CHARITNÍ NOVINY

Vydává Oblastní charita Pardubice | 4. ročník 2015/2016 **ZDARMA**

Vážení přátelé,

těší mě, že pokračujeme v naší tradici a vydáváme čtvrté 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.

V uplynulém roce jsme přestavovali bývalou faru v Mikulovicích na ambulantní odlehčovací služby pro seniory /školka pro seniory/ a mám velkou radost, že už nové středisko slouží klientům.

Ve spolupráci s městem Pardubice se nám podařilo rozmístit 10 červených kontejnerů pro sociální šatník a čtyři kontejnery Služeb města Pardubic a pomáhat tak více lidem.

Podařilo se nám prezentovat náš projekt, který pomáhá ženám při nástupu do zaměstnání po mateřské dovolené „Mami, tati, pečuj, pracuj“ v několika zemích Evropy a získali národní cenu kariérového poradenství. Získali jsme projekt „Ženy vítány“ Financovaný z Norských fondů.

Mezi nejsilnější zkušenosti posledních let patří zkušenost opuštěnosti, samoty uprostřed lidí. Mnoho seniorů strádá, cítí se opuštění, nepotřební, na okraji zájmu. Ale i děti říkají, že by si nejvíce přáli, aby rodiče měli čas... Dnes nikdo nemá na nikoho čas, ztrácíme schopnost komunikace na přímo. Děti se spolu nebaví přímo ve škole nebo ve volném čase, ale přes Facebok nebo SMS, ztrácejí schopnost se skamarádit, každý má mnoho známých, ale málo přátel. To všechno se dá přehlušit usilovnou prací, ale když přijde stáří, jsme opuštění a nešťastní. A někdy by stačilo tak málo, usmát se na souseda, popřát mu hezký den, navštívit občas nějakého seniora, vzít si méně práce a více se věnovat dětem.

Tyto hodnoty potřebujeme znovu objevit.

Přeji každému z nás, aby se nám to podařilo... Mějme otevřené srdce pro každého z nás...

Děkuji Vám všem, kteří naši Oblastní charitu podporujete, kteří otvíráte své srdce pro druhé. Děkuji všem zaměstnancům, dobrovolníkům, asistentům Tříkrálové sbírky a všem koledníkům, sponzorům a příznivcům. Děkuji za spolupráci správcům farností, zástupcům městských a obecních úřadů, krajskému úřadu a spolupracujícím lékařům.

Přeji Vám otevřené srdce pro druhé.

Mgr. Marie Hubálková
ředitelka OCHPA

TŘÍKRÁLOVÁ SBÍRKA 2015

Skupinky tří králů začátkem roku 2015 opět procházely ulicemi měst a obcí s přáním štěstí, zdraví a dlouhých let. Lidé, které králové potkali a navštívili, byli velmi štědří.

Ve většině obcí na Pardubicku vybrali více peněz než v roce 2014. V Pardubicích se jim podařilo shromáždit přes 267 tisíc Kč *(o 45 tisíc více než loni)*. Celkově se v obcích, kde sbírku organizovala Oblastní charita Pardubice, vybralo rekordních 995 tisíc Kč

Ilustrační foto: Vladimíra Karlová

(v loňském roce to bylo 844 tisíc, předloni 680 tisíc).

Výtěžek sbírky pomohl seniorům, rodinám s dětmi a dalším lidem v nouzi u nás i v zahraničí. Více o Tříkrálové sbírce se dočtete na stránkách 18 a 19.

DOMÁCÍ ZDRAVOTNÍ A HOSPICOVÁ PÉČE

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 **bez nesnesitelné bolesti** a to v prostředí domova v kruhu rodiny
- vychází z přesvědčení, že **nestačí pečovat pouze o nemocné tělo**, důležité jsou i další potřeby člověka – psychologické, sociální a spirituální

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

PODPORA RODINÁM

- na začátku pečujícím osobám vždy vysvětlíme, co a jak je třeba dělat a jaké mohou nastat komplikace
- **nabízíme podporu a zaučení rodiny** při ošetřování těžce nemocného, zajištění psychologické a duchovní podpory pro nemocného i rodinu
- v našich střediscích Vám rádi osobně nebo telefonicky poskytneme jakékoliv další podrobnější informace
- pacientům i jejich rodině je 7 dní v týdnu 24 hodin denně k dispozici lékař, zdravotní sestra, sociální služby i duchovní
- samozřejmostí je nepřetržitá možnost podpory po telefonu
- rodinu podporujeme v maximální možné míře, většina péče přesto zůstává na ní

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

DOMÁCÍ ZDRAVOTNÍ PÉČE

- poskytujeme klientům **profesionální ošetřovatelskou péči** v prostředí jejich domova
- je určena **seniorům**, akutně a dlouhodobě **chronicky nemocným** a **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**

Ilustrační foto: Dita Valachová

ZDRAVOTNICKÉ VÝKONY

- poskytujeme komplexní zdravotní péči, která je odborně srovnatelná se zdravotní péčí v nemocnicích či jiných zdravotnických zařízeních
- provádíme například infuzní terapii, aplikaci léků tišících bolest, prevenci a léčbu opruzenin a proleženin, kyslíkovou terapii, odsávání, polohování či ošetřovatelskou rehabilitaci

DALŠÍ SLUŽBY

- zajišťujeme pečovatelskou službu či služby osobního asistenta *(více na straně 4)*
- půjčujeme zdravotní a kompenzační pomůcky
- 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)*
- Kostelecko *(Kostelec nad Orlicí, Týniště nad Orlicí, Borohrádek a okolí)*

KONTAKT

Zuzana Cepková – vrchní sestra pro Pardubicko
☎ 731 646 803
Markéta Vašková – vrchní sestra pro Holicko
☎ 775 296 830

PŘÍBĚHY ZE ZDRAVOTNÍ A HOSPICOVÉ PÉČE

PITNÝ REŽIM

Moje příhoda, která se stala u jedné klientky, je úsměvná a často na ni vzpomínám, protože při naší práci toho moc radostného a veselého nepotkáme.

Byl srpen, krásný slunečný den, ale vedro na padnutí. Dorazila jsem ke klientce, v bytě okna zabedněná, dusno, vzduch by se dal krájet.

Klientka byla na první pohled jiná než jindy, unavená, zpomalená, moc nekomunikovala. Říkala jsem si: „Asi z horka – i mladší mají problémy.“ Změřím tlak a uvidím… Tlak měla paní neobvykle nízký – 100/60 *(jinak se léčí s vysokým tlakem)*. Přestože bylo horko, nikde žádná voda, sklenka nebo hrnek s pitím.

Kárám klientku: „Vy nepijete, proto máte tak nízký tlak a jste unavená…“ Paní se rozšířily oči a dušuje se: „Piju, sestřičko, piju…“ a sehne se pod postel a vytáhne láhev vaječného likéru. Musela jsem se otočit a potlačovat smích. Kolik toho vaječného likéru vlastně vypila, jsem se od paní nedozvěděla. Já ji pro změnu podala studenou vodu.

Představy o pitném režimu jsou zkrátka různé…

Ilona Veselá

Již více než dva roky mě chodí ošetřovat sestry z pardubické Charity, za což jsem jim velmi vděčný. Vím, že jejich práce není nijak lehká. Již delší dobu mám bércové vředy, které se špatně hojí a vyžadují každodenní převazy. Sestry, které se u mne střídají, některé ani jménem neznám, jsou vždy v dobré pohodě. Jsou milé, pohovoří, ránu profesionálně ošetří a povzbudí. I když každá z nich má svou rodinu a tím i své starosti a problémy, vždy dokážou být v dobré náladě. Díky Pánu Bohu, že jsou i dnes takoví, kteří jsou ochotni pomáhat nemocným a starým lidem, i když vědí, že při této práci nezbohatnou. Vážím si jejich práce a přístupu k člověku. Vždy jsou ochotni jít do práce, i když by měli mít volno. I ony bývají nemocné a musí se zaskakovat.

Velmi si vážím jejich práce a přeji všem hodně síly, zdraví, svěžesti, Boží ochranu a požehnání.

Vděčný pacient J. H.

Vážená paní Vašková,

chtěla bych Vám a celému kolektivu poděkovat za péči a hlavně trpělivost při ošetřování a pečování o mého otce K. K.

Vím, že péče o otce nebyla lehká, že to bylo hodně psychicky náročné. Proto před vámi všemi smekám, že jste se mu tak hezky věnovali i přes všechny problémy.

S pozdravem a díky J. P.

Ilustrační foto: Dita Valachová

PŮJČOVNY KOMPENZAČNÍCH POMŮCEK

Domácí péči usnadní vhodné kompenzační pomůcky, které přinášejí větší komfort pacientům i pečujícím osobám a umožňují uživatelům se sníženou soběstačností zůstat součástí přirozeného prostředí a dál plnohodnotně žít v okruhu svých blízkých.
Půjčujeme antidekubitní matrace, francouzské hole, chodítka, infuzní pumpy a stojany, kyslíkové koncentrátory, WC nástavce, polohovací postele, sedačky do vany, mechanické vozíky, toaletní židle atd.

KONTAKT

Pardubice: Anna Čevorová
☎466 335 026, 775 296 843
pondělí–pátek 6:30–15:00 hodin

Holice: Mgr. Lada Študentová, DiS.
☎466 681 654, 775 296 831
po předchozí domluvě

PEČOVATELSKÁ SLUŽBA A OSOBNÍ ASISTENCE

PEČOVATELSKÁ SLUŽBA

- pomáháme seniorům, osobám se zdravotním postižením a osobám s chronickým onemocněním zůstávat co nejdéle v přirozeném prostředí a žít osobní život podle individuálních potřeb

Terénní forma služby = pracovník Charity službu poskytuje přímo v domácím prostředí uživatele.

- podporujeme rodinu při péči o uživatele služby
- vycházíme z křesťanských principů
- zajistíme duchovní služby *(přijetí svátostí, rozhovor s knězem)*

POSKYTOVANÉ SLUŽBY

- pomoc při péči o sebe a osobní hygieně
- pomoc s chodem domácnosti
- pomoc s přípravou a podáním jídla
- doprovody 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 uživatele doma nebo ho doprovází při cestách mimo jeho domácnost
- pomáhá uživatelům zvládat běžné denní úkony, aby mohli 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 apod.
- pomoc při jednání s úřady a prosazování práv a zájmů uživatele

KDE PŮSOBÍME

- Pardubice, Holice, Lázně Bohdaneč, Moravany a okolí
- denně od 6:30 do 21:30 hodin

KONTAKT

Jarmila Klimešová
vedoucí Charitní pečovatelské služby Pardubice, vedoucí Charitní služby osobní asistence na Pardubicku
☎ 466 335 026, 777 296 850

Mgr. Michaela Pospíšilová
vedoucí Charitní pečovatelské služby Lázně Bohdaneč
☎ 603 459 486

Mgr. Lada Študentová, DiS.
vedoucí Charitní pečovatelské služby Holice, vedoucí Charitní pečovatelské služby Moravany
☎ 466 681 654, 775 296 831

Ilustrační foto: Dita Valachová

POMÁHAT JE NAŠE POSLÁNÍ

Jednou jsem zvedla v práci telefon a na druhé straně se ozvala plačící paní, která prosila o pomoc. Bydlela sama se svým mužem v rodinném domě, který ji už ale dávno nepatřil, protože ho dala neteři. Myslela si, že jí to neteř oplatí tím, že se o ni a jejího manžela ve stáří a v nemoci postará. To se však mýlila a není asi sama, kdo uvěřil sladkým slovům příbuzných a někdy i vlastních dětí. Když však jsou majetky rozděleny, často vidíme, že zájem o dárce upadl. Najednou mají všichni moc práce, nikdo nemá čas a staří lidé se musí obrátit na cizí pomoc. V mnoha případech to dokonce pro staré lidi, kteří dali nemovitost dětem, nedopadne vůbec dobře a musí se vystěhovat.

To sice nebyl případ této paní, ale pomoc a radu potřebovala určitě. Manžela měla v nemocnici, byl po mozkové příhodě, přestal komunikovat a špatně se pohyboval. Nyní ho měli propustit a paní si ho chtěla vzít domů, ale nevěděla si rady.

S paní jsme si domluvili osobní schůzku, na které jsme probrali vše potřebné. Byla na svého muže hodně fixovaná a nedovedla si představit, že ho umístí někam do léčebny či nějakého sociálního zařízení. Spoléhala právě na pomoc od neteře, ale ta nepřišla v takové míře, jaká by byla potřeba.

Stará paní byla vždy na manželovi závislá, on byl ten, který vše doma zařizoval, chodil na nákupy, platil složenky a vše obstarával. Paní byla ženou v domácnosti, vařila a starala

Ilustrační foto: OCHP

se o „teplo domova“. Nyní, jak mi pověděla, si nevěděla s ničím rady, co a jak zařídit, kam a na koho se obrátit. Z toho pramenily i její psychické problémy, často plakala a bylo vidět, že situaci opravdu špatně snáší. Jedinou oporou jí byla sousedka, která jí dala telefon na Charitu.

Viděla jsem, že paní se opravdu hodně bojí, že péči o manžela nezvládne. Bála se, že nebude mít dostatek peněz na služby, které jsme jí nabídli a které bychom u manžela poskytovali. Vůbec nevěděla, že existuje zdravotní péče indikovaná lékařem a ta je zdarma, ani že může zažádat o příspěvek na péči. Nevěděla ani o jiných možnostech podpory. Vše, co bylo potřeba, jsme s paní probrali a naše sociální pracovnice zařídila. Telefonicky se spojila i s neteří obou manželů a domluvili si osobní schůzku, na které řešili celou situaci. Neteř přislíbila, že bude zajišťovat alespoň větší nákupy a pokud vím, alespoň zpočátku to celkem fungovalo.

Když pána propustili z nemocnice domů, byli jsme u toho a bylo vidět, jak je stará paní ráda, že jí někdo pomáhá a dává naději a podporu, že to určitě s naší pomocí zvládne. A opravdu jsme to všichni zvládli. Zpočátku jsme jim chodili pomáhat až třikrát denně, paní často volala a ptala se na různé věci a my jí i po telefonu radili. Postupem času se paní sama naučila pečovat o manžela a naše pomoc se pomalu zužovala. Stará paní se také po nějaké době zklidnila a začala zase více důvěřovat lidem. Bylo na ní vidět, že je méně plačtivá a je psychicky vyrovnanější.

Oba manželé byli neskutečně rádi, že mohou zůstat nadále spolu a hlavně, že jsou pořád doma.

Ilona Veselá

Poděkování pečovatelkám

Čtvrtek, dnes už 215. můj neoblíbený den. Proč? Zemřela mně moje manželka Blanka, dne 21. 4. 2011, a letos už to budou 4 roky, co jsem vdovec, žiji sám a neznám, co je pravé štěstí. Dnes ve špatné náladě jsem zavzpomínal na mou manželku, výbornou kuchařku, kterou nahradila CHARITA svým pečovatelským zařízením. Předala mně už 90 jídelních lístků, na každém 10 obědů, to je cca 1 000 obědů, které mně předaly pečovatelky. Všechny byly a stále jsou hodné, milé, dokáží se usmát, promluvit pár hezkých slov, popřát zdraví a dobrou pohodu. Já se na ně každý den od rána těším a při setkání jim děkuji, ale za tu jejich snahu prospět nemocným a osamělým lidem se mně to zdá málo, ale nevím, jak jinak být vděčným. Jsou to hodní lidé, navíc ještě ženy, které se kromě svých domácností obětují potřebným. A práce je to náročná, denně za volantem na silnici, kde hrozí nebezpečí od jančících motoristů a nutná je veliká soustředěnost. Pár se jich také vystřídalo, ale na všechny rád vzpomínám a stále děkuji už za tisícerou návštěvu a předání obědů, mého živobytí! CHARITA nemá ve své činnosti jen obědy, má bohatou činnost zdravotnickou, pečovatelskou a zaslouží si upřímného uznání a díky za lidský přístup k potřebám lidí nemocným a v životě osamělým.

Napsal Bohuslav Horák, Holice

ZAMYŠLENÍ O DOMÁCÍ PÉČI

Přemýšlela jsem o tom, jestli vůbec lidé vědí, co se skrývá pod názvy, jako je pečovatelská služba, osobní asistence, odlehčovací služba. Řeknete si, no pečovatelská služba o někoho pečuje, osobní asistence, tam je nějaký osobní asistent, odlehčovací služba, ta asi někomu odlehčuje. To vše je správné a asi jasné. Víte, jak se například pečuje doma o staré lidi? Proč se takhle, možná pro někoho hloupě, ptám a co mě k tomu vede?

Přesvědčila jsem se již několikrát, že opravdu široká veřejnost vůbec neví, jak pečujeme o staré a nemocné lidi u nich doma. Utvrdila mě v tom nedávno starší paní, která se ucházela o práci na pozici pečovatelka neboli pracovník v sociálních službách. Když jsem si s ní povídala o tom, co naše děvčata, tím myslím pečovatelky, u našich klientů dělají, tak se na mě až obořila a povídá: „To snad nemyslíte vážně, že jsou ještě tito lidé doma." A jaké klienty měla na mysli? Jsou to normální staří nebo nemocní lidé, jen již potřebují něčí pomoc, ať už rodiny, profesionálních pracovníků nebo obojích.

Co vlastně uchazečku o zaměstnání tak překvapilo? Nedovedla si představit, že doma může být ležící člověk, který už nevstane z postele, že doma může být někdo, kdo skoro nechodí, kdo má Alzheimerovu chorobu, stařeckou demenci, že doma může být člověk, který svoji základní potřebu vykonává do plen, nebo člověk, který má proleženiny apod.

Ano, milá paní, právě o takové lidi se doma staráme a pomáháme nejen jim, ale i jejich rodinám, zvládnout jejich životní situace tak, aby mohli zůstat doma, pokud možno co nejdéle, nejlépe do konce jejich života. Myslíte si, že tito lidé snad nepatří domů? Myslíte, že pokud někdo vykonává svoji potřebu do plen, musí být umístěn někde v sociálním zařízení? Jak jste na tom Vy? Budete chtít poslední etapu svého života strávit někde v ústavu? Myslím, že ne. Vždyť doma je doma. Staří a nemocní lidé i své útrapy snáší lépe, pokud jsou ve známém domácím prostředí.

Všichni, kdo tuto práci vykonávají, ať už pečovatelky, zdravotní sestřičky, ale i rodinní příslušníci, si zaslouží obdiv. Jsou to lidé, kteří do své práce zapojují i srdce. Ano, bez srdíčka by to asi nešlo. Podle Vás takoví lidé nemohou být doma. Mohou. Musí to být ale za pomoci někoho, kdo má srdce na pravém místě. V této profesi se brzy pozná, kdo jde tuto práci vykonávat jen proto, že nemůže najít jinou práci, a kdo proto, že opravdu chce pomáhat.

Vzpomínám také na jednu uchazečku o práci, která byla dost sebevědomá. Ta se nedivila, že lidem měníme pleny, myjeme je, přenášíme z postele na vozík apod. Když jela jedno odpoledne s naší pracovnicí a pak se vrátila, jakoby její sebevědomí kleslo. Chvíli nemluvila a pak všem našim pracovníkům složila úctu a obdiv za to, co musí sami v terénu zvládnout a doslova řekla: „Klobouk dolů před vámi, až přijdu domů, dám si panáka. Nezlobte se, já bych to nezvládla, na to já nemám."

Spousta lidí si myslí, že naše pečovatelky k někomu přijdou, popovídají si, dají si kafe, dojdou třeba na nákup, možná něco uklidí. Věřte, není tomu tak. Péče o staré a nemocné lidi je náročná a to mi jistě potvrdí i každá rodina, která se o svého nejbližšího stará nebo starala. Za pomoci druhých, se doma dá zvládnout hodně a určitě je to pro staré a nemocné lidi to nejlepší, když můžou zůstat co nejdéle ve svém domově.

Velice mě také potěšilo, že o profesi pečovatelky neboli pracovníka v sociálních službách, se zajímají i mladí lidé – a to nejen ženy, ale i muži. A to je jen dobře. Vždyť stáří, nemoc a umírání patří k životu a nemělo by být odtrženo od mládí. Mladé lidi bychom měli vychovávat k úctě ke starým lidem a k tomu, že pomoc jednou budeme potřebovat všichni.

Přejme tomuto nelehkému zaměstnání budoucnost a všem, kdo tuto práci dobře vykonávají, jedno velké DÍKY.

KDO ŘÍDÍ NAŠI CESTU?

Kdo řídí naši cestu? Jsme to my sami, nebo je to dílo náhody, anebo kdosi řídí naše kroky? Nebo je to osud? Můžeme ho ovlivnit, píšeme náš životní příběh my sami?

Paní Františka vyrůstala s rodiči a s bratrem Karlem a sestrou Mařenkou v Maršovské Rychtě. Žili v hospodářství, které patřilo Křičkovým. Na statku rodina žila s „bábinkou" a se dvěma syny Jaroslavem a Petrem Křičkovými, kteří složili o své mamince písničku – Maršovský valčík.

Maršovský valčík

Co bys rád zlatý hošku,

Se mnou tančit chtěl bys trošku.

Nejsem sic už mladá, ale půjdu ráda.

Paní Františka se s rodiči stěhovala často. Dalším jejich domovem se stalo Hlinné, kde žili u Hudečků, kteří je brali jako rodinu. Jedli společně u jednoho stolu. Paní Františka v té době studovala „hospodyňskou školu".

Ilustrační foto: Dita Valachová

Myslivci z Holic měli honitbu kolem Hudečkova hospodářství v Maletíně. Tak se cesta paní Františky stočila do Holic, neboť myslivci potřebovali přes zimu v období plesové sezóny pomocnou sílu do Restaurace Na špici. Tady paní Františka poznala svého manžela pana Mohaupta, který měl v Holicích hospodářství, což se paní líbilo, protože měla přírodu a zvířata moc ráda. Chovali psa, kočku, koně, kozy, husy, kachny, krůty, krávy. Kravské mléko prodávali. Měli spolu dvě dcery Jitušku a Evičku. Dnes má paní Mohauptová čtyři vnučky a pět pravnoučat.

Pan Mohaupt své ženě rád kupoval azalky. V této tradici dnes pokračuje dcera a azalka na stole u paní Františky kvete stále.

Podle vyprávění paní Mohauptové, klientky pečovatelské služby, zapsaly pečovatelky z Holic

O DŮLEŽITOSTI POMÁHAJÍCÍCH

Nevím, zda je to jen můj pocit, ale myslím, že pomáhající profese jsou často brány jako samozřejmost. Nemyslím tím ze strany klientů, ale hlavně ze strany obecné veřejnosti. Pracuji se seniory a myslím, že oni jako jedni z mála umí vyjádřit svůj dík od srdce. Jsou upřímní a vděční a o to víc mne tato práce baví a naplňuje, jelikož každý toto nedokáže.

V pomáhajících profesích často klienti neočekávají jen profesionální pomoc, ale také čekají na projev upřímného osobního zájmu, chce být přítelem, někým s kým pomáhající soucítí. Je to tak však správně? Je vůbec možné denně prožívat všechno trápení a bolest svých klientů? Já byla přesvědčena, že člověk této práci musí věnovat všechno a snad ještě něco navíc. Možná to zní trochu hrubě nebo sobecky, že nejdříve musí pomáhající pracovník zapracovat na sobě, věnovat se sobě, být plně vyrovnaný a mít pořádek ve svém vlastním soukromém životě. Jen tak se ale dokáže plně věnovat svému klientovi. Zároveň nikdy nesmí překročit tu neviditelnou hranici, kdy nám již klient začíná zasahovat do soukromí a my se tomu nedokážeme nijak ubránit. V žádném případě to však neznamená chladný, odměřený přístup, ani všeobecný nezájem – jen určitou ochranu sebe samého. Ať chceme, či ne – sebe samého nechat rozdat nesmíme. Nezůstalo by z nás nic – jen skořápka bez duše a bez soucitu *(říká se tomu syndrom vyhoření)*. Ale přesto kde je hranice mezi zájmem čistě profesionálním a lidským? To je asi otázka, na kterou nedokáže nikdo přesně odpovědět, a každý máme své hranice nastaveny někde jinde.

Závěrem bych chtěla poděkovat pečovatelkám, zdravotním sestrám, sociálním pracovníkům a vedoucím za jejich těžkou práci a připomenout jim, že jsme jen lidské bytosti a měli bychom mít především rádi sami sebe.

Eva Jirsáková

V HOLICÍCH

Náš domek v Holicích

Chtěli jsme tu v klidu žít,
s tím, že dcery budou v Praze.
Náš život v důchodu zde měl být
a dcerám že tam bude blaze.

Vše se změnilo, jsem sám, bez Tamary,
smutno je mně, až bolí hlava.
Není jeden zmar, jsou to zmary
a z našich snů zbyla jen suchá tráva.

Kam na léto

Ten zrádný okamžik pochyb,
mne dnes zastihl nepřipraveného.
Dát, nebo nedat se v pohyb
a tři měsíce „hrát“ neunaveného.

Mám na to dost sil?
Taková je zásadní otázka.
Dnes nejsem, jakým dříve byl,
toto je realita, žádná nadsázka.

Proto nevím, nevím jak dál,
jak nejlépe s dcerami prožít léto.
Pobyt v Holicích jako nejlepší se mi zdál,
ale je to nejlepší, skutečně nejlepší je to?

Určitě nejlepší by to bylo,
pokud zvládnu ten život tamní.
Nic lepšího není z toho, co nám zbylo
a z dostupných možností je tato hlavní.

Letní pobyt

Velkou pomoc v našem životě,
jistě to není rarita,
nám tu poskytuje namoutě,
zdejší holická Charita.

Přichází nám pomáhat,
zvládnout život tří invalidů,
a také nám dodávat
radosti, pohody a klidu.

Taková je skutečnost
našeho zdejšího pobytu.
Milých lidí je tu dost,
jsme rádi, že jsme tu.

Pomoc

Když kolem sebe vidím,
kolik práce je třeba udělat,
tak se sám za sebe stydím,
ale jsem již starý, co naplat.

Pomoc jsem nalezl u Charity,
kde jsem potkal milé lidi.
Pomáhají nám a přináší jistoty,
kdo tomu nevěří, ať se stydí.

Že Charita pomáhá lidem,
samozřejmě vím mnoho let.
Dnes i nám pomáhá a s klidem
nám přináší radostný pohled na okolní svět.

Náš pobyt v Holicích

Přiznávám se upřímně,
když jsme v sobotu 12/7 do Holic přijeli.
Teď zůstává vše na mně,
jak to zvládnu v pondělí?

Ale celý div tu nastal,
Charita nám začala pomáhat.
Já se z toho stresu dostal,
nemusel jsem se tolik namáhat.

Tak se změnil náš pobyt
v celou řadu radostí,
Charita nám umožnila
pohodu, vždyť jsme bez hostí.

Nevím, jak jen poděkovat,
těm milým pracovnicím v sociální oblasti.
Bylo radostí se s nimi setkávat,
za rok přijedeme zas, k nim, jako „hosti“.

Stanislav Kain

ODLEHČOVACÍ SLUŽBY ČERVÁNKY

ODLEHČOVACÍ SLUŽBY

- **Červánky** pomáhají těm, kdo v domácím prostředí pečují o seniora nebo o osobu se zdravotním postižením nebo s chronickým onemocněním, která potřebuje stálou péči.

POSKYTOVANÉ SLUŽBY

- **Ambulantní odlehčovací služba** je určena **klientům, kteří nemohou žít samostatně**, ale rodina se o ně stará v jejich domácím prostředí. V době, kdy si rodina potřebuje odpočinout, poskytujeme jistotu, že jejich blízký **nezůstane doma bez pomoci**. Službu poskytujeme v pracovní dny od 7 do 18 hodin. Nabízíme dopravu do a z Třebosic speciálně upravenými vozidly. Od září 2015 službu přesouváme do objektu bývalé fary v Mikulovicích, kterou jsme upravili pro potřeby našich klientů.
- Někdy také přicházejí chvíle, kdy se člověk o své blízké ani při nejlepší vůli postarat nemůže. Důvody mohou být různé *(nezbytný odpočinek, vlastní nemoc, služební cesta, dovolená,...)*. Pro takové situace nabízíme **pobytovou** odlehčovací službu – tedy možnost krátkodobého pobytu *(od jednoho noclehu do tří měsíců)* **v rodinném prostředí bývalé fary v Třebosicích**. Po celou dobu pobytu zajišťujeme komplexní péči, včetně péče zdravotní.
- **Terénní** odlehčovací službu poskytujeme **přímo v domácnosti uživatelů**. Pokud si pečující osoba potřebuje cokoliv zařídit nebo si odpočinout od náročné péče, náš pracovník se po potřebnou dobu postará o uživatele služby v prostředí, na které je uživatel zvyklý.

Ilustrační foto: Dita Valachová

Dobrý den, paní Janoušková,

chtěla bych tímto za celou naší rodinu poděkovat za to, jak jste se starali o naši tetu M. M., a to Vám i všem Vašim zaměstnancům.

Tato služebnice Boží, když už jsme jako rodina nezvládali se o ní postarat, mohla pobývat na faře, byť bývalé, v Třebosicích – v zařízení Červánky. Prožili jste s ní citlivě její těžké období odjezdu z domu, kdy byla velmi smutná. Byli jste s ní, když musela odjet do nemocnice, všechna rozhodnutí byla činěna s velkým ohledem na tetu v součinnosti se mnou.

Když se nám vrátila z hospice, zase se jí chtělo žít. Byla již u Vás velmi spokojená. Když jsme ji navštívili, smála se a vypravovala, viděli jsme, jak s ní i s ostatními klientkami komunikujete a tak jim zpříjemňujete tato léta života.

Pamatuji si, jak jsem ji k Vám přivezla na víkend, a když jsem si pro ni přijela a řekla jsem jí, že jedeme domů, byla tak spokojená a domlouvala si s paní sedící vedle ní, že zase přijede. To bylo úžasné pro mě vidět, že je u Vás v pohodě.

A při jejím odchodu ze života jste byli u ní a velmi citlivě jste jí doprovázeli. Děkuji za všechno, jak jsme v součinnosti řešili nastalé situace.

Svůj odchod k Jejímu Pánu prožila právě u Vás na bývalé faře, ale tyto promodlené prostory, věříme, působí stále a spolu s takovým kolektivem je kombinace výborná. Děkujeme i panu Pavlovi, který ji přinášel tělo Páně a měla tak posilu pro tyto chvíle.

Za všechno děkuje a požehnání Boží a ochranu Panny Marie vyprošuje

J. M.

Ilustrační foto: Dita Valachová

KONTAKT

Eva Janoušková
vedoucí Odlehčovacích služeb Červánky
☎ 775 296 833, 466 970 227

HODNĚ ZDRAVÍ Z TŘEBOSIC

V době uspěchané,
kdy vztahy trhají se tak snadno jako plody v sadech,
v časech, jež hledají lepší zítřek,
ve světě, který ztrácí porozumění,
navzdory mizení společnosti tradiční,
kde rodina na vrcholu se ční,
ve společnosti moderní našel jsem rodinu.

Představte si okamžik, kdy čas se zastaví.
Čas, kdy člověka nic nebaví,
spolu s nudou do pozadí jedinečnosti staví mne.
Minulost skutečnosti praví: žijme dnes a nejdůležitější je zdraví.
Budoucnost utíká zde a praví nám, kdo jsme.
Uvnitř i vně moudrost probouzí se.
Život nás vítá, bere nám, zkouší a dál jde.

Kdo jsme?
Ptáme se dokola a vidíme, jak objeví se podoba.
Na vrcholu nedívám se odspoda.
Hrdinové této doby závisti jen tvoří na úsměvu skoby.
Kdo neviděl, ten neuvěří, kdo nespatří Červánky jen stěží.
Kdo spí, toho probudí vědění.
Když vám srdce zkamení, to, co bylo, a to, co není,
vykouzlí vám záře Červánků.

Vojta Ř.

Ilustrační foto: Dita Valachová

NOVÉ STŘEDISKO ODLEHČOVACÍCH SLUŽEB V MIKULOVICÍCH

Z důvodu zvýšení kvality pronajaté budovy ambulantní formy odlehčovací služby v Třebosicích se Oblastní charita Pardubice rozhodla přesunout tuto službu do budovy bývalé fary v obci Mikulovice u Pardubic. Nové zařízení bude plně bezbariérové a jeho provoz bude ekonomičtější.

Přestavba probíhala od března 2014. Provoz nového střediska byl zahájen v září 2015. Náklady na rekonstrukci objektu byly vyčísleny na částku 1 900 000 Kč. Projekt byl financován z části výtěžku Tříkrálové sbírky a dalších benefičních akcí *(např. charitní ples)*, z příspěvků státních institucí, obcí a nadací a z darů firem i jednotlivců. V budově a jejím okolí muselo být provedeno mnoho technických úprav: rozvody elektřiny, vody a topení, položení nových podlah, dlažby a izolace, nové omítky, obložky, dveře a obklady. Zvelebena byla i přilehlá zahrada.

Děkujeme všem, kteří na rekonstrukci přispěli jakoukoliv částkou. Doufáme, že se klientům v novém objektu bude líbit.

Ilustrační foto: OCHP

SOCIÁLNÍ ŠATNÍK

Ilustrační foto: Michal Chlumský

NOVÉ CHARITNÍ KONTEJNERY

Oblastní charita Pardubice provozuje sociální šatník pro lidi v nouzi z Pardubic a okolí. Shromažďuje oblečení a obuv pro dospělé i děti, lůžkoviny a ručníky. V březnu 2015 bylo za tímto účelem na území města Pardubic instalováno deset nových červených kontejnerů s logem Charity. Další čtyři kontejnery poté Charita převzala od Diakonie Broumov. Jeden kontejner byl také přistaven v Holicích a jeden v Lázních Bohdaneč.

Do kontejnerů prosím vkládejte pouze nepoškozené čisté oblečení a spárované boty, vše zabalené v igelitovém pytli nebo tašce. Nenechávejte žádné věci vně kontejneru. Obsah kontejnerů se pravidelně odváží.

Získané oblečení slouží sociálně znevýhodněným lidem z Pardubic a okolí. Dostávají ho nejen klienti Charity v rámci služeb pro seniory a pro rodiny s dětmi, ale také další organizace, které pomáhají potřebným. Hlavními příjemci darovaného oblečení jsou osoby ohrožené chudobou a sociálním vyloučením, osoby bez přístřeší, matky samoživitelky, klienti LDN Rybitví a Zdravotně sociálního oddělení Pardubické krajské nemocnice a osoby opouštějící výkon trestu. Nejžádanější je ošacení a obuv pro děti od 6 do 15 let a pánské boty a oděvy.

DOMÁCÍ PRÁCE VŠEHO DRUHU

NABÍZÍME

- **drobné instalatérské práce**
- **montování a údržba nábytku, montování poliček, zavěšení obrazů a jiných předmětů**
- **výmalba interiérů, pokládka podlahových krytin, obnova nátěrů apod.**
- **zahradnické práce**
- **úklid domácnosti a sněhu**

Garantujeme solidní jednání, vstřícný přístup a ceny přijatelné pro seniory

KONTAKT:

Anna Čevorová,
info@charitapardubice.cz
☎ 466 335 026, 775 296 843

SOCIÁLNÍ ŠATNÍK

- Shromažďujeme **oblečení a obuv pro dospělé i děti v nouzi z Pardubic a okolí**, nábytek a věci potřebné pro domácnost *(např. lůžkoviny, ručníky atd.)*, hračky, školní potřeby, kočárky i autosedačky.
- Spolupracujeme s organizacemi zaměřenými na pomoc osobám v nouzi, nemocným nebo osobám ohroženým sociálním vyloučením.

Provozní doba: pondělí–pátek 6:30–15:00

KONTAKT:

Anna Čevorová,
info@charitapardubice.cz
☎ 466 335 026, 775 296 843

Rozmístění charitních kontejnerů na textil:

MO Pardubice I
- K Polabinám u č. p. 1957 *(zadní vjezd do bývalé TMS)*

MO Pardubice II
- Varšavská × Prodloužená *(za prodejnou COOP)*
- Partyzánů
- Okrajová 297
- Sedláčkova u č. p. 433
- Valčíkova u č. p. 327
- Družby za č. p. 379

MO Pardubice III
- Bartoňova u č. p. 839
- Na Drážce u č. p. 1558
- Jana Zajíce *(u nákladové rampy Penny Marketu)*

MO Pardubice IV
- Staročernská *(Slovany točna MHD)*

MO Pardubice V
- Chrudimská 145
- Pichlova 1573 *(u výměníku tepla)*
- Dukelských hrdinů před č. p. 2601

Holice
- Palackého *(naproti záchranné službě)*

Lázně Bohdaneč
- Šípkova *(naproti středisku Charity)*

Bližší informace o provozu sociálního šatníku naleznete na webu: **www.pardubice.charita.cz/socialni-satnik**.

SLUŽBY PRO RODINY S DĚTMI

SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍ SLUŽBY PRO RODINY S DĚTMI
(POMOC RODINÁM V NOUZI)

- **Pomáháme rodinám s dětmi v tíživé životní situaci**, kterou nemohou nebo nedokážou sami bez pomoci vyřešit.
- Pracujeme také s rodinami, kde hrozí odebrání dítěte z rodiny, nebo již k odebrání došlo.
- Rodinám poskytujeme odborné sociální poradenství, řešíme mezilidské vztahy, otázku péče a výchovy dětí, 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 *(dle zákona o sociálních službách č.108/2006 Sb.).*

Službu poskytujeme terénní a ambulantní formou.

- **Terénní forma** – v prostředí rodiny, po dohodě pondělí–pátek, v čase 8–18 hodin v oblasti Pardubicka, Holicka a Chrudimi
- **Ambulantní forma** – po předchozí domluvě na adrese Češkova 1247 v Pardubicích

KONTAKT

Karolína Chmelařová, DiS.
sociální pracovnice a odborná garantka Sociálně aktivizačních služeb pro rodiny s dětmi
☎ 461 100 445, 777 296 826

MAMINKA V NOUZI

Do naší péče se dostali pětiletý Lukáš a dvouletá Alenka. Maminka dětí přišla žádat o pomoc v těžké životní situaci. Tehdy se s dětmi stěhovala z azylového domu na ubytovnu, neměla nábytek ani moc peněz, měla jen snahu svoji situaci změnit. Dříve rodina žila v Mladé Boleslavi, kde má příbuzné, v Pardubicích neměli nikoho blízkého. Maminka měla problémy s bývalým partnerem, otcem dětí. Nejen ona nesla celou situaci špatně, ale i na Lukáškovi bylo vidět, že ji snáší těžce. Byl hodně uzavřený do sebe, často plakal a vztekal se. Mamince jsme nabídli terapie, které jí pomohly najít ztracenou duševní pohodu. Zároveň jsme ji naučili naslouchat synovi a vhodnou formou jsme podporovali její sebevědomí a sebedůvěru dětí. Maminka byla hodně vázaná na rodinu v Mladé Boleslavi, avšak z finančních důvodů si nemohla dovolit časté návštěvy. Jednoho dne si tam našla přítele i práci, později se s dětmi přestěhovala. I díky naší pomoci se tak znovu postavila na vlastní nohy, našla rodinné štěstí a zázemí partnerského vztahu.

sociální pracovnice Karolína

Ilustrační foto: OCHP

ZUZANKA A JEJÍ MAMINKA

V rámci náhradní rodinné péče často doprovázíme pěstouny, kteří jsou zároveň prarodiči svěřeného dítěte. Jedni naši klienti tak mají v péči vnučku – říkejme jí třeba Zuzanka – protože její maminka, dcera pěstounů, se nějakou dobu potýkala s drogovou závislostí. Z té doby má také Zuzanka na maminku vzpomínky, o nichž se nedá říci, že by byly zrovna pěkné. Když začala Zuzanka bydlet u babičky s dědečkem, měla i různé problémy, které se ale po čase právě díky láskyplné péči prarodičů podařilo vyřešit a překonat.

pokračování na straně 12

SLUŽBY PRO PĚSTOUNY

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

Službu poskytujeme terénní a ambulantní formou.

- **Terénní forma** – po dohodě pondělí–pátek v čase 8–18 hodin, v oblasti Pardubicka, Chrudimi a Holic.
- **Ambulantní forma** – po předchozí domluvě na adrese Češkova 1247 v Pardubicích nebo v Holicích v Dudychově ulici 782.

KONTAKT

Mgr. Ing. Pavla Jadrná
vedoucí Služeb pro rodiny s dětmi
klíčová pracovnice pro pěstounské rodiny
☎ 461 100 445, 733 161 620

Po nějaké době také maminka Zuzanky zdárně ukončila léčbu v léčebně a toužila se se svou dcerou setkat. Zuzanka ji však právě díky negativním vzpomínkám odmítala vidět a zároveň ani vztah mezi prarodiči a jejich dcerou nebyl příliš přátelský. Situaci jsme řešili společně se sociální pracovnicí OSPOD a psychologem, který měl Zuzanku na setkání s maminkou připravit. Vztahy v rodině se postupně zlepšovaly, ale Zuzanka se setkání stále bála.

Situaci nakonec pomohla vyřešit „náhoda“, když se Zuzanka s pěstouny potkala s maminkou v nákupním centru. Od té doby se Zuzanka se svou mamkou pravidelně schází, podnikají společně různé výlety a podobně.

Dalo by se říci „šťastný konec“, ale nový příběh Zuzanky a její maminky vlastně teprve začíná. A celé rodině bychom přáli, aby šťastný konec jednou měl. *(PR)*

POŘÁDÁME VZDĚLÁVACÍ SEMINÁŘE PRO PĚSTOUNY

Aktuální nabídku seminářů naleznete na našich webových stránkách.
www.pardubice.charita.cz

RODINNÉ A VZDĚLÁVACÍ CENTRUM HOLOUBEK

POSLÁNÍ RVC HOLOUBEK

- Rodinné a vzdělávací centrum Holoubek je určeno **pro rodiny s malými dětmi z Holic a okolí** *(včetně rodin ze sociálně znevýhodněného prostředí)*.
- Nabízíme **pravidelné programy** – tvoření, zpívání a hudebně pohybové aktivity pod vedením odborných lektorek.
- Rodiny mohou navštěvovat každý den **volnou hernu i zahradu** s prvky pro rozvíjení tělovýchovných schopností.
- Velký zájem je o **vypůjčování didaktických her**.
- Zajišťujeme **hlídání pro 3–6leté děti** bez přítomnosti rodičů a v případě zájmu rodičů i pobyt v centru včetně odpoledního pobytu se spaním.

PRAVIDELNÉ AKCE

- **Rodičovské skupiny**, kde pod vedením odborné sociální pracovnice rodiče řeší v kruhu ostatních rodičů problémy, se kterými se setkávají.
- Po celý rok poskytujeme **pomoc při doučování dětí** a pomoc při přípravě úkolů do školy.
- V rámci Baby klubu nabízíme rodičům **pomoc a odborné konzultace v oblasti péče o novorozence a děti do 1 roku**. Při pravidelných setkáních se diskutuje o problematice kojeneckého věku, zejména o správném vývoji a výživě pod vedením kvalifikované porodní asistentky.
- V průběhu návštěvy volné herny poskytujeme rodičům **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.

KONTAKT

Milena Vohralíková
vedoucí Rodinného a vzdělávacího centra Holoubek – Dudychova 782, 534 01 Holice
☎ 733 141 960

Ilustrační foto: OCHP

DALŠÍ ČINNOST RVC HOLOUBEK

Na programu RVC Holoubek jsou každoročně jednorázové akce jako Dětský den, Mikulášská besídka či společná oslava narozenin rodinného centra. Velice oblíbené jsou návštěvy dětí z Dětského domova v Holicích a jejich účast na kurzu „Pečení vánočních ozdob“. Zájem je i o kurzy „Příprava vánočního stolu s netradičním balením dárků“ a „Pečení vánočních perníčků“.

Kromě pravidelných akcí měly děti v uplynulém roce možnost zúčastnit se kurzu „Už vím proč“, vánočního odpoledne s muzikoterapií a pohádkou či akce Celé Česko čte dětem, při které se setkali rodiče s dětmi při čtení pohádky holického spisovatele pana Jindřicha Balíka.

Odborná pracovnice Pedagogicko-psychologické poradny uspořádala besedu, při které nabídla rodičům odbornou pomoc v oblasti výchovných problémů, vztahových problémů v rodině a ve škole, potíží s učením, pozorností a při řešení konfliktních situací v rodině.

V rámci našeho programu nezapomínáme ani na seniory, kteří se pravidelně v RVC setkávají při programech zaměřených na posílení paměti a práci na počítači.

Zvyšuje se zájem o pravidelné večerní zpívání za doprovodu klavíru a kytary. Tohoto relaxačního zpívání se účastní i rodiny s dětmi.

Připravujeme také velice zajímavé přednášky pro veřejnost zaměřené na péči o zdraví *(např. s lékaři či fyzioterapeuty)*.

WOMEN WELCOME *(ŽENY VÍTÁNY)*

- Vzdělávací projekt, jehož cílem je podpořit ženy v jejich kariérním rozvoji.
- Chceme zvýšit počet žen, které se pravidelně aktivně zapojují do občanského života, aktivují místní komunitu, vstoupí do politiky.
- Přihlásit se mohou ženy všech věkových kategorií, které aspirují na zapojení se do veřejného života či na rozhodující pozice ve firmách.

KONTAKT

Vladimíra Krejčíková
koordinátorka projektu
☎ 603 566 141
wwww.womenwelcome.cz

POMÁHÁME PROSTŘEDNICTVÍM VZDĚLÁVÁNÍ DOSPĚLÝCH

V rámci Rodinného a vzdělávacího centra Holoubek v Holicích pracuje pětičlenný tým lidí, který se již čtvrtým rokem věnuje vzdělávání dospělých. Od září 2012 byl realizován projekt **MAMI, TATI, PEČUJ, PRACUJ**, na který od dubna 2015 navazuje projekt Women Welcome.

Pohodu v rodině do velké míry ovlivňuje schopnost rodičů najít a udržet si práci, která jim přináší kromě finančního příjmu i spokojenost. Dává tedy velký smysl pomáhat prostřednictvím vzdělávání dospělých. V dnešní době dávají zaměstnavatelé pracovní příležitosti především těm, kdo dokáží držet krok s technologickým pokrokem *(počítačové kurzy)*, domluví se s kolegy *(komunikace, angličtina)*, ví, v čem jsou jejich silné stránky *(osobní rozvoj)* a vědí, čeho chtějí dosáhnout *(koučování)*.

Tyto tematické oblasti tvořily páteř vzdělávacího projektu MAMI, TATI, PEČUJ, PRACUJ **www.MATAPE.cz** financovaného z ESF prostřednictvím OPLZZ a státního rozpočtu ČR. *„Projekt můj život změnil, posunul mě dál v mé sebedůvěře, umím si svou cestu už hledat sama," říká absolventka Lenka*. Od září 2012 do června 2015 nabídky bezplatných vzdělávacích kurzů MATAPE využilo celkem 204 spoluobčanů, nejčastěji matek na rodičovské dovolené. Deseti firmám z regionu poskytla expertka poradenství prostřednictvím genderového auditu. V listopadu 2014 byl projekt MATAPE oceněn Národní cenou kariérového poradenství a poté byl vybrán, aby reprezentoval ČR v evropské soutěži inovativních projektů RegioStars. Koncept projektu zaujal v osmi zemích Evropy.

Z pracovních zahraničních cest si členové týmu přiváží inspiraci a know-how do vzdělávacích kurzů a svojí prací zároveň inspirují druhé. Na mezinárodní konferenci ICERI ve španělské Seville sklidila prezentace projektu velmi pozitivní ohlasy přítomných odborníků. Následovala nabídka na spolupráci z University Nicosie na Kypru v podobě partnerství v novém mezinárodním projektu. Zdaleka největší radost realizačnímu týmu ale přinášejí zprávy absolventek kurzů, že získaly práci svých snů.

Ilustrační foto: OCHP

KONFERENCE WOMEN WELCOME

Pro inspiraci k ženskosti, odvaze a úspěchu si na **konferenci Women Welcome** *(Ženy vítány)* 17. 6. 2015 do ZUŠ Karla Malicha v **Holicích přišlo celkem 123 žen**.

V úvodu si přítomné dámy poslechly projevy čtyř výjimečných žen. Po přestávce věnované navazovaní kontaktů mezi účastnicemi, seznámení se s nabídkou výrobků a služeb deseti místních podnikatelek, následovaly čtyři prožitkové semináře: *„Jak mohu uskutečnit pozitivní změnu" (vedla Kristin LaRonca Parpel), „Nic není tak horké" (Lenka Zelingrová), „Sebeprezentace jako nástroj autenticity člověka" (Venda Vaníčková) a „Štěstí je vrozené" (Loredana Popasav)*. Padesát tři žen využilo v průběhu dne služeb koučování a mnoho účastnic z konference odcházelo nejen s inspirací v srdci, úsměvem na tváři, ale také například s profesionálním nalíčením. Inspirativní atmosféru dne ilustruje jedna ze zpětných vazeb účastnic: *„Bylo to super a díky za nápady, poučení a čas strávený spolu!"*

„Unikátní prožitkovou konferencí Women Welcome (Ženy vítány) jsme zahájili nový vzdělávací projekt pro ženy," říká lektorka a koučka Mgr. Klára Bartoníčková. Od září 2015 do března 2016 bude budova RVC Holoubek č. p. 782 v Dudychově ulici v Holicích místem pro navazující setkávání žen ke společnému sdílení zkušeností a vzdělávání pod vedením zkušených lektorek. Vzdělávání bude také doplněno individuálním koučováním. Účast v projektu je zdarma.

Tento projekt je podpořen grantem z Islandu, Lichtenštejnska a Norska v rámci EHP fondů. | www.fondnno.cz a www.eeagrants.cz

Vice informací na **www.womenwelcome.cz**

RODINNÉ CENTRUM DAR *(DĚTI A RODIČE)* LUŽE

POSLÁNÍ RC DAR

- Rodinné centrum DaR je určeno pro rodiny s dětmi z Luže a okolí *(včetně rodin ze sociálně znevýhodněného prostředí)*.
- Nabízíme pravidelné kulturní a vzdělávací programy.
- Podporujeme oživení lidových tradic a společné setkávání příslušníků různých generací. Snažíme se předcházet sociální izolaci seniorů a mezigeneračním konfliktům.

PRAVIDELNÉ AKCE

- Hrátky s batolátky, Tvoření s pohádkou, Aby malé bylo velké, Elce, pelce, kotrmelce – pro rodiče s nejmenšími dětmi, Klub otazník – pro školní děti.
- Mamiňáček – klub pro maminky, kde je prostor pro výměnu zkušeností, oblečení, diskusi, pomoc.
- M_ANIMA – kurz, který vedou školené lektorky a jehož cílem je pomoci matkám na mateřské dovolené připravovat se k nástupu do zaměstnání, získat sebevědomí, naučit se skloubit domácnost a práci.

KONTAKT

Mgr. Marie Doležalová
vedoucí Rodinného centra DaR
– Družstevní 366, 538 54 Luže
☎ 603 880 938
rodinnecentrum.dar@gmail.com

ZÁZEMÍ A KLIENTI RC DAR

Rodinné centrum DaR Luže pokračuje v osvědčených aktivitách a činnostech z uplynulých let. Rozvíjí se spolupráce s místní radnicí a s dalšími subjekty ve městě, například s Hamzovou léčebnou, zdejším sportovním klubem a se skautským střediskem Tangram. Skauti pomáhají s pořádáním akcí, mimo jiné se zajištěním zázemí na příměstském táboře. Rodinné centrum spolupracuje také s místní knihovnou, informačním centrem, základní školou a se soukromými podnikateli z Luže a okolí.

Rodinné centrum má stálou klientelu. Počet návštěvníků v průběhu let nijak výrazně nekolísá, naopak je stabilní a odpovídá kapacitě a možnostem centra i poptávce. Počet klientů zůstává, jen lidé se mění – s tím, jak děti postupně odrůstají, rodiny odcházejí a nové do centra přicházejí. Z rodičů i prarodičů, kteří do centra už někdy docházeli, se stávají návštěvníci jednorázových akcí, děti se do centra rády vracejí.

Sídlo RC DaR se nachází v centru města, asi 50 metrů od zastávky autobusů, hned vedle mateřské školy a cca 200 metrů od základní školy. K centru patří velká zahrada s pískovištěm a místnost ke sportovnímu využití *(ping-pong)*. Centrum disponuje hlavní místností, kuchyní, hernou a sociálním zařízením. Vstup do centra je z ulice, kde je dostatek parkovacích míst a bezbariérovým přístupem ze zahrady.

Ilustrační foto: Alžběta Jasanská

DALŠÍ ČINNOST RC DAR

Téměř neodmyslitelnou součástí celoroční činnosti jsou jednorázové akce: Masopustní průvod, Vynášení Moreny, Mezinárodní Den Země, Pálení čarodějnic, Den dětí, Den matek, Den otců, Zapískáme na prázdniny, Příměstský tábor *(dva týdenní běhy)*, Loučení s prázdninami, Den Charity a Bazárek dětského oblečení, Víkend otců a dědů se syny a vnuky, Lampiónový průvod, Výroba adventních věnců, Mikuláš, Koledování v domově pro seniory Glossus, Silvestr.

Zdárně pokračují také tvořivá setkání s výtvarnicí, při kterých účastníci vyrábějí šperky z hmoty fimo, seznamují se s ubrouskovou technikou nebo vytvářejí populární Lichožrouty. Vedle samotné tvorby je cílem těchto aktivit sdružování lidí různých generací, starší ukazují mladším, jak smysluplně trávit volný čas, navzájem se inspirují.

RC DaR dlouhodobě spolupracuje se sociální pracovnicí – pracovnicí Linky důvěry, která je vždy jednou za měsíc zdarma k dispozici pro osobní pohovor každému, kdo se nachází v obtížné životní situaci, koho něco trápí nebo si s něčím neví rady a potřebuje pochopení, podporu a pomoc. Centrum dále spolupracuje s pracovnicí Sociálně aktivizačních služeb pro rodiny s dětmi, která mimo jiné pomáhá s výchovnými a vzdělávacími problémy, se vztahovými problémy a s problematickou školní docházkou.

Pravidelně se v centru schází také Společenství mladých, ve dvou skupinách 10–14 a 14–18 let. Program si připravují sami. Účastníci mají prostor pro navázání kontaktu, získání důvěry, posílení sebevědomí, rozvoj kontaktů na místní úrovni a prevenci sociálně-patologického chování u mládeže.

DOBROVOLNICKÉ CENTRUM

DOBROVOLNÍCI POMÁHAJÍ DĚTEM

Volný čas věnovaný druhým. Pomoc potřebným bez nároku na odměnu. Řeč je o dobrovolnictví. Činnosti, která je společensky vysoce ceněná a mnohdy obdivovaná a nad níž materialisté nechápavě kroutí hlavou. Lidé, kteří nepožadují za svoji práci mzdu, tuto práci vykonávají s láskou, srdcem a jak nejlépe dokážou. Věří, že to, co dělají, má smysl. Odměnou jim je víra, že dokázali pomoci, potěšit, zlepšit, zachránit, posunout dál.

Já jsem se v září 2013 stala dobrovolníkem Oblastní charity Pardubice. Věnuji se doučování dětí ze sociálně slabých rodin. Probíráme aktuální školní látku, vypracováváme domácí úkoly, věnujeme se přípravám na písemné práce a zkoušení. Po povinných domácích úkolech se snažím předat dětem vědomosti i pomocí her a soutěží. Podařilo se mi docílit toho, aby děti nechápaly docházení za „svými" dobrovolníky jako nutné zlo a uměli jsme se společně zasmát. Doučování probíhá v Rodinném a vzdělávacím centru Holoubek v Holicích, kam dochází několik žáků z různých základních škol. Jejich snaha o zlepšení školních výsledků je patrná, a proto se nám společnými silami podařilo dosáhnout lepších známek na vysvědčení.

Dále dojíždím do rodiny s dvanáctiletým chlapcem, kterému hrozilo opakování 7. třídy ZŠ. Chlapec neměl zájem o okolní svět a svůj flegmatický postoj zaujímal i vůči škole a svým povinnostem. Nebylo jednoduché se mu přiblížit, komunikovat s ním. Většina rozhovorů končila jeho větou *„Mně je to jedno."* Jezdila jsem za ním podle svých časových možností, jednou až dvakrát v týdnu. Postupně se nám podařilo navázat spolupráci a žák úspěšně postoupil do 8. třídy. Mě však ještě mnohem více těší vzpomínky na naše krátké rozhovory *(když měl chlapec náladu)* a jeho smích. Stále vidím, že je před námi velký kus práce a jen doufám, že o moji pomoc bude nadále stát.

Děti potřebují cítit, že jsou pro někoho důležité, že na nich někomu záleží a jejich potřeby jsou brány vážně. Bohužel se některým těchto pocitů nedostává. Jako dobrovolník nechci děti jen učit, ale ráda bych získala jejich důvěru, stala se jejich kamarádem. Prostřednictvím práce s dětmi jsem našla svoji životní cestu, začala jsem se v pedagogickém směru vzdělávat a své rozhodnutí stát se dobrovolníkem Oblastní charity Pardubice považuji za jedno z nejzásadnějších. Bez nadsázky mohu říci, že mi dobrovolnictví dalo do života mnoho dobrého. Naplňující práci s dětmi, výborné kolegy a spoustu nových zkušeností.

Ve svém okolí slýchám, že všechny pomáhající profese, i doučování dětí *(a jedinců s problémovým chováním ještě více)*, se po určité době stávají vyčerpávajícími. Myslím, že dobrovolnictví dokazuje, že se člověk pro danou činnost rozhodl bez nátlaku, práce ho baví a dává do ní kus sebe. Pokud jsou tyto podmínky dodrženy, o vyčerpávání nemůže být řeč. Přeji sobě i dětem, které potřebují nebo budou potřebovat moji pomoc, abychom si navzájem dávali sílu prožívat život naplno a mít ho rádi.

Šárka Bruknerová

Ilustrační foto: Dita Valachová

DOBROVOLNICTVÍ

- **Dobrovolníci pomáhají** druhým bez nároku na finanční odměnu.
- **Dobrovolníci získávají cenné zkušenosti**, které mohou využít v zaměstnání nebo při studiu.

MOŽNOSTI ZAPOJENÍ

- **Volnočasové aktivity se seniory** – rozhovory, čtení knih, procházky apod.
- **Práce s dětmi** – doučování sociálně znevýhodněných dětí, vedení kroužků.
- **Jednorázové akce** – Tříkrálová sbírka, potravinová sbírka, výroba adventních věnců, charitní ples aj.
- **Firemní dobrovolnictví** – jsme zaregistrováni na **portálu zapojimse.cz**.
- **Jiné** – roznos letáků, šití kostýmů, technická výpomoc *(např. posekání trávníku)*, třídění oblečení v sociálním šatníku, sběr a třídění známek

KONTAKT

Mgr. Vojtěch Homolka
koordinátor dobrovolníků
☎ 775 296 842

CHCETE VYKONAT NĚCO VELKÉHO?
POMÁHEJTE LIDEM V NOUZI!

Chcete-li pomáhat dětem s domácími úkoly, dělat společnost seniorům nebo se zapojit jako dobrovolník do některé z jednorázových akcí Oblastní charity Pardubice, kontaktujte prosím koordinátora dobrovolníků *(dobrovolnik@charitapardubice.cz)*.
pardubice.charita.cz/dobrovolnictvi

ZE ŽIVOTA OBLASTNÍ CHARITY PARDUBICE

PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR „INDIÁNI VE MĚSTĚ"

„Hau, Kóla!" ozývalo se po dva srpnové týdny po ránu i odpoledne před Rodinným centrem DaR v Luži. To když se tu scházeli nebo naopak loučili malí indiáni z příměstských táborů, které v týdnech od 11. a od 18. srpna 2014 pořádala Oblastní charita Pardubice. Celkem si společný pobyt v přírodě, ovšem s „luxusem" domácí koupelny a postele, užívalo pětačtyřicet dětí.

Malí indiáni dopoledne vyráželi na louku u splavu pod Košumberkem. Tam si společně postavili dvě týpí – díky lužským skautům. K dispozici byla také zastřešená jídelna *(díky Františku Bártovi)* a chemická toaleta, cisterna s vodou, stoly a lavice *(díky lužské radnici)*. Toto úžasné zázemí táborníkům umožnilo trávit veškerý společný čas v přírodě. Děti si užily téměř klasický táborový režim včetně například ohřívání vody na nádobí v kotlíku na ohni či umývání ešusů. Jídlo se vozilo ve várnicích z Hamzovy léčebny.

Alžběta Jasanská

VZDĚLÁVACÍ PROGRAM PRO ŠKOLY „CHARITA A POMOC BLIŽNÍM"

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

pardubice.charita.cz/pro-skoly

DEN CHARITY

V pátek 27. září 2014 oslavila Oblastní charita Pardubice Den Charity prezentací svých služeb v AFI Palace v Pardubicích. Návštěvníci tohoto obchodního centra se mohli zastavit u informačního stánku, v klidu si popovídat s pracovníky Charity a odnést si Charitní noviny. Někteří z kolemjdoucích se zapojili do Charitního kvízu o ceny s logem Charity. K zařazení do slosování stačilo správně zodpovědět 10 otázek.

Ve stejný den se uskutečnil den otevřených dveří v rodinných centrech Holoubek v Holicích a DaR v Luži a v Odlehčovacích službách Červánky v Třebosicích. Den Charity je od roku 2008 tradiční celostátní kampaní, která se koná vždy koncem září u příležitosti svátku sv. Vincence z Pauly, patrona charitních zařízení. Cílem této akce je seznámit širokou veřejnost s činností Charity a zajímavou formou jí představit jednotlivá pracoviště.

NÁRODNÍ POTRAVINOVÁ SBÍRKA

V sobotu 22. listopadu 2014 jsem se zúčastnila jako dobrovolník 2. ročníku Národní potravinové sbírky v jednom z pardubických hypermarketů. V tomto ročníku se zapojilo více obchodů než vloni a díky celorepublikové mediální kampani pod hlavičkou platformy Byznys pro společnost a České federace potravinových bank zaznamenala tato akce obrovský úspěch. Není tedy divu, že se nám společně s dalšími dobrovolníky z Oblastní charity Pardubice podařilo nashromáždit téměř 780 kg potravin v celkové hodnotě kolem 50 tisíc Kč.

Bylo dojemné sledovat, kolik lidí je ochotných vypomoci alespoň malým příspěvkem těm, jež se v současné době nalézají v tíživé životní situaci. Většina lidí darovala jeden či více kusů potravin, někteří však i plný košík. Výjimkou nebyli ani dárci, kteří se během dne vrátili hned několikrát a přinášeli další a další věci. Jiní nám sdělovali, že objeli celé Pardubice a navštívili několik hypermarketů, než se jim podařilo najít ten, jenž se do akce zapojil. Někteří také projevili zájem o další aktivity Oblastní charity Pardubice a o možnost darovat potraviny v průběhu celého roku. Všem dárcům patří obrovský dík. Velký dík patří také zaměstnancům pardubického Kauflandu v Bělehradské ulici, protože celá akce i díky jejich ochotě a zájmu proběhla ve vstřícné a přátelské atmosféře. Ráda se proto jako dobrovolník zapojím do Národní potravinové sbírky i v příštím roce.

Žaneta Králová

Ilustrační foto: OCHP

BENEFIČNÍ VÝROBA A PRODEJ ADVENTNÍCH VĚNCŮ

Ve druhé polovině listopadu se na několika místech pardubického vikariátu uskutečnila tradiční výroba adventních věnců. V pátek 21. listopadu 2014 se do této akce zapojilo přes 40 firemních dobrovolníků z Pojišťovny České spořitelny a Kooperativa pojišťovny a další dobrovolníci z řad zaměstnanců Charity a veřejnosti. Zázemí k výrobě poskytlo Salesiánské středisko mládeže v Pardubicích. Další věnce vyrobili dobrovolníci v Holicích, Sezemicích a Lázních Bohdaneč.

Oblastní charita Pardubice děkuje všem dobrovolníkům, kteří přišli pomoci s výrobou adventních věnců a jejich následným prodejem. Děkujeme také všem, kteří přispěli zakoupením věnce na charitní sociální služby. Celkem se podařilo prodat 255 věnců a získat částku 65 085 Kč.

BENEFIČNÍ KONCERT VÁNOCE DĚTEM

V pondělí 1. prosince 2014 uspořádala Oblastní charita Pardubice ve spolupráci s Východočeským divadlem Pardubice vánoční benefiční koncert „Vánoce dětem“ na podporu dětí ze sociálně slabých rodin. Na koncertě, jenž se uskutečnil na Malé scéně ve dvoře Východočeského divadla, vystoupila divadelní kapela „Můžete si za to sami!“ s herečkou Východočeského divadla Pardubice Martinou Sikorovou.

Výtěžek z koncertu byl použit na nákup vánočních dárků pro děti ze sociálně slabých rodin a nákup potravin pro rodiny v nouzi. Během koncertu byly vystaveny obrázky, které namalovaly děti, s nimiž pracuje Oblastní charita Pardubice v rámci Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi. Děti malovaly nejen hmotné dárky, ale také přání, která se nedají koupit.

2. CHARITNÍ PLES

V pátek 13. února se uskutečnil druhý ročník benefičního plesu Oblastní charity Pardubice. Pro účastníky plesu byl ve Skautském centru Vinice v Pardubicích zajištěn vynikající hudební doprovod *(ansámbl mladých muzikantů The Five Band)*, dvě nádherná předtančení a mimořádně hodnotná tombola. O technické zázemí a servis se po celou dobu perfektně starala skupina dobrovolníků. Výtěžek plesu, který byl použit na rekonstrukci a dovybavení objektu pro Odlehčovací služby Červánky v Mikulovicích u Pardubic, činil 34 603 Kč. Děkujeme všem dárcům!

Příští charitní ples v Pardubicích proběhne **v pátek 5. února 2016**.

JARNÍ CHARITATIVNÍ BAZAR

Ve dnech 11. a 12. dubna 2015 uspořádaly Sociální služby města Pardubic – Café Apatyka společně s Oblastní charitou Pardubice Jarní charitativní bazar. Zájemci mohli v průběhu celého víkendu zavítat do kavárny Café Apatyka na Pernštýnském náměstí v Pardubicích a koupit si zde za symbolickou cenu oblečení, nádobí, knihy a další věci, které sem v průběhu března přinesli lidé, jež tento projekt oslovil. Nechyběl doprovodný program pro děti i dospělé.

Celková tržba činila 8 312 Kč. Tuto částku si obě pořádající organizace rozdělily rovným dílem. Polovina výtěžku byla určena na podporu Denního stacionáře Slunečnice Pardubice, druhá polovina byla využita na pořízení materiální pomoci pro charitní Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi. Děkujeme všem dárcům.

VÝBOR DOBRÉ VŮLE
Nadace Olgy Havlové
ZD Rosice
Zemědělské družstvo Rosice a Chrast

Ilustrační foto: OCHP

ZNÁMKY PRO MISIE

Koncem dubna 2015 se zástupci Oblastní charity Pardubice již potřetí vypravili do německého kláštera Münsterschwarzach s krabicemi plnými pečlivě roztříděných *(převážně českých)* známek. Benediktýni, kteří zásilku přebírali, nešetřili slovy uznání a chvály. Tato slova patřila celému kolektivu dobrovolníků z Pardubic, Brna a Kutné Hory, který se tříděním již několik let zabývá. Každý druh známky se po odlepení a vysušení pečlivě zabalí do sáčků nebo krabic a označí katalogovým číslem. Do Německa se známky vozí pravidelně jednou za dva roky.

Benediktýni prostřednictvím svých dealerů známky prodávají na burzách a aukcích a ze získaných finančních prostředků podporují misijní činnost především v Africe. Velký důraz přitom kladou na pomoc při rozvoji znevýhodněných regionů. Nedávno se jim například podařilo vybudovat školu pro 200 dětí ve městě Kara na nehostinném severu západoafrického Toga *(56 785 km^2, cca 7,3 mil. obyvatel)*. Zároveň v této oblasti zprovoznili pět studen hlubokých 50–70 metrů. Místní ženy do té doby musely chodit pro vodu několik kilometrů a nabírat ji ze znečištěné řeky. Zmíněná škola bude zanedlouho rozšířena, aby mohla poskytnout útočiště další stovce žáků. Benediktýni jsou přesvědčeni, že podporou vzdělání nejefektivněji pomohou celému regionu.

Dobrovolníky z Pardubic těší, že se na realizaci podobných projektů mohou spolupodílet. *„Mám se místo toho dívat na televizi? To moc dlouho nevydržím. Já místo toho radši třídím známky,“* svěřuje se 83letý dobrovolník Antonín Rejlek. *„Dokud nás to bude bavit, budeme se třídění známek nadále věnovat,“* dodává s lišáckým úsměvem. Díky obdivuhodné trpělivosti, pracovitosti a vytrvalosti takových lidí jako je on a jeho žena Věra Novotná, se v rozvojových zemích postupně zvyšuje počet lidí, kteří mohou chodit do školy, mají přístup k nezávadné pitné vodě a k základní zdravotní péči.

Pokud Vás tato dobrovolnická činnost Charity zaujala, dejte o sobě vědět ***(tel.: 775 296 842, e-mail: dobrovolnik@charitapardubice.cz).*** Pokud máte doma nepotřebná a překážející alba se známkami, víte kam je poslat.

TŘÍKRÁLOVÁ SBÍRKA

CO JE TŘÍKRÁLOVÁ SBÍRKA?

- dobročinná akce, kterou od roku 2001 pořádá Charita Česká republika ve spolupráci s místními Charitami a dalšími organizacemi
- skupinky tří králů navštěvují domácnosti s přáním zdraví a pokoje a s prosbou o příspěvek
- vedoucí skupinek jsou vybaveni průkazkou a pokladničkou s charitním logem
- pokladničky jsou opatřené pečetí a podpisem pracovníka městského či obecního úřadu

HLEDÁ SE TŘETÍ KRÁL

- zapojte se do největší dobrovolnické akce v ČR, na věku nezáleží
- přihlásit se mohou jednotlivci, skupinky kamarádů i celé rodiny

KONTAKT

Mgr. Vojtěch Homolka
koordinátor Tříkrálové sbírky na Pardubicku
☎ 775 296 842
dobrovolnik@charitapardubice.cz
pardubice.charita.cz/trikralova-sbirka

SYMBOLIKA A TRADICE SBÍRKY

Zprávu o „třech králích“ nám podává Matoušovo evangelium. Ve 2. kapitole se píše o mudrcích z Východu, které hvězda dovedla do Betléma, kde se poklonili narozenému Spasiteli a předali mu dary. Není však zmíněno, zda se skutečně jednalo o krále, ani kolik jich bylo. Číslo tři se odvozuje od počtu darů. Všechny mají svou symboliku:

- ***Zlato*** *– královský kov, tehdy nejcennější zboží, vyjadřovalo úctu k novorozenému Králi všech králů. Zlato jako trvanlivý kov také symbolizuje stálost a neporušitelnost.*
- ***Kadidlo*** *– vonná pryskyřice, odedávna až dosud používaná při bohoslužbách a obřadech, byla vyznáním víry v Ježíšovo božství. Kadidlo je ve Starém i Novém zákoně symbolem modliteb stoupajících k Bohu.*
- ***Myrha*** *– vonná mast s konzervačními účinky, používaná mj. při balzamování mrtvých těl, předjímala Kristovo utrpení a smrt na kříži.*

Zkratka K+M+B+ *(nebo latinsky C+M+B+)* bývá považována za iniciály tří králů, proto tedy Kašpar, Melichar a Baltazar. Ve skutečnosti se však jedná o zkratku *„Christus mansionem benedicat = Kristus ať požehná tomuto domu“ (po celý rok – proto se za třetí křížek píše letopočet).* Tři křížky symbolizují Nejsvětější Trojici.

Tříkrálová sbírka vznikla na základě staré lidové tradice, která má svůj původ ve středověku, kdy se ve městech a na vsích hrála představení o mudrcích z dalekého východu, kteří se přišli do Betléma poklonit Ježíškovi v jesličkách a předali mu kadidlo, myrhu a zlato. Chudé děti pak chodily 6. ledna oblečené za tři krále po domech s betlémskou hvězdou a kadidlem, zpívaly lidem koledu „My tři králové“ a posvěcenou křídou psaly na dveře domů K+M+B+ s příslušným letopočtem. Za to dostávaly něco dobrého a občas i pár grejcarů na přilepšenou.

Ilustrační foto: Petr Jirásek

Tato tradice po roce 1948 postupně téměř vymizela, v původní podobě se zachovala jen na některých místech. Charita dala tříkrálovému koledovaní nový rozměr a smysl. Od roku 2001 oslovuje všechny lidi dobré vůle, aby přispěli na pomoc rodinám a lidem v nouzi u nás i v zahraničí.

VYUŽITÍ VÝTĚŽKU ZE SBÍRKY

Výtěžek Tříkrálové sbírky je tradičně určen na pomoc nemocným, zdravotně postiženým, seniorům, rodičům s dětmi v tísni a dalším jinak sociálně potřebným. Sbírka má předem jasně daná pravidla pro rozdělení peněz. Nejvíce jich zůstává v regionu, kde byly získány. Předem jsou také stanoveny záměry, na které se v daném roce vybírá.

Obecný přehled rozdělení Tříkrálové sbírky:

- *Celostátní projekty Charity ČR 5%*
- *Projekty Diecézní charity Hradec Králové 15%*
- *Humanitární pomoc do zahraničí 10%*
- *Režijní náklady sbírky 5% Projekty Oblastní charity Pardubice 65%*

Oblastní charita Pardubice *(OCHPA)* již několik let vynakládá největší díl výtěžku na vybudování nového střediska odlehčovacích služeb v Mikulovicích u Pardubic. V roce 2015 bylo na tento účel vyčleněno 80 % prostředků určených na projekty OCHPA. Další peníze přispěly k rozšíření týmu pro hospicovou péči *(7 %)*, na pomoc rodinám v nouzi *(5 %)*, k rozvoji projektů souvisejících s *„adopcí na dálku“ (5 %)* a na přímou pomoc potřebným *(3 %)*.

Nejvýznamnější záměry Tříkrálové sbírky na celostátní úrovni jsou k dispozici na webu **www.trikralovasbirka.cz** v sekci *„Využití sbírky“*.

TŘÍKRÁLOVÉ PŘÍBĚHY

JAK JSME KOLEDOVALY…

Byly jsme čtyři ženy – tři dospívající děvčata a já s nimi jako jejich babička. Děj se odehrával v Lázních Bohdaneč. Děvčata se převlékla za krále, já jsem si viditelně připevnila průkazku dokazující, že jsme z Charity a že naše úsilí provádět Tříkrálovou sbírku je poctivé.

Počasí bylo nepřívětivé. Zamračeno, zima, po slunci ani památky, jak už to tak v lednu bývá. Vyrazily jsme do terénu a tam jsem ocenila ty tři mladé dušičky, které s elánem a dobrým předsevzetím Charitu reprezentovaly.

Jako prvního jsme navštívily vietnamského obchodníka, který evidentně nevěděl, o co jde, přesto mu brzy došlo, že jsme mu nepřišly jen tak zazpívat „My tři králové…“ nad prázdnou kasičkou. S úsměvem a úklonou nám do ní věnoval 50 Kč. To byl dobrý začátek. Na veřeje jeho obchodu jsem mu napsala K+M+B a s dobrou náladou jsme se hrnuly dál. Někde jsme dostaly peníze i suvenýr na památku, také perník a bonbon a ještě jsme se trochu ohřály.

V ulicích moc lidí nechodilo a navíc někteří dělali, že jsou neviditelní, někteří již předem hlásili, že už dali vícekrát jiné skupince, ale to nemohla být pravda. Děvčata to brala s humorem a odvážně pokračovala dům od domu. Někde otevřeli, dokonce za námi běželi, jiní se před námi rychle schovali za dveře nebo do auta.

Dojemné bylo setkání se skupinou rodičů s dětmi, které se vracely domů ze cvičení v sokolovně. Děti si asi myslely, že vidí tři Mikuláše, a byly nadšené. My jsme jim zazpívaly a od rodičů obdržely dary do pokladničky.

Svůj „rajón“ jsme pečlivě obešly a poslední peníz padl do pokladničky v řeznictví. Děvčata musela do školy na oběd, a tak jsme skončily v bohdanečské Charitě.

Ta koleda byla přínosná nejen pro Charitu, ale také pro nás. Užily jsme si ji a přesto, že si již přesně nepamatuji jména „mých“ děvčat, zůstává ve mně dobrý pocit z jejich příkladného chování. A když Pán Bůh dá, ráda se s nimi zase za rok na koledu vypravím.

Miloslava Bičíková

TŘÍKRÁLOVÁ TRADICE OBNOVENA

Začalo to otázkou mé snachy Marušky: „Mamko, budete opět pořádat v Kostěnicích Tříkrálovou sbírku? Mohli byste se stavit také u nás v Chrudimi!“ A tu mně najednou bleskl hlavou nápad. Proč bychom neobnovili dřívější tradici tří králů i u nás ve Výsoníně?

Následovaly telefonáty mým nadřízeným, jelikož pracuji v Oblastní charitě Pardubice jako zdravotní sestra ve středisku Holice. Paní ředitelka Mgr. Marie Hubálková a vrchní sestra paní Markéta Vašková můj návrh podpořily. Poté jsem se obrátila na obecní úřad v Lukavici. Pan starosta Stehno byl vstřícný. Zapečetili jsme kasičku a pak už jen bylo potřeba najít tři krále. Oslovila jsem proto Šťovíčkovi.

Ilustrační foto: Iva Janečková

Nadešel pátek 9. ledna 2015. S Verunkou, Terezkou, Pavlínkou a Zuzankou jsme se oblečeni do kostýmů vydali do vsi navštívit jednotlivá stavení. Lidé byli nejprve překvapeni a vyptávali se. Dostalo se jim vysvětlení, že část peněz dostanou rodiny v nouzi, adopce na dálku a část půjde na dostavbu stacionáře pro seniory. Dojemné bylo vystoupení čtyř králů. Verunka hrála na flétnu, Pavlínka na rumbakouli, Zuzanka na tamburínu a Terezka jako černý král zazpívala sólo a přidala i svůj herecký talent. Sousedům se rozzářily oči, nešetřili úsměvy a slovy chvály. Týž den se na Facebooku objevilo: „Milane a Věro, máte moc šikovné vnučky.“

Jelikož děvčátka pospíchala na hasičský kroužek, nestihli jsme projít celý Výsonín, a tak jsme pokračovali v obchůzce v neděli, a to v trochu pozměněné sestavě – Terezka a Kateřinka Pytlíkovy a jednoho krále jsem doplnila ze své rodiny – Vašíka Janečka. Občané, na které se nedostalo minule, již netrpělivě vyčkávali, jestli se u nich také zastavíme, protože se naše akce roznesla po Výsoníně rychlostí blesku.

Dívenky a Vašík si opět vybrali hudební nástroje, a ač byli mladší oproti Šťovíčkovým, zvládli zpívání bez chybičky. Sousedé nejenže dávali finanční dary do zapečetěné pokladničky, ale obdarovávali děti sladkostmi.

Byla jsem nadmíru spokojená s průběhem Tříkrálové sbírky. Je hezké, že mě sousedé nezklamali, říkala jsem si. Bylo velmi milé, jak krásně nás přijímali, a to jsem ještě nevěděla, kolik peněz máme v pokladničce.

V úterý 13. ledna jsem si telefonicky sjednala s panem starostou schůzku na rozpečetění pokladničky. Sdělil mi, že mohu hned přijet. Při otevírání pokladničky jsme byli velice napnutí. Vybralo se celkem 2 911 Kč! V průměru každý občan včetně malých dětí daroval 33,30 Kč.

Zajímalo mě také, jestli už dříve u nás ve Výsoníně chodili tři králové, a tak jsem při obchůzce vyzvídala. Od pamětníků jsem se dozvěděla, že se chodilo již za II. světové války a těsně po ní. Milan Šťovíček starší si pamatoval nadepsaná písmena a letopočty na dveřích výsonínských obydlí z 60. let minulého století. Tak jsme i my obnovili Tříkrálovou sbírku! Na závěr bych chtěla poděkovat všem, kteří mi při obnovení této tradice ochotně pomáhali.

Vaše sousedka Iva Janečková

NABÍZÍME TYTO SLUŽBY:

- Domácí zdravotní péče
- Domácí hospicová péče
- Pečovatelská služba
- Osobní asistence
- Odlehčovací služby Červánky *(ambulantní, pobytová a terénní forma)*
- Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi *(pomoc rodinám v nouzi)*
- Služby pro pěstouny
- Rodinná centra
- Sociální šatník
- Půjčovna kompenzačních pomůcek
- Domácí práce všeho druhu

PRINCIPY NAŠÍ PRÁCE:

- *Lidskost*
- *Individuální přístup*
- *Dostupnost*
- *Odbornost*
- *Diskrétnost*
- *Flexibilita*

Charita Česká republika

Naše služby se vzájemně doplňují a pomáhají uživatelům zajistit co nejlepší životní podmínky.

STŘEDISKA OBLASTNÍ CHARITY PARDUBICE

PARDUBICE – V Ráji 732, 530 02 Pardubice
T: 466 335 026, M: 775 296 843,
e-mail: info@charitapardubice.cz

HOLICE – Palackého 1131, 534 01 Holice
T: 466 681 654, M: 775 296 831
e-mail: holice@charitapardubice.cz

LÁZNĚ BOHDANEČ
Šípkova 49, 533 41 Lázně Bohdaneč
T: 466 924 120, M: 603 459 486,
e-mail: bohdanec@charitapardubice.cz

MORAVANY – nám. Hrdinů 13, 533 72 Moravany
T: 466 950 441, M: 775 296 831,
e-mail: moravany@charitapardubice.cz

ČERVÁNKY – Třebosice 10, 530 02 Pardubice
Devotyho 1, 530 02 Mikulovice
T: 466 970 227, M: 775 296 833,
e-mail: trebosice@charitapardubice.cz

RODINNÉ A VZDĚLÁVACÍ CENTRUM HOLOUBEK – Dudychova 782, 534 01 Holice
M: 733 141 960
e-mail: holoubek@charitapardubice.cz

RODINNÉ CENTRUM DaR
Družstevní 213, 538 54 Luže,
M: 603 880 938
e-mail: rodinnecentrum.dar@gmail.com

www.pardubice.charita.cz

DMS – POMOC RODINÁM V NOUZI

dms Dárcovská SMS
Ověřeno Fórem dárců
Pomoc jako součást vašeho života.

Projekt můžete podpořit zasláním dárcovské SMS na číslo 87 777:

Jednorázově ve tvaru: **DMS**mezera**POMOCRODINAM**

Roční podpora: **DMS**mezera**ROK**mezera**POMOCRODINAM**

Cena 1 DMS je 30 Kč, Oblastní charita Pardubice obdrží 28,50 Kč.
Při roční podpoře Vám bude automaticky odečítána částka 30 Kč každý měsíc.

Více na **www.darcovskasms.cz**

DĚKUJEME ZA VAŠI PODPORU.

Vydává Oblastní charita Pardubice, V Ráji 732, Pardubice, tel: 466 335 026, e-mail: info@charitapardubice.cz, www.pardubice.charita.cz, Sbírkové konto na porporu rodin v nouzi: 2800235245/2010 Fiobanka, a.s.
Jsme i na Facebooku www.facebook.com/charitapardubice

Děkujeme tiskárně www.fronte.cz za dárcovsky provedené tiskařské práce.