

CHARITNÍ NOVINY



Vydává Oblastní charita Pardubice | 7. ročník 2018/2019

ZDARMA



Vážení přátelé,

pokračujeme v naší tradici a vydáváme už sedmé číslo našich Charitních novin.

Na prvním místě chci jménem všech zaměstnanců poděkovat Vám všem, kteří jste s nepřehlédnutelnou láskou po celý uplynulý rok podporovali naši činnost finančními dary, modlitbou, dobrovolnou prací nebo účastí na benefičních akcích. I díky Vám se nám daří stále rozšiřovat charitní dílo.

Loňský rok byl velmi hektický. Oslavili jsme 25. výročí Oblastní charity Pardubice, a velmi intenzivně jsme pracovali na rozvoji služeb. V první řadě na rozšíření pobytové odlehčovací služby, kde jsme byli nuceni odmítat nejvíce klientů. Rodina, která pečuje, si zaslouží více podpory a tuto podporu se ji snažíme dávat ve všech službách. Toto zařízení jsme slavnostně otevřeli 5. dubna 2018.

Jako zakládajícím členům Potravinové banky, z. s. Pardubického kraje se nám podařilo velmi rozvinout potravinovou pomoc pro osoby v nouzi v Pardubicích a okolí. Za jediný rok činnosti jsme pomohli 2000 klientům. Dále jsme se zaměřili na rozvoj domácí hospicové péče pro těžce nemocné a nevyléčitelné pacienty. Velmi nás těší II. ročník běhu pro podporu hospicové péče Polabinská trojka a spolupráce se Základní školou nadporučíka Eliáše. Posílili jsme Služby pro pěstouny a Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi a převzali další rodinné centrum v Ronově nad Doubravou. Naše rodinné centrum Holoubek získalo ocenění Vzdělávací instituce roku 2017. Podařilo se nám rozběhnout projekt Pomoc romským rodinám v Luži.

Mám radost, že se nám daří pomáhat i v zahraničí. Naši pomoc jsme rozšířili i o humanitární pomoc na Ukrajinu do měst Vilšany, Neresnytsya, Tjačiv.

Máme být za co vděční. Chtěla bych moc poděkovat všem, kteří za námi stojí a podporovali nás.

Naše činnost by se neobešla bez pomoci dobrovolníků a dárců, bez podpory MPSV, kraje, měst a obcí, farností. Touto cestou tedy děkuji všem příznivcům Oblastní charity Pardubice, zaměstnancům, dobrovolníkům, asistentům Tříkrálové sbírky, dárcům, sponzorům a lékařům.

Říká se, že mít naději není jen mít víru v dobré konce, ale také schopnost hledat cestu i tam, kde se jiní před překážkou zastaví. Poslání Charity „služba milosrdné lásky církve bližním v nouzi“, vypovídá přesně o tomto způsobu cesty a putování po boku těch, kteří si sami pomoci neumějí nebo nemohou a kterými často ostatní pohrdají nebo je přehlíží. A o tuto cestu se snažíme.

Mgr. Marie Hubálková
ředitelka Oblastní charity Pardubice

OTEVŘELI JSME NOVÉ ODLEHČOVACÍ ZAŘÍZENÍ ČERVÁNKY V RÁJI



Dne 5. dubna 2018 jsme slavnostně otevřeli za přítomnosti vicehejtmana Pardubického kraje Ing. Romana Línka MBA., primátora Pardubic Ing. Martina Charváta a dalších hostů nové pobytové středisko Odlehčovacích služeb Červánky přímo v Pardubicích v ulici V Ráji. Prostory střediska požehnal Mons. Josef Suchár, prezident Diecézní charity Hradec Králové.

Zařízení je určeno pro klienty a jejich rodiny, které potřebují své blízké na nezbytný čas, například po dobu vlastní nemoci nebo dovolené, svěřit do péče důvěryhodné, lidské službě a „odlehčit si“ tak od náročné péče. Rekonstrukcí řadového domu se zahrádkou vzniklo příjemné rodinné středisko nabízející vlídnou a zároveň profesionální péči.

Více o novém zařízení a odlehčovacích službách si přečtete v rozhovoru s Marií Hubálkovou na straně 20.

DOMÁCÍ ZDRAVOTNÍ A HOSPICOVÁ PÉČE

„Být druhému člověku nablízku, být s ním, to je to nejdůležitější – v lásce, v životě i v umírání.“

DOMÁCÍ HOSPICOVÁ PÉČE

- zmírňuje bolest a duševní strádání lidí, kteří **trpí nevyléčitelnou chorobou** v pokročilém nebo konečném stádiu
- umožňuje pacientům strávit poslední dny či týdny života **mezi svými blízkými, v prostředí domova, bez nesnesitelné bolesti**
- vychází z přesvědčení, že **nestačí pečovat pouze o nemocné tělo**, důležité jsou i další potřeby člověka – sociální, psychologické a duchovní

PODPORA RODINÁM

- pacientům i jejich rodině je k dispozici lékař, zdravotní sestra, sociální služba, psychoterapeut a duchovní
- **nabízíme podporu a zaučení rodiny** při ošetřování těžce nemocného, zajištění psychologické a duchovní podpory pro nemocného a rodinu
- samozřejmostí je možnost nepřetržité **podpory po telefonu**
- na začátku pečujícím osobám vždy vysvětlíme, co a jak je třeba dělat, jaké mohou nastat komplikace
- rodinu podporujeme v maximální možné míře, většina péče přesto zůstává na ní

FINANCE

- domácí hospicová péče je **hrazena ze zdravotního pojištění, grantů a darů***, předepisuje ji vždy lékař
- zájemci mohou o službu požádat svého ošetřujícího praktického nebo odborného lékaře
- v našich střediscích Vám rádi osobně nebo telefonicky poskytneme jakékoliv další podrobnější informace

*Sbírkové konto na podporu domácí hospicové péče:
2300796054/2010 (Fiobanka, a. s.)

DOMÁCÍ ZDRAVOTNÍ PÉČE

- poskytujeme klientům **profesionální ošetrovatelskou péči** v prostředí jejich domova
- je určena **seniorům**, akutně a **chronicky nemocným, lidem po hospitalizaci** z důvodu úrazu, operace, cévní mozkové příhody apod.
- je plně **hrazená zdravotními pojišťovnami**
- na základě předpisu praktického lékaře **zajišťujeme službu 24 hodin denně**

ZDRAVOTNÍ VÝKONY

- poskytujeme **komplexní zdravotní péči** odborně srovnatelnou se zdravotní péčí v nemocnicích či jiných zdravotnických zařízeních
- provádíme například infuzní terapii, aplikaci léků tisících bolest, prevenci a léčbu opruzenin a proleženin, kyslíkovou terapii, odsávání, polohování či ošetrovatelskou rehabilitaci

DALŠÍ SLUŽBY

- zajišťujeme **pečovatelskou službu** či **služby osobního asistenta** (více na straně 5)
- půjčujeme **zdravotní a kompenzační pomůcky** (více na straně 15)
- po úmrtí nemocného pomáháme při zajištění pietního odvozu těla zesnulého

KDE PŮSOBÍME

- Pardubicko (Pardubice, Lázně Bohdaneč, Opatovice nad Labem, Třebosice a okolí)
- Holicko (Holice, Býšť, Sezemice, Moravany a okolí)
- Kostecko (Kostelec nad Orlicí, Týniště nad Orlicí, Borohrádek a okolí)

KONTAKT

Zuzana Cepková
vrchní sestra pro Pardubicko
☎ **731 646 803**
zcepкова@charitapardubice.cz
V Ráji 732, 530 02 Pardubice

Markéta Vašková
vrchní sestra pro Holicko a Kostecko
☎ **775 296 830**
vaskova@charitapardubice.cz
Palackého 1131, 534 01 Holice

PŘÍBĚHY ZE ZDRAVOTNÍ A HOSPICOVÉ PÉČE

MARIUPOL...

Přimořské průmyslové město na jihovýchodě Ukrajiny u nás válečnými konflikty nechvalně známý Donbas... Místo vzdálené 2000 km, odkud přišli k nám do bezpečí... Nejdříve otec se synem, opustili s bolestí v srdci své ženy, aby mohli finančně zajistit rodinu. Přemýšlela jsem, zda ty válečné nepokoje nejsou dostatečnou lekcí v jejich životě, ale nakonec přišla další v podobě vážné onkologické nemoci hlavy rodiny, manžela a otce dvou dětí. To už do Čech přicestovala i manželka s dcerou. Setkání s rodinou, jako byla tato, bylo pro mne nezapomenutelné... Láska, soudržnost, otevřené a hřejivé srdce všech členů, to bylo to, proč jsem se najednou u nich cítila jako doma. Tady jsem poznala a pochopila pojem teplo domova, tady jsem pochopila, co rodinu

dělá skutečnou rodinou. Možná je to i tím, že mi v žilách koluje rusínská krev, krev z Východu. Ještě jsem se nesešla s tak velkou vděčností, byť jen za milé slovo. Velký rozdíl v úctě k druhým lidem, k rodině, k víře a k bližnímu svému je tolik znát napříč té velké vzdálenosti. Těch pracovních cest do této rodiny nebylo mnoho, přesto i přes zachování profesionálního přístupu mi zůstali všichni členové rodiny v srdci. My, sestry, jsme také jen lidé z masa a kostí mající srdce. Do té práce prostě musíte vložit kus sebe v rovnováze s profesionálním přístupem. Ano, v životě musí být rovnováha - tak jako je den a noc, jako je Světlo a Temno, jako je dobro a zlo, tak je v rovnováze i smrt a poté zrození něčeho nového. Abychom lépe vnímali Světlo, musí být chvíli Tma...

Olívie Husnaiova

V HOLICÍCH

„PROSTĚ JSEM ZDRAVOTNÍ SESTRA, TAK DĚLÁM, CO UMÍM.“

Sestřičky na Charitě za sebou mají bohatou profesní historii, vždyť podle jejich slov: „Tu práci čerstvá absolventka bez zkušeností dělat nemůže.“ a zároveň: „Nezáleží ani tolik na věku, jako na zkušenostech a osobnostních kvalitách“, protože: „V terénu je člověk sám a musí si umět poradit. Pomáhá praxe i získaná odolnost vůči stresu“.

„Mě to baví... Každý den je jiný a někdy je to opravdu adrenalin...“
„Jestli tam člověk dojde, jestli má léky, klíče, všechno... kde si dojde na záchod.“ (smích)

„Každý den jedete jinou trasu, je to vlastně plánovaný adrenalin.“

„Oproti nemocnici je tu větší svoboda... A samozřejmě větší zodpovědnost! Nestojí stále za vámi doktor, staniční, vrchní...“

PRÁCE CHARITNÍ SESTŘIČKY

Práce v terénu je pestrá a dobrodružná. Každý den má sestra seznam pacientů v určité oblasti města a okolí, které musí navštívit a ošetřit. Každý den ale zažívá i mnoho neočekávaných a neplánovaných situací.

K pacientům jezdíme autem. Asi znáte situaci na silnicích po ránu nebo odpoledne. A pak ještě nějaká nová uzavěrka silnice. Stojím v plechové zácpě na křižovatce, auta kolem dokola, ani se nehne. Představuji si, že mám na střeše modrý majáček. Ještě lepší by byla vrtule. Naštěstí většina pacientů pochopí, že mám zdržení, které nemohu ovlivnit.

Zajímavé je hledat nové pacienty. Nemám navigaci, tak studuji cestu doma podle mapy. U většiny nových pacientů to jde hladce, ale jednou jsem jela brzy ráno na odběr krve. Ještě byla tma, jedu silnicí po vesnici a pozoruji, jak stoupají na domech čísla popisná. Ještě pár čísel a budu u cíle. Najednou domy končí, objeví se cedule konec vesnice a poslední, mnou očekávané, číslo tu není. Dál už je jen les. Mezi stromy v dálce problikává světlo, jedu za ním a vzpomínám na jistou pohádku... Opravdu - v lese byl domek a v něm mě čekala paní - usměvavá a milá.

Většina pacientů chce zůstat ve svém bytě a rodina k nim pravidelně dochází i několikrát denně. Ovšem existují i zákony schválnosti, že? Bohužel již několikrát se mi přihodilo, že jsem po ránu našla klienta ležet v bytě někde na zemi, kde strávil noc. Prochladlý, žíznlivý... Mobil mají všichni, ale většinou ho v tu chvíli nemají u sebe. Naštěstí v Pardubicích existuje služba Signál v tísni, kterou zajišťuje Městská policie.

Jsou i zábavné situace, například hledání zubů. Většinou už víme, kde lidé zuby mívají. Tím nemyslím pusy, ale místo, kam si večer dávají zuby umělé. Ovšem zapomínání a nemoc dělají své. Jeden klient také nemohl najít své zuby. Prohledala jsem

Náročná práce potřebuje odpočinek. Co Vás dobíjí?

„Vnoučata...“ (smích)

„Mě třeba baví, když v létě svítí sluníčko, na chvíli zastavím a jenom tak jsem...“

„Každý den jedete jinou trasu a kocháte se krajinou...“ (smích)

„A pustíte si rádio na plný pecky.“ (smích)

- pokračování na straně 20 -



byť, volala dětem a dostala radu: „Prohledejte jogurty!“ A opravdu! Pacient si dal zuby do velkého bílého jogurtu v domnění, že se mu vybělí.

Úsměv může vyvolat i vyplňování formulářů. Ptám se: „Zuby máte svoje?“ „No samozřejmě.“ Zaškrtnu políčko – zuby dobré, vlastní. Pacient pokračuje: „Přeci nebudu nosit babiččinu protézu!“ A já přepisuji na umělé.

Co vykonávám navíc při své práci? Jsem jakýmsi poslem zpráv. Psích. To je pejsků, co za den potkám. Někteří psi obři za plotem se po oslovení svalí na zem a chtějí hladit, někteří malincí pejskové, které lehce přehlédnete, nepřeslechnete a bojíte se vstoupit. Jeden pes mě vždycky čekal s míčkem a musela jsem mu ho hodit. Jednou jsem mu hodila míček nešikovně a pes ho nemohl najít. Tak jsem šla k pacientce. Samozřejmě přes koupelnu - čistá. Převazovala jsem ji obě nohy. Po delší době jsem odcházela a po otevření dveří jsem uviděla na prahu položený míček a pejska, jak tam trpělivě sedí a čeká na pochvalu. Jiný umírající pacient měl vlčáka - krásného, hravého. Vždycky mě vítal a musela jsem nejdříve pohlédit jeho. A pak se zase loučil a vyprovázel mě k výtahu. Chodila jsem k oběma pravidelně. Stav pacienta se zhoršoval. Jednou večer při mém odchodu si mě pes ani nevšiml. Seděl v pokoji nehnutě, hlavu hluboce skloněnou, ocas přitažený k tělu. Jeho pán v noci zemřel.

Moje práce je náročná, veselá, někdy smutná, ale vždycky po všech stránkách zajímavá.

Blanka Sokolová

PŘÍBĚHY ZE ZDRAVOTNÍ A HOSPICOVÉ PÉČE

CO VŠECHNO DO ŽIVOTA SESTRY PŘINÁŠÍ „TERÉN“

Práce sestry v terénu je poměrně pestrá a náročná, nejen časově a psychicky, ale i fyzicky. Ne, ploty přelézat nemusíme, i když z doslechu vím, že i to některá sestřička zvládla. Takový výtah do 5. patra v režimu MIMO PROVOZ, to je prostě nutná ranní rozcvička.

Je důležité umět si i na této práci najít něco, čím tu náročnost vyvážíte, něco, co vás pohladí po duši, např. najít si malou chvilku a usednout k pacientovi, vyslechnout vyprávění z jeho dětství, či mládí, nejen že se dozvíte něco z dob dávných, ale také lze zahlédnout malou jiskřičku v očích vypravěče, i když je to s nádechem nostalgie. A moudrost, která z jejich úst plyne, člověka donutí chtít nechtě se pozastavit a zamyslet nad vším, co obnáší tato doba, která potřebuje takové vypravěče, abychom zase dokázali být pokorní a vděční za vše, co nám život přináší. Když jste schopni vnímat svět nejen očima, ale i srdcem, můžete vidět skoro každé ráno jeden malý zázrak – východ slunce! Krásný výhled se poštěstí při cestách většinou mimo město na venkově. Ty okamžiky, kdy se rozlévá teplé světlo po celé naší Matce Zemi, kdy sluneční paprsky vnesou Světlo i do našich srdcí, pohladí a zahřejí třeba i zachmuřenou mysl, jsou úchvatné... Vždy za takové chvíle děkuji, že můžu být u toho, vidět, cítit a každé ráno se nadechnout a jít dál svojí životní cestou. Velmi často se setkáváme s tím, že to vše vnímáme bez absolutní pokory jako samozřejmost.

PAN JOSEF

Před osmi lety potkal pana Josefa životní zlom. Na Vánoce ráno jej postihla mozková příhoda. Rodina se náhle ocitla v rok trvající nejistotě, kdy čekala na to, zda se bude moci alespoň trochu vrátit k předchozímu životu. Pana Josefa čekal koloběh pobytů na JIP, v nemocnici, léčebně, na rehabilitacích. Rodinu doba úzkosti, naděje, obav i doufání. Plány, které měli, se najednou staly pouze snem z minulosti. Takový životní zlom, prověřil vše - vztahy, lásku, to jak pevně dokáže člověk stát v životě.

Naštěstí vše, co v životě dáme, se nám vrací. To je případ i pana Josefa, člověka, který celý život poctivě pracoval, měl rád své zednické řemeslo, podle slov své ženy byl a je výborným tatínkem, dědečkem a manželem.

O tom jak dokážeme být spolu, kdo jsou naši blízcí a rodina svědčí zdánlivě obyčejný příběh pana Josefa.

Pan Josef se narodil a vyrůstal na podorlickém venkově v malém hospodářství, s poctivou prací a přirozeným vztahem k životu. Byl vychován k tomu, že bez práce nejsou koláče a nikdo na světě není sám. V malém hospodářství nechyběly husy, kachny, slepice, králíci. Rodina spolu trávila hodně času nejen při domácí zabíjačce, oslavách narozenin a svátků a vždycky měl kolem sebe lidi, kteří drželi při sobě.

Jako dítě si rád hrával venku s ostatními dětmi, chytal ryby pod kamenem do ruky a zažíval další klukovská dobrodružství. Měl rád sport, rád a dobře lyžoval. Jako na nejlepší dobu svého života vzpomíná na čas před válkou a po ní, kdy na zájezdu k Černému moři také potkal svoji budoucí ženu. Panu Josefovi se příliš nechtělo z vesnice do města, ale láska je láska a po svatbě se mladá rodina zabydlela v Pardubicích, kde od stavebního podniku, kde pan Josef pracoval, získal garsonku a později byt. Pan Josef je otcem dvou, dnes již dospělých dcer, kterým se velice věnoval, i když to nebylo

A víte co ještě mi tato práce přinesla do života? Skvělý smysl pro orientaci na silnici. Dříve jsem mnohdy nebyla schopná dojet z bodu A do bodu B. Ted' můžu s jistotou říct, že i když nás pošlou takzvaně ke všem čertům, i tuhle cestu zvládnou najít. Mezi dalšími bonusy práce v terénu je překonávání sebe sama. Překonání mnoha překážek, ať už je to přítomnost velkého psa a možný strach z něho / mnohdy se z něj vyklubou pěkný mazel /, komplikovaná dopravní situace, či akutní zhoršení stavu pacienta a následné řešení závažné situace, bývá prostě součástí této práce a je zapotřebí to přijmout. Každý den v terénu je malá životní výzva a nikdy nevíte, co vás čeká. Překonávat ji je vlastně šance pro mne - šance jít dál.

Olivie Husnaiová



vždy snadné, protože cestoval po stavbách po celé republice a později zedničil i ve Frankfurtu a Mnichově a k rodině se často vracel pouze o víkendech. Podle slov rodiny, ale není podstatné, jak často jste spolu, ale jak společný čas naplníte. Pan Josef se svými dětmi, rodinou a přáteli trávil čas na chalupě, nezkazil žádnou legraci a na tvářích svých dcer i vnoučat uměl vykouzlit úsměv. Učil své dcery lyžovat a rád se s nimi vracel do svého milovaného vesnického prostředí nebo na chatu, kterou jako poctivý řemeslník zveleboval a trávil zde čas s rodinou a přáteli.

Říká se, že člověka poznáte podle očí, úsměvu... Ačkoliv se pan Josef musí potýkat s levostranným ochrnutím po mozkové příhodě, které mu znesnadňuje pohyb, z očí i úsměvu je poznat optimistický přístup k životu. A možná i to, že kolem sebe má blízké, kteří pomáhají. Na poliče a na stěně visí dětské obrázky vnoučat pro „nejlepšího dědečka“, pomáhá celá rodina, manželka, dcery i jejich manželé. Pan Josef je vřelý a rád, když se dostane z bytu ven, jednou za deset dní jde se zetěm do blízké hospůdky. I za to, že se jako člověk, který je odkázaný na pohyb na vozíku, může dostat na hokejový zápas, vděčí manželovi své dcery. Rodina pomáhá při koupání a dalších záležitostech, například při pro nás tak běžné věci, jako vydat se na procházku a sejít ze schodů z prvního patra.

Rodina využívá služeb Pardubické charity. Pan Josef rád vzpomíná na občasné pobyty v Odlehčovacím zařízení v Třebosicích, na vlídné pečovatelky a rodinné prostředí, které na bývalé faře dokážou vytvořit. Třikrát týdně za panem Josefem jezdí sestřičky z Charitní ošetrovatelské služby, které mu pomáhají při kondičním cvičení a podle slov manželky jsou nejen profesionální, ale i milé a lidské. Rodina si k nim postupně vytvořila blízký, přátelský vztah a podle slov manželky „všechny sestřičky jsou vlastně už součástí rodiny“.

Jan Lohynský

PEČOVATELSKÁ SLUŽBA A OSOBNÍ ASISTENCE

PEČOVATELSKÁ SLUŽBA

- pomáháme seniorům a osobám se zdravotním postižením či chronickým onemocněním zůstat co nejdéle v přirozeném prostředí a žít osobní život podle individuálních potřeb
- podporujeme rodinu při péči o své blízké
- vycházíme z křesťanských principů
- zajistíme duchovní služby (přijetí svátostí, rozhovor s knězem)

Terénní forma služby poskytovaná v domácím prostředí uživatele.

POSKYTOVANÉ SLUŽBY

- pomoc při péči o sebe a osobní hygieně
- pomoc s chodem domácnosti
- pomoc s přípravou a podáním jídla
- doprovod k lékaři, na úřady, za kulturou atd.
- doprava speciálním automobilem pro osoby se zdravotním postižením

OSOBNÍ ASISTENCE

- je služba poskytovaná lidem s různým typem zdravotního postižení, chronického onemocnění a seniorům
- osobní asistent navštěvuje klienta doma nebo jej doprovází při cestách mimo domov
- pomáhá klientům zvládat běžné denní úkony a žít plnohodnotným způsobem života
- podporuje sociální vztahy, samostatnost a nezávislost

POSKYTOVANÉ SLUŽBY

- pomoc při osobní hygieně
- pomoc s oblékáním, při pohybu apod.
- pomoc se stravováním
- pomoc s úklidem, nákupy, při pochůzkách
- doprovod do divadla, knihovny, na bohoslužbu, na výstavu apod.
- doprovod do školy, zaměstnání, k lékaři
- pomoc při jednání s úřady a prosazování práv a zájmů klienta

PŮSOBÍME NA OKRESE PARDUBICE, DENNĚ OD 6:30 DO 21:30

Mgr. Lada Študentová

vedoucí CHPS Holice
vedoucí CHPS Moravany

☎ **466 681 654, 775 296 831**

lstudentova@charitapardubice.cz

Palackého 1131, 534 01 Holice

Jarmila Klimešová

vedoucí CHPS Pardubice
vedoucí CHS osobní asistence

☎ **466 335 026, 777 296 850**

klimesova@charitapardubice.cz

V Ráji 732, 530 02 Pardubice

Lucie Udržalová

vedoucí CHPS Lázně Bohdaneč

☎ **603 459 486**

ludrzalova@charitapardubice.cz

Šípkova 49, 533 41 Lázně Bohdaneč

PŘÍBĚHY Z PEČOVATELSKÉ SLUŽBY A OSOBNÍ ASISTENCE

KDO SLOUŽÍ LIDEM, NENÍ SLUŽKOU

Pracovnice v sociálních službách nejsou uklízečky ani služky, tyto dámy s velkým srdcem i tento omyl dokážou brát s nadhledem a humorem a jak říká vedoucí Charitní pečovatelské služby Pardubice Jarmila Klimešová, která je zde již 12 let: „Povědomí veřejnosti o naší práci, její odbornost narůstá, se postupně zlepšuje.“

Proč jste si tuto náročnou práci vybrali?

Jaroslava Mojdisová Čížková: Dělán tu práci, protože mám osobitý srdcový vztah k lidem. Nejen ke starým, ke všem, kteří potřebují pomoc, žijí s postižením a tak. A hodně mě to uspokojuje, mám tím obohacený život a dělám to ráda. Nejhorší je ta bezmoc, když těm lidem pomoci nemůžeš... Trápí mě vztah některých rodin ke svým blízkým a pak samozřejmě odchody lidí z tohoto světa, co ti přirostli k srdci.

Hezké na tom ale je, že můžeme umožnit ten život dožít důstojně. Ty lidi celý život nějak žili a pracovali a když už je tělo zraňuje, je fajn, že můžou dožít doma, s láskou, je o ně postaráno, někdo je na ně milý a jsou ještě pořád pro někoho důležití.

- pokračování na straně 21 -



PŘÍBĚHY Z PEČOVATELSKÉ SLUŽBY A OSOBNÍ ASISTENCE

SPLNĚNÁ PŘÁNÍ

K paní K. jsme začali jezdit asi před rokem, kdy se vrátila z nemocnice, kde se uzdravovala z pádu. Byla to drobná babička, která nebyla schopna chůze a celý den proležela. Nás žádala o pomoc s ranní, večerní i celkovou hygienou, protože si nepřála, aby ji umýval syn. Ten bydlí ve vedlejším domě a o maminku se jinak moc hezky stará.

Charita jí půjčila polohovací postel pro větší komfort, lepší manipulaci a hlavně možnost celkové hygieny na lůžku. Již při prvním koupání, bylo jasné, že paní vodu miluje. Koupání si velice užívala, nechala se doslova hýčkat a na závěr prohlásila, že už se těší na příště. I přesto, že se jí koupel líbila, měla paní velké přání dojit do koupelny a dát si dlouhou horkou sprchu. Problémem bylo, že se po pádu bála postavit na nohy, doslova odmítala chodit. Proto jsme se domluvili, že jí půjčíme chodítko a pomalu zkusíme vstát a udělat několik kroků. Začátky byly dost obtížné. Paní chodítko nedůvěřovala, bála se. Díky velké trpělivosti pečovatelek a silné vůli paní K. dojit do koupelny, se postupem času dařilo ujít větší a větší vzdálenosti, až se její sen nakonec splnil. Nyní dojde do kou-

pelny, posadí se na vaně na sedačku, hodí nohy přes okraj jako zamlada a s nadšením si užívá svou oblíbenou koupel.

Paní K. si moc ráda povídá. Vzpomíná na své dětství, manželství a také nás občas překvapí nějakou lechtivou historkou, u které se společně zasmějeme. Paní K. má ještě jedno velké přání. Až bude venku hezky, chtěla by dojít až před dům, sednout si na zápraží a vyhřívat se na sluníčku. I s tím jí samozřejmě moc rádi pomůžeme.

S laskavým souhlasem paní K. zapsaly pečovatelky Holice



BRIGÁDNÍKEM NA CHARITĚ

V životě nastanou různé chvíle a tak se stalo i mně, že jsme se doma nějaký čas starali o prababičku. Díky tomu jsem zjistila, jak důležité je umožnit seniorům zůstat v domácím prostředí a že by mně bavilo jim k tomuto být nápomocná. Když jsem se dozvěděla o brigádě v místní charitní pečovatelské službě, bylo rozhodnuto.

Nástup do nové práce je vždy obtížný a někdy i stresující. Jsem studentka a jednalo se o moji první zkušenost. Spadl mi kámen ze srdce, když jsem zjistila, jak jsou ostatní kolegyně ochotné a že mi pomohou. Byly velice trpělivé, vše mi postupně vysvětlily a ukazovaly. Práce to není snadná a nejtěžší pro mě bylo si zapamatovat, kde jednotliví klienti bydlí a jak u nich péče vypadá. K tomu je třeba dodržovat stanovený čas, a tak si dokážete představit, že začátek nebyl úplně snadný. Naštěstí zapracování probíhalo zvolna. I tak to se mnou kolegyně neměly jednoduché, protože spoustu informací musely pořád dokola opakovat. Je totiž dost věcí, na které člověk musí myslet, aby na něco nebo dokonce na někoho nezapomněl. Naštěstí v úzkých chvílích se bylo

vždy na koho obrátit, kolegyně byly ochotné a chápavé. I teď, když tu jsem téměř dva roky, pomůžou, když je pro mě složitě řešit nějaké obtíže. Nepracuji každý den a před začátkem každé služby netrpělivě a někdy trochu s napětím čekám, co je nového. I za krátkou dobu totiž může nastat spousta změn a všechny musíme být patřičně flexibilní. Obdivuji tuto práci, i když je to často jako na houpačce. Hodně záleží na tom, jak jsou lidé naladěni, jak se vyspí a jestli je něco nebolí. Protože jsme terénní služba, musíme vyjet za každého počasí a za každé situace. Je stále třeba myslet na to, že každý z nás je jedinečný - člověk od člověka.

Nejraději mám dny, kdy se s klienty pobavím a zasměji, když mi vyprávějí zajímavé příběhy, svoje vzpomínky. Líbí se mi, že můžeme klientům umožnit trávit život v prostředí, ve kterém jsou zvyklí, mám radost z jejich pokroků a zlepšení zdravotního stavu.

Brigáda mi přináší spoustu cenných zkušeností, největší odměnou jsou pro mě spokojení klienti.

Aneta Broučková

CRRR, ZVONÍ TELEFON:

„Oblastní charita Pardubice, co pro Vás můžeme udělat?“ Na druhém konci se ozývá rozechvělý hlas: „Dobrý den, já jsem Žemličková, můžete mi říct, co byste pro mě starou bábu mohli udělat?“ Vysvětluji, jak funguje pečovatelská služba, kolik stojí, kdo na ni má nárok a co všechno naše pečovatelky dělají. Paní odpovídá, že vyjmenované činnosti jakžtakž zvládá, ale že si nějak neví rady a tak jí slibuji, že se u ní zastavím.

Když jsem paní Žemličkovou navštívila, otevřela mi špatně chodící babička, která mi vyprávěla svůj příběh. Celá léta se starala o svou mentálně postiženou dceru. Ta se nedávno přestěhovala do chráněného bydlení daleko od Pardubic a nastalou samotu paní Žemličková těžce nese a nemá nikoho, s kým by si mohla popovídat. Nabízím jí proto odlehčovací službu v Mikulovicích, kde mohou senioři aktivně trávit den, na tu ale bohužel paní Žemličkové nezbyvají finance, má malý důchod a ač žije velmi skromně, každou korunu musí

takzvaně dvakrát obracet. Náročná péče o dceru jí neumožňovala vydělávat dost peněz, z nichž by dnes měla „slušný“ důchod. Nabízím jí proto návštěvy dobrovolnice, která by za ní jednou týdně přišla, popovídala si, nebo s ní zašla na vycházku a paní Žemličková nadšeně souhlasí. Po delším povídání mě také napadá, že Charita má potravinovou banku, která by jí mohla usnadnit život. Mluvíme i o této možnosti, ale tentokrát se paní Žemličková nadšeně netváří a nesměle se ptá: „A není to hanba? Vždyť jsou lidé, kteří jsou mnohem potřebnější.“ Odpovídám, ať to tak nebere a ve svých osmdesáti letech myslí také na sebe a v duchu přemýšlím o podobně skromných lidech, kteří pomoc potřebují, sami si neřeknou a ostýchají se ji přijmout. Všem bych s láskou chtěla říct: „Něco pro Vás udělat, je velká radost pro nás.“

Vždyť je psáno: „Cokoliv jste učinili jednomu z nejpošlednějších lidí, mně jste učinili...“ (Mt 25,40)

Markéta Ratkošová

S NAŠÍ POMOCÍ TO JDE

Napíši Vám příběh ženy, která mě provází při mé práci v Oblastní charitě Pardubice, již dvanáctým rokem.

Když jsem v roce 2006 nastoupila do Charitní pečovatelské služby, tato žena již byla její klientkou, tehdy ještě při síle, ač jí bylo 83 let. Od nás potřebovala zajistit jen stravu, ostatní zvládala sama nebo s pomocí rodiny, která by ostatním mohla být příkladem. Vzorň se starali o maminku bydlící ve vlastním bytě.

Nyní je paní 95 let a třetím rokem je upoutaná na lůžko. Bydlí stále sama, k synovi, vzhledem k bytovým podmínkám, jít nemůže a ani o to neprojevila zájem, co si budeme povídat, doma je doma. Pro syna a rodinu není problém u maminky přespát, když to situace vyžaduje. Klientka tak může zůstat v bytě sama, syn a rodina ji několikrát denně navštěvují a naše služby se rozšířily na péči čtyřikrát i pětkrát denně, včetně víkendů a svátků.

Již několikrát jsme se s ní v duchu loučily. Byla slabá, nemohli jsme ji probudit ani na jídlo a pití, ale vždy se jako zázrakem vzchopila. Nezačala chodit, ale našla sílu, posadila se na posteli, komunikovala.

Rodina, ani ona sama, nechťej připustit, že by měla jít do nějakého ústavu. Všichni si přejí, aby naše milá klientka mohla odejít z tohoto světa doma. Vědí, že ten okamžik přijde a upřímně nám vždy děkují za péči o maminku. Klientka i rodina ví, že v těžkých chvílích se na nás mohou obrátit. Snažíme se vždy pomoci a vyjít vstříc. Několikrát jsme služby rozšiřovali, aby si syn i příbuzní mohli odpočinout a odjet třeba na krátkou dovolenou.

Všichni si přejeme, aby naše milá paní mohla odejít doma v přítomnosti svojí rodiny, ať už té biologické, nebo té naší, charitní, protože za ty roky věříme, že jsme se její druhou rodinou stali.

Jarmila Klimešová

PANÍ MARIE S LÁSKOU A VŮLÍ

Z očí i úsměvu paní Marie je znát, že přes všechny životní těžkosti je ráda na světě, má radost z všedních maličkostí a je vděčná za lidi kolem sebe.

Narodila se ve válce, ve které přišla o tatínka, který jako vlakvedoucí pomáhal partyzánům na Vysočině, vozil jim potraviny a léky od své ženy z nemocnice. Později peníze, které jako sirotek po bojovníkovi proti fašismu malé dítě dostalo, znehodnotila na vázaném vkladu komunistická měnová reforma.



Na měšťance v padesátých letech jako jedna z mála chodila na náboženství k rosickému panu faráři, kterého měla moc ráda. Jako malá paní Marie hrála dokonce ve filmu, v detektivce Expres z Norimberka. Později se vyučila prodavačkou a říká: „Celý život jsem dělala v krámě, lítala jak fretka a všechno jsem chtěla mít akorát...“

Vůle a energie paní Pokorné i dnes rozhodně nechybí. Ve svém profesním životě se musela vypořádávat s mnohými výzvami jako vedoucí odborné prodejny s elektrem, mistrová učňů a po revoluci jako majitelka specializované prodejny pro rybáře a modeláře. S těmi si v obchodě užila i legraci. Přinesli ji uloveného kapra, byla nešťastná, protože rybu nikdy nekuchala a tak milí rybáři vzali nůž a ze dvorku se za chvíli vrátili s čerstvě naporcovaným masem. Celý život byla vstřícná a milá k lidem kolem sebe. Ve svém soukromém obchodě zaměstnala učně se zdravotním postižením, nad kterým držela mateřskou ochrannou ruku. Vážila si zákazníků, které viděla vyrůstat z desetiletých kluků v muže, kteří si k ní později přicházeli vybírat vláčky už s vlastními dětmi. I paní Marie má radost ze svých úspěšných vnoučat, které zřejmě podědily její poctivý přístup k životu. Sama ještě jako penzistka nezahálela a byla provozní dvou restaurací a jak říká, nikdo si na ní nepřišel a vše muselo být v pořádku.

Dnes se paní Marie, s vůlí a optimismem, vypořádává se zdravotními omezeními. Kvůli problémům s kyčelními klouby, které lékaři navíc vzhledem k srdeční nemoci nemohli opeřovat, se obtížně pohybuje. Přesto se snaží být co nejvíce soběstačná, sama si uvaří a je zároveň vděčná za pomoc mladých sousedů i jejich dětí. O Charitní pečovatelské službě říká: „...to musíte napsat, že jsem spokojená, že líp jsem si nemohla vybrat a že to stárí je hned veselejší, když takovýhle holky přijdou...“ Pečovatelky, které jí pomáhají s koupáním, úklidem a nákupy má, jak sama říká, jako další rodinu. „Cokoli od těch děvčat potřebujete, tak oni vám zrychtují. Přijdou, potěšej vás i v těžkých chvílích“, říká paní Marie a dívá se přitom na andělíčka od pečovatelky Katky.

Jan Lohynský

MERCI CHARITO

MERCI, děkuji, že jsi tady CHARITO. Půjčila jsem si televizní reklamu. Když je člověk mladý a zdravý, nebo ho jen trápí banální onemocnění ve středním věku, je mu dobře.

Pečovatelky pracují v první linii. Musí všechno umět, vyřešit kdejaký problém, splnit přání seniora, a to většinou ještě nemocného, a ony to umí, pracují klidně a s úsměvem.

Kvalitní péče, přístup ke starým a nemocným v domácím prostředí vše provedeno s klidem a úsměvem je cílem pečovatelské práce. Každá pečovatelka je jiná, ale od každé se lze něco naučit.

Půjčujete kompenzační pomůcky. Pro mne je velmi důležitý „schodolez“. Bydlíme ve 4. podlaží bez výtahu. Na veškerý pohyb mimo byt potřebujeme pomoc a děkuji pánům Machkovi a Pařízkovi, na Charitu mám 100% spolehnutí.

Kvalitní péče, přístup ke starým a nemocným v domácím prostředí vše provedeno s klidem a úsměvem je cílem pečovatelské práce. Děkuji Vám,

Kettnerová

Výňatky z krásného povídání o životě, péči a Charitě.
Celý text najdete na pardubice.charita.cz.

ODLEHČOVACÍ SLUŽBY ČERVÁNKY

POBYTOVÉ ODLEHČOVACÍ SLUŽBY

v rodinném prostředí fary v Třebosicích a v Pardubicích v ulici V Ráji

Poskytujeme **pobyt** (od jednoho noclehu po dobu tří měsíců) klientům, o které se rodina nemůže starat v době vlastní nemoci, dovolené či vlastního nezbytného odpočinku. Zajišťujeme **komplexní péči**, včetně péče zdravotní.

TERÉNNÍ ODLEHČOVACÍ SLUŽBY

přímo v domácnosti klienta

Pokud si pečující osoba potřebuje cokoli zařídit nebo si odpočinout od náročné péče, pracovník Charity se po potřebnou dobu postará o klienta **v domácím prostředí**.

Služby poskytujeme 24 hodin denně.

Eva Janoušková

vedoucí Pobytových odlehčovacích služeb
vedoucí Terénních odlehčovacích služeb

☎ **775 296 833**

ejanouskova@charitapardubice.cz

Třebosice 10, 530 02 Pardubice

V Ráji 786, 530 02 Pardubice



AMBULANTNÍ ODLEHČOVACÍ SLUŽBY

v pracovní dny od 7 do 17 hodin v Mikulovicích

Pečujeme o klienty, kteří z důvodu věku, zdravotního postižení či chronického onemocnění nemohou zůstat sami doma v době, kdy si pečující osoba potřebuje zajistit osobní záležitosti, odpočinout či chodí do zaměstnání. Zajišťujeme dopravu speciálně upravenými automobily.

Mgr. Aneta Betlachová

vedoucí Ambulantních odlehčovacích služeb

☎ **730 529 527**

abetlachova@charitapardubice.cz

Devotyho 1, Mikulovice, 530 02 Pardubice

PŘÍBĚHY Z ČERVÁNKŮ

BÝT SPOLU

Domnívám se, že přáním nás všech je i v seniorském věku zůstat co nejdéle ve svém přirozeném prostředí, ve svém domě či bytě. Zároveň ovšem máme obavu ze samoty a také z toho, že v případě potřeby nebudeme mít koho požádat o pomoc či podporu. Ani pečující rodina přes veškerou snahu není vždy schopná zajistit celodenní péči a věnovat seniorovi potřebný čas. Z podobných důvodů nás oslovila manželka pana S., jehož zhoršující se zdravotní stav vyžadoval péči po celý den. Aby měla prostor také pro zajištění osobních potřeb i pracovních záležitostí, oslovila nás s žádostí o službu.

Pan S. nejprve využíval službu dvakrát týdně, kdy jsme pro něj zajišťovali především dopomoc při chůzi, vstávání z křesla a pomoc při přijímání jídla. Protože byl pan S. velmi společenský a rád trávil čas společně s ostatními klienty při procházkách nebo při společenských hrách, rozhodli se s manželkou, že do Mikulovic bude jezdit každý den.

Ráno jsme pana S. přivezli z několik kilometrů vzdálené vesnice a nabídli mu čerstvé pečivo a kávu. Po snídani jsme pána doprovodili do malé ložnice, kde si většinou ještě chvíli zdíml. Jakmile si trochu odpočinul, zapojil se ihned do veškerého dění. Velice rád si za doprovodu kytary zazpíval, když bylo pěkné počasí, přál si jít na procházku a na zmrzlinu, rád si povídal s ostatními klienty a nebo venku na zahrádce hrál hry, které pomáhají trénovat paměť. Ve smluvené dny jsme mu také zajistili dopomoc při hygieně v bezbariérové sprše, kterou kvůli zhoršené pohyblivosti nemohl provádět doma. Pan S. rád také navštěvoval pravidelnou bohoslužbu slova, která se v Mikulovicích pro klienty, kteří mají zájem, koná jednou týdně.

Postupem času se stav pana S. natolik zhoršil, že musel začít využívat služby pobytového zařízení. I přesto jsem ráda, že jsme mu umožnili znovu se zapojit do společenského života, trávit čas s vrstevníky dle jeho představ a zároveň ještě nějaký čas strávit v domě, který společně se ženou za svých mladých let postavili.

Aneta Betlachová



V RÁJI V TŘEBOSICÍCH

Je to již sedm let, co jsem ve slunném měsíci červenci začala pracovat v pobytové odlehčovací službě Červánky v Třebosicích. Donedávna bylo toto zařízení vymazleným jedináčkem, nyní už má mladšího sourozence v Pardubicích v ulici V Ráji.

Červánky jedna se nacházejí v Třebosicích na bývalé faře, kde po vstoupení původními dřevěnými dveřmi získáváte pocit, že jste na chaloupce se zahrádkou, kde jste trávili dětství třeba právě s babičkou a dědou. Kapacita lůžek je pro osm klientů, čímž se zachovává rodinná atmosféra.

A pak tu máme Červánky číslo dvě, nedávno otevřené v Pardubicích. Třebosice jsem nazvala chaloupkou, zde musím použít spíše označení moderní vilka, ve které je ovšem také zachována rodinná atmosféra s kapacitou devíti lůžek a hlavně, kolik lidí může na otázku „Kde pracuješ?“ odpovědět „V Ráji“...

V obou zařízeních je úžasná parta pečovatelek i pečovatelů, kteří se o Vaše nejbližší starají s trpělivostí, láskou a úctou.

Na závěr bych chtěla použít jednu větu jedné klientky, která mi zůstala v hlavě, nejprve mě vyděsila a vzápětí dojala, když jsem si uvědomila, že i toto je vlastně ocenění naší práce. „Víte, mě se u vás tak líbí, že bych tady chtěla zemřít.“

Renata Vavřínová Zudorová

NA SVĚTĚ NEJCENNĚJŠÍ JE...

Před nějakou dobou jsem přemýšlela nad tím, proč dnešní společnost zavírá oči před stářím a proč seniory často vnímá jako nepotřebné osoby, které již nemají co nabídnout. Já jsem ovšem přesvědčena o opaku. Klienti ambulantní odlehčovací služby jsou o dvě generace starší než já a domnívám se, že se od nich mohu učit a inspirovat každý den.

Nedávno mi jeden klient vyprávěl o svém krásném manželství, o tom jak v něm nemusí slavit ani na MDŽ ani svatého Valentýna, protože pro něj a jeho ženu je svátek každý den, který mohou strávit spolu. Přestože pan P. neměl život lehký, protože jeho maminka zemřela hned po porodu a od mládí mu život komplikuje jeho zhoršující se oční vada, užívá si život plnými doušky. S manželkou chodí na koncerty, organizují setkání s přáteli, raduje se z přítomnosti svého pejska a vlastně nám všem ukazuje, jak je důležité užívat každý okamžik života i přes překážky, které nám připravil.

Přestože sám se musí vyrovnávat s vlastními životními zkouškami, stále z něj vyzařuje velká pohoda, klid, láska k přírodě a životu. S pokorou zvládá životní těžkosti a nikdy nezapomene poděkovat, mile popřát hezký den, a přirozeně vytvořit příjemnou atmosféru.

Řekněte, máme před takovým životním přístupem zavírat oči? Neměli bychom se naopak od seniorů snažit čerpat co nejvíce zkušeností, poslouchat jejich příběhy a být vděční za všechno co nám mohou a chtějí předávat?

Aneta Betlachová



BRIGÁDA NA CHARITĚ

Hodně mladých lidí se ptá: Maturita – a co dál? Já jsem se rozhodla, že se nevrhnu hned znovu na učení, ale budu nejdřív trochu pracovat. Hledala jsem nějakou práci v sociálním odvětví a měla jsem to štěstí, že jsem narazila na malou faru, skoro chaloupku, kde Charita provozuje odlehčovací službu. Rodinná atmosféra, milí kolegové a individuální přístup ke klientům mi dali příležitost, dělat práci s radostí.



Mladého člověka, který zatím seděl jen ve školní lavici, čeká nejen mnoho nových úkolů, ale i nový pohled na všední činnosti. Uvědomila jsem si, že není samozřejmostí si samostatně lehnout do postele a zachumlat se bez pomoci do peřiny, aby se člověk cítil příjemně. Natož vstát a jít po svých. Povedený den se vyznačuje tím, že klient sám vstane z postele, že posedí venku, že se pořádně nají, že se dobře vyspí. A také, když se najde čas, zahrát si s klienty hru, vyrobit ozdobičky do okna, složit puzzle, zazpívat si, zajít na procházku.

Po dvou měsících jsem se musela na nějakou dobu s prací rozloučit. S klienty jsem se loučila s vědomím, že je už asi příště neuvidím, protože službu využívají jen na kratší dobu. O to překvapenější jsem byla, když jsem se vrátila a opět viděla známé tváře. A nejen to. Místo chodítka, se kterým jsme dříve nacvičovali chůzi, v pokoji byly jen „fofrklacky“ (berle) a nácvik chůze spočíval v chůzi za ruce nebo o jedné berle. Je to obrovský pokrok, ale jen krok k cíli, který si klient předsevzal.

I když je na faře většinou klidný život, denně je spousta radostných momentů a překvapení.

Johanka Dostalová

Krásné dobré ráno, Anet, dovolte mi prosím krátký mail jako poděkování za to, jak skvěle se staráte o tatínka.

Opravdu chci ocenit laskavou péčí vás všech. Každé naše setkání mi vypráví, co jste vyráběli, co jste všechno dělali, jaké tam má kamarády.

Až k slzám mě včera dojala, když jsem od tatínka dostala anděla, kterého jste vyráběli společně. A jeho hrdý pohled, když mi vyprávěl, že mamce vyrábí dárek k Vánocům a napínal ji, že ji nic neřekne ať si počká...s tím jeho šibalským úsměvem, který se již objevuje jen zřídka...to je prostě k nezaplacení.

Děkuji za Vaši práci, která je nelehká, ale i tímto mailem bych Vám chtěla dát vědět, že ač její výsledek není hmatatelný, je vidět a hlavně cítit.

Moc děkuji za to, že nám pomáháte vrátit jednomu úžasnému člověku, i přes jeho nemoc, radost a důstojnost do života.

Za celou rodinu Bára

SLUŽBY PRO RODINY S DĚTMI

SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍ SLUŽBY PRO RODINY S DĚTMI

- **Pomáháme rodinám s dětmi v tíživé životní situaci**, kterou nemohou nebo nedokážou samy bez pomoci řešit.
- Pracujeme také s rodinami, kde hrozí odebrání dítěte z rodiny, nebo již k odebrání došlo.
- Rodinám poskytujeme **odborné poradenství v sociální oblasti** a oblasti **mezilidských vztahů, výchovy a péče o děti**, poradenství v oblasti **hospodaření s penězi**, pomáháme s vyřízením sociálních dávek, při hledání zaměstnání apod.
- Smyslem služby je **pomoci rodině dostat se z nepříznivé situace a naučit ji, jak se s problémy do budoucna vypořádat**.
- Jedná se o službu **sociální prevence** poskytovanou **bezplatně** na Pardubicku, Holicku a Chrudimsku

Mgr. Karolína Šilarová

vedoucí střediska Služeb pro rodiny s dětmi

☎ **461 100 445, 777 296 826**

ksilarova@charitapardubice.cz

Češkova 1247, 530 02 Pardubice

SLUŽBY PRO PĚSTOUNY

- **Podporujeme pěstounské rodiny** a jejich děti a pomáháme naplňovat jejich základní potřeby.

Mgr. Radka Zýskalová

odborná garantka Služeb pro pěstouny

☎ **461 100 445, 733 161 620**

rzyskalova@charitapardubice.cz

Češkova 1247, 530 02 Pardubice

Služby poskytujeme terénní a ambulantní formou.

- **Terénní forma** – v prostředí rodiny, po dohodě v pondělí až pátek od 8 do 18 hodin na Pardubicku, Holicku a Chrudimsku
- **Ambulantní forma** – po domluvě na adrese Češkova 1247 v Pardubicích a v Holicích v ulici Dudychova 782.



PŘÍBĚHY RODIN S DĚTMI V NOUZI

S POMOCNOU RUKOU

V životě přicházejí chvíle, kdy se člověku zdá, že problémy jsou nad jeho síly a hledá pomocnou ruku. To je i případ maminky třech dětí, která se na naše středisko obrátila v březnu, zda bychom s ní mohli navázat spolupráci. Už po první schůzce bylo zřejmé, že pomoc naší služby potřebuje.

Maminka je samoživitelkou, stará se o tři děti a žije se svými dcerami Kamilou, Aničkou a nejmladší Kateřinkou v pronajatém bytě, kde jsou náklady na bydlení příliš vysoké. Navíc zde nemůže mít ani trvalé bydliště a proto nemá nárok na přiznání dávek ze systému sociálního zabezpečení. Pro maminku je situace velmi těžká a někdy se zdá, že je psychicky nad její síly a proto jsme ji nabídli i terapeutickou pomoc odborníka, na kterou pravidelně dochází.

Finanční situace rodiny není příliš dobrá, k vysokému nájmu má ještě několik dluhů. K posílení finanční nezávislosti jsme matce zprostředkovali právní poradenství naší

externí právničky přímo v našem středisku. Paní doktorka jí pomohla vyřešit situaci podáním návrhu na oddlužení, který jí byl později schválen. Nabídli jsme také pomoc z potravinové banky a protože děvčata mají problémy se zády, podařilo se nám oslovit i nadaci, která poskytla finanční příspěvek na postele, matrace a židle, aby se holčákům ulevilo po zdravotní stránce.

Aby mohla matka příležitostně docházet na brigády, když čas a hlídání dovolí, starší dcery začaly docházet do pondělního Klubu dětí přímo k nám na středisko. Tady tráví čas s ostatními dětmi a naučí se mnoho zajímavých věcí. Dále za děvčaty docházejí dobrovolníci na doučování českého jazyka a matematiky a díky tomu se jim zlepšily i výsledky ve škole.

Maminka je za naši službu vděčná a dle jejích slov se cítí sebevědomější a optimističtější.

Tereza Saifrtová

CESTA PÁJI A JÁRY

Jednoho dne zvoní pracovníci Služeb pro péstouny Oblastní charity Pardubice mobil a na druhém konci se ozve milý hlas, budoucí péstouni si s námi chtějí smluvit schůzku. Při osobním setkání usměvaví manželé, kteří již byli schváleni jako náhradní rodiče, nám sdělili, že pro ně krajský úřad vytypoval dva brášky a mají se s nimi seznamovat. Společně jsme prošli doporučený postup, ujasnili si pravidla, promluvili si o rizicích a jali plánovat další kroky. Budoucí klíčová pracovníce rodiny se spojila s klíčovou pracovnící přechodné péstounky, u které Pája a Jára pobývali, a domluvily se na společném setkání všech.

Po týdnů jedeme na návštěvu k přechodné péstounce. Nejdříve si povídáme jen dospěláci a po dvou hodinách přijíždí i kluci ze školy. První setkání klaplo na jedničku. Další setkání je plánováno na úřadě, kam přijedou i rodiče kluků, aby vyjádřili svůj názor na aktuální dění. Maminka pracuje v zahraničí, kluky chce vídat na narozeniny a na Vánoce, kdy je má v plánu brát ke svým rodičům a tatínek bojuje se svou závislostí na drogách, nemá stálé bydlení, klukům stále něco slibuje, ale skutek utek, často se na dlouhou dobu odmlčí, není na něj spoleh. Kluci se

účastní opět až druhé poloviny setkání, jsou šťastní, že táta i máma souhlasí, aby šli k dlouhodobým péstounům. Zájem péstounů o děti je zjevný, vždyť už mají domluveno, kam by kluky vzali do školy, kam budou chodit k pediatrovi i zubaři, Pája na logopedii a Jára na oční. Na schůzce je domluveno, že si budoucí péstouni podají návrh k soudu, že chtějí děti do péče a než soud rozhodne, budou se s Pájou a Járou a přechodnou péstounkou vídat přibližně jednou za čtrnáct dní.

Návrh je podaný, snad soudní proces nebude trvat moc dlouho, aby kluci mohli nastoupit od dalšího ročníku do nové školy. Přechodná péstounka s kluky a budoucími péstouny zatím jezdí na výlety, pořádají společné obědy, poznávají se. Budoucí klíčová pracovníce manželům doporučila prohlubovat si vědomosti v dané problematice a trpělivost. Všichni držíme hlavně dětem pěsti a uděláme maximum pro to, aby se jejich situace vyvíjela dál v jejich zájmu a pro jejich blaho. Nechceme, aby děti byli zanedbávané, týrané a zneužívané, ale chceme, aby vyrůstaly v milující rodině, která jim dá ten nejlepší start do budoucího života.

Hana Balcarová

DEN PĚSTOUNSTVÍ PUTUJE PO MĚSTECH PARDUBICKÉHO KRAJE



V Pardubickém kraji je stále pro téměř 300 dětí jedinou možností vyrůstat v ústavní péči. Krajský úřad ve spolupráci s neziskovými organizacemi a s obecními úřady intenzivně hledá další zájemce o dlouhodobou péstounskou péči. Péstounská péče je vhodným řešením pro všechny děti, které z různých důvodů nemohou zůstat u svých rodičů. Ústav rodinu nenahradí.

Krajský úřad Pardubického kraje zřídil pracovní skupinu pro vyhledávání péstounů, která se pravidelně schází pod vedením radního zodpovědného za sociální věci a neziskový sektor Pavla Šotoly. Skupina mapuje aktivity na podporu péstounské péče, iniciuje realizaci dalších aktivit a řídí krajskou kampaň, jejímž cílem je vyhledat nové zájemce o péstounství a zvyšovat prestiž péstounské péče. Největší akcí této kampaně je Den péstounství. Vychází z potřeby poděkovat stávajícím péstounům za jejich ne vždy snadnou práci při péči o děti, které nemohou vyrůstat ve svých rodinách. Den péstounství putuje po jednotlivých městech kraje, každého ročníku se ujímá některá z neziskových organizací za finanční podpory Pardubického kraje. První Den péstounství v roce 2017 hostilo město Pardubice, letošní ročník Litomyšl.

Martina Šťastná

MPSV Systémový rozvoj a podpora nástrojů sociálně-právní ochrany dětí

Pracuji v pardubické charitě dvanáct let jako vrchní sestra. Za tuto dobu jsem poznala spoustu úžasných altruistických spolupracovníků, kteří v mém srdci zanechali nesmazatelné stopy.

V současné době jsem již dvojnásobným péstounem. Chlapce máme již v dospělém věku. S manželem jsme se rozhodli, že dáme šanci na normální život ještě jednomu opuštěnému dítěti. Cesta byla velmi trnitá. Po vytipování vhodného dítěte euforii střídalo zklamání...Nadarmo se neříká, že na problémy nikdo nesmí být sám. Velkou oporou se nám stala doprovázející pracovníce paní Mgr. Zýskalová. Pomohla nám nejen odbornými radami, ale i nesmírně citlivým a lidským přístupem, kterého si velmi vážíme.

Markéta Vašková

Děkujeme Vám, Radko, jste skvělá!

pěstounka a vrchní sestra CHOS Holice

SUPER PRAXE

Jsem studentkou Univerzity Hradec Králové, oboru sociální patologie a prevence. V květnu jsem měla možnost být na týdenní praxi ve Středisku služeb pro rodiny s dětmi. Jeho posláním je pomoc a podpora rodinám s dětmi v tíživé životní situaci, pomoc jim tuto situaci řešit, překonávat její negativní dopady a vytvořit příznivé podmínky pro děti. Hlavní náplní odborné praxe bylo zapojení se do běžného chodu střediska. Nejdříve jsem byla seznámena s posláním a strukturou organizace. Posléze jsem navštívila za týden celkem osm rodin. Většina setkání byla v terénní formě u klientů doma, pouze jedna byla

formou ambulantní. Rodiny využívaly Sociálně aktivizační služby a Služby pro péstouny. Praxe pro mě byla velmi přínosná, jak z hlediska školy, tak osobního života. Rozhodla jsem se nadále spolupracovat se střediskem a stát se dobrovolnicí. Po ukončení studia, bych se zde chtěla angažovat jako sociální pracovníce. Poznatky, které jsem získala, budu nadále rozvíjet. Praxi budu doporučovat svým spolužákům, jelikož každá organizace neumožní takto proniknout až do hloubky chodu pracoviště - mohla jsem se zúčastnit a zapojit do každé plánované akce, jako kdybych zde pracovala.

Aneta Marková

RODINNÉ A VZDĚLÁVACÍ CENTRUM HOLOUBEK

POSLÁNÍ RVC HOLOUBEK

- Je určeno **rodinám s malými dětmi z Holic a okolí** (včetně sociálně znevýhodněných).
- **Pravidelné programy** – tvoření, zpívání a hudebně pohybové aktivity s odbornými lektorkami.
- Velký zájem je o **půjčování didaktických her**.
- Zajišťuje **hlídání pro 3-6leté děti**, v případě zájmu rodičů i odpolední pobyt v centru včetně spaní.
- Denně přístupná **volná herna a zahrada** s prvky pro rozvíjení tělovýchovných schopností.

Milena Vohralíková

vedoucí Rodinného a vzdělávacího centra Holoubek

733 141 960

holoubek@charitapardubice.cz

rvcholoubek.cz

Dudychova 782, 534 01 Holice



PRAVIDELNÉ AKCE

- **Rodičovské skupiny** řeší problémy pod vedením odborné sociální pracovníce v kruhu ostatních.
- **Pomoc při doučování dětí** a při přípravě úkolů do školy.
- **Baby klub** – odborné konzultace a pomoc v oblasti péče o novorozence a děti do 1 roku.
- Diskutujeme o problematice kojeneckého věku, vývoji a výživě pod vedením porodní asistentky.
- **Cvičení pro těhotné** a odborná pomoc při přípravě na mateřství.
- Pravidelné **pohybové cvičení s říkadly** pro děti s rodiči ve dvou věkových skupinách (od 1 roku).
- **Keramika** pro děti i dospělé.
- **Angličtina hrou** – děti od 4 do 7 let.
- **Vzdělávání dětí s prvky Montessori**.
- Pravidelné čtvrtetní **zpívání dospělých**, setkávání generací u klavíru a kytar.
- **Odborné výchovně vzdělávací konzultace** o přechodu dítěte z rodiny do mateřské a základní školy, o vlivu rodiny na psychiku dítěte a o předcházení stresovým situacím v rodině.
- **Abeceda řemesel**, při které mají děti možnost se seznámit s různými řemesly a praktickými činnostmi.

DALŠÍ ČINNOSTI – jednorázové akce

Narozeniny v Holoubku, Den v pohybu pro celou rodinu, Rozloučení s prázdninami, Mikulášská besídka, Dětský karneval, výlet dětí s rodinami – letos na zámek Častolovice, „Celé Česko čte dětem“ za účasti dětí z Dětského domova, přednášky pracovníce pedagogicko-psychologické poradny, dobrovolnická práce (výroba adventních věnců, Tříkrálová sbírka a další), pečení vánočních perníčků pro děti, Vánoční zpívání, „Celé Česko zpívá koledy“, vystoupení pěveckého sboru RVC Holoubek RADOST v Domech pro seniory v Holicích a Moravanech a další. Sledujte www.rvcholoubek.cz

Akce pro seniory – jarní a podzimní tvoření pro radost, základy práce na počítači, trénink paměti.

KDYŽ ŽENY INSPIRUJÍ ŽENY

PRO SVŮJ ROZVOJ – PRO RODINU – PRO PRÁCI

RVC Holoubek pořádá již šestým rokem bezplatné vzdělávací kurzy nejen pro ženy. Absolventka současného projektu ŽenyPRO říká: „Prožitkové vzdělávání mi do života přineslo spoustu nezapomenutelných vzpomínek (hřejivých u srdce), které často jen tak a nebo ve chvílích nejnutnější potřeby opráším a vím, co bych od života chtěla, jak bych se toužila cítit a tuším, co bych pro to mohla udělat. Od té doby mě baví snít, mít se zdravě ráda a užívat si života prací i odpočinkem. Jé, jak ráda na vás vzpomínám!“

PROJEKT ŽenyPRO



ženypro
vzdělávací projekt pro ženy

- **Počítačové kurzy**
- **Pravidelná vzdělávací setkání pro ženy**
- **Týdenní pobytové vzdělávání**
- **Konference s rodičovskou tematikou**
- **Individuální koučování**
- **V případě potřeby, zajišťujeme péči o děti po dobu vzdělávání**

Vladimíra Krejčíková

koordinátorka projektu

603 566 141

zenypro@charitapardubice.cz **@zenypro**



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

Projekt ŽenyPRO s r. č. CZ.03.2.60/0.0/0.0/15_022/0000998 je financovaný za pomoci Evropské unie z prostředků Evropského sociálního fondu a Operačního programu Zaměstnanost. www.esfcr.cz

Veškeré vzdělávací aktivity projektu ŽenyPRO financovaného z ESF jsou bezplatné. Projekt potrvá do června 2019. Pro inspiraci zhlédněte zážitky účastnic v krátkých videích na www.zenypro.cz a na sociálních sítích.



Zhlédněte krátké video ŽenyPRO prostřednictvím QR kódu nebo na <https://bit.ly/2v52IT8>

RODINNÉ CENTRUM DaR

POSLÁNÍ RC DaR (Děti a Rodiče)

RC DaR je určeno rodinám s dětmi z Luže a okolí (včetně sociálně znevýhodněných). Podporujeme zdravé fungování rodiny a předávání hodnot. Vytváříme prostor pro upevňování a rozšiřování rodičovských kompetencí. Snažíme se předcházet sociální izolaci maminek na rodičovské dovolené, seniorů a mezigeneračním konfliktům. Podporujeme oživení lidových tradic a setkávání příslušníků různých generací.

Mgr. Dominika Košnarová, DiS.

vedoucí Rodinného centra DaR

☎ **603 880 938**

rcdar@charitapardubice.cz

f **materskecentrum.estranky.cz**

Družstevní 366, 538 54 Luže



PRAVIDELNÉ AKCE

- **Hrátky s batolátky a Vaření s pohádkou** pro rodiče s nejmenšími dětmi v úterý a pátek dopoledne.
- **Mamiňáček** – klub pro maminky - prostor pro výměnu zkušeností, diskusi a pomoc.
- **M_ANIMA** – kurz pomáhající maminkám připravovat se k nástupu do zaměstnání, získat sebevědomí a skloubit práci a péči o domácnost.
- **Klub otazník** – pro školáky - středa dopoledne.
- **Tvořím, tedy jsem** – tvoření i pro dospělé 1x měsíčně.
- **Pro náctileté ping-pong** – dle předchozí dohody
- **Společ** – 1x za měsíc v sobotu dopoledne.
- **Píšťalky** – pro školní děti, nauka hry na flétničky.
- **Cvičení pro zdraví** – čtvrtetní cvičení pro ženy s prvky jógy.
- **Krizová intervence** – 1x měsíčně je sociální pracovnice k dispozici pro klienty v obtížné životní situaci, po domluvě na tel.: 607 937 120.
- Každé prázdniny organizujeme **příměstské tábory pro děti z Luže i okolí**, 2 běhy vždy pro cca 30 dětí.

DALŠÍ ČINNOST RC DAR

- Besedy, workshopy, odborné přednášky na různá témata týkající se podpory a správného fungování rodin (např. víkend otců se syny), besedy pro těhotné, o nemocech a očkování dětí, o první pomoci, o emocích, efektivním rodičovství, otec na mateřské, vnitřní motivace dětí, autismus, hyperaktivita dětí, staráme se o své blízké, cestujeme s dětmi, Babičko nauč mě... – předávání dovedností, zkušeností, zážitků, pletení, háčkování, vyšívání, šití, vaření, příprava sirupů, mastí z léčivých bylin, tancování charlestonu, swing, poslech hudby... Žijeme v Luži – formou kulinářských a rukodělných workshopů se snažíme o navázání přátelského vztahu romských a neromských rodin.
- Jednorázové akce: Masopustní průvod, Vynášení Morany, Velikonoční dílny, Mezinárodní Den Země, Den dětí, Den matek, Den otců, Den Charity, Zapískáme na prázdniny, dva běhy týdenního příměstského tábora, Loučení s prázdninami, Pasování na školáčky, Víkend otců s dětmi, Bazárek dětského oblečení, Lampiónový průvod, Výroba adventních věnců, Koledování v domově pro seniory Glossus, Vánoční besídka pro maminky s dětmi, Vánoční vystoupení píšťalek. Spolupracujeme se Sociálně aktivizačními službami pro rodiny s dětmi.

POMOC ROMSKÝM RODINÁM V RC DaR LUŽE

Od srpna 2017 je v Rodinném centru DaR Luže uskutečňován program pomoc romské komunitě v Luži. Hlavním posláním projektu je zvýšení spolupráce školy a rodičů v oblasti školní docházky, zvýšení počtu dětí, které budou vyučené a výpomoc těmto dětem v získání zaměstnání. Dílčím cílem programu je začlenění romských rodin a zvyšování rodičovských kompetencí. O úspěšnosti programu svědčí vysoká účast a zájem o přednášky a kurzy, například: Co je důležité pro dosažení úspěchu ve škole, Oblasti zdravotnictví či práva, Finanční gramotnost, Rodina a komunita, Vztahy mezi generacemi a s lidmi v okolí, Moje životní dráha, co umím a co mohu dokázat, Jak najít práci, napsat životopis a uspět u přijímacího pohovoru.

V praktickém kurzu šití, se zájemci učí šít oblečení, potřeby pro domácnost nebo praktické výrobky – např. batoh na cvičky pro děti, penál na pastelky, peněženka. Pod vedením dvou lektorek se zde schází více než 10 žen a mnoho dětí, pro které je připravený rukodělný program – výroba loutek, přáníčko pro maminku z knoflíků apod.

Komunitní pracovník Oblastní charity Pardubice pan Ivan Červeňák úzce spolupracuje s romskými rodiči a orgány veřejné správy (správa sociálního zabezpečení, úřad práce, městský úřad...), dále dohlíží na školní docházku, pomáhá dětem s domácími úkoly a nabízí jim smysluplné trávení volného času v hudebně tanečním spolku Loly Růža. Oblastní charita Pardubice dále zajišťuje spolupráci romských rodin s Mateřskou školou a základní školou Luže, nově je navázána i spolupráce s Odborným učilištěm Chroustovice, kam dochází větší část romských dětí. Aktivita je podpořena z dotačního programu Úřadu vlády ČR Pomoc romským rodinám a činnost celoročně podporuje MPSV, Oblastní charita Pardubice, Město Luže a Pardubický kraj.

RODINNÉ CENTRUM KOUTEK

CO NÁS ZAJÍMÁ A CO DĚLÁME, KDYŽ SE SEJDEME

- **Tvoření** - tvoříme tak, aby se mohly zapojit i menší děti, respektujeme roční období, pracujeme tématicky (připravujeme se na Velikonoce, barvíme vajíčka, vyrábíme pomlázky, zajíce; v zimě krmítka pro ptáčky, vyrábíme sněhuláčky, před Vánoci zdobíme perníčky).
- **Pohyb** - je velmi důležité podpořit u dětí touhu po pohybu, hrajeme si na žabáky a skáčeme, chodíme na společné procházky, děti prolézají tunelem, cvičíme, připravujeme pro děti opičí dráhy, chodíme na hřiště.
- **Příroda** - podporujeme u dětí pozitivní vztah k přírodě, děti milují zvířata a naše výlety vedou i na okolní farmy, kde mohou poznat hospodářská zvířata, nosíme jim jídlo a krmíme je po dohodě s vedením farmy, jezdíme na konících, navštěvujeme oboru s vzácnými dravci a bílými jeleny.
- **Zdraví** - máme snahu utužovat naše zdraví, na jaře a na podzim navštěvujeme solnou jeskynu.
- **Kultura** - plánujeme s dětmi na podzim absolvovat nějaké divadelní představení určené právě dětem.

Rodinné centrum podporuje i zdravé sebevědomí - setkáváním maminek s dětmi dochází i ke zvýšení sebevědomí rodičů často izolovaných mateřskými povinnostmi, děti se učí reagovat na jiné podněty, než znají z domovů, setkávají se s vrstevníky a připravují na další důležitý krok v životě - nástup do školky, kde mohou potkat některého z kamarádů.

Scházíme se většinou i o svátcích a prázdninách.

Úterý a čtvrtek 9:00 – 11:30

Vítání jsou rodiče, příbuzní i známí, pečující o malé děti.

Pestrý program vychází jednou měsíčně.

Pružně reagujeme na aktuální situaci a potřeby..



Tamara Jirků

vedoucí Rodinného centra Koutek

737 661 499

rckoutek@charitapardubice.cz

@kouteknahrani

**Galerie Antonína Chittussiho, Čáslavská 309
538 42, Ronov nad Doubravou**



Poděkování

Děkujeme všem, kteří se nyní i v minulosti podíleli na tom, že v Ronově nad Doubravou rodinné centrum funguje. Konkrétně Volnočasové Kulturní Ronovské komisi (VoKuRko), ZŠ, MŠ, Městu Ronov nad Doubravou, Oblastní charitě Pardubice, MPSV, týmu, který připravoval program a vedl centrum a v neposlední řadě maminkám, babičkám, příbuzným a známým, kteří svou přítomností Koutek podpořili a podporují.



TROCHA HISTORIE

Letos v listopadu Rodinné centrum Koutek v Ronově nad Doubravou oslaví již třetí výročí existence. Založeno bylo v roce 2015 s ideou, že v našem malém městečku vznikne nový unikátní spolek, který obohatí společenský život, pomůže lidem na mateřské a rodičovské dovolené k lepšímu kontaktu s okolím a poskytne jim bezpečné zázemí pro setkávání se s jejich ratolestmi.

Tím zázemím se stala místnost v Galerii Antonína Chittussiho blízko náměstí. S pomocí správných lidí, města, sponzorů a z peněz ze zorganizovaného dětského karnevalu bylo možné dětské centrum rozeběhnout, pořídit nábytek, koberec, hračky a další potřebné věci pro jeho fungování.

Od května 2018 nás vzala pod svá ochranná křídla Oblastní charita Pardubice, která zajistila našemu centru díky projektu MPSV finance, určené na podporu rodin.

Chystáme zajímavé přednášky a myslíme přitom na všechny věkové kategorie. Těšíme se na další setkávání rodičů a jejich dětí, na zábavu připravenou na míru těm, kteří se účastní, ale i těm, kteří by se účastnit mohli. Jsme otevření dalším podnětům ke zlepšení naší činnosti. Nápadů máme spousty a když vzájemně investujeme energii, věříme, že Rodinné centrum v Ronově nad Doubravou bude dále prosperovat a vzkvétat a přispějeme ke spokojenosti obyvatel nejen našeho města, ale i těch v našem blízkém okolí.

KLUB DĚTÍ

KLUBÍK

Jmenuji se Kateřina, je mi osmáct let a jsem lektorkou Klubu dětí, ve kterém pomáhají i dobrovolníci Barbora Hálová a Jan Falta. Děti tomuto bezplatnému kroužku pro klienty Služeb pro rodiny s dětmi říkají Klubík. Umožňujeme jim smyslně trávit čas každé pondělí od tří do pěti hodin odpoledne. Vždy je čeká nový program, přizpůsobený všem. Je to občas obtížné, kroužek navštěvují děti od šesti do patnácti let. I díky tomu se učí ohleduplnosti a toleranci.

Cílem klubu je vytvořit příjemné a bezpečné prostředí, do kterého se

mohou vracet a zprostředkovat jim zážitky, ke kterým by se jinak nedostaly.

Důležitým cílem je ukázat dětem dobré vlastnosti: soucit s druhými, toleranci, trpělivost, schopnost rozdělit se, umění pomoci, přátelství.

Minulý rok jsme společně nacvičili Vánoční hru pro sociální pracovníce, pomáhali při smyšlené záchraně velryb a posledních pár měsíců se z nás stali agenti FBI. Tento program jsme zakončili víkendovou akcí s přespáním. Bylo to opravdové trampování v přírodě, postavili jsme stany, vařili na ohni, vykopali záchod, hráli na kytaru. Děti s radostí prozkoumávaly les i okolí, cílem malých agentů bylo totiž pochyťat gangstry. Děti si užily zábavu a překvapily mě svým dobrým chováním. Jak jinak - kdo si hraje, nezlobí...

Tento rok pro děti chystáme již druhý příměstský tábor. Vloni jsme trávili Léto na divokém západě a z dětí se stali na pět dní kovbojové



a Indiáni, kteří během tábora hledali společný mír. Letos se vydáme na Cestu kolem světa.

Dále pro děti plánujeme různé výlety a já doufám, že se mi na podzim podaří uspořádat ještě jednu víkendovou výpravu.

Od první schůzky Klubu dětí v dubnu 2017 se hodně změnilo. Z dětí se stala úžasná parta, otevřená dalším kamarádům, kteří by chtěli být její součástí. Osobně musím říct, že se na kroužku mnoho naučili nejen děti, ale i já a myslím, že i moji pomocníci – dobrovolníci Barbora a Jan, kterým moc děkuji za ochotu pomáhat druhým.

Kateřina Pospíšilová



DALŠÍ SLUŽBY

PŮJČOVNA KOMPENZAČNÍCH POMŮCEK

Usnadňují péči, přinášejí větší komfort pacientům i pečujícím. Lidé se sníženou soběstačností mohou zůstat součástí přirozeného prostředí a plnohodnotně žít v kruhu blízkých.

Pardubice

Ivana Rejkubová

☎ **466 335 026, 775 296 843**

pondělí – pátek 6:30 – 15:00

Holice

Mgr. Lada Študentová, DiS.

☎ **466 681 654, 775 296 831**

po předchozí domluvě

Půjčujeme antidekubitní matrace, francouzské hole, infuzní pumpy a stojany, kyslíkové koncentrátory, WC nástavce, polohovací postele, sedačky do vany, mechanické vozíky, chodítka, toaletní židle a další.



DOMÁCÍ PRÁCE VŠEHO DRUHU

instalatérské práce * montování a oprava nábytku *
zahradnické práce * úklid domácnosti, sněhu

Garantujeme solidní jednání, vstřícný přístup a ceny přijatelné pro seniory.

Ivana Rejkubová

☎ **466 335 026, 775 296 843**

pondělí – pátek 6:30 – 15:00

DALŠÍ SLUŽBY

SOCIÁLNÍ ŠATNÍK

Shromažďujeme **oblečení a obuv pro dospělé i děti v nouzi** z Pardubic a okolí, nábytek a věci potřebné pro domácnost (lůžkoviny, ručníky atd.), hračky, školní potřeby, kočárky i autosedačky.

- Čisté, nepoškozené oblečení a spárované boty zabalené v igelitovém pytli nebo tašce můžete nosit do charitních kontejnerů na textil.
- Spolupracujeme s organizacemi zaměřenými na **pomoc osobám v nouzi**, nemocným nebo osobám ohroženým sociálním vyloučením.

pondělí – pátek 6:30 – 15:00

Michal Boháč

☎ 466 335 026, 775 296 844

mbohac@charitapardubice.cz
Pichlova 1573, 530 02 Pardubice



CHARITNÍ KONTEJNERY NA TEXTIL:

Pardubice I

nábřeží Závodu míru
(parkoviště u ZŠ)

Pardubice II

Varšavská x Prodloužená
(za prodejnu COOP)
Partyzánů
Okrajová 297

Sedláčkova u č. p. 433

Valčíkova u č. p. 327

Družby za č. p. 379

Grusova - parkoviště

Pardubice III

Jana Zajíce

(u Penny Marketu)

Bartoňova u č. p. 839

Na Drážce u č. p. 1558

Pardubice IV

Staročernská
(Slovany točna MHD)

Pardubice V

Chrudimská 145
Pichlova 1573
(u výměníku tepla)

Holice

Palackého
(u záchranné služby)

Lázně Bohdaneč

Šípkova
(naproti středisku Charity)

satnik@charitapardubice.cz

DOPROVOD A DOPRAVA OSOB

- Poskytujeme dopravu speciálně upravenými automobily pro **bezpečnou přepravu osob se sníženou soběstačností**.
- Doprovodíme Vás k lékaři, do místa poskytování sociálních služeb, na návštěvy za rodinou, přáteli nebo za kulturou.
- Zajistíme **asistenci při přesunu** z domácnosti do vozidla, např. do sanity.

Ivana Rejkubová

☎ 466 335 026, 775 296 843

info@charitapardubice.cz
V Ráji 732, 530 02 Pardubice



POTRAVINOVÁ POMOC

Oblastní charita Pardubice je zakládajícím členem **Potravinové banky PARDUBICE**, z. s., která je součástí České federace potravinových bank.

www.potravinovabanka.cz



Cíle:

- **obnovení solidarity mezi lidmi**
- **zabránit plýtvání potravinami a současně pomoci odstranit chudobu a hlad**
- **získávat potraviny a zajišťovat jejich distribuci potřebným**

Ve spolupráci se sociálními pracovníky ostatních organizací a institucí **zajišťujeme distribuci potravinové pomoci potřebným**.

Mgr. Karolína Šilarová

☎ 461 100 445, 777 296 826

potravinovabanka@charitapardubice.cz
Pichlova 1573, 530 02 Pardubice

ZE ŽIVOTA OBLASTNÍ CHARITY PARDUBICE

OSLAVA 25 LET CHARITY

Začátky pardubické Charity v 90. letech byly nesený nadšením a obětavostí zaměstnanců a dobrovolníků. Od doby, kdy sestry a pečovatelky chodily pěšky, jezdily MHD a střídaly se o dvě jízdní kola zaparkovaná na faře, se mnohé změnilo. Ze skromných začátků, kdy existovala jedna služba ošetrovatelská a jedna sociální, vyrostla Oblastní charita Pardubice v jednoho z nejdůležitějších poskytovatelů sociálních a zdravotních služeb v regionu.



Rádi bychom poděkovali všem dobrým lidem, kteří darovali kus sebe a zasloužili se o to, že můžeme dál pokračovat ve společném díle, které se započalo již před čtvrt stoletím. Oslavy 25. výročí zahájila 26. října 2017 mše svatá v kostele sv. Bartoloměje, kterou celebroidl prezident Diecézní katolické charity Hradec Králové Mons. Josef Suchár. Hudební doprovod zajistila křesťanská kapela Smile Back z Letohradu, která vystoupila i v pardubickém Domě techniky, kde oslava pokračovala za přítomnosti důležitých hostů, dobrovolníků, bývalých a současných zaměstnanců.

NÁRODNÍ POTRAVINOVÁ SBÍRKA

V listopadu se Oblastní charita Pardubice opět zapojila do Národní potravinové sbírky. Od dobrých lidí jsme přijímali darované potraviny a drogerii v obchodních domech. Ze svého skladu potravinové pomoci pardubická Charita zajišťuje distribuci potravin potřebným.

DEN CHARITY NA PARDUBICKU

Také na Pardubicku se konala celostátní propagační akce Den Charity u příležitosti svátku sv. Vincence z Pauly, patrona charitních zařízení. Cílem akce bylo informovat širokou veřejnost o nabídce poskytovaných služeb. Veřejnosti se představilo Rodinné centrum DaR Luže, s bohatým programem, atrakcemi a výtvarnými dílničkami pro nejmenší spojeným s bazarem dětského oblečení. Zbylé šatstvo bylo poskytnuto pro potřeby sociálního šatníku. Rodiny s malými dětmi přivítalo Rodinné a vzdělávací centrum Holoubek v Holicích s programy: Přijďte si s námi zazpívat, Montessori, Cvičení pro těhotné, Veselé tvoření s Radkou a nabízelo volnou hru pro rodiče a děti. Oblastní charita Pardubice představovala svou činnost v informačním centru Nemocnice Pardubického kraje a konala další Den otevřených dveří ve střediscích Odlehčovací služeb Červánky v Mikulovicích a Třebosicích, které poskytují pobytovou, ambulantní a terénní pomoc seniorům a rodinám, které pečují o své blízké.

CHARITA SE PŘEDSTAVOVALA

Charita představovala své služby na Dnech Holicka. Zdravotní sestry z Charitní ošetrovatelské služby Holice návštěvníků měřily zdarma krevní tlak a podávaly informace o službách pardubické Charity, která má přímo v tomto regionu tři střediska.

Oblastní charita Pardubice představila své služby i na Veletrhu sociálních služeb. Sociální pracovnice ze Střediska služeb pro rodiny s dětmi připravily soutěže pro nejmenší a s pracovníky Charitní pečovatelské služby informovaly o charitním díle. Návštěvníci si mohli vyzkoušet kompenzační pomůcky pro klienty s pohybovým omezením.

Naši práci jsme představovali také na Dni Země, pro děti jsme připravili soutěžní úkoly, mimo jiné i sestavení budky pro ptáčky jako součást prezentace nově připravovaného benefičního projektu Budky pro Domácí hospic.



5. CHARITNÍ PLES

Všechny milé příznivce i širokou veřejnost přivítala Oblastní charita Pardubice 3. února na 5. charitním plese, nad kterým převzal záštitu vicehejtman Pardubického kraje Ing. Roman Línek. Výtěžek ve výši 45 503 Kč podpoří Domácí hospicovou péči Oblastní charity. Děkujeme všem dárcům, dobrovolníkům a umělcům, kteří podpořili tuto benefiční akci. 6. charitní ples se bude konat 2. března 2019, předprodej vstupenek v Turistickém informačním centru Pardubice.



2. ROČNÍK BĚHU PRO HOSPIC

16. května se na hřišti Základní školy Pardubice-Polabiny, npor. Eliáše konal již druhý ročník běžeckého závodu pro děti a dospělé „Polabinská trojka“. Běh, z jehož výtěžku bude podpořena Domácí hospicová péče, se konal pod záštitou starosty městského obvodu Pardubice II Mgr. Radka Hejného a ve spolupráci s naší Oblastní charitou.

ZE ŽIVOTA OBLASTNÍ CHARITY PARDUBICE

OCENĚNÍ RVC HOLOUBEK

Rodinné a vzdělávací centrum Holoubek uspělo v celonárodní soutěži Vzdělávací instituce roku 2017, kterou pořádala Asociace institucí vzdělávání dospělých. Kvalitu poskytovaných služeb posuzovali přední čeští odborníci na vzdělávání. Holické centrum Holoubek Oblastní charity Pardubice uspělo i v konkurenci velkých institucí. Na slavnostním galavečeru v Praze 15. listopadu slova prezidentky AIVD Mgr. Jany Brabcové: "Jak něco tak malého, může dělat něco tak dobrého" pobavila všechny přítomné, Rodinné a vzdělávací centrum Holoubek získalo i ocenění publika za nejlepší prezentaci.



CHARITA DĚTEM

Na den dětí připravilo Rodinné a vzdělávací centrum Holoubek různé sportovní disciplíny a vědomostní hry. 1. června navzdory nepřízní počasí proběhl Dětský den i ve středisku Služeb pro rodiny s dětmi v Češkově ulici pro děti klientů. Bohatý program připravilo i Rodinné centrum DaR. Oblastní charita se účastnila také Hravého odpoledne na Základní škole npr. Eliáše v Polabinách, kde připravila aktivity pro děti a propagovala své služby. Bohatý program má i Rodinné centrum Koutek v Ronově nad Doubravou, které přešlo pod křídla Charity, která centru pomáhá s profesionalizací služeb. O prázdninách rozšiřujeme aktivity Klubu dětí o příměstský tábor a víkendové pobyty pro děti z rodin v nouzi, aby i ony mohly o prázdninách zažít legraci a dobrodružství.

POMOC ZAKARPATII

V červnu Oblastní charita Pardubice pořádala ve spolupráci se Základní školou Pardubice-Polabiny, npor. Eliáše a Základní školou Josefa Ressla materiální sbírku na pomoc dětem z ukrajinského sirotčince ve Vilšanech a pacientům z nemocnic v Tjačivu a Neresnytsi. Od září roku 2017 ve spolupráci s Pardubickým krajem Charita mohla do těchto nemocnic na Zakarpatii dovést již 15 malých nákladních aut pomoci obsahující zdravotnické potřeby, povlečení, ručníky, jednorázové pleny a kompenzační pomůcky. Podle radních Pavla Šotoly a Ladislava Valtra, kteří pořádali materiální sbírku mezi zaměstnanci Pardubického kraje, v jednání je i dodávka zdravotnických přístrojů. Jako dar příspěvkových organizací Pardubického kraje putovali na Ukrajinu také polohovací postele, zdravotnické oblečení pro nemocniční personál a ložní povlečení.

LOLY RŮŽA V PARDUBICÍCH

Spolek Loly Růža spolupracující s Rodinným Centrem DaR Luže a podporovaný Oblastní charitou Pardubice vystoupil na Pernštýnském náměstí v rámci 9. ročníku Multi-kulturního týdne a na Festivalu pod duhovým křídlem. Toto je pouze jedna z aktivit v rámci Programu pomoci romským rodinám realizovaném v charitním Rodinném centru DaR Luže. Pomoc místní romské komunitě je zaměřena na děti i jejich rodiče. Zaměstnanec Charity pan Ivan Červeňák dohlíží na školní docházku dětí, zajišťuje doučování, o víkendech nabízí smysluplné trávení volného času v rámci hudebního a tanečního spolku Loly Růža. V rodinném centru DaR byl pro velký zájem rozšířen kurz šití potřeb pro domácnost a přednášky na zdravotní, sociální, psychologická a jiná témata jsou vždy naplněny pozornými posluchači.



ADVENTNÍ VĚNCE PRO DOMÁCÍ HOSPIC

Až 80 procent lidí si přeje odejít z tohoto světa doma v kruhu nejbližších. Oblastní charita v rámci Zdravotní a hospicové služby poskytuje podporu rodinám, které chtějí pečovat a být se svými blízkými až do konce. Služba je částečně hrazena zdravotními pojišťovnami. Tam, kde peníze nestačí, nastupují dárci. Každoročně Charita pořádá benefiční akci Adventní věnce pro domácí hospicovou péči.

Zájemce o společné vyrábění jsme přivítali v Salesiánském klubu mládeže v Pardubicích, na farách v Holicích a Sezemicích, na Univerzitě Pardubice a v ČSOB Pojišťovně. Děkujeme všem, kteří věnce vyráběli, prodávali, kupovali, přispěli do sbírkové pokladničky, nebo nás podpořili darem. Za věnce bylo utrženo 128.509 Kč



ZAHRA NIČNÍ POMOC

JOYCE MŮŽE CHODIT DO ŠKOLY



Oblastní charita Pardubice podporuje od roku 2013 indickou dívku Joyce v programu Adopce na dálku. Každý rok pořádáme sbírku mezi zaměstnanci. Finanční prostředky Joyce pomáhají na cestě za vzděláním, po prázdninách bude chodit do osmé třídy.

Program Adopce na dálku Diecézní katolické charity Hradec Králové pomáhá od roku 2000 v oblasti Belgaum a Bangalore v indickém státě Karnataka. Partnery na indické straně jsou arcibiskup Bernard Moras a biskup Peter Machado. V Bangalore je projekt veden pod názvem ASHA, což znamená Naděje, a v Belgaum pod názvem BALA JEEVAN JYOTHI, což znamená Dát naději a světlo dětem.

V obou oblastech fungují střediska, ve kterých působí a žijí místní koordinátoři, učitelé, řeholníci a dobrovolníci, kteří mají na starosti práci s podporovanými dětmi, dohlíží na to, zda děti docházejí do školy pravidelně a jaké jsou jejich školní výsledky.

Důležitou součástí projektu jsou i prázdninové tábory, na kterých děti prochází řádnou lékařskou prohlídkou, aby se předešlo vážným onemocněním.

V rámci projektu Adopce na dálku® jsou také realizovány doprovodné projekty Večerní vzdělávání dětí, Kvalifikační kurzy, Podpora bydlení chudých rodin s dětmi a Podpora zdraví. Většina z nich je uskutečňována díky dárcům Tříkrálové sbírky.

Chcete-li se do této pomoci jednorázově či trvale zapojit, informace naleznete na adopce.hk.caritas.cz

UKRAJINA - ZEMĚ VZDÁLENÁ A MÉMU SRDCI BLÍZKÁ

V září loňského roku jsem pracovně navštívila tuto nádhernou zemi. Nebyla to moje první cesta a nejspíš ani poslední...

V srpnu mě oslovila paní ředitelka dašické školy: „Mar- kéto, nechtěla bys s námi jet na Ukrajinu jako zdravotník? Pojede asi 20 dětí a 5 dospělých.“ Neváhala jsem ani vteřinu a souhlasila. Jelikož znám místní poměry vcelku dobře, tak jsem se snažila nic nepodcenit. Zajistila jsem si základní léky, antibiotika, inhalátory, převazový materiál, injekce. A stejně jsem zažila šok. Pepíkovi se v noci špatně dýchalo. Měl dráždivý, štěkavý kašel. Aplikovala jsem injekční kortikoidy. Chlapci se trochu ulevilo. Kolega hasič- nyní řidič autobusu doběhl pro pana domácího. Ve vteřině jsme se rozhodli, že nasedneme do jeapu a Pepíkovi vystrčíme hlavu z okna, aby se dýchací cesty proudem vzduchu ochladily. Představa koniotomie – tady hluboko v horách, byla pro nás až posledním řešením. Po 15 minutách jsme dojeli do jakéhosi pochybného vesnického zařízení – nechci psát zdravotnického, protože to ani vzdáleně nepřipomínalo...Našemu malému pacientovi bylo po bláznivé jízdě zase o něco lépe. Přivítala nás moc milá sestřička. Aplikovala ještě uvolňovací injekci ze stříkačky, kterou jsme si dovezli. Následoval převoz do 30 km vzdálené nemocnice...

Tady nadáváme na systém, ale tam žádný není. Tady máme dostupnou zdravotní péči, tam není žádná. Tady máme hojnost - tam je bída. Tady máme krásné sanitky, nemocnice, defibrilátory...Tam jsou vozidla z padesátých let. Když jsem se zeptala, kde mají defibrilátor, tak mně od-



pověděli, že sanitka v těch výtlocích, tak skáče, že se občas srdeční akce sama nahodí. Do zdravotnického zařízení jedete skoro hodinu, což je leckdy pozdě...V nemocnici je špína. Bojíte se čehokoliv dotknout. Vybavení není žádné. Díváte se na zem, jestli po ní nepolezou štěnice. O čistě povlečených postelích si můžete nechat pouze snít.

Co však oni mají a my leckdy ne - to je dobrosrdečnost, lidství a slušnost. Snegli by Vám modré z nebe a sami nemají nic...Tato země si zaslouží naši pozornost!

Moc si vážím zaměstnanců naší charity, kteří můj zá- měr podpořili. Podařilo se nám předat 10 aut povlečení, plen a obvazů. Děkuji i lidem, kteří předání humanitární pomoci zprostředkovali na Zakarpatské Ukrajině.

Markéta Vašková

SBÍRKA ŠKOLNÍCH POTŘEB

Pravidelná prázdninová akce na pomoc dětem z rodin nacházejících se v tíživé životní situaci. Darované školní pomůcky rádi přijmeme v sídle Oblastní charity Pardubice, V Ráji 732.

☎ 730 572 959, dobrovolnik@charitapardubice.cz



MARIE HUBÁLKOVÁ O ČERVÁNCÍCH

Paní ředitelko, co si máme vlastně představit pod pojmem „odlehčovací služby“?

Odlehčovací služby pomáhají rodinám či jiným pečujícím osobám zajistit péči o osoby, které z důvodu věku, zdravotního postižení či chronického onemocnění (zejména lidi s demencí) nemohou zůstat samy doma bez dohledu, v době, kdy si pečující osoba potřebuje zajistit osobní záležitosti nebo si odpočinout od náročné péče.

Proč Oblastní charita vlastně přišla na nápad nabízet takové služby?

Oblastní charita Pardubice má převážně terénní služby. Pomáháme rodinám, které pečují o své blízké, aby člověk mohl zůstat, kde se cítí dobře, kde ho mají rádi, aby mohl doma i zemřít. Postupem času jsme přišli na to, že je to velmi těžký úkol. Rodina potřebuje více podpory a pomoci. Proto jsme vybudovali nejdříve ambulantní odlehčovací služby, aby rodina mohla chodit do práce a přitom bylo o jejich blízkého postaráno a každý večer mohli být opět spolu. Později jsme služby rozšířili o pobytovou formu odlehčovacích služeb, aby rodina mohla odjet na dovolenou a odpočinout si.

Kdy a jak Charitní odlehčovací služby Červánky vznikly? A proč zrovna „Červánky“?

Ambulantní odlehčovací služby vznikly v roce 2007. Naskytla se nám možnost pronajmout si budovu školy v Třebosicích a později tamtéž i faru u sv. Jana Nepomuckého, kde jsou červánky obzvláště krásné. Červánky bývají večer a to nám připomíná večer našeho lidského života, který může být také moc pěkný, pokud máme okolo sebe hodné lidi, přátele, rodinu, smysluplnou náplň dne. A v tomto se snažíme našim klientům pomoci.

V HOLICÍCH

„PROSTĚ JSEM ZDRAVOTNÍ SESTRA, TAK DĚLÁM, CO UMÍM.“

„Já ho mám rozbité, tak si zpívám...“ (smích)

Proč děláte tuhle práci?

„To je otázka...“ (úsměv) „Nebudu říkat velká slova. Je to náročná práce, jste pořád za volantem, v létě, v zimě, v dešti, na náledí... Ale nechci sedět v kartotéce. Třeba později, ale teď mě to baví, i když je to náročné. Prostě jsem zdravotní sestra, tak dělám, co umím.“

„Můžu posoudit různá zaměstnání, jsem původně chirurgická sestra, pracovala jsem i na psychiatrii a jinde. Často je to náročné, sestry schází, děláte na směny, přesčasy a když máte hodnoty nějak nastavené, chcete být s rodinou, dětmi, tak tohle je supř jiná práce.“ (úsměv)

„Na škole jsme měli i praxi v terénu. Líbilo se mi to... Říkám si – jednou... A bylo to za chvíli...“ (smích)

„Je to hezká práce, s lidmi... Klienti jsou jiní než v nemocnici, jsou uvolnění, berou vás jako součást svého přirozeného života.“

...

„Jsme většinou v terénu, takže si nelezeme na nervy, jsme si vzácní...“ (smích)

„Je nás tu dvanáct. Zdravotní i hospicovou péči děláme všichni, víkendy, svátky, sloužíme pohotovosti, střídáme se...“

„V okruhu šedesáti kilometrů známe každou zkratku přes

Pozná klient a jeho rodina, že jsou v zařízení Charity?

Doufám, že jsou naše služby specifické. Kvalitou služeb, úctou k člověku a dobrými vztahy.

Můžete odhadnout kolika klientům, rodinám pomohli tyto služby? A v čem vlastně pomáhají?

Tyto služby fungují od roku 2007. Pomáhají odlehčit rodině, aby lépe zvládla péči o své blízké. V ambulantních službách jsme měli 393 klientů, v pobytových službách 286 klientů, v terénní službě 30 klientů.

Charita otevřela nové středisko odlehčovacích služeb přímo v Pardubicích. Jak náročné jej bylo vybudovat?

Vybudovat nové středisko bylo velice náročné. Charita má omezené možnosti. Koupili jsme dům na úvěr. Na rekonstrukci jsme dva roky pořádali benefiční akce a sbírali sponzorské dary. O to větší radost máme. Naše úsilí je požehnáno.

Vzrůstá zájem o takovéto služby?

Ano o tyto služby vzrůstá zájem. V posledním roce jsme měli často plno, museli jsme odmítnout, proto tyto služby rozšiřujeme.

V tuto chvíli můžete nabídnout přechodné ubytování a péči 17 potřebným. Chystáte se tuto péči dále rozšiřovat?

Počítáme, že dostatek místa bude tak jeden až dva roky. Proto plánujeme další rozvoj.

Daří se Vám oslovovat nové zaměstnance? Předpokládám, že se pro takovouto práci nehodí každý...

Hledáme empatické lidi, kteří budou tuto práci dělat celým srdcem. To není lehký úkol. Dnes si hodně lidí přeje mít práci, která má smysl a práce v charitě smysl má. Zaměstnanci oceňují dobrý kolektiv a dobré vztahy, o které se snažíme.

- pokračování ze strany 3 -

pole. Netušila jsem taky, že takové malé vesničky a osady vůbec existují...“ (smích)

Zažijete při tak náročné práci i legraci?

„U jedné paní... Mají nádherného, velkého psa. Vždycky ho zavírají, když přijdu... Jednou zapomněli... Já už stála za brankou a najednou se mi něco opřelo zezadu o ramena a vedle mé hlavy byla ta jeho obrovská. Co teď? Stála jsem nehnutě, nikdo nešel... Tak nevím, kde se to ve mně vzalo. Zařvala jsem: Slez ze mě! On se asi leknul a já mohla jít pracovat.“ (smích)

„Ke klientce i přes plot skočíte, když není vysoký.“ (smích) „Neměla jsem klíče, vratká branka se se mnou kývala, chvíli jsem na ní seděla, nakonec jsem ji gymnasticky překonala a šla za pacientkou.“ (smích)

Setkání v holické Charitní ošetrovatelské službě bylo zajímavé i veselé. Výjimeční lidé se mohou zdát navenek obyčejní, svou práci nepotřebují popisovat velkými slovy, to, že k ní přistupují srdcem, je totiž znát i beze slov.

Jana Komárková: Mám v sobě odjakživa, že bych chtěla dělat práci, která není bezduchá a dává zpětnou vazbu. Tohle mi přišlo smysluplné. V Charitě je těžká práce a i když jsem mohla jít párkrát jinam, neudělala jsem to. Nejlepší je, když vás někdo pochválí, že jsme mu pomohli. Těžké chvíle jsou, když člověk z tohoto světa odchází i to čekání...

Kateřina Němcová Kolik let na charitě pracuji? Kolegyně pomohly. Sedm let? Nejlepší na naší práci je, když klienti jsou spokojení, usměvaví a mají vše, jak si přejí. Jsem ráda za každý ušetřený čas, kdy si s nimi člověk může chvíli povídat. Toho si cení nejvíc a dělá je to šťastnějšími. I tato práce má svá úskalí a není vždy vše růžové, přesto mě práce s klienty v terénu baví.

Marcela Faltysová: Do Charity jsem přišla v květnu 2011 z jiné služby, dokonce i s klienty. Mám radost, když jsou lidé spokojení, když jsou v pohodě.

Jeden čas mi trochu vadilo, když u klienta byl větší nepořádek, já se snažila - marně. Později jsem pochopila, že je to jeho svět a pro něho je v pořádku. I o tom je úcta k člověku. Když to jde, nabídnout, uklidit a je vidět, že i on je spokojený. Ale nenutit.

Zdena Tomčalová: Já jsem na Charitě vlastně podruhé, když jsem se po pětileté přestávce vrátila, udělalo mi velkou radost, že mě má bývalá klientka i po letech poznala a hlásila se ke mně. Chyběli mi lidé a uvědomila jsem si, že chci jít tímhle směrem – pomáhat starším. **Děláte po návratu něco jinak?** Ne, jen si možná držím víc hranice, pomůžu, udělám, ale zavřu za tím za sebou. Je to dobré pro mě i pro klienty. Velkou školou je paní Klimešová. (obě se smějí) Jarmilka mi dává odvalu, nadšení...

Jarmila Klimešová: Dřív to bylo jiné, začala jsem od terénu, dělala sociální práci, řídila provoz. Fungovali jsme na jednu směnu, teď od půl sedmé ráno do půl desáté večer včetně víkendů. Bylo nás méně a když na Štědrý den kolegyně brigádnice volala, že nepřijde, musela jsem sama, doma děti, člověku to bylo líto. Dělal jsem všechno, pro každou tu práci mám pochopení. Přibýlo administrativy, stýská se mi po práci u lidí a děvčatům trochu závidím, protože v terénu, i když jsou těžké chvíle, tak člověka to i dobývá.

Když přijde nová zájemkyně o práci, nabídneme jí podívat se do terénu. Stane se, že se vrátí, poděkuje, vyjádří obdiv a uzná, že na takovou práci nestačí. Lidé, když vidí naše auto, tak si zjednodušeně myslí: ano, babičce vezou oběd. Za oknem je péče jiná, hygiena, výměna plen, otevřené rány a jiná těžká potřebná práce.

Člověk to musí dělat srdcem, kdo to nemá, do roka končí, protože ta práce je opravdu těžká.

Petra Znojenská: Vystudovala jsem sociální činnost. Baví mě to, tuhle práci jsem opravdu dělat chtěla. Nejtěžší je asi bezmoc, když nemůžeme udělat víc. Nejlepší - když člověku pomoci můžeme a on to ocení a nějakým způsobem se zlepší kvalita jeho života. Když za čtrnáct dní vidím ten pokrok, mám radost.

Alena Marečková: Člověk má od dětství v té duši, že myslí na všechny, ne jenom na sebe. Mám i zkušenost z hospice, kde jsem na odchodu doprovázela klienta, pracovala jsem s postiženými dětmi a teď jsem tady a věřím, že tu být mám...

Slyšel jsem od klientů přirovnání, že jste jako jejich druhé dcery...

Jana Komárková: Ano, je ale důležité také si držet určité hranice. Jsou věci, které člověk dělá vědomě, profesionálně. Na nevědomé úrovni lidi poznají, jestli to děláte s láskou. A mají vás za to rádi.

Jarmila Klimešová: Samozřejmě, aby tuhle práci mohl člověk dělat dlouhodobě, musí sám v sobě najít určitou míru vztahu, uvědomit si, že to je, i když krásná, přesto jenom práce a žít svůj vlastní život. Pomoci, ale nenechat se pohltit.

Zdena Tomčalová: Přesto děvčata občas dělají, že odloží dovolenou, protože nechtějí opustit nemocného klienta a chtějí s ním být do konce.

Jak je náročné řídit chod pečovatelské služby?

Zdena Tomčalová: Když jdeme se sociální pracovníci Markétou ke klientovi, říkáme si, která z děvčat by byla nejvhodnější. Nejtěžší je naplánovat to tak, aby to děvčata měla vedle sebe, protože čas strávený v autě při dojíždění za klienty je náročný. Říkám si: ta by se mi hodila pro tohoto klienta, ta by tam udělala spoustu věcí. Pak přijdu k rozpisu služeb a vidím, že to neladí, tak hledám kompromis – provozní i lidský.

Marcela Faltysová: Zdenu obdivuju, když pečovatelka zavolá, že nemůže přijít, rychle řeší zástup, kdo půjde na odpolední, kdo na víkend.

Zdena Tomčalová: Ale vy jste holky úžasné, já vám napíšu, vždycky se někdo ozve a jede. A když to nejde tak jedu já. (směje se) **Takže se dostanete taky ke klientům?** Dostanu a myslím, že docela dost často. Tak 40 % pracovní doby jsem sama u klientů.

V LÁZNÍCH BOHDANEČ

Kateřina Šťastná: Jsem tu od roku 2010. K dědečkovi jezdily pečovatelky z Charity. Říkala jsem si: tohle by mě asi bavilo. Děda se zeptal a já nastoupila nejdřív jako brigádnice, později nastalo a k vlastnímu dědovi jsem jezdila v červeném charitním tričku. Bylo na něm vidět, že je hrdý, že tu práci dělám. Poznala jsem, že stačí, aby člověk uměl vlídně zacházet s lidmi, všechno ostatní se naučí. Nejdůležitější je vlídné slovo, protože nic jiného ty lidi nečekají.

Pavla Nováková: Rozhodla jsem se absolvovat pečovatelský kurz a byla to dobrá investice, praxi jsem dělala na Charitě v Pardubicích a moc se mi tam líbilo. Tu práci jsem si vybrala dobrovolně a dokonce čekala, až se v Charitě uvolní místo. (směje se) Pracovala jsem i jako pečovatelka v jiné organizaci a podmínky na Charitě jsou nesrovnatelně lepší. Tady cítím velkou podporu, na problémy tu člověk není nikdy sám. Je to potřebná, fyzicky i psychicky náročná práce, ale vyhovuje mi. Je potřeba odborně vědět co a jak u kterého klienta dělat, vždycky vlídně, lidsky...

Je rozdíl v pečovatelské službě ve městě a na vesnici?

Pavla Nováková: Ta rodina se stará víc, jak to bylo dřív zvykem. Vejminky už nejsou, ale jako by byly...

Co vám dělá radost? Co je naopak na té práci nejtěžší?

Kateřina Šťastná: Lidi... Paní říká: Dneska je mě hrozně špatně... a přitom se na vás směje. Těší se, vědí o vás, zeptají se, jaký byl den... I klientka, která už je na tom hůř, leží, když ji umejete, pomůžete s jídlem, tak očima vám řekne: děkuju, je na ní vidět, že je spokojená. Vždycky se jí ptám, jak se máte a malé tiché slůvko – „dobře“, které občas řekne, potěší. I na vlastní starosti se člověk potom dívá jinak. To, že doma nemáte ještě umytá okna, z pohledu problémů jiných není zásadní...

Nejtěžší jsou odchody... Jedna paní, přes všechny svoje vážné zdravotní potíže nesmírně pozitivní nás vlastně na to, že odejde, připravovala a dokonce o tom dokázala i mluvit v legraci. Byla skromná, pro každého měla dobré slovo, pořád se smála a i když žila sama, měla kolem sebe plno přátel. Takoví lidé vám ukazují, jak se dá žít...

Pavla Nováková: Když jsem byla na školení, ptali se nás, na co se těšíme, řekla jsem na radu, všichni koukali. (směje se) Jsme tady malý kolektiv a protože jsme většinou u klientů na cestách, jsme rádi spolu... třeba i na poradě.

DOBROVOLNICKÉ CENTRUM

JAK JSEM PŘIŠLA NA CHUŤ MATEMATICE

Ke konci loňského roku mi nebylo úplně nejlépe a jak se říká, když to není ono a nežijeme v souladu se sebou, tak nás něco zastaví - abychom se zklidnili a začali o sobě přemýšlet a něco dělat jinak. V mém případě to bylo formou úrazu, který mě vyřadil na delší dobu z pracovního procesu.

Když jsem se dostala z nejhoršího, chtěla jsem být na jedinou něčím užitečná, dělat něco, co by mě naplňovalo a čím bych byla i někomu prospěšná. Do cesty mi přišla informace o dobrovolnictví. To je ono, říkala jsem si, to by mohlo být to pravé ořechové – a zvládnout se to dá i při neschopence.

Dostala jsem nabídku doučovat holčičku z druhé třídy, která „plavala“ v matematice. Matematika sice nebyla ve škole můj nejoblíbenější předmět, ale učivo druhé třídy není tak náročné, takže jsem souhlasila a domluvila si první schůzku. Tam jsem zjistila, že to není úplně klasická matematika, kterou jsem se učila já, ale trochu jiná metoda.

Nu což, aspoň si rozšířím obzory a naučím se něco nového. A vrhly jsme se do práce.

Když jsem uviděla první příklady, trochu mě to zaskočilo. Bylo to pro mě něco úplně jiného, než co jsem měla naučeno ze školy. A tak jsem se začala vzdělávat i já. Nejdříve jsem potřebovala vůbec pochopit, na jakém systému je to založeno, jak na to a jak být holčičce užitečná. Takže jsem požádala o pomoc přítele „Googla“ a pomalu začala pronikat do tajů tak trochu jiné matematiky. A najednou jsem se přistihla, že kdysi tak neoblíbený předmět, jakým matematika pro mnohé je, mě začíná bavit. Což se snad odrazilo i v naší společné práci

Doufám, že naše doučování bylo prospěšné i pro „mou žákyni“, ale pokud bych měla hovořit za sebe, bylo to pro mě opravdu zajímavé a inspirativní, místy náročné, a já děkuji za zkušenost, kterou jsem díky dobrovolnictví mohla získat.

Dana Pecinová



VZDĚLÁVACÍ PROGRAM PRO ŠKOLY „CHARITA A POMOC BLIŽNÍM“

- vhodný pro SŠ a 2. stupeň ZŠ na Pardubicku
- trvá jednu vyučovací hodinu a je zdarma

www.pardubice.charita.cz

S ČÍM MŮŽETE POMOCI?

- **Práce s dětmi** – doučování dětí ze sociálně znevýhodněných rodin, akce pro děti.
- **Volnočasové aktivity se seniory** – procházky, rozhovory, čtení knih, luštění křížovek...
- **Jednorázové akce** – Tříkrálová sbírka, potravinová sbírka, výroba adventních věnců, ples aj.
- **Firemní dobrovolnictví** – pomáhají nám celé firemní pracovní týmy.
- **Jiné** – sběr a třídění zámečků, šití kostýmů, technická výpomoc, roznos letáků.

DOBROVOLNICTVÍ

- **Dobrovolníci pomáhají druhým** bez nároku na finanční odměnu.
- **Mladí lidé** získávají dobrovolnickou činností **zkušenosti**, které mohou využít při dalším studiu i v zaměstnání.
- **Dospělí dobrovolníci** mají radost ze **smysluplné práce**, která může pomoci při ztrátě zaměstnání nebo při odchodu do důchodu.

Dobrovolnické centrum

☎ 730 572 959

dobrovolnik@charitapardubice.cz

V Ráji 732, 530 02 Pardubice

f @charitapardubice



JAK MŮŽETE PODPOŘIT NAŠI ČINNOST

MOBILNÍ HOSPIC

SBÍRKOVÉ KONTO **2300796054/2010** FIOBANKA, A. S.

Vybavení a zdravotní pomůcky nezbytné pro výkon domácí hospicové péče, které nehradí zdravotní pojišťovna:

- Koncentrátor kyslíku
- Dávkovač morfia k tlumení bolesti
- Polohovací lůžko
- Antidekubitní matrace (proti proleženinám)
- Odsávačka
- Automobil pro přepravu hospicového týmu do domácnosti umírajícího



Budujeme
**AMBULANCI MOBILNÍHO
HOSPICE**

sloužící jako vhodné zázemí
pro poskytování péče

o umírající a jejich rodiny.



Náklady: 3 000 000 Kč

POTRAVINOVÁ POMOC

Přijmeme trvanlivé potraviny
k nasycení hladových v nouzi.

☎ 730 191 170

potravinovabanka@charitapardubice.cz



BUDKY PRO MOBILNÍ HOSPIC



Koupí budky podpoříte
Domácí hospicovou péči.

Cena: 500 Kč

POMOC HENDIKEPOVANÝM

SBÍRKOVÉ KONTO **2401340080/2010** FIOBANKA, A. S.



RODINY S DĚTMI V NOUZI

SBÍRKOVÉ KONTO **2800235245/2010** FIOBANKA, A. S.

Pomáháme rodinám s dětmi v nouzi,
podporujeme funkčnost rodiny a před-
cházíme tak odejmutí dětí do
ústavní péče.

Potřebujeme rozšířit
zázemí o místnost
pro jednání s klienty.

Cena přístavby: 800 000 Kč

ČÍSLO ÚČTU 1201207379/0800
VS 4600



RODINY PEČUJÍCÍ O SENIORY

ČÍSLO ÚČTU **1201207379/0800** VS 4600

POZNÁMKA: KONTAKT K VYHOTOVENÍ DAROVACÍ SMLOUVY

Vybavení nového Odlehčovacího zařízení
9 polohovacími lůžky a 5 pečovatelskými křesly,
která nahradí stávající vypůjčená.



Cena: 20 000 Kč

OJETÉ VOZY POMÁHAJÍ

O naše klienty pečujeme převážně v jejich domá-
cím prostředí. K tomu potřebujeme vlastní vozový
park, který je nutné pravidelně
obnovovat. Proto rádi při-
jmeme darem funkční
osobní a užitkové
vozy s platnou
STK k zajištění
pomoci potřeb-
ným.



Zvažujete podporu Charity a chcete vědět více?
S paní ředitelkou se Vám rádi budeme věnovat.

Vojtěch Gottwald

☎ 733 161 618

gottwald@charitapardubice.cz

V Ráji 732, 530 02 Pardubice

V ROCE 2019 PODPOŘÍTE

- rozšíření Služeb pro rodiny s dětmi
- provoz Mobilního hospice
- humanitární projekty v zahraničí
- pomoc při mimořádných událostech
- přímou pomoc lidem v nouzi



Sbírkový účet 66008822/0800 u České spořitelny
VS 777, SS 5020 (Oblastní charita Pardubice)

ZAPOJTE SE DO TŘÍKRÁLOVÉ SBÍRKY

Přivítáme nové koledníky - rodiny, skupinky kamarádů i jednotlivce.

DĚKUJEME, ŽE NÁM POMÁHÁTE POMÁHAT



KONTAKT

Bc. Jan Lohynský

☎ 775 296 842

dobrovolnik@charitapardubice.cz

V Ráji 732, 530 02 Pardubice

STŘEDISKA OBLASTNÍ CHARITY PARDUBICE

Pardubice

V Ráji 732, 530 02 Pardubice

☎ 466 335 026, 775 296 843

info@charitapardubice.cz

Češkova 1247, 530 02 Pardubice

☎ 461 100 445, 777 296 826

sanace@charitapardubice.cz

V Ráji 786, 530 02 Pardubice

☎ 775 296 833, 735 726 954, 731 630 668

ejanouskova@charitapardubice.cz

Pichlova 1573, 530 02 Pardubice

☎ 775 296 844, 777 296 826

potravinovabanka@charitapardubice.cz

Holice

Palackého 1131, 534 01 Holice

☎ 466 681 654, 775 296 831, 775 296 830

holice@charitapardubice.cz

Lázně Bohdaneč

Šípkova 49, 533 41 Lázně Bohdaneč

☎ 603 459 486, 775 296 832

bohdanec@charitapardubice.cz

Moravany

nám. Hrdinů 13, 533 72 Moravany

☎ 775 296 831, 775 296 829

moravany@charitapardubice.cz

Třebosice

Třebosice 10, 530 02 Pardubice

☎ 775 296 833, 733 161 622, 733 161 617

trebosice@charitapardubice.cz

Mikulovice

Devotyho 1, Mikulovice

530 02 Pardubice

☎ 730 529 527, 730 549 252

abetlachova@charitapardubice.cz

Rodinné a vzdělávací centrum Holoubek

Dudychova 782, 534 01 Holice

☎ 733 141 960

holoubek@charitapardubice.cz

Rodinné centrum DaR

Družstevní 366, 538 54 Luže

☎ 731 604 075, 603 880 938

rcdar@charitapardubice.cz

Rodinné centrum Koutek

Čáslavská 309,

538 42 Ronov nad Doubravou

☎ 737 661 499

rkoutek@charitapardubice.cz

www.pardubice.charita.cz

DMS – POMOC RODINÁM V NOUZI

Projekt můžete podpořit zasláním dárcovské SMS na číslo 87 777:

Odeslat můžete DMS ve výši 30, 60, 90 Kč. Oblastní charita Pardubice obdrží 29, 59, 89 Kč.



Jednorázově: **DMS POMOCRODINAM (30,60,90)**

Trvale: **DMS TRV POMOCRODINAM (30,60,90)**

Měsíčně Vám bude odečítána částka 30, 60, 90 Kč dle Vašeho výběru, deaktivace služby je možná zasláním SMS ze stejného telefonního čísla ve tvaru STOP POMOCRODINAM.

Více na www.darcovskasms.cz

DĚKUJEME ZA VAŠI PODPORU.



Vydává jednou ročně Oblastní charita Pardubice, V Ráji 732, 530 02 Pardubice
info@charitapardubice.cz, 466 335 026 www.pardubice.charita.cz, facebook.com/charitapardubice
grafická úprava a redakce: Radka Dostálová, Jan Lohynský

DĚKUJEME PARDUBICKÉ TISKÁRNĚ WWW.FRONTA.CZ ZA DÁRCOVSKY PROVEDENÉ TISKAŘSKÉ PRÁCE.