



Published on *Gmina Potęgowo* (<https://www.potegowo.pl>)

Home > Projekt „Serce od serca”

---

### Projekt „Serce od serca”



23.10.2018

**Spółka COPERNICUS Podmiot Leczniczy w Gdańsku i Pomorski Kurator Oświaty zapraszają środowisko oświatowe województwa pomorskiego (szkoły i placówki oświatowe) do włączenia się w **Projekt „Serce od serca”**, który ma na celu zapewnienie komfortu pacjentkom z rakiem piersi. Akcja szycia serc ma charakter charytatywny. Wszystkie „serca” trafią do pacjentek, które są odwiedzane przez wolontariuszki Stowarzyszenia Gdańskich Amazonek przed zabiegiem mastektomii.**

Forma działania może być różna: można uszyć serca lub można zakupić materiały konieczne do uszycia serc.

*Pomysł narodził się w 2001 roku w stanie Tennessee. Pomysłodawczynią jest Janet Kramer-Mai, pielęgniarki zajmującej się onkologią, u której zdiagnozowano raka piersi. Trzy z jej ciotek zrobiły dla niej poduszkę w kształcie serca, do użytku po operacji. Poduszka, która wygodnie mieści się pod pachą, może łagodzić ból nacięcia chirurgicznego, chronić przed przypadkowymi uderzeniami, pomagać w łagodzeniu obrzęku i zmniejszać napięcie barku.*

W Polsce pomysłodawczynią kontynuowania szycia poduszek w kształcie serca jest Anna Sławińska ze Stowarzyszenia Polskiego Patchworku, która w chwili obecnej szyje z innymi osobami serduszka dla trzech warszawskich szpitali.

Co nam jest potrzebne do uszycia serca?

1. Tkaniny bawełniane- najchętniej w kolorowe wesołe wzory.

2. Biała flanela (opcjonalnie)
3. Kulka silikonowa – około 200 g na jedną poduszkę.

**Szkoły/przedszkola i placówki oświatowe zainteresowane udziałem w projekcie „Serce od serca” proszone są o dostarczenie gotowych poduszek lub materiałów niezbędnych do ich wykonania do siedziby:**

- **Kuratorium Oświaty w Gdańsku**, ul. Wały Jagiellońskie 24, 80-853 Gdańsk,
- **Delegatury Kuratorium Oświaty w Kościerzynie**, ul. Sikorskiego 1 C, 83-400 Kościerzyna,
- **Delegatury kuratorium Oświaty w Tczewie**, ul. Gdańska 17a, 83-110 Tczew,
- **Delegatury Kuratorium Oświaty w Słupsku**, ul. Jana Pawła II 1, 76-200 Słupsk.

W razie pytań prosimy o kontakt z panią Katarzyną Brożek, Rzecznikiem Prasowym COPERNICUS Podmiot Leczniczy Sp. z o.o e-mail: [kbrozek@wss.gda.pl](mailto:kbrozek@wss.gda.pl) [1]

lub Kuratorium Oświaty w Gdańsku e-mail: [kuratorium@kuratorium.gda.pl](mailto:kuratorium@kuratorium.gda.pl) [2]

## Instrukcja

Jak i z czego szyjemy?

1. Szablon wyciąć i obydwie części skleić. Najlepiej zrobić go z kartonu, jeżeli chcemy go częściej używać.
2. Gotowy szablon tak wygląda.(obrazek serduszka).
3. Szyjemy z tkanin bawełnianych, koniecznie wcześniej upranych.
4. Jedna strona poduszki może być uszyta jako patchwork, ale bez drobnych bloków. Wtedy wierzch należy przepikować z jedną warstwą białej bawełnianej flaneli. Nie dajemy „ociepliny”. Druga strona poduszki musi być wykonana z jednego kawałka tkaniny.
5. 2 kwadratowe kawałki materiału złożyć razem, prawymi stronami do wewnątrz.  
Na nie położyć szablon, obrysować, a następnie obszyć po linii konturu.  
Trzeba pamiętać, żeby zostawić otwór z boku do przewrócenia na prawą stronę!!!!
6. Wyciąć kształt serca, zostawiając 1 cm zapasu na szew.
7. Serce wywrócić na prawą stronę i wypełnić 120-200 g owaty poliestrowej lub silikonowej. Najlepiej sprawdza się kulka silikonowa służąca do wypychania zabawek.
8. Następnie otwór do wywracania na prawą stronę zszyć ręcznie.
9. Nie naszywamy na poduszki żadnych ozdób- guziczków, wstążeczek, sznureczków itp. wierzch poduszki powinien być gładki.

Instrukcja wraz z szablonem w formacie PDF [3] (do wydruku)

Przykładowa instrukcja szycia serca-od-serca:

[https://www.youtube.com/watch?v=Z072j-\\_S1d4](https://www.youtube.com/watch?v=Z072j-_S1d4) [4]

---

**Source URL:** <https://www.potegowo.pl/en/node/2056?date=2025-12>

## Links

[1] <mailto:kbrozek@wss.gda.pl>

[2] <mailto:kuratorium@kuratorium.gda.pl>

[3] [http://polskipatchwork.pl/wp-content/uploads/2018/10/Serce\\_od\\_serca.pdf](http://polskipatchwork.pl/wp-content/uploads/2018/10/Serce_od_serca.pdf)

[4] [https://www.youtube.com/watch?v=Z072j-\\_S1d4](https://www.youtube.com/watch?v=Z072j-_S1d4)