

CHARITNÍ NOVINY



Úvodní slovo

Vážení přátelé,

těší mě, že Vám mohu představit naše první číslo Charitních novin. Vydáváme jej k 20. výročí činnosti Oblastní charity v Pardubicích. Těší mě, že možná vytváříme novou tradici.

Snad nikdy nezapomenu na jednu maminku, která mě s radostí vyprávěla, že její děti natolik nadchlo tříkrálové koledování, že daly tomuto koledování přednost před počítačem. V té chvíli jsem si říkala, že to je to největší poselství Tříkrálové sbírky. Vlídne slovo, navazování sousedských vztahů, zpěvu a přání Božího požehnání do celého dalšího roku. A také, že se dovedeme rozdělit a myslet na ty slabé, nemocné a potřebné. A to je poslání Charity – pomáhat člověku v nouzi.

Přála bych si, aby i tyto noviny přispívaly k navazování vztahů člověka k člověku. Chceme Vás informovat, jaké služby můžete využívat, co se v Oblastní charitě děje, kam směřuje, v čem nám můžete pomoci.

I díky Vám se nám v posledním roce podařilo naše služby rozšířit o dlouho postrádanou pobytovou odlehčovací službu v Třebosicích, která je vhodným doplňkem našich terénních a ambulantních služeb. Zřídili jsme novou kancelář pro sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi, které se pěkně rozvíjejí. Dále se nám podařilo vybudovat nové rodinné centrum Holoubek v Holicích a sociální šatník pro lidi v nouzi.

To vše se nám daří i díky Vám všem, kteří přispíváte do Tříkrálové sbírky, z její-

hož výtěžku financujeme náš rozvoj v těch oblastech, na které by jinak finanční prostředky nebyly.

V roce 2012 oslaví naše Oblastní charita v Pardubicích 20 let své existence. Děkuji Vám všem, kteří naši Charitu podporujete, děkuji všem zaměstnancům, dobrovolníkům, asistentům Tříkrálové sbírky a všem koledníkům, sponzorům, dárčům a příznivcům. Děkuji za spolupráci správcům farností a zástupcům městských a obecních úřadů a spolupracujícím lékařům.

Přeji Vám otevřené oči i srdce.

Mgr. Marie Hubálková – ředitelka

Co je žádoucí

- Jdi tiše a klidně hlukem a spěchem a buď pamětliv míru, který klid uchová.
- Snášej se se všemi lidmi, ale nevydávej se jim.
- Projevuj svoji pravdu klidně a jasně, naslouchej také lidem duchaprázdným a nevědomým, neboť i oni mají svůj osud. Vyhni se hlučným a agresivním lidem, neboť duchu způsobují utrpení.
- Když se srovnáváš s druhými, mohl by ses stát zatrpklým a nicotným, neboť vždy budou lidé, kteří jsou větší nebo menší než ty.
- Raduj se ze svých výsledků, stejně jako ze svých plánů. Zůstaň na své cestě, i když je skromná. V proměnlivém štěstí věků je to právě vlastnictví.
- V obchodních záležitostech buď opatrný, neboť svět je plný podvodů.
- Buď spravedlivý, mnozí lidé s námahou sledují vysoké ideály, ale veškerý život je plný příležitostí k odvaze a hrdinství.
- Buď sám sebou. Především nebuď pokrytecký a v lásce cynický, neboť přes všechnu vyprahlost a rozčarování je věčná jako tráva.
- Přijmi s rozvahou a nadhledem přibývajících stáří.
- Posiluj sílu ducha, aby tě při nepředpokládaném neštěstí chránil. Ale nesušuj se myšlenkami.
- Hodně strachu přichází z únavy a osamělosti.
- Se zdravou mírou sebedisciplíny buď k sobě hodný.
- Jsi dítě Universa, stejně jako stromy a hvězdy. Máš právo zde být. I když je více nebo méně jasné, není žádných pochyb o tom, že se Universum rozvíjí tak, jak se rozvíjet má.
- Proto žij v přátelství a míru s Bohem, ať už ho chápeš jakkoli.
- I když máš jakékoliv trápení nebo touhu, udržuj ve zmatku života pokoj se svou duší.
- Přes všechnu faleš, zbytečnou námahu, bezvýsledné snažení a všechny rozbité sny je přece jen svět krásný. Buď opatrný a usiluj o to být šťastný.

Interview

Bůh zaplat' i za to těžké, které prý člověka posune dál.

Pracovala jsi v roce 1992 v domácí zdravotní péči. Jaké byly její začátky, jak se tehdy pracovalo (v jakých podmínkách)?

Od roku 1992 jsem rok a půl pracovala v domácí zdravotní péči v Hradci Králové. Začátky domácí zdravotní péče v Čechách byly opravdu těžké. Byl to pilotní projekt Ministerstva zdravotnictví. Tento projekt nebyl zpočátku soběstačný, takže jsme museli na jeho provoz shánět peníze od sponzorů. Bylo to opravdu složité. Po pacientech jsme jezdili na kolech a rozsah zdravotních výkonů byl jiný než dnes. Neměli jsme mobilní telefony ani dostatek pomůcek pro sebe i pro pacienty. Měli jsme však nadšení a dobré vztahy mezi sebou, a to bylo velkou pomocí. Tehdy jsem netušila, že je možné domácí zdravotní péči o tolik posunout dopředu. Pak jsem jela na stáž do domácí péče v Německu a snila jsem, že jednou budeme tak daleko, jako oni. Dalo nám to sice dost práce, ale myslím, že jsme je už dohnali, v něčem i předběhli. Máme hospicový kód, který v Německu nemají. Jsem vděčná za to, jaké máme možnosti v domácí zdravotní a hospicové péči, a doufám, že to bude stále lepší.

Charita není jediným poskytovatelem sociálních a zdravotních služeb, a to zvláště v Pardubicích. Jak hodnotíš její postavení?

Konkurence mezi poskytovateli zdravotních a sociálních služeb je velká. Naší výhodou je, že poskytujeme komplexní služby nejen ve městech, ale i na vesnicích v Pardubickém okrese, kromě Přeloučka. Jsme největším poskytovatelem terénních zdravotních a sociálních služeb v péči o seniory v Pardubickém kraji. Dále můžeme našim klientům poskytnout komplexnost i v nabídce služeb počínajíc domácí zdravotní a hospicovou péčí přes pečovatelskou službu a osobní asistenci v domácím prostředí až po služby ambulantní i pobytové. Můžeme půjčit potřebné zdravotnické pomůcky, poskytnout odborné sociální poradenství až po duchovní péči.

Doufám, že se nám daří, snažíme se být nejlepší a nejkvalitnější. Doufám, že přinášíme lidem radost, pochopení, lásku, blízkost a pomoc.

Charita jako NO je z velké části financovaná ze státního rozpočtu. Každým

rokem se však částka určená na provoz NO snižuje. Nebojíš se o existenci některých charitních služeb?

Bojím se každý den, že budeme muset odmítat pacienty, odmítat člověka v nouzi, a to bych opravdu nechtěla. Doufám, že se jako největší celorepubliková a celosvětová organizace udržíme, doufám, že politici nezruší dobře fungující služby, že pochopí důležitost neziskového sektoru pro celou společnost.

Pod Tvým vedením vznikla 2 rodinná centra, pobytové odlehčovací zařízení, služba „Sanace rodiny“, dobrovolnické centrum, charitní šatník. Jaké jsou Tvé plány do budoucna?

Chci rozvíjet naše dobře fungující služby a hledat potřeby doby.

A také jen Bůh ví, co bude chtít. Dívám se na potřeby lidí našich měst a vesnic, na potřeby člověka v nouzi, na poslání Charity. A budu dělat vše, co je v mých silách, abych člověku v nouzi pomohla.

Co bys přála OCHPA do dalších let?

Boží požehnání. A také dostatek nadšených, pracovitých, empatických zaměstnanců, dobrý tým a dostatek spokojených klientů. Více pochopení od státu, kraje, měst a obcí. A hodně štedrých dárců, kteří chtějí pomáhat lidem v nouzi.

Děkujeme za rozhovor.



Oblastní charita Pardubice slaví 20 let svého působení a ty v ní pracuješ 16 let. Jaká byla ta léta, jak se na ně zpětně díváš? Co ti udělalo/dělá velkou radost, co bylo zklamáním?

V Oblastní charitě v Pardubicích pracuji od roku 1996. Byla jsem požádána o pomoc, když měla domácí zdravotní služba velké potíže. Tuto nabídku jsem přijala a stala se vrchní sestrou. Byla to velmi náročná práce, zvláště v začátcích, než jsem si vytvořila skvělý tým sester. Naši práci jsme postavili na kvalitě poskytovaných služeb a opravdu se nám to vyplatilo. Pomalu a trpělivě jsme si museli vybudovat dobré vztahy a důvěru v naši profesionalitu. Postupně jsme vybudovali dvě střediska kvalitní domácí zdravotní a hospicové péče, pět středisek pečovatelské služby, osobní asistenci a odlehčovací službu v terénní, ambulantní i pobytové formě. V posledních letech jsme se začali zaměřovat i na pomoc rodinám, a to v projektu Sanace rodin, kde sociální pracovníci jezdí pomáhat do rodin jak v terénních službách, tak i v rodinných centrech v Holicích a v Luži.

Velkou radost mně dělá ten ohromný kus práce, který máme za sebou. Velkou radost mě dělá náš tým opravdu skvělých zdravotních sester, pro které je pacient na prvním místě. Dělá mně radost, že můžeme vyhovět každé rodině, každému pacientovi a umožnit mu zůstat co nejdéle ve vlastním prostředí, uprostřed své rodiny. Dělá mně radost každý spokojený klient v sociálních službách, každá obětavá pečovatelská, sociální pracovníce, která svoji práci dělá dobře a ráda. Dělá mně radost každý pracovitý zaměstnanec, který napomáhá dobrým vztahům a rozvoji Charity. Zažila jsem v Charitě mnoho krásného a zajímavého. Práce mě opravdu baví. Pán



Tříkrálová sbírka

Tříkrálová sbírka je jednou z největších charitativních sbírek v České republice. Poprvé se konala v roce 2000 na území Olomoucké arcidiecéze a v následujících letech se rozšířila po celém území republiky. Česká Charita se tak snaží oživit tradici tříkrálové koledy, která se konala 6. ledna na svátek Tří králů, a zároveň jí dát další rozměr – oslovit všechny lidi dobré vůle, zda by nepřispěli na pomoc rodinám a lidem v nouzi u nás i v zahraničí.

Oblastní charita Pardubice pořádá sbírku od jejího počátku a velmi nás těší zájem široké veřejnosti, který chápeme jako přízeň Charitě a její práci. V Pardubicích je tradičně slavnostně zahájena na Pernštýnském náměstí za účasti primátora/primátorky města a náměstka hejtmana Pardubického kraje ing. R. Línka, kteří této sbírce poskytují svoji záštitu. Samotné zahájení začíná příjezdem tří králů na koních na Pernštýnské náměstí. Zde čestní hosté pozdraví koledníky i všechny přítomné, a po té je přečten biblický text o klanění tří králů narozenému Ježíši v Betlémě, po němž koledujícím dětem vždy na cestu požehná světicí biskup Královehradecké diecéze Mons. J. Kajnek. Celou slavnostní (ještě vánoční) atmosféru podpoří dětský pěvecký sbor, který celý program doprovází zpěvem koled či tanečky.

V průběhu celého tříkrálového týdne je možno navštívit v Domě techniky v Pardubicích doprovodný kulturně-vzdělávací

program sbírky, ve kterém nechybí hudební či taneční vystoupení, besedy, přednášky, šachová simultánka atd.

Výtěžek sbírky je určen na charitní aktivity. Celá částka se odesílá na účet Charity ČR, která si 35% z vybrané částky ponechává na náklady spojené s organizací sbírky a na humanitární krizový fond. 65% obdrží jednotlivé Charity, které částky vybraly, a ty pak použijí v souladu se záměry sbírky daného roku. Oblastní charita Pardubice výtěžek věnuje na dofinancování sociálních služeb,

nákup zdravotních pomůcek, na finanční podporu rodinám, které se nezávisle dostanou do těžké finanční situace, nákup automobilů pro terénní službu, které nelze hradit z jiných zdrojů atd.

Letošní Tříkrálová sbírka skončila zatím „rekordním“ výtěžkem. Přibližně 194 skupinek koledníků – tedy téměř 600 dobrovolníků – vybralo na území, kde Oblastní charita Pardubice působí, celkem **642 439,- Kč**. Děkujeme všem, kteří se do Tříkrálové sbírky jakkoli zapojují a těm, kteří přispívají do pokladničky.



Domácí ošetrovatelská a hospicová péče

S myšlenkou domácí péče v ČR přišla před 20 lety MUDr. Marie Svatošová, která ji také pomohla prosadit na ministerstvu. Do povědomí veřejnosti se MUDr. Svatošová dostala hlavně v souvislosti s prosazováním myšlenky hospicové péče a založením prvního hospice v České republice – Hospice Anežky České v Červeném Kostelci.

V listopadu 1991 začala poskytovat své služby v domácím prostředí ošetrovatelská služba v Pardubicích. Tato péče se postupně rozšiřovala a profesionalizovala. V srpnu 2003 bylo možné začít poskytovat i hospicovou péči v domácím prostředí.

Domácí ošetrovatelská služba zajišťuje odbornou zdravotní péči přímo v domácnosti klienta. Péče je poskytována zdravot-

ními sestrami s požadovaným vzděláním a praxí. Sestry provádí odborné zdravotnické úkony – **odběry, převazy, měření krevního tlaku, infuze, prevence a léčba proleženin, ošetřování bércových vředů, rehabilitace atd.** Péči indikuje ošetřující lékař nebo na 14 dní ošetřující lékař v nemocnici a je hrazena z veřejného zdravotního pojištění.

Domácí hospicová péče je péčí o pacienta v terminálním stádiu nemoci, který si přeje zůstat v posledních chvílích svého života ve svém domově. Charakteristické pro tuto péči je, že se jedná o komplexní zajištění potřeb pacienta, což vykonává tzv. hospicový tým, tedy lékař, zdravotní sestra, pečovatelka, popř. duchovní.

24 hodin denně 7 dní v týdnu je nemocným a jejich blízkým tento tým k dispozici. Zajištěno je i zapůjčení nutných zdravotnických pomůcek pacientům, bez kterých by tato péče byla nemyslitelná.

Kontakty:

Staniční sestra pro Pardubicko:

Zuzana Cepková – 731 646 803

(Pardubice, Lázně Bohdaneč, Třebosice, Opatovice nad Labem)

Staniční sestra pro Holicko:

Markéta Vašková – 775 296 830

(Holice, Moravany, Býšť, Sezemice)

„Nezáleží na tom, co děláme, ale kolik lásky do toho vložíme. Malé věci s velkou láskou.“

Matka Tereza



Stopy v písku

Jedné noci se mi zdál sen. Kráčela jsem po pobřeží se svým Pánem. Na temném nebi se promítaly obrazy z mého života. Životní příběh provázely dvojce stopy v písku, jedny moje, ty druhé patřily mému Pánovi.

Když se mi zjevil poslední obraz, ohlédla jsem se za sebe a jaké bylo moje překvapení! Vidím, že nejednou se v písku objevují jen jedny šlépěje. A bývalo to právě v těch nejtěžších obdobích mého života.

Dlouho mi to nedávalo pokoj, až jsem se v rozpacích obrátila k Pánovi: „Pane, když jsem se vydala následovat Tě, slíbil jsi, že celou cestu půjdeš se mnou a budeš ke mně promlouvat. Ale viděla jsem, že v těch nejsmutnějších chvílích mého života se v písku objevily jen jedny stopy. Vskutku nechápu, jak jsi mne mohl nechat samotnou, když jsem Tě nejvíc potřebovala.“

On zašeptal: „Dítě moje drahé, mám tě rád a nikdy tě nenechám samotnou, nikdy, ani když tíha života dolehne a osud tě bude zkoušet. Ty jedny stopy, které jsi viděla, tam zůstaly právě z chvil, kdy jsem tě nesl.“

(Z knihy M. Powersové: *Stopy v písku*, kterou vydalo nakladatelství Motýl)



... princ zachránil princeznu

...princ zachránil princeznu. Konala se královská svatba a žili spolu až do smrti.

I náš příběh začíná svatbou. Slíbili si v dobré i zlém. Po 23 letech šťastného žití přišla osudová rána. Princezna onemocněla. Učení doktoři jí diagnostikovali roztroušenou sklerózu a osteoporózu. Pomalu přestávala chodit, při sebemenším pádu se jí lámaly kosti. Za nějaký čas se již sama neoblékla, nevykoukala, nedošla si na toaletu. Nedošla na nákup, neuvařila, neuklidila ani nevyžehlila. A princ? Postavil se zlému osudu čelem. Trpělivě svoji princeznu obléká, koupe, uklízí, vaří, pere, žehlí, nakupuje. Někdy je unavený. Ale ví, proč to dělá. Pro NI, pro NĚ.

Dokážeme se i my postavit zlému osudu čelem?

(Martina Doležalová)



Když muž miluje ženu...

Někdo zvoní u našich dveří...Jdu otevřít a jsem zaskočena slovy: „Potřebuji polohovací postel, podložní misku, zdravotní sestry a pečovatelky. Manželka se ani neposadí, jen leží, ale nemůžu se dívat, jak trpí. Budete tak hodné a pomůžete mi?“ Neváhám ani na okamžik a souhlasím.

Při mojí první návštěvě mě paní potěšila slovy: „Konečně jsem doma a zůstaly mi obě nohy. Hrozili mi totiž amputací. To jsem prožívala peklo. A věřím, že nyní to bude už jen lepší.“

Dnes s odstupem téměř jednoho roku si velice vážím odhodlání manžela a slova, že zůstanou spolu v dobrém i zlém, byla naplněna. Velkou odměnou pro ně oba je, že zdravotní stav paní se natolik zlepšil, že začala znovu chodit. Za tím vším je obrovské sebezapření manžela a nezlomná vůle jeho ženy. Jsem šťastná, že jsem jim mohla být po celou dobu nablízku.

(Markéta Vašková)

Příběh paní Anny

V naší společnosti stále převládá názor, že o nemocného člena rodiny by měla pečovat převážně žena, ať už manželka, dcera, snacha nebo švagrová. Je to možná proto, že mnoho lidí se domnívá, že muži by se nedokázali o svého blízkého postarat tak obětavě, jako právě ženy. Ale není tomu tak. V naší praxi jsme se opakovaně setkali s případy, kdy i syn nebo manžel, dokázal poskytnout vynikající péči své matce nebo manželce.

Stejně tak je to i u paní Anny. Už je to osm let, kdy prodělala mozkovou příhodu. Po stabilizaci stavu byla přeložena z nemocnice do Léčebny dlouhodobě nemocných, kam za ní denně docházel syn Oldřich. Následky onemocnění byly tak vážné, že paní Anna bohužel zůstala upoutána na lůžko a byla jí navržena ústavní péče v domově důchodců. S takovým návrhem ale Oldřich nesouhlasil a rozhodl se, že si vezme maminku k sobě domů. Aby s ní mohl být celý den a řádně se o ni starat, odešel ze zaměstnání. Ale odborná péče, jako jsou např. převazy, v jeho schopnostech nebyla. Proto se začal zajímat o možnosti poskytování domácí zdravotní péče a obrátil se na Oblastní charitu Pardubice s žádostí o pomoc.

Po domluvě s praktickou lékařkou byly zajištěny každodenní návštěvy zdravotních sester u nemocné maminky. Sestřičky zajišťují u pacientky zdravotní komplexní péči, která spočívá v kontrole celkového stavu, převazech, polohování, prevenci proleženin a opruzenin a opomoci při hygieně dvakrát denně. Pravidelně také zdravotní personál provádí odběry krve a měření základních fyziologických

funkcí. Za dobu, po kterou pardubická Charita zajišťuje zdravotní péči u paní Anny, se utvořil mezi ní, Oldřichem a sestřičkami téměř rodinný vztah. Díky obětavé péči syna a každodenním návštěvám sester může paní Anna zůstat doma, v prostředí, které má ráda, kde je jí dobře se svými blízkými.

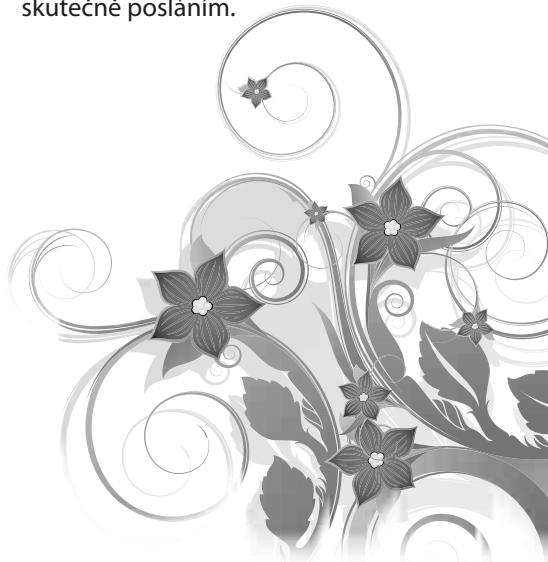
Moje práce v domácí péči jako poslání

Po dokončení studia na zdravotní škole jsem několik let pracovala v nemocnici. Práce zdravotní sestry mě velice bavila, ale po celou dobu jsem měla pocit, že mě nenaplnuje tolik, jak bych si přála nebo očekávala. Chyběl mi bližší a dlouhodobější kontakt s pacienty, na které bylo často pohlíženo jen jako na diagnózy a ne jako na člověka, který je nemocný a potřebuje pomoci. Jakmile se pacientův stav stabilizoval, byl přeložen na standardní oddělení. Pokud přišel na převaz, málokdy se stalo, že byl pokaždé ošetřen stejnou zdravotní sestrou. A proto jsem nemohla tak dobře sledovat výsledky naší práce až po konečné zhojení ran nebo uzdravení nemocného.

Během studií jsem byla na praxi v domácí zdravotní péči a ráda jsem na ni vždy vzpomínala. Když se mi naskytla možnost jít pracovat do Oblastní charity Pardubice, neváhala jsem. A dnes vím, že to bylo správné rozhodnutí. Jako zdravotní sestra jezdím v terénu již několik let a za tu dobu jsem si vytvořila s klienty i jejich rodinami velmi blízké vztahy. Začala jsem je chápat jako konkrétní osoby, vnímat jejich potřeby, trápení ale i radosti. Pravidelné a opakované návštěvy mi umožňují sledovat práci moji i práci kolegyní (např. postupné zhojení defektů, výsledky rehabilitace, stabilizace stavu apod.).

A až zde jsem se také poprvé setkala s domácí hospicovou péčí. Zpočátku jsem měla obavy, které zmizely s prvním vážně nemocným klientem. Každé onkologické onemocnění je velmi stresující a těžké jak pro rodinu, tak pro pacienta, ale navzdory těmto smutným situacím se bližší vazba mezi nemocným, rodinou a mnou vytvořila a prohloubila velice rychle. V mnohých případech přetrvává i po skončení našich návštěv. A přestože péče o nemocného v terminálním stádiu onemocnění nemůže nikdy skončit uzdravením, můžeme mu poskytnout společně s lékařem kvalifikovanou péči, aby prožil poslední dny svého života doma, s lidmi, které má rád.

Z těchto důvodů má pro mě moje současné povolání konečně smysl a naplňuje mě tak, jak jsem vždy očekávala. Nyní mám konečně pocit, že se můžu klientům dostatečně věnovat tak, jak potřebují a ne jen tak, jak je nezbytně nutné, jako tomu bylo v nemocnici. Nyní je pro mě má práce skutečně posláním.



Půjčovny kompenzačních pomůcek

Péče o nemocného člověka je fyzicky i psychicky náročná a vyčerpávající. Že se však jedná o velmi důležitou věc, svědčí například průzkum agentury Stem/

Mark, ze kterého vyplynulo následující: 78% lidí by si přálo zemřít doma a 88% lidí je ochotno se o své blízké postarat! 88% zdravotníků je toho názoru, že pro umírající je nejlepší domácí prostředí.

Domácí péče, obzvláště ta hospicová, by byla zcela nemyslitelná bez celé řady přístrojů a zdravotních pomůcek. Ty jsou však velmi drahé. OCHPA proto prostřednictvím svých 2 půjčovny nutné pomůcky za úhradu (určenou na revize, případné opravy a za amortizaci) poskytne. Nákup pomůcek umožňují dary jednotlivců (např. v rámci Tříkrálové sbírky) a finanční příspěvky firem a nadací, kterým patří velký dík!

Zvýšený komfort pacientům i pečujícím osobám umožní např.:

- elektrické polohovací postele
- antidekubitní matrace
- invalidní vozíky, berle, chodítka
- sedačka do vany
- WC křesla, nástavec na WC
- infúzní pumpa, injekční dávkovač,
- odsávačka, oxygenátor atd.

Kontakt:

Středisko Pardubice

A. Čevorová – 466 335 026, 775 296 843

Středisko Holice

I. Trnková – 466 681 654, 775 296 831

Bližší informace:

**[www.pardubice.charita.cz/
kompenzacni-pomucky/](http://www.pardubice.charita.cz/kompenzacni-pomucky/)**



Charitní pečovatelská služba a osobní asistence

Pečovatelská služba i osobní asistence jsou určeny seniorům a zdravotně či tělesně postiženým občanům, kteří pro svůj věk či zdravotní znevýhodnění potřebují pomoci s běžnými úkony péče o vlastní osobu anebo o svoji domácnost.

Služby poskytujeme terénní formou, tzn. přímo v domácnosti uživatelů. Naším posláním je, aby lidé zůstali co nejdéle ve svém přirozeném domácím prostředí, na které jsou zvyklí. Naším cílem je podporovat soběstačnost uživatelů, udržovat jejich psychické a fyzické dovednosti a umožnit jim žít důstojný život.

V rámci pečovatelské služby pomáháme uživatelům zajistit stravování – dovezeme oběd, pomůžeme s přípravou jídla, nakoupíme běžné zboží apod. Pokud uživatel potřebuje pomoci s péčí o vlastní osobu, naše pracovníce mu pomohou s hygienou, koupáním, oblékáním, dohlédnou, aby si vzal připravené léky. Pečovatelská služba také poskytuje pomoc uživatelům s běžným chodem domácnosti - úklid, praní prádla. Dále může uživatel našich služeb využít doprovod a dovoz k lékaři, na úřady apod.



V rámci osobní asistence poskytneme uživateli služby osobního asistenta, který navštěvuje uživatele služby doma, nebo ho doprovází do školy či zaměstnání. Pomáhá mu zvládat běžné úkony, jak o vlastní osobu, tak domácnost a pomáhá mu začleňovat se do běžného života.

Všechny tyto služby poskytujeme na základě uzavřené Smlouvy o poskytování sociálních služeb podle Zákona o sociálních službách č. 108/2006 Sb., kde jsou přesně stanoveny úkony, které můžeme poskytovat, a za jakou úhradu. Lidé, kte-

ří již nezvládají některé z vyjmenovaných úkonů a potřebují pomoc jiných, ať už rodiny či nás poskytovatelů sociálních služeb, mohou požádat příslušný úřad práce o peněžitou pomoc – příspěvek na péči. Tento příspěvek jim slouží na úhradu všech těchto služeb.

Naše střediska mohou našim uživatelům zprostředkovat i jiné navazující služby např. pedikúru, kadeřníka apod.

Pečovatelskou službu poskytujeme ze 4 středisek – Pardubice, Lázně Bohdaneč, Moravany a Holice. Osobní asistenci zajišťuje v celé oblasti středisko Pardubice.

Kontakty:

Pardubice – Jarmila Klimešová

466 335 026, 775 296 843

Lázně Bohdaneč

Dana Hanovcová

466 924 120, 775 296 832

Holice – Ivana Trnková

466 681 654, 775 296 831

Moravany – Ivana Trnková

466 950 441, 775 296 847

Sluníčko!

Když se řekne slovo sluníčko, každý z nás si asi představí sluníčko na obloze, možná sluníčko namalované na obrázku. Slovo sluníčko může však mít i jiný význam.

Za svou šestiletou praxi v sociálních službách jsem se potkala s mnoha různými lidmi, s mnoha různými rodinami. Někteří jsou v době stáří obklopeni milující rodinou, která se o ně vzorně stará. Existují však i tací, co nikoho nemají, nebo mají, ale ti se o ně nestarají, nebo jen velice málo. Všem těmto lidem je určena pomoc sociálních služeb. I ta milující rodina si potřebuje občas odpočinout nebo něco zařídit, a tak ji v těchto chvílích můžeme zastoupit my. A ti, co nikoho nemají, nebo mají, ale rodina o ně pečuje jen zřídka, ti jsou vděční za každou pomoc.

Někdo si možná řekne, co takový starý člověk potřebuje. Najíst, napít, dobře se vyspat. Není to však tak jednoduché! Se stářím přicházejí nemoci, mění se psychika a mnozí se cítí osamoceni. To, že se cítí být sami, je u většiny z nich velmi zásadní problém. Když mají hlad, dostanou najíst, když jsou žízniví, napijí se, když mají nepořádek, tak si ho uklidí, nebo jim někdo pomůže. I na bolest už existuje mnoho medikamentů, které alespoň na čas dokážou bolest odehnat. Ale co se samotou? Na tu se ještě žádný lék nevynalezl. Jak by to bylo jednoduché vzít si pilulku a být veselý a necítit se sám.

Proč o tom takto obšírně píší a proč jsem tento článek nazvala „Sluníčko“?

Popíši Vám příběh jedné naší bývalé uživatelky. Byla to vzdělaná paní, která bydlela v malém bytě sama. Měla rodinu, syna a vnoučata, ale patřila spíše do té druhé skupiny lidí, kdy se o ni rodina moc nestarala. Syn ji navštěvoval asi 1× týdně, donesl jí nákup a při té příležitosti jí vždy vyhuboval za to, že má v bytě nepořádek, že má v lednici prošlý jogurt apod. Po jeho návštěvě byla spíše smutná, než aby ji potěšilo, že za ní přišel. Tato paní byla zpočátku soběstačná, vše celkem zvládala sama, jenom vaření jí činilo problém, a tak nás požádala o dovoz obědů. Někdo si možná řekne, co je to za sociální pomoc dovoz obědů. Ale právě při těchto krátkých setkáních jsem si uvědomila, jak je důležitá přítomnost druhého člověka.

Paní byla hubeňoučká a i málo jedla. Vždy, když jsem jí vyndávala jídlo na talíř, chtěla jen půlku. Z minulého dne jí část oběda zůstala, a ta se potom vyhazovala. Proto jsem paní navrhla, zda by nechtěla vozit jídlo obden, abychom ho potom nemusely vyhazovat. Ona na mě upřela své pomněnkově modré oči a řekla: „Ne, děkuji. Já vím, že by pro mě bylo lepší brát obědů méně, protože to nesním, ale já se každý den již od rána na Vás těším, že přijedete a že tady se mnou chvíli zůstanete. Vy jste takové moje

„sluníčko“. V tom jsem si uvědomila, že té paní nejde ani tolik o to jídlo, i když je samozřejmě potřeba jíst, ale jí šlo především o to, aby za ní někdo přišel a popovídal si s ní. Ta uživatelka již dávno zemřela, ale já si na ni často při dalším setkání se starými lidmi vzpomenu.

Když se podíváte na Zákon o sociálních službách a vyhlášku k němu, tak jsou v něm přesně vyjmenované sociální úkony, které se smí provádět, a my jako poskytovatelé sociálních služeb je musíme dodržovat. Těch úkonů je spousta od zajištění jídla, hygieny, úklidu, nákupu apod. Úkony na to, aby se člověk necítil sám, úkony na to, jak potěšit lidskou duši, neexistují. To musí být v každém z nás. Mysleme všichni na onu starou paní, pro kterou jsem na chvíli byla „sluníčkem“. Dívejme se kolem sebe, nebudme k sobě lhostejní! Možná právě ve vašem okolí máte někoho, komu zdánlivě nic nechybí, ale je „jenom“ sám. Věřte, že starým lidem ani tolik nevádí, že mají nějaký ten drobek na zemi, že je občas něco bolí, ale to, že jsou sami, je pro ně daleko horší.

Budme všichni taková sluníčka, všimějme si jeden druhého a usmívejme se na sebe. Každý z nás jednou zestárne a bude čekat na to svoje „sluníčko“, které mu zpříjemní poslední etapu života.

(Jarmila Klimešová)

Moje práce osobního asistenta

Dovolte mi, abych se Vám představila. Jmenuji se Hana Baboráková a mojí profesí je osobní asistence u klienta Oblastní charity Pardubice. Asi řada z Vás si možná položí otázku, co vlastně dělám. Starám se již osm let o chlapce, který má diagnózu DMO (dětskou mozkovou obrnu) se střední mentální retardací.

Mojí náplní práce je vyzvednout a doprovodit chlapce do školy, kde jsem jeho pomocnou rukou při různorodých činnostech. Dohlížím nejen na to, aby se při hodině plně soustředil na činnosti, které připravila paní učitelka, ale doprovázím ho na toaletu, na oběd, na různé terapie a jsem jeho kamarádem. Při těchto činnostech využívám různé výchovné metody, které jsem si při této práci za řadu let osvojila. Zároveň se však neustále snažím dále vzdělávat a zdokonalovat.

S Pavlíkem jsem začala pracovat, když mu bylo šest let. To jsme spolu chodili do jedné mateřské školy v Pardubicích, kde jsme si hráli, učili jsme se poznávat barvy, zvířata, geometrické tvary a počítat. Také jsme zpívali a učili se básničky – prostě vše, jako kdyby byl zcela zdravý. On ale nechovil, jen se pohyboval po kolenou. Kromě těchto činností jsme pravidelně docházeli na rehabilitaci a logopedii.

Od sedmi let docházíme do ZŠ a Praktické školy SVÍTÁNÍ v Pardubicích. Když dorazíme do školy, pomáhám mu se svlékáním a přezouváním, a pak už hurá do třídy. Než začne vyučování, pomůžu mu připravit si učebnice a pomůcky na hodinu. Během vyučování spíše dohlížím na to, aby se Pavlík plně soustředil na výuku a nenechal se rozptylovat ostatními žáky a činnostmi, které odvádí od pozornosti. Ve škole máme běžné předměty jako jsou: český jazyk, matematika, věcné učení (přírodověda, vlastivěda), hudební, výtvarná a tělesná výchova a pracovní vyučování. Jsou předměty, které jsou jeho oblíbenými, má ale i neoblíbené. Vynikající je přístup paní učitelky, která ho dokáže vždy zaujmout.

Máme skvěle zařízenou třídu, kde je i interaktivní tabule, která nám velmi pomáhá a patří mezi oblíbené pomůcky při vyučování. Samozřejmě nesedíme jen v lavicích, ale máme i přestávky na svačinku a krátký odpočinek. V tomto okamžiku jsem však v pohotovosti, jelikož Pavlíkova chůze je klátivá, tak potřebuje oporu, kterou jsem já. I když ji zvládá sám, má jistotu, že jsem s ním, kdyby náhodou...

V průběhu vyučování chodíme na logopedii, ergoterapii, rehabilitaci, což se vše odehrává pod jednou střechou. Když vyučování skončí, doprovodím Pavlíka na oběd, kde mu přinesu jídlo a pití, což sám nezvládne. To však není konec našeho dne.

Po vyučování jdeme do školní družiny, kde si spolu hrajeme a navštěvujeme kroužky. Můžu jmenovat některé z nich – stolní tenis, kuželník, dramatický kroužek apod. Občas si jdeme zahrát i Boccu, ve které se pořádají turnaje. Pavlík jich má už několik úspěšně za sebou. Nemůžu zapomenout na loňský turnaj, kde získal první místo. Nebyl na tu výhru sám, byl ve dvojici se stejně šikovným klukem jako on.

Na jeho úspěších se podílí hlavně on sám, svojí obětavostí, zápallem a radostí ze života. Pomáhá mu však také jeho rodina a řada dalších odborníků (logopedi, fyzioterapeuti, ergoterapeuti, učitelé i já).

Práce osobního asistenta mě baví a mým přáním je moci ještě dlouho pracovat jako osobní asistent u Pavlíka. Jsem na něho pyšná, dělá mi radost a ne jenom mně...

(H. Baboráková)



Navzdory nemoci

Když jsme se dozvěděly, že máme možnost přispět do Charitních novin, chtěly jsme se s Vámi podělit o příběh, který Vám, jak doufáme, dodá naději a sílu bojovat i v těžkých životních situacích.

Naše hrdinka se ze dne na den musela vyrovnat s nemocí, která ji připravila na několik let o možnost říci svým blízkým, co ji trápí a jak se cítí. Díky tomu osaměla a uzavřela se do sebe. Nemohla mluvit a ochrnula na polovinu těla. Prodělala totiž cévní mozkovou příhodu.

Pro ženu, která byla plná energie, chtěla pracovat, věnovat se vnočatům a všemu, co nám přijde běžné a naprosto samozřejmé...to najednou bylo nemožné.

Před rokem, jednoho lednového dne, začal „náš“ nový společný život. Chtěly jsme, aby pochopila, že může žít dál. Byly to dlouhé nekonečné měsíce odmítání se

zapojit do běžných činností a naše stálá snaha o opakování slov a její zapojení se do chodu domácnosti...

Pak nastal zlom. Jednoho rána po několika letech ticha vyslovila opět své „první“ slovo a vykřikla se slzami v očích úlekem. „Já mluvím!“ Tím dnem se vše změnilo. Požádala nás o vytočení telefonního čísla své dcery, se kterou se vídá jen velmi málo, neboť žije s rodinou v zahraničí. Do sluchátka řekla: „Tady máma, mám tě ráda!“ Více nemohla říci, protože vypukla v pláč a neustále opakovala: „Co se stalo?! Já mluvím!“ Tahle chvíle pro nás byla tou největší odměnou, kterou jsme v slzách prožívaly s ní.

Najednou pocítila potřebu jít mezi lidi a znovu se sama rozhodovat – prostě „žít“... Ta chvíle, kterou jsme si tak přály, věnovaly jí čas, úsilí a kus každé z nás, byla tu.

Naše společná cesta je ještě dlouhá a máme stále hodně úsilí a každodenní práce před sebou, ale za poslední rok již paní zvládne pojmenovat spoustu věcí, dokáže vyjádřit pocity, sama si zamést, ustlat postel, ohřát jídlo apod. Tento první úspěch jí dodal sílu a motivaci jít dál a dokázat si, že i při nepřízní osudu se dá žít plnohodnotný život. A hlavně se zase smát!

Tímto příběhem jsme Vám chtěly dát možnost nahlédnout do života jednoho člověka, který v sobě našel sílu a odhodlání vydat se dlouhou cestou, a my jsme vděční za možnost ho doprovázet a pomáhat mu. Nebraňte se pomoci druhým, ten úspěch za to stojí. Přejeme hodně štěstí všem.

Vendula a Jana – zaměstnankyně pečovatelské služby ve středisku Moravany

Moc úsměvu

Úsměv nestojí nic a přináší mnoho. Obohacuje toho, kdo přijímá, aniž by ochuzoval toho, který dává. Trvá jen chvíli, ale vzpomínka na něj je někdy věčná.

Nikdo není tak bohatý, aby se bez něj obešel, a nikdo není tak chudý, aby ho nemohl darovat. Úsměv přináší štěstí do

domu, ve starostech je oporou, je citlivým znakem přátelství.

V únavě přináší odpočinek, ve znechucení a ve smutku je potěchou a pro každou bolest je přirozeným lékem. Je dobré, že si ho není možno koupit ani půjčit ani ukrást, protože má hodnotu chvíle, kdy se dává...

A kdybys někoho potkal a on neměl pro Tebe úsměv, když na něj čekáš, buď velkodušný a oblaž ho svým úsměvem ty, protože nikdo tak nepotřebuje úsměv jako ten, kdo ho nemá pro druhé.

Povídání „o pejskovi a kočičce“ aneb naše zoologická zahrada v Červánkách

Mimo pravidelný program žila během let v Červánkách i různá zvířátka. První byla Denisa – trpasličí králík s ovčími oušky, takto velmi nepořádné zvíře. Klienty milovaná, dělala si, co chtěla. Mimo jiné rozkousala i koberec a nakonec jsme ji museli dát pryč. Nebyl to jediný králík. Toho druhého přivezl řidič od klienta, který se o něj nemohl starat. Králíček byl bílý, angorský a měl přerostlé zuby, které mu trčely z tlamičky. Nemohl se už ani pořádně najíst, a tak jsme museli jeho problém řešit. Na dotaz u veterináře, co s tím dělat, odpověděl, že mu ty přerostlé zuby za 50 Kč uskřípnou. Nakonec mu chrup „upravil“ jeden kolega, který vzal jednoduše pilník a zuby upiloval... No a králíček se radostně vrhnul na zelenou stravu na zahradě. Bohužel, afrikány, které si usmyslel spořádat, mu ukrátily život.

Pak jsme obdrželi darem 2 vodní želvy, které přežívaly v létě v ohrazeném bazénku na zahradě a v zimě v teráriu na chodbě.

Byly krásné a naši klienti se na ně chodili často dívat. Byl to takový cíl malé procházky. Bohužel ani tato zvířátka u nás nezůstala. Želvy toužily po svobodě a jednoho dne zela ohrádka na zahradě prázdnotou.



Také andulky a zebříčky, které měly voliéru na chodbě, dělaly klientům velkou radost. Svým vriskotem sice dost narušovaly

klid v domě, ale byla to krásná ptáčka, která stála za pozornost.

Pes, zvaný Pako, byl smutný případ. Pokud se dostal na svobodu, byl opravdu jako utržený ze řetězu a dělal neplechu po celé vesnici. Lidé si na něj stěžovali a nakonec ho pravděpodobně někdo otrávil.

Naše „zoologická zahrada“ skončila neslavně, leč přece jenom nám zůstalo jedno věrné, líné a všemi rozmazlené zvíře – sousedův kocour. Je bílý a má jemné rezavé pruhy na ocásku jako malý tygr. Je to vypočítavé zvířátko. Drží se u toho, kdo mu dá ráno salám. Naši klienti se předhánějí v získání jeho přízně a jedna paní mu dokonce nosí z domu malý talířek, aby nemusel baštit z podlahy. Je to profesionální mazel, ale pokud někomu věnuje svou přízeň, zahřívá ho svým tělíčkem třeba celý den.

(M. Bičíková)

Charitní odlehčovací zařízení Červánky v Třebosicích

Charitní odlehčovací zařízení Červánky zřídila Oblastní charita Pardubice již v lednu roku 2007. Zařízení je určeno lidem, kteří nemohou či nechťejí pro svůj pokročilý věk či nemoc zůstat sami doma bez dohledu. Červánky se nacházejí v malé vesničce Třebosice (5 km od Pardubic), a to přímo na náměstí v budově bývalé základní školy. Zde je provozována ambulantní odlehčovací služba ve formě denního stacionáře. Od loňského roku však došlo k rozšíření služby o pobytovou formu, která se nachází v budově bývalé třebosické fary, kde Charita nabízí lidem možnost krátkodobého pobytu v domáckém prostředí.

Díky poskytované odlehčovací službě pomáháme nejen potřebným lidem, ale také jejich rodinným příslušníkům, kteří si potřebují od velmi náročné celodenní péče odpočinout a zařídit si své osobní záležitosti.

A jak vypadá typický den v ambulantním zařízení Červánky? Nejprve je nutno podotknout, že podmínkou není denní návštěva zařízení, někteří klienti přicházejí třeba jen jedenkrát týdně. Přesto se většinou pobyt klientů prodlužuje na celý týden, protože prostředí, přístup personálu a denní program zařízení je poutavý a zajímavý. Dle smlouvy a dohody s klientem se od 6 hodin ráno provádí ranní svoz uživatelů. Po příjezdu do Červánků je podávána společná snídaně. Po snídani předčítáme denní tisk a diskutujeme o aktuálních událostech. Aby si všichni osvěžovali paměť, luštíme společně křížovky, řešíme rébusy, hrajeme slovní hry, zpíváme lidové písničky. V zájmu udržení tělesné kondice cvičíme a chodíme na vycházky (kolektivně i s jednotlivci zvlášť). Cvičení vždy probíhá s ohledem na zdravotní stav klientů. Nezapomínáme ani na naše narozeniny

a svátky, oslavenci pográtujeme a obdrží i malý dárek. V poledne následuje oběd. Jídlo si každý vybírá dle své chuti ze čtyř možností. Celý den dbáme na pitný režim.

Po obědě následuje polední klid, který každý z nás využívá, jak je zvyklý. Někteří si jdou lehnout do ložnice, která je vybavena polohovací-



mi postelemi, jiní odpočívají přímo ve společenské místnosti, další si čtou noviny nebo knížky, hrají společenské hry jako „člověče, nezlob se“, dárnu nebo karty nebo se prostě mezi sebou baví a poslouchají hudbu. Někdy přijde na pořad dne i domácí kino, a to zejména tehdy, když získáme nový, zajímavý film. V půl třetí podáváme kávu a svačinu. V 16 hodin odjíždíme domů. Klientům pomáháme s oblékáním i doprovodem do auta. Samozřejmostí je i zajištění dohledu ve vozidle po dobu svázení a podle potřeby doprovod klientů až do bytu.

Na jaře a v létě chodíme relaxovat na terasu, která přiléhá k zadní části budovy,

a je vybavena zahradním nábytkem a slunečníkem. Mimo běžný denní program vyrábíme také různé předměty a dekorace k Vánocům, Velikonocům, Tříkrálové sbírce a podobně. Během roku pořádáme výlety, vždy s ohledem na naše pohybové možnosti. S velkým zájmem se setkal i náš maskarní ples s tombolou a v minulých letech rovněž návštěva kouzelníka, profesionálních hudebníků či zpěváka nebo vystoupení dětí z mateřské školy apod.

Díky pobytové odlehčovací službě umožňujeme až tříměsíční pobyty pro uživatele v domáckém prostředí. Nejde jen o ubytování, postaráme se o všechno. Mnozí klienti potřebují pomoc při osobní hygieně, podávání jídla, léků. Ve všední dny se s oblibou přesouvají do prostor ambulantního střediska, kde mohou trávit čas s ostatními klienty a účastnit se společného programu. Mnozí si tu tak najdou také nové přátele.

Děni v Červánkách nám také hodně zpestřují dobrovolníci. Ať už při různých kulturních akcích, nebo jen tak, když si přijdou s klienty něco vyrobit či popovídat. V loňském roce nám pomáhali také např. u akce benefiční výroby a prodeje adventních věnců. Velkým přínosem byla práce firemních dobrovolníků z Pojišťovny Kooperativy, a.s., České spořitelny, a.s. či ČSOB, a.s.

Za spokojenost klienta a klid v rodině tato služba určitě stojí. Ostatně, přijďte se k nám do Červánků zcela nezávazně podívat i vy sami!

*(Bc. M. Matysová
vedoucí zařízení Červánky)*

Kontakty:

Vedoucí zařízení: 775 296 833

Ambulantní služba: 466 970 227

Pobytová služba: 733 161 617



Vzdělávací a rodinné centrum Holoubek

Služeb Rodinného a vzdělávacího centra Holoubek využili občané Holicka v prvním roce **fungování** více než 3600x.

Dříve než se 13. 4. 2011 otevřely dveře prvním návštěvníkům domku čp. 782 v Holicích, v Dudychově ulici, odpracovalo během 99 dnů celkem 33 dobrovolníků téměř 2500 hodin. **Centrum** s celotýdenním dopoledním a čtyři dny v týdnu i odpoledním programem je otevřeno **pro všechny**.

Ve volné herně si mohou rodiče popovídat nad kávou či čajem, děti společně pohrát. Také je zde zajištěna služba krátkodobého hlídání dětí. Zejména v zimních měsících rodiče hojně využívají možnosti zapůjčit si vzdělávací hry a puzzle domů. Předškolní děti, zvláště ty, které nemají z kapacitních důvodů možnost navštěvovat mateřskou školu, se pod vedením zkušené pedagožky setkávají v odpoledním „Všeználkovi“. Z nabídky dopoledních programů si rodiče pro své děti mohou vybrat tvoření, hudebně pohybový program, angličtinu nebo **Montessori vzdělávání** v duchu hesla „Pomoz mi, abych to dokázal sám“. Také zde v současnosti probíhají samostatné Montessori lekce pro dětského klienta se specifickými potřebami.

V podvečerních hodinách dvakrát týdně přicházejí do Holoubka především dospě-

lí, jen tak si pro radost zazpívají u klavíru nebo konverzovat anglicky.

Posláním RVC Holoubek je i pořádáním vzdělávacích akcí pro dospělé přispívat ke stabilitě a funkčnosti rodin na Holicku. Za všechny jen dvě zpětné vazby – **Kurz první pomoc dětem** dne 16. 1. 2012 lektorovaný profesionálním záchranářem: „*Velice děkuji za včerejší kurz. Myslím si, že měl pro všechny zúčastněné veliký význam. Domnívám se, že by tento kurz měla absolvovat každá maminka ještě před porodem. Není nic horšího, než když se doma něco stane a maminka vůbec neví co dělat. Včera – bylo to velice výstižné, pan Kubát měl příjemné vystupování, měl to dobře připravené, 100% upoutal pozornost na celé 2 hodiny a hlavně bylo skvělé, že je to člověk z praxe. Ještě jednou moc děkuji.*“ Katka

Lektorka PhDr. Jana Nováčková, CSc., předsedkyně Společnosti pro mozkově kompatibilní vzdělávání, která lektorovala v RVC Holoubek v prvních třech měsících letošního roku kurz **Respektovat a být respektován**, říká: „*Myslím si, že většina účastníků i přes obtížnost (je to především práce sama na sobě) započatou cestu už neopustí a že tak přibude rodin, kde bude větší pohoda. U dětí se vytvoří větší sebeúcta a také se naučí větší samostatnosti i zodpovědnosti.*“

Příležitosti k rozvoji tým RVC Holoubek aktivně vyhledává i vytváří. Ze 7 podaných projektů byly podpořeny 2. Projekt „MAMI, TATI, PEČUJ, PRACUJ“ z ESF umožní 100 lidem vzdělávání zdarma a informace 10 zaměstnavatelům v regionu. V měsících duben až červen 2012 bude realizován druhý projekt – Úprava podkroví domu č.p.782 na školící místnost, a to díky dotaci z MAS Holicko.

Zorganizované **jednorázové akce pro veřejnost**: oční screening-preventivní kontrola zraku předškolních dětí, dvě veřejná čtení v rámci projektu Celé Česko čte dětem, tvoření pro děti z Dětského domova v Holicích, koncert dětského chlapeckého sboru Bonifantes... Akcí s doposud nejvyšší návštěvností cca 500 lidí byl Dětský den s dobrovolníky.

Na viděnou v **RVC Holoubek** se těší Milena Vohralíková, Radka Sládková Dostálová, Mgr. Klára Bartoníčková, Mgr. Monika Pavlišová a Vladimíra Krejčíková

www.pardubice.charita.cz/holoubek,
holoubek@charitapardubice.cz,
tel.: 733 141 960



RODINNÉ CENTRUM DaR LUŽE

Na tomto místě bychom Vám rádi, jménem maminek z Luže, Skutče, Řepník a okolí, představili naše Rodinné centrum DaR (Děti a Rodiče) v Luži (dále jen RC).

RC vzniklo jako další středisko Oblastní charity Pardubice v červenci 2010. Necelý první rok jsme sídlili v budově bývalé ZUŠ, v říjnu jsme se přestěhovali do budovy zdravotního střediska Luže. Máme zde krásné, čisté, teplé a příjemné zázemí. Provozovatelem RC je Oblastní charita Pardubice ve spolupráci s Městem Luže, kterým tímto děkujeme!

Rodinné centrum DaR se nachází v Družstevní ulici čp. 213. K dispozici je zde šatna, místnost na posezení pro maminky (slouží také k „Večerům pod lampou“), hlavní místnost se spoustou hraček, skluzavkou, houpačkami, dětskou postýlkou a židličkou, pohovkou, se dvěma stoly a židličkami a plně vybavenou kuchyní (u této místnosti je i krásná ložnice pro teplejší dny). Jedna místnost slouží jako herna s bazénkem a balónky, malou trampolínou a množstvím dalších hraček.

Toto zařízení je zaměřeno na děti každého věku, jejich rodiče a prarodiče. Je pro všechny, kteří chtějí s dětmi aktivně trávit volný čas. Nabízíme sportovní, vzdělávací, poradenské a kulturní aktivity pro rodiče a jejich děti. Snažíme se vytvořit příjemné prostředí, kam se budou rodiny těšit, setká-

vat se, naváží nové kontakty a vyjdou z domácnosti izolace.

Během školního roku 2011/2012 máme pravidelný program:

Úterý 9:00–11:30 a 14:00–18:00
(dopoledne - rytmické pohybové písničky „se zvířátky ve hře, písni a tanci“, odpoledne – zdravotní cvičení s Janičkou – certifikovanou lektorkou jógy v denním životě)

Středa 9:00–11:30 a 18:00–20:30
(dopoledne – zdravotní cvičení s Janičkou a tvoření, večer – „Večery pod lampou“ – večery pro ženy všech věkových kategorií)

Pátek 9:00–11:30
(tvoření s pohádkou)

Každý měsíc také pořádáme většinou dvě mimořádné akce. Jednu sobotu v měsíci se vždy konají tradiční sobotní tvořivé dílny (keramika, adventní věnce, aranžování květin, velikonoční dílny, fimo hmota, ruční práce, atd.), dále divadelní představení, bazárek dětského oblečení, besedy se zajímavými hosty (horečnatá onemocnění u dětí, baby masáže, rakovina prsu, atd.), Den dětí, Den rodiny, karneval, silvestr, vítání jara, výlety a mnoho dalšího.

Rodinné centrum má několik cílů – probudit u dětí zájem o hudbu a seznámení s hudebními nástroji, probudit přirozený zá-



jem o pohyb, probudit dětskou fantazii, rozšířit slovní zásobu, cvičení pro děti zaměřené na protažení celého těla, procvičení hrubé i jemné motoriky s využitím říkadel, písniček a různých pomůcek.

Radostí našeho RC je skutečnost, že programy i tvořivé dílny navštěvují též lidé hendikepovaní. Oblíbili si nás nejen návštěvníci léčebny (Hamzova odborná léčebna pro děti a dospělé v Luži-Košumberku), ale i rodiny s postiženými dětmi. Do programů se zapojují i aktivně. Po roce jsme zaznamenali pozitivní vliv nejen na hendikepované, kteří jsou uvolněnější a radostnější, ale zřetelná je i změna postoje běžného (zdravého) návštěvníka (i dítěte) k těmto lidem.

Dveře Rodinného centra DaR Luže jsou otevřeny všem, i přespolním, proto neváhejte a navštivte nás! Bude se Vám tady líbit!

(Veronika Pešinová a Johana Jirásková)

Sbírka šatstva a humanitární šatník pro sociálně slabé

Každý druhý měsíc probíhá na pardubickém nádraží sbírka šatstva a potřebných věcí (obuv, lůžkoviny, hračky, brýle apod.) pro sociálně slabé. Tato činnost probíhá již několik let ve spolupráci s Diakonií Broumov. Část darovaného oblečení zůstává pro potřeby Charity v humanitárním šatníku v Třebosicích. Většina věcí se však odváží do skladů Diakonie, která je odtud rozdělují všem potřebným.

Oblastní charita Pardubice ve spolupráci s odborem sociálních věcí Magistrátu města Pardubic v loňském roce zrealizovala provoz úschovny oděvů (tzv. humanitárního šatníku) pro potřeby osob a rodin s dětmi ohrožených sociálním vyloučením. Tato pomoc je vítána i organizacemi, které pracují se sociálně slabými v Pardubicích (zařízení pro lidi bez domova, domov pro matky s dětmi, věznice, klienti služby Sanace rodiny) nebo s nimi jakkoli přijdou do kontaktu (nemocnice).

O humanitární šatník se starají charitní dobrovolníci, kteří zde pravidelně darované věci třídí, aby mohly být v případě potřeby okamžitě poskytnuty potřebným.

Bližší informace naleznete:

<http://pardubice.charita.cz/sbirka-satstva/>



Oblastní charita v Pardubicích pomáhá misiím

Pomoc a podpora misijní činnosti je neoddelitelnou součástí působení římskokatolické církve ve světě. Kdo chce podpořit misie či misijní projekty, nabízí se mu dnes celá řada možností.

Oblastní charita Pardubice podporuje již několik let činnost misijních benediktýnů v opatství Münsterschwarzach v Bavorsku. Její podpora spočívá ve sběru použitých známek, které průběžně dostává od různých dárců z celé ČR. Známky jsou následně zpracovávány a tříděny podle daných kritérií. Tuto činnost od počátku koordinuje paní Karla Jiroutová. Vzhledem k tomu, že známek stále přibývá, ujala se třídění a koordinace další skupinky paní Věra Novotná.

Začátkem listopadu 2011 navštívili zástupci OCHPA a dobrovolníků benediktýnský klášter v Münsterschwarzachu, kam odvezli další zpracované známky a kde se

rovněž mohli přímo podívat, jak a kde se se známkami dále pracuje. Skupiny se ujal br. Stephan Veith, který má misijní činnost v zahraničí na starosti. Popsal celý proces

peníze výhradně na projekty pro podporu dětí, konkrétně na stavbu mateřských a základních škol v Tanzánii, na každodenní nákup mléka pro děti předškolního věku v Peru, nebo na projekt pomoci dětem žijícím na ulici ve Venezuele.

Zájemci, kteří by se chtěli do zpracování známek pro misie zapojit, se mohou hlásit v Oblastní charitě Pardubice. Takto mohou misiím pomoci i Ti, kteří je nemohou podpořit finančně.

Průběžně probíhá i sbírka brýlí, která je rovněž určena především pro zahraniční pomoc. Použité brýle posíláme potřebným do afrických zemí. Tato pomoc je však závislá na množství finančních prostředků, které má OCHPA k dispozici, neboť poštovné do Afriky je velmi vysoké. Bližší informace o misijní činnosti OCHPA naleznete na:

www.pardubice.charita.cz/misie/



Münsterschwarzach v Bavorsku

třídění a zpracování známek a jejich prodej. Dále seznámil s projekty, které jsou z výtěžku prodeje financovány. Benediktýni v Münsterschwarzachu věnují získané

peníze výhradně na projekty pro podporu dětí, konkrétně na stavbu mateřských a základních škol v Tanzánii, na každodenní nákup mléka pro děti předškolního věku v Peru, nebo na projekt pomoci dětem žijícím na ulici ve Venezuele.

„Sanace rodiny“ – sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi

Jedním z posledních projektů Oblastní charity Pardubice je sociální služba Sanace rodiny. Podstatou této služby je práce v rodinách, kde hrozí odebrání dítěte/děti do ústavní péče. Jedná se o terénní službu, kdy sociální pracovníci Charity docházejí přímo do rodin, kde pomáhají vytvořit takové prostředí, aby v ní děti mohly bezpečně vyrůstat. Nabízí rodinám pomoc a podporu při řešení jejich problémů a složitých situací. Snaží se učit rodiče, kteří mnohdy sami pocházejí ze sociálně slabých poměrů, jak pečovat o děti a domácnost.

Tuto službu OCHPA poskytuje necelé 2 roky. Přestože to není příliš dlouhá doba, leccos se již podařilo. Nyní této služby využívá 22 rodin. Dále se rozvíjí spolupráce s odbory sociálně právní ochrany dětí (OSPOD), pracovníci se účastní vzdělávacích akcí a pravidelně se schází na kolokviích pořádaných Diecézní charitou Hradec Králové. Na bližší informace o službě jsme se zeptali jedné ze sociálních pracovníček projektu, Michaely Svobodové:

Kolik pracovníků tento projekt v rámci Oblastní charity Pardubice zajišťuje?

V současné době jsou v programu „Sanace“ zaměstnáni čtyři sociální pracovníci celkem na 3,5 pracovního úvazku.

Které problémy řešíte s rodinami nejčastěji?

V poslední době řešíme stále častěji problémy související se zajištěním těch nejzákladnějších potřeb pro rodiny a jejich děti (bydlení, potraviny, práci, finance, školu...). Nejčastějším problémem bývá zajistit rodinám místo, kde by mohly bydlet. Často se zabýváme i dluhovou problematikou. Dalším důvodem spolupráce bývají výchovné problémy dětí. Ve většině případů jsou tyto děti z neúplných rodin a pro-

blémy s chováním jsou často následkem hlubších problémů v rodině.

Můžete čtenářům, prosím, krátce popsat nějaký konkrétní případ z praxe?

O spolupráci s touto rodinou nás požádala sociální pracovníce OSPODu. V té



době rodině hrozilo vystěhování z bytu a v domácnosti byla odpojena elektřina. Děti měly ve škole časté absence a hrozilo jim propadnutí. S matkou jsme vypracovali individuální plán rodiny, kdy dlouhodobým cílem bylo naučit matku hospodařit s financemi. V průběhu spolupráce se ukázalo, že pokud matka něčemu nerozumí, nebo si neví rady, skrývá to, protože má pocit, že by ohrozila rodinu. Postupně ale získala důvěru a začala spolupracovat. Podle plánu se s dětmi pravidelně učila a ty dělaly rychlé pokroky. Děti chodí do školy připravené, mají pomůcky a zlepšily se v prospěchu. Díky tomu se výrazně snížila i jejich absence. Ve škole jsou nyní spokojenější a učení je baví. Největším

problémem rodiny bylo bydlení. Vzhledem k tomu, že se matka po celou dobu spolupráce aktivně snažila řešit svou situaci a dodržovala domluvený měsíční rozpočet, byla rodina zařazena do našeho pilotního programu „bezpečné půjčky“. Byla jí poskytnuta bezúročná půjčka, ze které uhradila dluh na bydlení. Díky tomu získala nájemní smlouvu na byt a mohla si požádat o příspěvek na bydlení. Finanční situace rodiny je nyní stabilizovaná, měsíční splátky jsou nastavené tak, aby byly pro rodinu únosné. Matka zvládá chod domácnosti pouze s naší malou podporou při vypracovávání měsíčního rozpočtu.

Co je pro Vás ve vaší práci nejvíce povzbuzující, co ve Vás vzbuzuje naději řešit i problémy zdánlivě neřešitelné?

Velkým zdrojem chuti do další práce je vidět, jak se situace v rodinách mění k lepšímu a děti mohou zůstat se svými rodiči. I kdybychom pomohli udržet nebo vrátit jediné dítě do rodiny, stojí to za všechnu námahu. Důležité je také neztrácet jistotu v tom, že každý problém má nějaké řešení.

Tato práce je velmi vyčerpávající. Jak to snášíte a kde čerpáte další sílu pro tuto práci?

V naší práci je důležité neočekávat nemožné. V rodinách je často více problémů a je třeba postupovat trpělivě a vážit jednotlivé kroky tak, aby rodinu podpořily řešit svou situaci aktivně. Samozřejmě není možné žádnou pomáhající profesi dělat dlouhodobě a dobře bez podpory týmu, supervize a případových porad. Důležitou součástí naší práce je neustálé vzdělávání a využívání nových metod práce.

Kontakt:
tel.: 461 100 445

DMS – POMOC RODINÁM

Pro jednorázovou podporu **Oblastní charity Pardubice** zašlete dárcovskou SMS ve tvaru **DMS mezera POMOCRODINAM** na číslo **87 777**.

Cena jedné DMS je 30 Kč, Oblastní charita Pardubice **obdrží 27 Kč**.

Více informací najdete na www.darcovskesms.cz

