?

Zobaczcie, jak zwiększyła się świadomość przenoszenia chorób, czym może skończyć się ignorowanie zarażania się wirusem, czym jest wirus, co to znaczy pandemia – jak zmienił codzienność naszego życia. Przecież nikt z nas by nie pomyślał, że będziemy siedzieć w domu i uczyć się zdalnie za pomocą komputera. Nikomu z nas nie przyszłoby do głowy, że nie będzie mógł w wakacje wsiąść w dowolny samolot i polecieć do dowolnego zakątka świata, żeby spędzić tam miło czas. Dzisiaj jest to niemożliwe z wielu przyczyn. Nie tylko dlatego, że linie lotnicze ograniczyły kursowanie samolotów do danych miejsc,

a kraje, do których chcielibyśmy polecieć, często jeszcze nawet nie otworzyły się w ogóle na turystów, jak Izrael, Tajlandia czy Wietnam. Do tych krajów kiedyś wszyscy jeździli na wakacje, a dzisiaj? Nie ma możliwości wjechania tam, granice są zamknięte. Dzisiejszy świat z koronawirusem jest zupełnie inny niż ten dwa lata temu.

Czy jest jakieś wydarzenie, które szczególnie pan zapamiętał z lockdownu?

Dla mnie bardzo trudnym elementem jako ratownika medycznego była świadomość tego, że jestem wykształcony i powołany do tego, żeby nieść ludziom pomoc. Robię więc wszystko, co mogę, ale nie mogę dokończyć swojego działania przez to, że nie ma miejsc w szpitalach. Nigdy w życiu, a pracuję 27 lat w tym zawodzie, nie myślałem, że doczekam chwili, że nie będę mógł przekazać swojego pacjenta do szpitala, bo nie ma tam dla niego miejsca. Nie chodziło tu o szpital lokalny w Warszawie, ale szpitale na terenie całego województwa. To było najgorsze – brać na siebie odpowiedzialność za opiekę nad pacjentem od chwili przyjechania karetki do momentu przekazania go na szpitalny oddział ratunkowy. Wychodząc z pacjentem z jego domu, nie miałem wiedzy ani pewności, czy uda mi się przekazać go do jakiegoś szpitala. Było to bardzo męczące psychicznie.

Czy zmieniło się pana podejście do pandemii w czasie jej trwania?

Zmieniło się. Na początku miałem tyle wiedzy, ile pamiętam z programu studiów na ratownictwie medycznym. Jeśli chodzi o COVID-19, zmieniło się tyle, że na początku był strach, potem coraz więcej mieliśmy wiedzy i broni w postaci szczepionki. Doszliśmy do dzisiejszego etapu, kiedy wiemy bardzo dużo o chorobie i wirusie. Dla mnie dzisiaj jest to choroba, z którą umiem sobie poradzić, nie wywołuje we mnie lęku, ale mam do niej olbrzymi szacunek i respekt. Tylko głupi się nie boi.

Jak zmieniło się pana życie towarzyskie?

Bardzo mocno, ponieważ na początku nie spotykaliśmy się w ogóle ze znajomymi, a ja jestem bardzo otwarty, przyjacielski i serdeczny. Mam dużą grupę wspaniałych przyjaciół, z którymi się cyklicznie widywaliśmy. To się zmieniło totalnie. Przez rok prawie wcale się nie odwiedzaliśmy, jeśli już, to były to bardzo sporadyczne, krótkie spotkania. Dopiero całkiem niedawno udało nam się wrócić do tych i tak ograniczonych spotkań.

Wykłady mogłyby zostać zdalne już na zawsze

Dorota Sadownik, Aleksandra Szczepaniuk, klasa 8

Wywiadu udzieliła Aleksandra Sadownik.

Jak zareagowałaś na wieść o COVID-19?

Byłam może troszeczkę przerażona, ale bardziej chyba zdziwiona i zaniepokojona tą sytuacją.

A jak wpłynęło to na twoją naukę?

Myślę, że przejście na tryb zdalny znacznie utrudniło naukę i na pewno sprawiło, że miałam dużo mniej motywacji.

A czy przed pandemią często wyjeżdżałaś za granicę?

Wyjeżdżałam raz w roku, zazwyczaj w wakacje, czasami zdarzało mi się dwa razy w roku wyjechać, no ale raczej nie częściej.

A czy po zamknięciu granic brakowało ci wakacji za granicą?

Tak, miałam dużo planów na te wakacje. W sumie myślę, że gdyby nie było pandemii, dużo więcej możliwości miałabym, żeby gdzieś pojechać za granicę, więc mi tego brakowało.

A czy podczas lockdownu znalazłaś nowe zainteresowania?

Pierwszy raz upiekłam chleb i bułeczki, ale po jakimś czasie trochę ta pasja osłabła po kilku niezbyt udanych próbach. Za to miałam trochę więcej czasu na pogłębianie swoich zainteresowań związanych z psychologią, rozwojem osobistym i różnymi zagadnieniami z tych sfer.

A chodziłaś do lekarza i jeżeli tak, to jak często podczas pierwszej i drugiej fali koronawirusa?

Ogólnie nie mam takiej potrzeby, żeby do lekarza chodzić często. Raczej swój stan zdrowia oceniam jako dobry, więc tutaj w tej kwestii nie odczułam dużego dyskomfortu i możliwe, że jedną wizytę kontrolną z wynikami badań

opuściłam, ale poza tym nie było takiej sytuacji, że odczuwałam słabszy dostęp. Ale faktycznie był taki okres, że trochę ze strachu, a trochę z zapobiegliwości, żeby nie pchać się tam, gdzie nie trzeba, w miejsca, w których narażenie na zakażenie jest większe, raz opuściłam wizytę. Więcej to się nie powtórzyło.

A czy pamiętasz wiadomość o pierwszym przypadku zakażenia w Polsce i jak się o tym dowiedziałaś?

Tak, ale nie pamiętam, skąd był dokładnie ten pacjent. Pamiętam, że było dużo informacji w telewizji na temat tego, jak opuścił szpital, gdy już wyzdrowiał.

I jaka była wtedy twoja pierwsza myśl?

Pierwsza myśl była podbudowująca – że ma się dobrze mimo tej ciężkiej choroby.

I czy tak jak większość ludzi zrobiłaś jakieś zapasy, spodziewając się nadchodzącej kwarantanny?

Dopóki nie zauważyłam ludzi wykupujących w marketach bardzo dużo rzeczy, to nie czułam strachu, ale ludzie napędzili tę panikę. Sam fakt, że na półkach było coraz mniej towarów, spowodował, że trochę więcej zapasów zrobiliśmy. Jednak nie było to jakieś 30 kg mąki, ryżu na zapas, tylko raczej kilka dodatkowych paczek po prostu.

I kiedy przeszedłaś na naukę zdalną?

W marcu 2020 roku.

Jak długo odbywały się zajęcia zdalne?

Do końca roku akademickiego, do czerwca. W marcu wróciłam do domu rodzinnego i już zostałam, bo nie było żadnych zajęć stacjonarnych ani praktycznych. A następny rok, czyli 2020/2021, był hybrydowy. Pamiętam, że w październiku miałam trochę zajęć stacjonarnych, ale nie na wszystkie oddziały, np. onkologię, hematologię dziecięcą lub dorosłych, mogliśmy zostać wpuszczeni, ponieważ tam pacjenci mają bardzo osłabioną odporność, więc bezpieczniej dla nich było, żebyśmy tam nie przychodzili na zajęcia. W związku z tym one się odbywały zdalnie. Dodam, że byłam wtedy na piątym roku studiów, który był dosyć mocno wypełniony zajęciami praktycznymi. Kiedy było to możliwe, chodziliśmy na zajęcia do szpitala.

A jak odbywały się takie zajęcia i praktyki już w szpitalu?

Był ograniczony trochę kontakt z pacjentami, oczywiście mieliśmy wszystkie środki ochrony osobistej, czyli maseczki, dezynfekowaliśmy ręce, co oczywiście zawsze robimy. Gdy było podejrzenie infekcji koronawirusa, to raczej nie byliśmy wpuszczani do takich pacjentów, oni byli izolowani. Zdarzały się też przypadki, gdy prowadzący zajęcia nie wiedzieli, że pacjent jest chory, co okazywało się dopiero po zajęciach. Wtedy faktycznie trochę niepokoju było i po takich zajęciach musieliśmy udać się na kwarantannę.

A kiedy pozwolono studentom na praktyki w szpitalu?

Tak było przez cały poprzedni rok akademicki, czyli 2020/2021. Już wtedy od października mogliśmy my, studenci, wejść. Ale wydaje mi się, że była taka możliwość już wcześniej, od maja. Na pewno studenci, którzy już kończyli uczelnię i mieli zajęcia w szpitalu jeszcze wcześniej przed nami, mieli jakby pierwszeństwo przez to, że zajęć praktycznych powinni mieć więcej. Oni zostali wpuszczeni już w maju 2020 roku, jeżeli dobrze pamiętam.

I co wtedy robiłaś? Czy miałaś jakieś konkretne zajęcia w szpitalu, przydzielone, co masz robić? A może bywało z tym różnie?

Dużo się nie różniły się te zajęcia od tych normalnych, sprzed pandemii. Raczej kontakt z pacjentem był. Ale zdarzało się, że był on ograniczony, więc wtedy trochę mniej chodziliśmy, trochę mniej badaliśmy pacjentów. Za to takie procedury jak wybadanie, zbieranie wywiadu, czyli badania podmiotowe, mogły być normalnie wykonywane.

A czy pozwalano studentom na pomoc przy zakażonych?

Tworzono listy chętnych do takiej pomocy. Ja się zapisałam na taki wolontariat przy zakażonych pacjentach właśnie w szpitalu covidowym. W naszym województwie, podlaskim, studenci nie zostali jednak zaangażowani, ponieważ nie było takiego zapotrzebowania, więc mimo zgłoszenia swoich chęci nie zostałam zaangażowana do tej pomocy.

A czy uważasz, że lepsze jest nauczanie zdalne, czy stacjonarne?

Uważam, że to zależy w dużej mierze od rodzaju studiów. Ale chyba zawsze student czy uczeń będzie więcej wynosił więcej z zajęć stacjonarnych. To przez sam wzgląd, że jednak siedząc na lekcji w klasie albo kontaktując się bezpośrednio na zajęciach z pacjentem, jesteśmy dużo bardziej skupieni, niż

kiedy patrzymy w ekran. Człowiek jednak uczy się najwięcej moim zdaniem w działaniu, a jego możliwość jest tylko w trybie stacjonarnym.

A jak potem wyglądały zajęcia: były stacjonarne, hybrydowe czy znowu zdalne?

U nas za każdym razem, gdy były wytyczne, że zajęcia mają być hybrydowe, to kierunki medyczne – nastawione na praktykę – miały wykłady i seminaria zdalne, przez komputer, co akurat przez wielu studentów jest uważane za bardzo dobre rozwiązanie. W sumie też podzielam to zdanie, że wykłady mogłyby zostać zdalne już na zawsze.

A co robiłaś w wolnym czasie, kiedy galerie i kina były zamknięte i nie można było robić za wiele rzeczy w miejscach publicznych?

Nadrabiałam zaległości w filmach i książkach, czytałam wtedy dużo książek i dużo oglądałam.

A jak wyglądały zaliczenia i egzaminy na studiach?

W okresie, kiedy było dużo zakażeń, były głównie egzaminy zdalne. Zdarzało się, że niektórym zakładom zależało na sprawdzeniu wiedzy stacjonarnie, więc wtedy egzaminy odbywały się stacjonarnie, ale większość z nich przez wzgląd na nasze bezpieczeństwo i na zmniejszenie ryzyka zakażenia się i rozprzestrzeniania dalej wirusa odbywały się zdalnie.

Czy do pracy stacjonarnej w szpitalu musiałaś się zaszczepić?

Nie było takich wymogów, ale chciałam od początku się zaszczepić, więc byłam zaszczepiona w momencie, gdy szłam na zajęcia.

A byłaś kiedykolwiek chora na COVID-19?

Nie, przynajmniej nie zostało to nigdzie udokumentowane i raczej nie miałam objawów typowych dla tego zakażenia.

A czy miałaś kwarantannę?

Tak, raz po kontakcie z pacjentem, który się okazał później zakażonym, zostaliśmy przez uczelnię wysłani na kwarantannę i zgłoszeni do sanepidu.

A czy żeby uczestniczyć w zajęciach w szpitalu, musieliście mieć za każdym razem robione testy na obecność koronawirusa?

Nie, ale wiem, że były takie uczelnie w Polsce, na których zdarzało się, że przed każdymi zajęciami lub co tydzień studenci mieli wykonywane testy. U nas na uczelni nie było takiej praktyki.

Co robiłaś kilka dni przed wykryciem pierwszego zakażenia w Polsce?

Pamiętam, że wtedy udało nam się napisać ostatni egzamin z okulistyki jeszcze stacjonarnie. Były już informacje o pierwszych zakażonych, ale na szczęście ten egzamin udało nam się napisać i dosłownie dwa dni później dostaliśmy informacje, że będzie lockdown i na razie nie będziemy mieli zajęć przez dwa tygodnie. Więc ja, przygotowana tylko na dwa tygodnie, spakowałam się w małą walizkę, pojechałam do domu, zostawiając całą resztę książek i innych rzeczy, które później jednak były mi potrzebne. A do czerwca zostałam już w domu u rodziców.

Czego brakowało ci najbardziej, kiedy były zamknięte kina, teatry, galerie i siłownie?

Wydaje mi się, że kina i teatrów najbardziej mi brakowało, ponieważ są to miejsca, do których lubię chodzić, i czuję się tam dobrze. Film obejrzany w domu nigdy nie odwzoruje atmosfery, którą możemy poczuć w kinie.

I co robiłaś jako pierwsze po zniesieniu tych najbardziej restrykcyjnych obostrzeń?

Poszłam do kina albo do teatru – nie pamiętam, co zostało odmrożone pierwsze.

Czy w trakcie lockdownu udało ci się utrzymywać aktywność fizyczną?

Miałam lepsze i gorsze momenty. Na pewno maj i czerwiec były takimi miesiącami, kiedy postanowiłam zrobić jakieś wyzwanie z trenerką fitness, więc wtedy starałam się ćwiczyć regularnie. Trochę mi jednak spadła motywacja, jak w październiku zeszłego roku kupiłam sobie karnet na siłownię i nie zdążyłam go odebrać, ponieważ tydzień później zamknęli mi klub, więc karnet leżał tam od października do maja, o ile dobrze pamiętam. Dopiero w maju siłownie zostały faktycznie odblokowane, ale niestety motywacja już wtedy nie wróciła. Każdy wtedy potrzebował wyjść z domu i zadbać o zdrowie nie tylko fizyczne, ale też psychiczne. Chciał się oderwać od tego, dotlenić. Ja starałam się regularnie chodzić na spacer i jak najwięcej wychodzić na zewnątrz.

A co robiłaś, kiedy chciałaś oderwać się od rzeczywistości związanej z lockdownem i COVID-19?

Przed wszystkim starałam się wyłączać telewizor w momentach, kiedy

miałam już przesyt informacjami, a w głowie było za dużo zamieszania, strachu i stresu spowodowanego całą tą sytuacją. Starałam się wychodzić na zewnątrz, chodzić na spacer i właśnie, tak jak mówiłam wcześniej. Oprócz tego były sposoby na domowe spędzanie czasu, np. dobra książka, film, seriale pomogły mi też to przetrwać. Zagłębiałam się w psychologię, poznawałam, jak działa nasz mózg. Myślę, że to pomogło mi zrozumieć moje emocje, przeżycia i sprawiło, że w miarę zdrowo przeszłam przez cały ten okres.

Nawet podczas tych spotkań, które się odbyły, staraliśmy się nie zbliżać do siebie, np. nie witać. Odruchowo chciałam się przywitać serdecznie lub pożegnać, a nie można było. Robiłam krok w tył, bo miałam świadomość, że to niebezpieczne po prostu. To było dziwne. I jest dziwne.

Wiadomość o pojawieniu się szczepionki i o tym, że będę mogła się zaszczepić, była dla mnie bardzo pozytywna i bardzo się cieszyłam, że będę mogła wybrać się na Stadion Narodowy i się zaszczepić. To było coś dla mnie w rodzaju święta.

Oczywiście, do tej pory są tacy, którzy mówią, że jest to wymyślone, że tak naprawdę nikt nie umiera, że jest to jakaś fikcja.

Na szczepienie musiałam jechać aż do Płocka dwukrotnie, ponieważ tam mnie zarejestrowano.

Wiadomo, że pandemie nie trwają krótko, ale zaskoczeniem dla mnie były jej kolejne fale.

Dzieci przyjęły to częściowo z zadowoleniem, bo wiedziały, że nie będą musiały wstawać rano do szkoły, a jedynie uczyć się ze swojego pokoju.

Tak, było sporo takich osób, przeciwnicy szczepienia się dalej są przekonani, że szczepionka nic nie daje.

Najtrudniejsze były dla mnie święta wielkanocne, dlatego że spędziliśmy je tylko we czwórkę.

Gdy usłyszałem o lockdownie, nie wiedziałem, co znaczy to słowo.

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 2 IM. MARII SKŁODOWSKIEJ- CURIE W PIASTOWIE

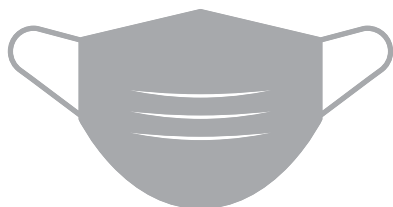
Opiekun projektu: Iwona Biernat

Moim doświadczeniem pandemii jest strach o życie moje i moich bliskich. Ja żyłam normalnie, choć oczywiście niektóre rzeczy się zmieniły. Wielu ludzi umiera, młodych i starszych. Ja zaś staram się nadal tak często nie wychodzić z domu.

Utrudnienia z tym związane w moim przypadku dotyczyły ograniczeń w dostępie do urzędów i służby zdrowia.

Stary komputer nie obsługiwał Teams i trzeba było kupić nowy, aby móc się z jego pomocą porozumiewać.

Pracowałem w domu i nie miałem dobrego krzesła do długiej pracy przy biurku. Musiałem kupić nowy fotel obrotowy. Stół obiadowy był moim biurkiem do pracy. Gdy ogłoszono lockdown, czułem lęk, że zabraknie jedzenia w sklepie i produktów gospodarstwa domowego. Na szczęście było tak tylko przez miesiąc, w maju 2020 roku.



Pandemia zabrała nam na początku poczucie bezpieczeństwa i pewność siebie

Anna Orzyłowska, klasa 7

Wywiad z panią Agnieszką, mamą Ani, Mikołaja i Nikodema. Pracuje w biurze podróży. Jej pasją są spotkania i rozmowy z ludźmi, spacerzy z psem, oglądanie filmów i czytanie kryminałów.

Cześć, mamo. Chciałabym zadać ci kilka pytań na temat pandemii.

To niezwykle czas dla każdego. Czy pamiętasz, kiedy usłyszałaś o pandemii? Czy pamiętasz jakieś szczególne sytuacje?

Tak. Bardzo dobrze pamiętam, kiedy pierwszy raz usłyszałam o pandemii. To była informacja z Chin o dziwnym wirusie. Potem temat powrócił jeszcze w styczniu, kiedy klientka chciała wyjechać do Azji i pytała mnie, czy to bezpieczna podróż. I jej odradzałam, chociaż nie wyobrażałam sobie, jak ta pandemia będzie wyglądać. A trzecie ważne wydarzenie, to ogłoszenie lockdownu w szkołach. Nigdy nie przypuszczałam, że coś takiego się wydarzy, i byłam bardzo zdziwiona, że doszło do takiej sytuacji.

Jak zniosłaś izolację?

Starałam się o niej nie myśleć, choć początkowo trudno było o niej zapomnieć. Lekarstwem na stres były spacerzy, wyjazdy do Pęcic, kontakt z przyrodą, świeże powietrze, gra w piłkę na podwórku. Starałam się nie myśleć o niej.

Nie bałaś się takich wyjazdów?

Nie. Ale starałam się unikać kontaktu z ludźmi.

To był wyjątkowy czas dla rodziny, bo miał się urodzić Nikodem.

Czy miałas wtedy jakieś obawy?

Nie myślałam o tym. Nie wszystko można w życiu przewidzieć. W tym czasie wszyscy o mnie bardzo dbali. Dzieciaki starały się nie kłócić. Pamiętam, jak

przykrywaliście mnie kocykiem. Było to dla mnie przyjemne. Mieliliśmy dużo czasu dla siebie. Nigdzie nie musieliśmy się spieszyć. Nie bałam się tego.

Jak poradziście sobie ze zdalnym nauczaniem?

To nie było łatwe. Nauka zabierała bardzo dużo czasu. Teraz byłam i mamą, i nauczycielką. Ta zamiana ról nie była łatwa. Choć były tego i dobre strony. Bliżej poznałam innych rodziców. Codziennie telefon rozgrzewał się do czerwoności, czy prace wykonane są poprawnie i co autor miał na myśli... Poznałam nowe funkcje YouTube'a i trochę to wszystko się zmieniło.

Czy bałaś się, że to będzie nasza codzienność przez następne kilka lat?

Z czasem bałam się, że to będzie sytuacja długa. Ona wydłużała się i wydłuża cały czas. Myślałam, że pierwsza fala pandemii będzie tą ostatnią. Teraz mamy czwartą falę. Mimo szczepień sytuacja nie jest najlepsza. Od początku było wiadomo, że każdy musi zachorować, ważne tylko, żeby jak najmniej osób umarło i żeby nie wszyscy chorowali naraz. Ale zdrowie jest najważniejsze i jeśli go nie ma, to trudno o cokolwiek myśleć. Jest to istotne, żeby zadbać o zdrowie.

Co było dla ciebie najtrudniejsze w czasie pandemii? Obowiązek zachowania dystansu, praca zdalna? Niemożliwość podróżowania, spacerów? Chodzenie w maseczkach? Brak kina, restauracji, bycie z dala od bliskich?

Wszystkie te rzeczy po trochu. Ale brak kina czy teatru mogłam sobie zrekomensować innymi atrakcjami. I potem było lato i można było pojeździć na rowerze, pojechać nad jezioro, pójść do lasu czy wyjechać na wakacje. Ale na pewno brakowało mi kontaktu z najbliższymi. Nawet podczas tych spotkań, które się odbyły, staraliśmy się nie zbliżać do siebie, np. nie witać. Odruchowo chciałam się przywitać serdecznie lub pożegnać, a nie można było. Robiłam krok w tył, bo miałam świadomość, że to niebezpieczne po prostu. To było dziwne. I jest dziwne. Bo do tej pory musimy chronić naszych najbliższych.

Czy w twojej dzielnicy, w twoim otoczeniu były osoby starsze, schorowane, którym trzeba było pomagać? Pomagaliście komuś?

Mamy takie osoby w naszej rodzinie – naszych dziadków. Są to osoby starsze, schorowane. Tata codziennie robił zakupy i dostarczał wszystkie niezbędne

rzeczy, od lekarstw po środki czystości. Zawoził do lekarza, dbał o to, żeby wizyty nie przepadały i żeby się dziadkowie nie pozarażali. Ważne było, żeby mieli komfort życia i bezpieczeństwa. Na pewno staraliśmy się zadbać o najbliższych. W okolicy nie kontaktowaliśmy się z nikim. Taki obrazek, który zapamiętałam z pandemii, to puste ulice. Mieszkamy akurat przy ruchliwej ulicy, są tutaj przedszkole i przystanek. I to było dziwne, że ta nasza ulica była pusta. Nikt nie wracał z pracy, nikt nie szedł do przedszkola, samoloty nie latały, samochody nie jeździły. Było cicho jak na wsi.

Czy w czasie pandemii robiłaś rzeczy, których wcześniej nie robiłaś?

Na przykład piekłaś chleb, ciasta? Uprawiałaś jogę czy bieganie? Grałaś w planszówki? A może sama przycinałaś sobie włosy?

Nic z tych rzeczy nie robiłam. Nie obcinałam włosów, wręcz przeciwnie, zapuszczałam. Nie piekłam chleba, chociaż miałam zapas drożdży i mąki. Musiałam przeorganizować życie domowe, żebym zdążyła ugotować obiad, dopilnować was w lekcjach i żeby zostało trochę czasu na świeże powietrze, spacer, rozmowę. Ale nie piekłam ciast, nie robiłam zapasów. Raz udało mi się zrobić zapas na tydzień. Ale przy tak dużej rodzinie to raczej niemożliwe zrobić większe zapasy.

Czy ktoś z twoich bliskich był w szpitalu?

Na szczęście bliscy obeszli się bez szwanku. Jednak dopóki nie byliśmy zaszczepieni, to zachowywaliśmy dystans i ostrożność bardzo rygorystycznie. Po zaszczepieniu poczułam się bezpieczniej. Wiem, że organizm uczy się odporności i nawet jeśli zachoruje, to po szczepieniu przechodzi chorobę łagodniej i to nie jest choroba śmiertelna ani nie pozostawia takich zniszczeń w organizmie. Jestem fanką szczepień, szczepię się i moich najbliższych na wszystko. Wiadomość o pojawieniu się szczepionki i o tym, że będę mogła się zaszczepić, była dla mnie bardzo pozytywna i bardzo się cieszyłam, że będę mogła wybrać się na Stadion Narodowy i się zaszczepić. To było coś dla mnie w rodzaju święta.

Czy ktoś z twoich bliskich znajomych zachorował na COVID-19 lub był na kwarantannie?

Była taka sytuacja w dalszej rodzinie, że dwoje starszych osób, małżeństwo, zachorowało i w bardzo krótkim odstępie czasu w dwóch różnych

szpitalach zmarło. Nie była to na szczęście najbliższa rodzina, ale było to bardzo smutne wydarzenie i traumatyczne dla tej osoby, która straciła oboje rodziców w tak krótkim czasie. To było bardzo ciężkie przeżycie, zwłaszcza niemożność pożegnania się.

Czy w czasie pandemii miało miejsce jakieś ważne pozytywne wydarzenie w twoim życiu?

Tak. W kwietniu urodziłam Nikodema. I to był jeden ze szczytów pandemii. Ale udało się wszystko zrobić jak najlepiej. Miałam najlepszą opiekę medyczną, jeśli chodzi o lekarzy, pielęgniarki, neonatologów. Trochę w czepku urodzony okazał się Nikodem. Dostałam pokój na parterze i choć obowiązywał zakaz odwiedzin, to moi rodzice przyjechali do szpitala i przez okno pomachali do mnie. I mogliśmy porozmawiać przez chwilę przez balkon. To takie szczęście w nieszczęściu. I takie rzeczy bardzo cieszą i jest co wspominać.

I jeszcze mam takie pytanie, może trochę retoryczne: czy wciąż boisz się COVID-19? Czy kiedyś przestałaś się bać?

Na początku lockdownu były takie sytuacje, że stres był bardzo duży i to, co się oglądało w telewizji, przekraczało ludzkie pojęcie i wywoływało gęsią skórę. Ale później włączyłam sobie taki stoper w głowie, żeby tego nie oglądać i żeby szukać pozytywnych wibracji. Nie chciałam panikować ani się zamęczać, oglądając wciąż to samo. Nie na wszystko ma się wpływ, ale trzeba się starać, żeby unikać i nie kusić losu ani nie wpadać w panikę. Nadal boję się koronawirusa. Ale myślę, że gorsze rzeczy mogą mnie spotkać. Prędzej przejedzie mnie samochód, niż zabije mnie COVID-19, tak myślę.

I teraz, w tym ostatnim czasie, niestety, nasza rodzina odbyła kwarantannę i wszyscy byli chorzy na COVID-19...

Tak, długo musieliśmy siedzieć w domu, ale nikt nie wylądował w szpitalu, nie mamy powikłań. Mamy to za sobą, tę falę.

Pandemia zabrała nam na początku poczucie bezpieczeństwa i pewność siebie i myślę, że teraz bardziej powinniśmy dbać o swoje zdrowie i kontakty, zbudować na nowo nasze relacje. Dziękuję za rozmowę. Było mi bardzo miło.

Mnie także. Dziękuję.

Byłam zadowolona z nakazu noszenia maseczek

Antonina Śróttek, klasa 7

Wywiadu udzieliła Jadwiga Mańkowska, babcia Antoniny.

Moim doświadczeniem pandemii jest strach o życie moje i moich bliskich. Ja żyłam normalnie, choć oczywiście niektóre rzeczy się zmieniły. Wielu ludzi umiera, młodych i starszych. Ja zaś staram się nadal tak często nie wychodzić z domu. Chciałabym, żeby wszystko wróciło do normalności, ale mam nadzieję, że nie będzie kolejnego zamknięcia. Cieszę się, że mogę znowu spotykać się z przyjaciółmi, rodziną, wyjść na spacer. Uważam, że przestrzeganie wszystkich nakazów związanych z pandemią daje mi szansę, że nie zarażę się wirusem.

Co było dla ciebie najtrudniejsze podczas pandemii?

Najtrudniejsze było dla mnie to, że całe życie ludzi radykalnie się zmieniało. Bałam się również o własne życie.

Co czułaś, gdy ogłoszono lockdown?

Wiedziałam, że w momencie jego ogłoszenia będzie znaczna izolacja ludzi, że będę musiała spędzać samotnie wiele godzin lub nawet dni.

Czego ci brakowało najbardziej?

W czasie zamknięcia brakowało mi spotkań z przyjaciółmi, rodziną, wyjścia na spacer lub samodzielnego robienia zakupów.

Jak wyglądały twoje święta wielkanocne, pierwsze podczas pandemii?

Święta wielkanocne spędziłam w gronie osób bardzo mi bliskich, wcześniej trwały przygotowania do świąt, a potem staraliśmy się spędzić wolny czas w miłej i serdecznej atmosferze.

Czy było coś, co ci się podobało podczas pandemii?

Zadowolona byłam z nakazu noszenia maseczek, wiedziałam, że to choć

częściowo zabezpieczy nas przed zakażeniem się.

Co czułaś, gdy ogłoszono program szczepień?

Bardzo był potrzebny i z utęsknieniem czekałam na swój termin. Na szczepienie musiałam jechać aż do Płocka dwukrotnie, ponieważ tam mnie zarejestrowano.

Czy wychodziłaś z domu i chodziłaś do fryzjera?

W czasie lockdownu nie chodziłam do fryzjera i starałam się nie wychodzić z domu niepotrzebnie.

Kto i kiedy robił zakupy?

Wychodziłam sama, i to tylko po to, by zrobić zakupy. Były zawsze przemyślane i zaplanowane przynajmniej na tydzień.

Jak pandemię znosiły twoje wnuki?

Moje wnuki okres pandemii znosiły rozsądnie, ponieważ ich rodzice pilnowali wszystkich zarządzeń z nią związanych.

Czy nadal boisz się COVID-19?

Należy w dalszym ciągu uważać na to, żeby mimo szczepień nie zarazić się wirusem, przestrzegać wszystkich zakazów i nakazów związanych z higieną.

Zaskoczeniem dla mnie były kolejne fale pandemii

Maja Opara, klasa 8

Wywiad z tatą Mai, wiek 51 lat, z wykształcenia ekonomista, zainteresowania: sport jako kibic i jeszcze praktyk, czytanie czasopism popularnonaukowych.

Gdy pierwszy raz usłyszałeś słowo „pandemia”, to co sobie myślałeś?

Że to jest następny szczep grypy na masową skalę.

Czy pamiętasz swoje uczucia? Przestraszyłeś się o siebie? O bliskich?

Tak. Zaniepokoiłem się.

Czy zastanawiałeś się wtedy, jak długo będzie trwała pandemia?

Wiadomo, że pandemia nie trwałą krótko, ale zaskoczeniem dla mnie były jej kolejne fale.

Czy przychodziłeś do pracy? A może pracowałeś zdalnie?

Praca najczęściej była hybrydowa.

Pomagałeś dzieciom w lekcjach?

Tak, intensywnie.

Co było najtrudniejsze dla ciebie podczas pandemii?

Ograniczenie swobody poruszania się, robienia zakupów albo wyjeżdżania na wakacje.

Jak pandemię znosiły twoje dzieci?

Dzieci przyjęły to częściowo z zadowoleniem, bo wiedziały, że nie będą musiały wstawać rano do szkoły, a jedynie uczyć się ze swojego pokoju.

Czy byli wokół ciebie ludzie, którzy nie wierzyli w istnienie koronawirusa?

Tak, było sporo takich osób, przeciwnicy szczepienia się dalej są przekonani, że szczepionka nic nie daje.

Czy sprawnie działał internet? Kto z niego u was korzystał?

Nasz internet działał, ale w okresie pandemii zmieniliśmy operatora, który dawał możliwość korzystania z internetu bez ograniczeń.

Czy ktoś z twoich bliskich znajomych zachorował na COVID-19 i był na kwarantannie?

Tak, sporo osób, a w ostatnim czasie twoja mama.

Czy robiłeś w czasie pandemii rzeczy, którymi wcześniej się nie zajmowałeś albo które robiłeś rzadko?

Nie, raczej nie.

Brakuje mi spontanicznych spotkań

Maja Opara, klasa 8

Wywiad z siostrą Mai, wiek 22 lata, studentką pedagogiki specjalnej, zainteresowania – taniec towarzyski, psychologia, innowacje pedagogiczne.

Kiedy pierwszy raz usłyszałaś słowo „pandemia”, to co sobie pomyślałaś?

Pomyślałam, że to nas nie dotyczy.

Czy pamiętasz swoje uczucia? Przestraszyłaś się o siebie? O bliskich?

Może w ogóle nie zrobiło to na tobie wrażenia?

Nie. Po prostu nie wiedziałam wtedy jeszcze, z czym to się wiąże.

Zastanawiałaś się wtedy, jak długo będzie trwała pandemia?

Zastanawiałam się, ale myślałam, że raczej będzie to trwało kilka miesięcy, a nie tak jak teraz – lata.

Chodziłaś wtedy do pracy? A może pracowałaś zdalnie?

Ja obecnie nie pracuję, tylko studiuję. I my przeszliśmy z dnia na dzień na naukę zdalną i można powiedzieć, że do końca czerwca 2021 roku miałam ciągle zajęcia zdalne.

Co dla ciebie było najtrudniejsze w czasie pandemii?

Brak kontaktu ze znajomymi.

Czego ci najbardziej brakowało?

Spontanicznych spotkań i wychodzenia z domu nie tylko na spacer albo zakupy.

Czy byli wokół ciebie ludzie, którzy nie wierzyli w istnienie koronawirusa?

Nie.

Czy sprawnie działał internet? Kto u was z niego korzystał?

Wszyscy w domu i działa sprawnie, aczkolwiek musiałam zmienić komputer

z względu na to, że nie był przystosowany do nauki zdalnej na takim poziomie, jakbym chciała.

Czy z twoich bliskich ktoś chorował na COVID-19 albo był na kwarantannie?

Tak, teraz jest chora moja mama, a wcześniej chorowała moja ciocia.

W czasie pandemii były rzeczy, które robiłaś rzadko?

Rzadko chodziłam na spacer, a kiedy wybuchła pandemia, chodzę na spacer bardzo często.

Jedna z córek panicznie się bała słuchać wiadomości

Maja Opara, klasa 8

Wywiad z mamą Mai, wiek 48 lat. Z wykształcenia logopeda, zainteresowania – gotowanie, piesze karkonoskie wycieczki górskie, joga.

Kiedy pierwszy raz usłyszałaś słowo „pandemia”, to co sobie pomyślałaś?

Że to jest tylko chwilowe i że szybko minie.

Pamiętasz swoje uczucia? Przestraszyłaś się o siebie? O bliskich?

Raczej o bliskich i starsze osoby w rodzinie.

Zastanawiałaś się wtedy, jak długo będzie trwała pandemia?

Tak, myśleliśmy raczej, że to będzie trwało kilka tygodni, a nie tak długo.

Czy chodziłaś do pracy? A może pracowałaś zdalnie? Jak zmieniła się twoja praca w tym czasie?

Początkowo była to praca zdalna, ale ona trwała trzy miesiące, no i bardzo się zmieniła, ponieważ w moim zawodzie trudno jest pracować na odległość, bo trzeba mieć kontakt z pacjentem. Dzięki temu rozwinęły się moje umiejętności w zakresie technologii.

Czy pomagałaś dzieciom w lekcjach?

Tak, jak najbardziej. Ale myślę, że to była trudna praca do pogodzenia, tj. własna praca z pomaganiem dziecku.

To było dla ciebie najtrudniejsze w czasie pandemii?

Najtrudniejsze były dla mnie święta wielkanocne, dlatego że spędziliśmy je tylko we czwórkę.

Czego ci brakowało najbardziej?

Kontaktu ze znajomymi z rodziną.

Jak pandemię znosiły twoje dzieci?

Różnie. Był taki moment u jednej z córek, że panicznie się bała słuchać nawet wiadomości, ile jest zachorowań, ile osób umiera i jak rozwija się pandemia.

Czy wokół ciebie byli ludzie, którzy nie wierzyli w istnienie koronawirusa?

Oczywiście, do tej pory są tacy, którzy mówią, że jest to wymyślone, że tak naprawdę nikt nie umiera, że jest to jakaś fikcja.

Czy sprawnie działał internet? Kto u was z niego korzystał?

Był taki moment, że korzystaliśmy wszyscy, tj. cała czwórka, z różnych pomieszczeń. Czasami wtedy nie chciał działać.

Czy ktoś z twoich bliskich znajomych zachorował na COVID-19?

Był na kwarantannie?

Na początku, czyli wiosną 2020 roku, zachorowała moja koleżanka z pracy i ona była dość długo na kwarantannie, bo aż sześć tygodni. Potem coraz więcej osób w mojej pracy zachorowało i myślę, że około 80 proc. pracowników.

Czy robiłaś w czasie pandemii rzeczy, którymi wcześniej się nie zajmowałaś albo które robiłaś rzadko?

Piekłam ciasta i chleb.

Najtrudniejsza była samotność

Maja Opara, klasa 8

Wywiad z dziadkiem Mai, wiek 75 lat. Emeryt, zainteresowania – motoryzacja, a w szczególności motoryzacja maszyn budowlanych.

Kiedy pierwszy raz usłyszałeś słowo „pandemia”, to co sobie pomyślałeś?

Nie wiem.

Czy pamiętasz swoje uczucia? Przestraszyłeś się o siebie? O bliskich?

Może w ogóle nie zrobiło to na tobie wrażenia?

Przestraszyłem się.

Zastanawiałeś się wtedy, jak długo będzie trwała pandemia?

Nie, słyszałem tylko, że to długo będzie trwało.

Czy pomagałeś wnukom w lekcjach?

Nie, bo nie trzeba było.

Co dla ciebie było najtrudniejsze w czasie pandemii?

Samotność i siedzenie w domu.

Czego ci najbardziej brakowało?

Spotkań z bliskimi.

Jak pandemię znosiły twoje wnuki?

Myślę, że tak samo brakowało im spotkań z ludźmi.

Czy byli wokół ciebie byli ludzie, którzy nie wierzyli w istnienie koronawirusa?

Oczywiście, że byli.

Czy sprawnie działał internet? Kto u was z niego korzystał?

Wnuczki i dzieci korzystały.

Czy z twoich bliskich ktoś chorował na COVID-19? Był na kwarantannie?

Byli i zachorowali.

Czy były w czasie pandemii rzeczy, którymi wcześniej się nie zajmowałeś albo które robiłeś rzadko?

Nie, normalnie robiłem to, co przed pandemią.

Co mogłem, dezynfekowałem bez przerwy

Dorota Mali, Natalia Mańko, klasa 7

Rozmówca chciał zachować anonimowość.

Jakie utrudnienia spowodowała w pana życiu pandemia?

Pandemia koronawirusa rozpoczęła się w Polsce na początku 2020 roku. Utrudnienia z tym związane w moim przypadku dotyczyły ograniczeń w dostępie do urzędów i służby zdrowia. Aby załatwić proste sprawy, należało się zapisywać na wizyty i sprawy ciągnęły się znacznie dłużej niż przed pandemią.

Jak spędzał pan czas wolny?

Wolny czas spędzałem w domu, gdyż strach było podróżować autokarami czy też pociągami. Stary komputer nie obsługiwał Teams i trzeba było kupić nowy, aby móc się z jego pomocą porozumiewać. Dzięki nowemu komputerowi zacząłem zwiedzać świat przez internet.

Jak wyglądała pana praca w tamtych warunkach?

Pracowałem w domu i nie miałem dobrego krzesła do długiej pracy przy biurku. Musiałem kupić nowy fotel obrotowy. Stół obiadowy był moim biurkiem do pracy.

Co pan czuł, kiedy ogłoszono lockdown?

Gdy ogłoszono lockdown, czułem lęk, że zabraknie jedzenia w sklepie i produktów gospodarstwa domowego. Na szczęście było tak tylko przez miesiąc, w maju 2020 roku.

Co pan pomyślał, kiedy usłyszał informację o wprowadzeniu lockdownu?

Gdy usłyszałem o lockdownie, nie wiedziałem, co znaczy to słowo. Myślałem, że to gdzieś za granicą, a nie w Polsce. Powinno się w Polsce używać polskiego słownictwa, np. „zakaz wychodzenia z domu” albo „ograniczenie działalności”. Na samym początku tej sytuacji największym problemem dla mnie była praca.

Do nowych warunków trzeba było się dostosować i przyzwycząić, co takie szybkie i proste nie było. Chodzenie z myślą, że uczniowie są zamknięci w domach i siedzą przy tym komputerze, niepokoiła mnie. Przecież zostali odcięci od realnego życia.

Co pan pomyślał w pierwszym momencie o nauce zdalnej?

Że jest ona niemożliwa, ponieważ szkoły nie mają odpowiednich warunków do prowadzenia zajęć w ten sposób. Poza tym jakby miały wyglądać lekcje WF-u? Na szczęście okazało się, że szkoła mojego dziecka sobie z wszystkim poradziła. W trakcie nauki zdalnej najbardziej mojemu dziecku brakowało spotkań z rówieśnikami.

Czy na początku pan się bał COVID-19?

Na początku panicznie bałem się zakażenia wirusem. Nosiłem maseczkę, nawet kiedy chciałem wyrzucić śmieci. Kiedy w wiadomościach podali informacje o 100 zakażeniach dziennie, myślałem, że to dużo, lecz gdy usłyszałem o 30 tysiącach przypadków dziennie, wiedziałem, że się myliłem. Co mogłem, dezynfekowałem bez przerwy. Strach przed zakażeniem się był okropnie duży.

Czy pan się bał o swoją przyszłość w pracy?

Z uwagi na to, że pracuję jako urzędnik, to bardzo bałem się utraty pracy. Na szczęście mój pracodawca przeniósł mnie do straży miejskiej. Okazało się, że to równie ciekawe i fajne zajęcie jak poprzednie w mojej pracy.

Odkryłam w sobie kulinarny talent

Amelia Fergin, klasa 7

Wywiadu udzieliła Małgorzata Pietrzak, babcia Amelii.

Pandemia, z którą mierzymy się już od prawie dwóch lat, zmieniała życie nas wszystkich. Codziennosc wydawała się nie do poznania – na każdym kroku zaczęliśmy napotykać ograniczenia i restrykcje. Straciliśmy rzeczywisty kontakt z większością znajomych i członków rodziny – relacje międzyludzkie ograniczyły się do rozmów telefonicznych i połączeń wideo. Choć sytuacja zmienia się od kilku miesięcy, to nasza rzeczywistość nadal nie wróciła do normalności. Co gorsza, cały czas istnieje ryzyko powrotu do wszystkich ograniczeń i restrykcji. W tych nadzwyczajnych okolicznościach zdecydowałam się na rozmowę z moją babcią, Małgorzatą Pietrzak, aby sprawdzić, jak pandemia wpłynęła na jej życie.

Dzień dobry, babciu! Miło mi cię gościć na stronach naszej książki.

Dziękuję, że zgodziłaś się ze mną porozmawiać i podzielić się swoimi spostrzeżeniami dotyczącymi wpływu pandemii na twoje codzienne życie.

Dzień dobry, Amelio! Serdecznie dziękuję za zaproszenie na wywiad. Chętnie podzielę się swoimi opiniami dotyczącymi pandemii, która wpłynęła na codzienność każdego z nas.

W takim razie cofnijmy się pamięcią do wydarzeń sprzed dwóch lat. W jaki sposób dowiedziałaś się o początku pandemii? Jak zareagowałaś na tę informację?

Tuż po świętach Bożego Narodzenia w serwisach informacyjnych coraz częściej można było trafić na informacje dotyczące dziwnej choroby, która pojawiła się w Chinach. Z biegiem czasu uwaga ludzi została skierowana niemalże wyłącznie na kwestię pandemii szybko ogarniającej cały świat. Początkowo czułam strach i przerażenie. Nie wiedziałam, co przyniesie jutro.

Obawiałam się o bezpieczeństwo własne i moich bliskich. To był okropny czas. **Czy oprócz nieprzyjemnych odczuć związanych z wybuchem pandemii doświadczyłaś jeszcze innych negatywnych skutków tego zjawiska?**

Oczywiście. Właściwie napotykałam je na każdym kroku. W sklepach zaczęło brakować żywności. Ludzie wykupywali wszystkie podstawowe produkty. Musiałam także pozostać w izolacji, co odebrało mi możliwość spotykania się ze znajomymi i z rodziną.

Wiele osób w czasie pandemii zachorowało i odczuło wyniszczające działanie wirusa na własnej skórze. Czy ty także zachorowałaś?

Całe szczęście wciąż udaje mi się unikać zachorowania. Mam nadzieję, że taki stan rzeczy pozostanie już do końca pandemii.

A czy komuś z twojego najbliższego otoczenia zdarzyło się zachorować?

Jeśli tak, to jak to znosiłaś?

Moja najbliższa rodzina, podobnie jak ja, nie chorowała. Jednak wirus zaatakował jedną z moich bliskich koleżanek. Na szczęście wyszła z tego cało i wyzdrowiała. Bardzo się o nią martwiłam i cały czas wierzyłam w to, że jej stan zdrowia ulegnie poprawie.

Jak sądzisz, dlaczego wciąż udaje ci się skutecznie unikać wirusa?

Czy istnieje na to w ogóle jakaś recepta?

Wirusem można zarazić się bardzo łatwo przez kontakt z osobą zakażoną. Nie zmienia to jednak faktu, że jesteśmy w stanie zminimalizować ryzyko zachorowania. Z tego powodu zdecydowałam się zaszczepić, ponadto przestrzegam zasad higieny, a w miejscach użyteczności publicznej stosuję maseczkę i zachowuję bezpieczny dystans.

Czy w czasie pandemii doskwierała ci samotność? Czy czułaś się odizolowana od reszty świata?

Tak, było to dla mnie bardzo trudne. Razem z mężem mieszkamy w kamienicy w średniej wielkości mieszkaniu. Wraz z początkiem pandemii nasz dom stał się dla nas więzieniem. Nie mogliśmy go opuszczać. Zakupy i krótki spacer nie rekompensowały rodzinnych spotkań, realizowania swoich pasji, odwiedzin znajomych i innych kontaktów międzyludzkich, do których przywykłam przed pandemią. Jestem osobą bardzo towarzyską, dlatego trudno było mi się z tym pogodzić.

A czy oprócz negatywnych przeżyć pandemia wpłynęła na ciebie w inny sposób? Czy dzięki niej doświadczyłaś czegoś pozytywnego?

Właściwie dzięki pandemii przypominałam sobie, co jest najważniejszą wartością w moim życiu. Nagle wszystkie codzienne problemy wydały się mi nieistotne. Bardzo tęskniłam za członkami rodziny i przyjaciółmi, ponieważ nie wiedziałam, czy kiedykolwiek ich jeszcze zobaczę. Oprócz tego odkryłam w sobie kulinarny talent. Kwarantanna dała mi wiele wolnego czasu na eksperymentowanie w kuchni, dzięki czemu nauczyłam się przyrządzania wielu ciekawych potraw.

Czy jesteś komuś szczególnie wdzięczna za to, co zrobił dla ciebie w czasie pandemii? Czy jest ktoś, komu chciałabyś podziękować za pomoc lub otrzymane wsparcie?

Właściwie chciałabym podziękować wszystkim lekarzom i całej służbie zdrowia za to, że od tyłu miesięcy każdego dnia walczą przy szpitalnych łózkach o zdrowie i życie ludzkie. Stają do nierównej walki z podstępą chorobą, starając się pomóc każdemu. Co więcej – ryzykują własnym bezpieczeństwem, zdrowiem i życiem i wszystko to robią dla drugiego człowieka. Uważam, że z tego powodu zasługują na wdzięczność, szacunek i uznanie.

Rozmawiamy dużo o minionych wydarzeniach i teraźniejszości.

Chciałabym się dowiedzieć, jakie są twoje plany na przyszłość.

Co zamierzasz zrobić po zakończeniu pandemii?

Moim największym marzeniem jest wyjazd do Włoch. Uwielbiam podróżować, poznawać świat i zwiedzać ciekawe miejsca. Pandemia bardzo ograniczyła możliwość podróżowania. Pierwsze, co zrobię po jej zakończeniu, to wyjadę na długie, zasłużone wakacje.

Wiem, że zawsze mogę liczyć na wsparcie i dobrą radę z twojej strony. Co poradziłabyś innym ludziom, których życie także zostało zmienione przez pandemię?

Moim zdaniem każdy powinien pamiętać o świecie sprzed pandemii i mieć nadzieję na jego powrót. Jedyne, co możemy zrobić w tym trudnym czasie, to stosować się do ograniczeń, przestrzegać podstawowych zasad sanitarnych, szczepić się i wspierać się wzajemnie. Nic tak nie poprawia humoru jak ciepłe słowo od drugiego człowieka.

Dziękuję ci bardzo za to, że wzięłaś udział w wywiadzie. Cieszę się, że mogłam poznać twoje opinie oraz osobiste doświadczenia związane z pandemią. Podobnie jak ty mam nadzieję, że niebawem wszystko wróci do normy, a nasze przeżycia z dwóch ostatnich lat staną się tylko wspomnieniami.

Bardzo dziękuję za zaproszenie do rozmowy. Było mi niezmiernie miło podzielić się własnymi doświadczeniami związanymi z pandemią. Życzę wszystkim dużo zdrowia i szybkiego powrotu do normalności!

Lęk minął, bo zawierzyłam go Górze

Bartosz Sasinowski, Oliwia Jaworska, klasa 7

Wywiadu udzieliła Agnieszka Ilińska, logopeda.

Jak wspomina pani okres pandemii?

Pandemia była dla mnie trudnym czasem. Na początku bardzo się jej przestraszyłam, bałam się o zdrowie moich najbliższych, o to, że sama się zarażę lub zarażę najbliższych. Martwiłam się, co to będzie, gdy się zarażę, i co to będzie, gdy nie będzie możliwości bycia z rodziną. Ostatecznie ten lęk, który mi towarzyszył na początku, minął, bo zawierzyłam go Górze. Jestem osobą wierzącą i praktykującą i dostałam ogromną siłę płynącą stamtąd. I robiłam to, co do mnie należy. To była taka bezsilność ludzka, bo nie wiadomo było, co dalej robić. Stwierdziłam, że nie będę się tym bardziej przejmować i zaczęłam normalnie funkcjonować. Na początku to był okropny czas. Mieszkam w bloku, nie mam ogródka. Nie mogliśmy pojechać do bliskich na wieś i poprzebywać na świeżym powietrzu. To wszystko się skończyło. Musieliśmy być z sobą 24 godziny na dobę. Były różne sytuacje z tym związane, czasem nerwowe. Każdy się tym przejmował. Bardzo mi brakowało kontaktu z rodziną – nie mogłam wyjechać do swoich rodziców, pozostały nam rozmowy telefoniczne, Messenger i komunikatory, żeby móc się zobaczyć.

Co należało do pani obowiązków podczas pandemii?

Wtedy nie pracowałam i zajmowałam się domem. Sprzątałam, gotowałam, pomagałam dzieciom i to należało głównie do moich obowiązków.

Czy pomagała pani swoim dzieciom w nauce?

Tak, pomagałam dzieciom w nauce.

Czy ktoś z pani bliskich został zwolniony z pracy?

Nie, nic mi o tym nie wiadomo.

Czy w czasie pandemii robiła pani rzeczy, którymi wcześniej się nie zajmowała?

Nie tylko gotowałam i piekłam, robiłam też inne rzeczy.

Czy zastanawiała się pani, jak długo będzie trwała pandemia?

Tak, zastanawiałam się. Ale nie przypuszczałam, że to będzie tak długo trwało. Tak jak powiedziałam na początku, bałam się o swoje zdrowie i bliskich. Przeszkadzał mi brak kontaktu z najbliższymi, którzy byli daleko. Oprócz tego miałam pracę zdalną, nie miałam narzędzi do niej i to było dla mnie bardzo trudne.

Czy świętowała pani jakieś uroczystości?

Początkowo w czasie pandemii nie było takiej możliwości. Sama też nie świętowałam. Jedynie wśród swoich bliskich świętowaliśmy.

Co pani czuła, gdy się pani dowiedziała, że jest dostępna szczepionka przeciw COVID-19?

Może to była radość, a później to także strach, co dalej będzie z tą szczepionką, czy będzie skuteczna.

Przez pandemię jestem bardziej świadoma swojego zdrowia

Bartosz Sasinowski, Patryk Woźniak, klasa 7

Wywiadu udzieliła Natalia Bogdaniuk, nauczycielka języka niemieckiego.

Czy może pani nam opowiedzieć, jak zmieniło się pani życie podczas całej pandemii aż do tego momentu?

Myślę, że nie tylko u mnie, ale i u wielu ludzi ta sytuacja wpłynęła na życie, zdrowie, w tym psychiczne, i jego postrzeganie. Ja miałam to szczęście, że kupiłam mieszkanie miesiąc przed pandemią. I kiedy już się tam wprowadziłam, nastąpiła pandemia. Jednak wiele osób miało trudności z kupowaniem mieszkań, zawieraniem małżeństw, organizowaniem imprez, studniówek. Musiało też zrezygnować z wyjazdów. Dla wielu z nas był to bardzo trudny czas. Całymi dniami siedziałam przed komputerem w domu, nie miałam kontaktu ze swoimi uczniami. Mało było ruchu w moim życiu i mi się przytyło. Nie mogłam spotykać się ze swoimi przyjaciółmi, oczywiście kontakt z innymi był, ale było go za mało. I do tego ta niepewna sytuacja w kraju, często brak informacji, nierzetelne wiadomości, stres. I ta sytuacja trwa do dziś. Każdego dnia człowiek budził się z taką myślą, że nie wiadomo, co będzie dalej. I teraz musimy dbać o siebie. Przez pandemię jestem bardziej świadoma swojego zdrowia, bardziej się badam. A gdy jestem chora, to nie przychodzę do szkoły i nie zarażam.

Kiedy usłyszała pani po raz pierwszy słowo „pandemia”?

Było to w marcu 2020 roku i pracowałam wtedy w świetlicy. Dowiedziałam się wtedy, że szkoły zostają zamknięte.

Czy zastanawiała się pani wtedy, jak długo będzie trwać pandemia?

Wtedy nie. Myślałam, że to jest coś w rodzaju grypy i po dwóch tygodniach wszystko wróci do normy.

Czy robiła pani zakupy? Co pani kupowała?

Wtedy nie robiłam zakupów jak inni, bo myślałam, że pandemia potrwa krótko.

Kto robił w waszej rodzinie zakupy?

Zakupy robiliśmy ja i mój mąż, ale normalnie, nic się w tej kwestii nie zmieniło.

Skąd wzięła pani swoją pierwszą maseczkę?

Ze szkoły. To była niebieska maseczka.

Czy miała pani płyn do dezynfekcji i rękawiczki?

Na początku nie, ale później szkoła zakupiła dla nas i kupiłam też dla siebie do użytku własnego.

Czy dezynfekowała pani ręce i przedmioty?

Tak. Oczywiście, ponieważ to było dla nas ważne.

Jak zorganizowaliście się w domu?

Nie było to łatwe, ponieważ na co dzień pracujemy poza domem i nagle to się zmieniło. Ale daliśmy radę.

Co było dla pani najtrudniejsze?

Lęk o zdrowie moich bliskich, bo nie mieszkamy blisko siebie, oraz brak kontaktów z innymi ludźmi – to było najtrudniejsze. Bardzo źle wspominam zdalne nauczanie.

Czy byli wokół pani ludzie, którzy nie wierzyli w istnienie COVID-19?

Oczywiście, cały czas tacy ludzie są wokół mnie.

Czy robiła pani w czasie pandemii rzeczy, którymi wcześniej się nie zajmowała?

Robiłam rzeczy, na które wcześniej nie miałam czasu na co dzień. Na przykład piekłam ciasta lub układałam puzzle, pograłam w gry planszowe.

A kto obcinał pani włosy?

Nie obcinałam wtedy włosów. Zaczęłam to robić dopiero wtedy, kiedy było można.

Czytała pani więcej książek?

Dużo czytałam książek związanych z tym, co robię, czyli z uczeniem. Jestem fanką kryminałów i przeczytałam około 15 książek podczas pandemii.

Jak wyglądały pani pierwsze święta wielkanocne?

Spędziłam je z mężem w Piastowie. Z rodziną rozmawialiśmy się przez

telefon lub online, wykorzystując nowoczesne technologie.

Czy wyjechała pani na wakacje podczas pandemii?

Pojechaliśmy na kilka dni w miejsce, w którym nie było dużo ludzi.

Jakie pozytywne aspekty lockdownu pani zauważyła?

Wykorzystywanie czasu, nietracenie go na dojazdy. Robienie kilku rzeczy naraz. Robienie rzeczy, na które wcześniej nie było czasu. Ale mimo to nie chciałabym wracać do zdalnego nauczania.

Czy boi się nadal COVID-19?

Nie przestałam się bać tej choroby, nadal uważam, że to jest poważna sprawa, ale musimy żyć nadal i powinniśmy dbać o swoje zdrowie.



Nie ukrywam, że byłem zaskoczony, ciągle słyszałem o tym w mediach, lecz nie sądziłem, że ten wirus dotrze do naszego kraju. Szczerze powiem, że przestraszyłem się tej choroby, ale nie myślałem, że to wszystko pójdzie w tak złą stronę i umrze tylu ludzi.

Staraliśmy się jej pomagać, robiąc zakupy i wyprowadzając psa, martwiliśmy się o jej zdrowie, na całe szczęście wszystko się dobrze skończyło, a przebieg choroby był w miarę łagodny.

Moje życie codzienne stało się przez ten czas zdecydowanie spokojniejsze, więcej czasu spędzam z bliskimi w domu.

Zdecydowanie wirus utrudnił codzienne czynności, kiedyś częściej chodziliśmy do sklepu, dziś udajemy się tam tylko wtedy, gdy naprawdę musimy coś kupić. Chodzimy tylko do sklepów spożywczych, zazwyczaj raz w tygodniu robimy zakupy, które powinny nam wystarczyć na cały tydzień. Ubrania, książki itp. raczej zamawiamy przez internet.

Mam znajomych, którzy się nie zaszczepili, dziś bardzo ciężko chorują na COVID-19 i przebywają na kwarantannie, mam nadzieję, że skłoni ich to do przemyślenia swojej decyzji przed kolejnymi falami.

Leżałam w ciężkim stanie pod kroplówką na oddziale zakaźnym.

Brak kontaktów z rówieśnikami, opanowanie materiału szkolnego zajmowało dużo więcej czasu, dzieci były zmęczone ciągłym siedzeniem przed komputerem.

Były też pozytywne strony, jak oszczędność czasu, który traciło się na dojazd do szkoły, mniej stresu związanego z odpytywaniem, ze sprawdzianami.

Najgorzej wspominam to, że nie mogłam wyjechać na święta do rodziny, spotkać się z rodzicami. Od zawsze święta spędzaliśmy wspólnie i często się widywaliśmy.

TECHNIKUM NR 8 IM. JANA KARSKIEGO W ZĘSPOLE SZKÓŁ NR 42 W WARSZAWIE

Opiekun projektu: Tomasz Siedlecki

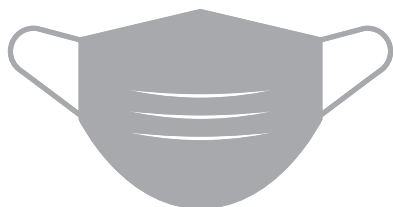
Tak, wielu ludziom pandemia koronawirusa wywróciła życie do góry nogami.

Pandemia zmusiła nas do zmiany planów i wprowadziła nowe zasady w życiu każdego. Na przykład nie można realizować planów wyjazdowych, spotykać się poza miejscem zamieszkania.

To była pierwsza i najważniejsza rzecz: zadbajmy o siebie, a z całą resztą już jakoś sobie poradzimy.

Część zajęć musiałem prowadzić w czasie rzeczywistym, dla mnie poprowadzenie półtoragodzinnego wykładu polegającego na gadaniu do komputera było męczarnią, a przecież wy – studenci, uczniowie – spędzaliście tak o wiele więcej czasu. I to jest straszne, koszmarnie doświadczenie – fizyczne i psychiczne zmęczenie tym nieustannym gapieniem się w ekran komputera czy telefonu.

Pomysł, że za moment przestaniemy podawać sobie rękę i że w ogóle ten gest zniknie, był dla mnie niemożliwy do zaakceptowania. Tu nie chodzi o samo przyzwyczajanie, ale dla mnie wyrzucenie tego gestu z naszego życia, ze sfery publicznej byłoby dowodem na to, że straciliśmy zupełnie podstawowe zaufanie do siebie nawzajem.



Wielu kolegów z pracy nie widziałem od początku pandemii

Kacper Czarnocki, Jakub Gajewski, klasa 1

Wywiadu udzielił Marcin Wiosna, inżynier budownictwa.

Jaka była pana reakcja na pierwsze zakażenia koronawirusem w Polsce?

Nie ukrywam, że byłem zaskoczony, ciągle słyszałem o tym w mediach, lecz nie sądziłem, że ten wirus dotrze do naszego kraju. Szczerze powiem, że przestraszyłem się tej choroby, ale nie myślałem, że to wszystko pójdzie w tak złą stronę i umrze tylu ludzi.

Proszę nam powiedzieć – czy stosował się pan do wszystkich wymaganych obostrzeń i czy w jakiś sposób próbował pan reagować, jak np. ktoś nie nosił maseczki?

Tak, oczywiście stosowałem się do wszystkiego: maseczka, dezynfekcja i dystans, unikałem też kontaktu z innymi osobami, nawet ograniczyłem spotkania z rodziną. Jeśli chodzi o moją reakcję, to zdarzyło mi się kilka razy zwrócić delikatnie uwagę osobom bez maseczki, np. w autobusie. Reakcje były różne, najczęściej osoba, którą poprosiłem, zakładała maseczkę, tłumacząc, że zapomniała założyć, i grzecznie przeprasząc, ale miałem też niemiłą sytuację, może nawet nie będę mówił, co usłyszałem od pewnego młodzieńca.

Jak pan zareagował na pierwsze zachorowanie w swoim otoczeniu?

Na szczęście to było dopiero podczas drugiej fali, ale bardzo mnie to zmartwiło, to była bliska mi osoba. Staraliśmy się jej pomagać, robiąc zakupy i wyprowadzając psa, martwiliśmy się o jej zdrowie, na całe szczęście wszystko się dobrze skończyło, a przebieg choroby był w miarę łagodny. Niestety, przeżyłem też straszną tragedię, ponieważ na COVID-19 zmarł mój sąsiad, którego bardzo szanowałem i lubiłem. Ten człowiek zostawił

żonę i syna. Wszyscy bardzo pomagaliśmy tej rodzinie, do dziś widzę ich każdego dnia i zastanawiam się, co też oni przeżywają.

W jakim trybie pan pracował podczas pandemii?

Mam o tyle komfortową sytuację, że mogę pracować zdalnie z domu, firma, w której jestem zatrudniony, od razu w marcu 2020 roku skierowała nas na pracę zdalną i tak jest do dziś.

Czy trudno było się panu przestawić na taką pracę z domu i czy chce już pan wrócić do pracy w firmie?

Na początku było trochę dziwnie, ale do wszystkiego można się przyzwyczaić. Jeśli chodzi o mój ewentualny powrót, to tak, chętnie bym wrócił, brakuje mi kontaktu z ludźmi. Wyobraźcie sobie, że są osoby z mojej pracy, z którymi nie widziałem się od początku pandemii, dziwne, co?

Co sądzi Pan o szczepieniach na COVID-19?

Uważam, że są niezbędne, dzięki nim będziemy bezpieczni.

Bardzo panu dziękujemy za poświęcony czas i szczerą wypowiedź, życzymy dużo zdrowia.

Znajomi, którzy się nie zaszczepili, dziś ciężko chorują

Kacper Czerski, klasa 1 technikum

Wywiadu udzieliła Monika Czerska, mama Kacpra.

Witam bardzo serdecznie, nazywam się Kacper Czerski. Dzisiejszy wywiad przeprowadzę z jednym z członków mojej rodziny – moją mamą. W wywiadzie poruszę temat życia w czasach pandemicznych.

Co się zmieniło w twoim życiu codziennym od czasu, kiedy zaczęła się pandemia?

Moje życie codzienne stało się przez ten czas zdecydowanie spokojniejsze, więcej czasu spędzam z bliskimi w domu, z twoim tatą rzadziej wychodzimy do kina, teatru czy restauracji, również relacje z rodziną ograniczyliśmy do minimum, aby nikogo niepotrzebnie nie narażać na zakażenie. Z dziadkami częściej niż kiedyś widzimy się za pośrednictwem komunikatorów internetowych.

Czy sam wirus przeszkadza ci w jakiś sposób przy standardowych czynnościach, typu pójście po zakupy czy spacer w jakieś ciekawe miejsce?

Zdecydowanie wirus utrudnił codzienne czynności, kiedyś częściej chodziliśmy do sklepu, dziś udajemy się tam tylko wtedy, gdy naprawdę musimy coś kupić. Chodzimy tylko do sklepów spożywczych, zazwyczaj raz w tygodniu robimy zakupy, które powinny nam wystarczyć na cały tydzień. Ubrania, książki itp. raczej zamawiamy przez internet. Jeśli chodzi o spacer, to też unikamy miejsc bardzo zatłoczonych, było trudno cieszyć się spacerami, gdy musieliśmy chodzić na dworze w masce.

Dostrzegłeś może jakiejkolwiek plusy w tym czasie?

Plusem jest możliwość spędzania wspólnego czasu z domownikami.
Zapytam jeszcze o coś bardzo ważnego. Czy szczepiłaś się na COVID-19?
Jeśli tak, to czy masz jakąś wiadomość do osób, które się nie szczepiły
lub rozważają taką ewentualność?

Tak, jestem zaszczepiona. Mam znajomych, którzy się nie zaszczepili, dziś bardzo ciężko chorują na COVID-19 i przebywają na kwarantannie, mam nadzieję, że skłoni ich to do przemyślenia swojej decyzji przed kolejnymi falami.
Dziękuję bardzo za udzielenie wywiadu. Pozdrawiam.

Najgorzej było wiosną 2020 roku

Kacper Stefański, klasa 1

Wywiadu udzielił Ryszard Stefański, dziadek Kacpra.

Jakie są twoje doświadczenia w czasach pandemii?

No, to od początku. Koronawirus pojawił się chyba pod koniec 2019 roku. Wtedy myślano, że to tylko tam, w Chinach, będzie i to nic wielkiego, no ale gdy zaczął się 2020 rok, to wirus jak szaleńcza zaraza jakąś po świecie się rozprzestrzenił. Jak w Polsce się pojawił, to ludzie wpadali w panikę i nie wychodzili z domów. No i zaczęło się oczywiście noszenie maseczek, które zresztą są po dzień dzisiejszy. Moim zdaniem maseczki odgrywają dużą rolę w zachowaniu bezpieczeństwa i najlepiej by było, gdyby każdy w miejscu publicznym je zakładał. Sam, jeśli trzeba, też noszę. Wracając do pytania, doświadczenia najgorsze były wiosną 2020 roku: tłum w sklepach, słaba opieka medyczna... Można by tak długo wymieniać. A chyba najważniejsze doświadczenie w czasach pandemii to samo posiadanie tego wirusa. Jeszcze przed zdiagnozowaniem miałem taki dzień, w którym straciłem węch i smak, a po kolejnym dniu wrócił. A gdy zdiagnozowano, no to kwarantanna dwa tygodnie, trzy dni gorączka i po wirusie. Także chyba tyle na ten temat.

Obawiam się, że mimo słabego stanu zdrowia będę musiała się zaszczepić

Monika Swoboda, klasa 1

Wywiadu udzieliła Klaudia Swoboda, mama Moniki.

Co czułaś, gdy dowiedziałas się o pierwszym zakażeniu w Polsce?

Na początku myślałam, że to jeden wielki żart i że zaraza nie dostanie się do naszego kraju.

Jaki wpływ wywarło to na twoje życie?

Dość spory, ponieważ straciłam dobrze płatną pracę.

Czy byłaś zarażona?

Niestety, tak. Leżałam w ciężkim stanie pod kroplówką na oddziale zakaźnym.

Jak się po tym czujesz?

Niestety, moja odporność po tym bardzo mocno spadła i często teraz choruję. Zauważyłam też, że częściej się męczę, co nie pomaga mi w wykonywaniu domowych obowiązków.

Co sądzisz o szczepionkach?

Sądzę, że są potrzebne, lecz w określonych przypadkach.

Jakie przypadki masz na myśli?

Moim zdaniem starszym ludziom lub osobom, które pracują dużo z ludźmi, by to pomogło, lecz normalnym osobom jest to niepotrzebne.

A czy po tym okropnym doświadczeniu postanowiłaś się zaszczepić?

Nie, ale przez nadchodzące restrykcje obawiam się, że mimo mojego słabego stanu będę musiała się zaszczepić.

Czy podczas lockdownu nie bałaś się wychodzić z domu?

Oczywiście, że się bałam, lecz musiałam chodzić do sklepu, więc z zachowaniem zasad bezpieczeństwa wychodziłam.

Jak spędziłaś sylwestra i święta?

Święta spędziłam w dosyć małym gronie rodzinnym.

Dziękuję ci bardzo za udzielenie wywiadu.

Bardzo proszę.

Jestem przeciwny paszportom covidowym

Natalia Kowalska, klasa 1

Wywiadu udzielił Paweł Kowalki, tata Natalii.

Jak zaczęła się pandemia? Czego ci brakowało lub czego najwięcej kupiłeś?

Zaraźliwa choroba COVID-19 na początku rozwijała się w mieście Wuhan w Chinach. W Polsce pojawiła się na początku 2020 roku. Niestety, Światowa Organizacja Zdrowia uznała panujące warunki na świecie za pandemię po zmianie definicji słowa „pandemia”. Zaczęły się obostrzenia, co doprowadziło do braku wrażliwości ludzi na potrzeby innego człowieka. Ludzie zaczęli bać się choroby i siebie nawzajem. Z uwagi na dużą propagandę w telewizji narzuconą z zewnątrz ludzie bali się wychodzić na dwór i mieć z sobą kontakt. To spowodowało, że każdy rzucił się na produkty pierwszej potrzeby w sklepach dla zapewnienia bezpieczeństwa i pożywienia.

Bałeś się na początku tej pandemii?

Na początku nie miałem wiedzy i styczności z tą chorobą ani wcześniej nie przeżyłem czegoś podobnego. Więc bałem się o zdrowie swoich bliskich i samej choroby.

Czy zachorowałeś na COVID-19?

Ponieważ w pracy mam zawsze kontakt z ludźmi, zachorowałem na tę chorobę.

Jak ją przechodziłeś?

Z uwagi na obostrzenia panujące w Polsce nie było możliwości kontaktu z lekarzem. Jedyny kontakt, jaki wtedy istniał, był przez telefon, to była tzw. teleporada. Samą chorobę COVID-19 przeszedłem bardzo łagodnie. Z objawów miałem utratę węchu i smaku oraz nasilający się kaszel. Nie byłem hospitalizowany, przebywałem tylko w trakcie choroby w mieszkaniu razem z rodziną.

Czy jak byłeś w domu, to zachorowały osoby, które były razem z tobą?

Podczas izolacji, jak byłem chory, w domu przebywała również cała nasza rodzina. Nikt poza mną nie przechodził COVID-19 mimo małego lokalu mieszkalnego. Nikogo nie zaraziłem.

Co myślisz na temat paszportu covidowego?

Benjamin Franklin powiedział: „Gdy dla tymczasowego bezpieczeństwa zrezygnujemy z podstawowych wolności, nie będziemy mieli ani jednego, ani drugiego”. Dlatego jestem przeciwny jakiegokolwiek wydawaniu certyfikatów czy tzw. paszportów covidowych oraz ograniczaniu przepływu ludzi.

Jakoś koszmarnie się zapuściłem

Karolina Kozłowska, klasa 1

Wywiadu udzielił Mateusz Żurawski, wykładowca akademicki.

Nazywam się Mateusz Żurawski, mam 37 lat, pochodzę z Warszawy. Jestem historykiem teatru, pracuję jako wykładowca w Akademii Teatralnej im. Aleksandra Zelwerowicza i kieruję działem dokumentacji teatru w Instytucie Teatralnym im. Zbigniewa Raszewskiego.

Jak wpłynęła na pana pandemia? Jakie są pańskie doświadczenia lub odczucia dotyczące tej sytuacji?

Myślę, że przede wszystkim zmęczenie i to jest pewnie wspólne odczucie dla większości z nas. Pierwszy moment był oczywiście trudny. Nie wiadomo było, co się dzieje, co się będzie działo z nami. Pamiętam, że w środę rano prowadziłem seminarium licencjackie i zamiast rozmawiać o pracach z moimi studentami, po prostu wszyscy sprawdzaliśmy w telefonach informacje o tym, czy już była konferencja prasowa premiera i jakie są decyzje – czy zamykają nam uczelnię, czy nie. Najpierw odczuwałem niepewność, dziwne poczucie zawieszenia, ale dość szybko przyszedł spokój. Pierwszy lockdown na wiosnę 2020 roku wspominam jako dość przyjemny czas. Wszystko zwolniło i taka była też sytuacja u nas na uczelni, z tym że nikt nic nie wiedział. W sumie od władz szkoły dostaliśmy wolną rękę, jak mamy dalej pracować: czy mamy umówić się ze studentami, wzajemnie współpracować, ale nikt nam niczego nie narzucał i to było nawet na swój sposób przyjemne. Można było posiedzieć w domu, na balkonie, wyjść na spacer, bo przecież nie od razu nam zabronili wychodzić, i ten moment zwolnienia był całkiem przyjemny. A potem niestety zaczęła się taka huśtawka i to już zaczęło być męczące. Nieustanne sprawdzanie, co nam teraz wolno, a czego nam nie, zastanawianie się, czy będzie można pojechać na wakacje, czy nie, czy od października wracamy normalnie do pracy, czy nie. A końcówka 2020 roku?

Z racji, że pracuję w budżetówce, w instytucjach kultury, moment zamykania roku budżetowego (bo jeszcze wtedy pracowałem w teatrze Studio) był szczególnie trudny, bo trzeba było gwałtownie rozliczać wszystkie projekty bez względu na to, czy się odbyły, czy się nie, więc po tym spokojnym zwolnieniu jesienią wpadliśmy w absolutną panikę, że się nie uda. Ten rok też jest taki – z jednej strony trochę spokoju takiego wciąż we mnie jest, ale z drugiej przede wszystkim zmęczenie, bo przecież już właściwie od półtora roku codziennie wszyscy rozmawiamy o tym samym, każdego dnia jest jeden temat, czyli pandemia, i nie sposób się od tego uwolnić. W tej chwili myślę, że męczą mnie najbardziej inni ludzie, ci, którzy przeżywają tę sytuację bardziej niż ja. Mimo że jesteśmy w tej sytuacji, po prostu staram się to jakoś akceptować.

Czy zmieniło się coś w pańskim życiu od tego czasu?

Próbuję zwolnić, bardziej szanować swój czas wolny. To też są uroki wolnego zawodu, czyli nauczyciela akademickiego czy koordynatora rozmaitych projektów. Miałem taką pracę, że przez kilka dni mogłem nie robić nic, a potem oczywiście praca wieczorami, w weekendy, zupełnie bez żadnej regularności. Pandemia trochę tę regularność wymusiła przez to, że wiele zwyczajnych aktywności się nie odbywało i trzeba było znaleźć sobie jakiś rytm. Jednocześnie moja żona, która jest instruktorką jogi, bardzo dbała o to, żebyśmy codzienny, spokojny rytm znaleźli, i to się chyba udało, więc rzeczywiście myślę, że udało mi się zwolnić, tak bardziej spokojnie patrzeć na to, co się dzieje, i pilnować tego spokoju, chociaż też z drugiej strony jakoś koszmarnie się zapuściłem.

W jakim sensie się pan zapuścił?

Na przykład brak jakiegokolwiek aktywności fizycznej przez rok poskutkowało bólami mięśni kręgosłupa. No, wiadomo, jak brak ruchu na nas działa. Niestety, właśnie tak, moja żona twierdzi, że jestem jej największą porażką pedagogiczną, bo w domu nie jestem w stanie zmusić się do jakiegokolwiek aktywności, dlatego też dobrze, że teraz mniej więcej wracamy do normalności.

Czy odczuwał pan strach związany ze swoim zdrowiem, chodząc do pracy czy miejsc takich jak obiekty handlowe lub gastronomiczne?

Nie. Właściwie w ogóle nie. Można powiedzieć, że pomagało w tym to, że moja praca od razu została przeniesiona online, więc nawet nie miałem dużo możliwości. Ale w ogóle nie było we mnie od samego początku żadnego lęku związanego z tą sytuacją. Wyszedłem z założenia, że najgorsze, co może mi się stać, to, że się rozchoruję i będę to ciężko znosił, no, ale na tym polega życie i to są rzeczy, na które nie mamy wpływu. Nie udzielił mi się więc jakiś paniczny lęk przed chorobą czy śmiercią, który wielu moich znajomych wytrącił z równowagi. Myślę, że może to jest po prostu problem naszej kultury dzisiaj, to, że wypchnęliśmy poza horyzont myślenia to, że jest coś takiego jak choroba, starość, śmierć, że jednak niezależnie od rozmaitych niepokojów dnia codziennego żyjemy w dość bezpiecznej rzeczywistości, a kiedy coś tak bardzo wprost przypomina, że jednak jesteśmy śmiertelni, to dla wielu osób jest to szok. Dla mnie to szok nie był, więc jeżeli czegoś się tak naprawdę bałem na samym początku pandemii, to tylko tego, czy kurier z zamówionymi zakupami dojedzie na czas. Bo jeszcze my to my, ale kotom się nie wytłumaczy, że jedzenie na czas nie dojedzie, więc to raczej były obawy pragmatyczne niż lęk o zdrowie czy życie. Wiadomo, że nie prowokowaliśmy niebezpiecznych czy ryzykownych sytuacji. Stosowaliśmy się do zaleceń. Wyszliśmy z żoną z założenia, że ważne są dla nas kontakty społeczne, utrzymywanie więzi przyjacielskich czy rodzinnych, więc też (nie wywołując u nikogo niekomfortowych sytuacji) utrzymywaliśmy te kontakty, spotykaliśmy się na początku na powietrzu z zachowaniem dystansu, chociażby po to, żeby uniknąć mandatu. Jednak im bardziej żeśmy się oswajali z tą sytuacją, tym na więcej sobie pozwalaliśmy. Jeżeli czegoś się obawiałem, to tego, że osoby, które są bardziej zdenerwowane tą sytuacją i żyją w większym napięciu, będą bardziej agresywne w codziennych sytuacjach. Jeżeli ktoś bardziej się boi, to bardziej emocjonalnie reaguje, i te sytuacje bywają trudne i nie chcemy brać w nich udziału.

Jakie było pańskie zdanie co do obostrzeń takich jak ograniczenie liczby osób w sklepach?

Nie mam zdania. Od samego początku wychodziłem z takiego założenia, że przede wszystkim w tej sytuacji musimy dbać o siebie i swoich najbliższych, ale są różne formy tego dbania. Chodzi o to, żeby zapewnić sobie pewien

komfort bycia w nowych warunkach, wychodząc od tego najprostszego faktu, że jeżeli jesteśmy zdenerwowani i żyjemy w napięciu, to automatycznie obniża się nasza odporność. Jeżeli siedzimy zamknięci wygodnie w domu, nie mamy kontaktu ze świeżym powietrzem i słońcem, to też wpływa na obniżenie naszego samopoczucia i skutkuje tym, że jesteśmy bardziej podatni na byle przeziębienie. Wszelkie napięcia, nerwy – to wszystko przekłada się na różne reakcje psychosomatyczne, wiadomo. To była pierwsza i najważniejsza rzecz: zadbajmy o siebie, a z całą resztą już jakoś sobie poradzimy. Niektóre zalecenia wydawały się nam nielogiczne. Uważam, że wymóg zasłaniania twarzy na świeżym powietrzu, na ulicy jest pozbawiony sensu. Tu, gdzie mieszkamy, czyli na Bielanach, gdzie jest dużo terenów zielonych, nie ma żadnych zatłoczonych miejsc, to w gruncie rzeczy nie znajdowało żadnego uzasadnienia, ale jako w miarę praworządni obywatele stosowaliśmy się do tego chociażby po to, żeby ktoś nerwowo nie reagował, widząc nas bez masek, i tymi nerwami nie robił sobie krzywdy. Ale tak naprawdę dopiero kiedy ta sytuacja dobiegnie końca, będzie można spojrzeć wstecz, uznać, co było zrobione mądrze, a co nie, co można było zrobić inaczej, jakie było realne zagrożenie, przecież wszystkie dane statystyczne, które teraz dostajemy, są jednak wynikiem prognoz. To wciąż nie jest zamknięty zbiór danych, więc dopiero z perspektywy czasu będzie można stwierdzić, jak sobie z tym poradziliśmy.

Czy zrobił pan coś nowego w tym czasie, np. nauczył się piec chleb?

Sporo gotuję, więc może po prostu pichciłem więcej, zacząłem robić kiszonki, ale to jest coś, co i tak planowałem od dawna. Przez kilka pierwszych miesięcy, w których można było zwolnić, wróciłem do jednej z ulubionych rozrywek z dzieciństwa i zacząłem układać puzzle, dopóki nie pojawił się u nas w mieszkaniu trzeci kot i nie było opcji, żeby coś sobie leżało na podłodze i było bezpieczne.

Co pan sądzi o nauce zdalnej?

Myślę o niej jak najgorzej z różnych względów. Pierwsza sprawa jest taka, że myśmy byli na to kompletnie nieprzygotowani i wszyscy pozostawieni samym sobie. Pół biedy jeszcze w sytuacji uczelni wyższej, i to jeszcze nie dużej, bo Akademia Teatralna nie jest dużą szkołą jak politechnika czy

uniwersytet. Wszystko można było jakoś załatwić, dogadać, ale wiem, co się działo w innych uczelniach, a zwłaszcza szkołach średnich czy podstawowych, gdzie wszyscy nauczyciele zostali po prostu wrzuceni na głęboką wodę bez przygotowania, kursów, sprzętu, no, po prostu bez niczego, jednocześnie z poleceniem wykazywania się. I to był – jest – koszmar. Ale przecież to, co w nauce, w studiowaniu jest najważniejsze, to są przede wszystkim kontakty międzyludzkie. Przecież na studia nie idzie się po to, żeby zdobywać jakąś twardą wiedzę czy umiejętności, w każdym razie nie tylko (a już zwłaszcza jeżeli mówimy o tak praktycznym i przydatnym życiowo kierunku jak wiedza o teatrze), najwięcej wynosi się ze spotkań, z rozmów z kolegami i koleżankami, z wykładowcami. Ta wspólna przestrzeń, jej współtworzenie są bardzo ważne. W warunkach nauki zdalnej jesteśmy tego absolutnie pozbawieni. Na różne sposoby można pracować, starać się dzielić wiedzą, umiejętnościami, ale nic nie zastąpi żywego kontaktu. Bardzo chciałem oszczędzić swoim studentom kolejnych godzin spędzonych przed monitorem i w końcu za namową żony zacząłem po prostu nagrywać wykłady. Byłem przerażony tą perspektywą, bałem się, że mogę robić coś takiego zupełnie nieprofesjonalnie i że to nie zadziała. Ale okazało się, że to była najlepsza metoda. A moi studenci dostawali w środku dnia półtorej godziny luzu, mogli wstać od komputera, zjeść coś, pójść na spacer, samemu czy z psem, posłuchać sobie wtedy wykładu przez słuchawki. Dodatkowo, żeby studiować wiedzę o teatrze, trzeba oglądać spektakle, a w sytuacji zamkniętych teatrów oczywiście trzeba było oglądać nagrania. Nie dość, że najpierw od ósmej do osiemnastej przed komputerem na wykładach, no to potem, żeby się przygotować na zajęcia, trzeba było coś przeczytać, a wiadomo, że z ekranu, bo biblioteki i archiwa były pozamykane. No i jeszcze oglądać przedstawienia najczęściej kiepsko zarejestrowane, też online czy z plików, które wykładowcy przesyłali. Studenci skarżyli się, że już nie mogą, że boją ich oczy, głowa, i myślę, że to jest doświadczenie, o którym nie muszę ci absolutnie opowiadać, bo znasz to pewnie lepiej niż ja. Część zajęć musiałem prowadzić w czasie rzeczywistym, dla mnie poprowadzenie półtoragodzinnego wykładu polegającego na gadaniu do komputera było męczarnią, a przecież wy – studenci, uczniowie – spędzaliście

tak o wiele więcej czasu. I to jest straszne, koszmarne doświadczenie – fizyczne i psychiczne zmęczenie tym nieustannym gapieniem się w ekran komputera czy telefonu. I przede wszystkim brak kontaktów społecznych. W tej chwili wróciliśmy do pracy stacjonarnej, ale oczywiście liczymy się z tym, że możemy w którychś poniedziałek usłyszeć, że wracamy do online'u. Nikt nie ma na to ochoty.

Czy przez pandemię zmieniło się coś w pańskich relacjach międzyludzkich?

I tak, i nie. Myślę, że to jest trochę tak, że pandemia w nas zintensyfikowała cechy, potrzeby, obawy, które w nas po prostu są. Jestem osobą raczej społeczną. Może nie zawsze jestem chętny do intensywnych kontaktów towarzyskich, jest to kwestia tego, że moja praca polega na tym, że cały czas mam do czynienia z wieloma ludźmi naraz i czasem już po prostu chcę pobyć sam, ale lubię być wśród ludzi i potrzebuję tego. Ale, od początku lockdownu była jedna rzecz, która wyprowadzała mnie z równowagi i na to rzeczywiście reagowałem agresywnie. Pomysł, że za moment przestaniemy podawać sobie rękę i że w ogóle ten gest zniknie, był dla mnie niemożliwy do zaakceptowania. Tu nie chodzi o samo przyzwyczajenie, ale dla mnie wyrzucenie tego gestu z naszego życia, ze sfery publicznej byłoby dowodem na to, że straciliśmy zupełnie podstawowe zaufanie do siebie nawzajem. Ale mimo wszystko myślę, że za bardzo się nic nie zmieniło. Powiedzmy, że się zastanowię najpierw dwa razy, z kim się spotkam, ale to nie ze względu na wirusa, ale dlatego że wolę spędzać czas z osobami, które spokojniej podchodzą do tej sytuacji, żeby nie narażać się na niepotrzebne złe emocje i nerwy. Ale znam też wiele osób, które zrobiły się bardzo, wręcz za bardzo ostrożne. Znam przynajmniej jedną osobę, która od pierwszego lockdownu prawie nie wychodzi z mieszkania.

Czy odczuł pan zmiany związane z podróżami czy usługami turystycznymi?

Tak, oczywiście. Dotyczy to samej uciążliwości związanej z podróżowaniem. Konieczność sprawdzania po trzy razy, co tym razem jest gdzie wymagane, żeby nie było niemiłych niespodzianek. To jest duża zmiana i duży dyskomfort. To, że podróżujemy z innymi ludźmi i zawsze pojawi się ktoś, kto ma

bardziej lekceważący stosunek do obostrzeń, i ktoś, kto ma do nich stosunek zbyt restrykcyjny, stwarza możliwe pole do konfliktu, co też nie sprzyja komfortowi podróżowania. Wiadomo, że branża turystyczna ucierpiała bardzo. A to, co jest dla mnie szczególnie trudne, zważywszy na to, że wirus z nami zostanie i ta pandemia jeszcze trochę potrwa, to, że część społeczeństwa w sytuacji luzowania obostrzeń zachowuje się – przepraszam za to określenie – jakby została spuszczone ze smyczy. To wewnętrzne przekonanie, że skoro już można wyjść z domu, to musimy koniecznie gdzieś pojechać, i to koniecznie gdzieś, gdzie jest ciepło, i koniecznie za granicę, i koniecznie, koniecznie, koniecznie – nieważne, co się dzieje. Ja to oczywiście z jednej strony rozumiem, ale przecież takie kompulsywne zaspokajanie swoich potrzeb nie jest wcale dobre.

Czy wyjeżdżał pan gdzieś w czasie pandemii?

Nie bardzo. Zdarzało nam się odwiedzać rodziców żony, którzy mieszkają pod Warszawą. Ja jeździłem też w sprawach służbowych do Łodzi. Wakacje były krótkie i spędzaliśmy je w Tatrach. Wyszliśmy z założenia, że siedzimy tu, na miejscu. Był czas dzięki temu, żeby sobie pospacerować i bardzo dokładnie poznać naszą dzielnicę. Jestem z Warszawy, ale Bielany i Żoliborz poznaję tak naprawdę dopiero, od kiedy się tu wprowadziliśmy – i wreszcie mieliśmy na to okazję.

Pandemia wprowadziła nowe zasady w życiu każdego

Oliwia Kwasowiec, klasa 1

Wywiadu udzieliła Edyta Kwasowiec, mama Oliwii.

Jak pandemia wpłynęła na pani codzienne samopoczucie?

Na pewno wywołała niepokój, stres zagościł w moim życiu i myśli, co możemy, a czego nie.

A czym był spowodowany niepokój u pani?

Obawa o bezpieczeństwo moje i moich bliskich, poczucie bezradności.

Jaka była pierwsza myśl, gdy dowiedziała się Pani o pandemii?

W głowie było dużo przeróżnych myśli.

Czego dotyczyły?

Skąd się wzięła pandemia, jak sobie poradzimy, ile będzie trwała i jak bardzo jest niebezpieczna.

Co pani czuła, mając świadomość, że teraz życie jest zagrożone?

Odczuwałam strach i lęk, myślałam, że większość ludzi i znajomych w tym czasie czuło to samo.

A czy nadal odczuwa pani zagrożenie?

Wiosną i latem, gdy zakażeń było dużo mniej, na chwilę udało się zapomnieć o pandemii. Teraz strach trochę wraca, ale jest dużo mniejszy niż na początku pandemii.

Czym jest to spowodowane, że na nowo czuje pani strach?

Zakażeń codziennie przybywa, no i pojawił się nowy wariant wirusa.

Jakie były pierwsze odczucia, kiedy pojawiła się informacja na temat nauki i pracy zdalnej?

To była nowa sytuacja dla wszystkich, którą trudno było sobie wyobrazić, jak to miałoby wyglądać. Ja nie odczułam dużej zmiany w trybie pracy,

ponieważ prowadzę własną działalność w domu, ale moje dzieci naukę zdalną na pewno odczuły.

Dlaczego tak pani uważa?

Brak kontaktów z rówieśnikami, opanowanie materiału szkolnego zajmowało dużo więcej czasu, dzieci były zmęczone ciągłym siedzeniem przed komputerem. Były też pozytywne strony, jak oszczędność czasu, który traciło się na dojazd do szkoły, mniej stresu związanego z odpytywaniem, ze sprawdzianami.

Czy pandemia wpłynęła w jakiś sposób na pani emocje, uczucia i zachowania?

Myślę, że tak. Na pewno czuję zmęczenie pandemią, tym, że trzeba zachowywać dystans społeczny, ograniczeniami – stosowaniem maseczek, dezynfekcją rąk. Jest też niepewność o jutro. Brakuje spokoju i normalności jak przed pandemią.

Czy przez pandemię miała pani wrażenie, że w jakimś stopniu zmienia się nasz tryb życia?

Tak, wielu ludziom pandemia koronawirusa wywróciła życie do góry nogami.

Dlaczego tak pani uważa?

Obawa przed zakażeniem. Wielu ludzi zachorowało na COVID-19, niemal każdy zna osobę, która przeszła zakażenie. Wiele osób straciło bliskie osoby na skutek choroby. Zmieniły się reguły życia społecznego, wielu ludzi straciło pracę, zaczęło się izolować. Zostaliśmy w pewnym stopniu pozbawieni wolności, siedząc w domach.

Czy pandemia pogorszyła pani stan psychiczny i obniżyła poczucie własnej wartości?

Psychicznie trochę na pewno, bo towarzyszą mi różne emocje. To jest wyjątkowo trudny czas dla nas wszystkich.

Tak, ma pani rację, to jest bardzo trudny czas. A czy pandemia wpłynęła w jakiś sposób na realizację pani celów i marzeń?

Pandemia zmusiła nas do zmiany planów i wprowadziła nowe zasady w życiu każdego. Na przykład nie można realizować planów wyjazdowych, spotykać się poza miejscem zamieszkania.

Czy w tamtym czasie wydarzyło się u pani coś dobrego?

Tak, dużo czasu w domu spędzałam z najbliższą rodziną, wspólnie oglądaliśmy filmy, spacerowaliśmy po okolicy, zwolniliśmy tempo życia.

Czy pamięta pani jakieś złe sytuacje z tamtego okresu?

Najgorzej wspominam to, że nie mogłam wyjechać na święta do rodziny, spotkać się z rodzicami. Od zawsze święta spędzaliśmy wspólnie i często się widywaliśmy.

Czy świętowała pani chrzty, urodziny, pogrzeby?

Nie, w tym czasie nie było żadnych wydarzeń tego typu.

Dziękuję bardzo za rozmowę i życzę pani i nam wszystkim dużo siły i szybkiego powrotu do normalności.

