CHARITNÍ NOVINY

Charita Česká republika

Vydává Oblastní charita Pardubice | 5. ročník 2016/2017 **ZDARMA**

Vážení přátelé,

pokračujeme v naší tradici a vydáváme páté 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.

Rok 2015 byl pro naši oblastní Charitu velmi náročný, jeden z nejnáročnějších. Museli jsme totiž opustit bývalou školu v Třebosicích, proto bylo nutné přestěhovat hned několik služeb – ambulantní odlehčovací služby, sociální šatník a skladové prostory včetně archívu. Nebylo vůbec snadné najít nové vhodné prostory. Ambulantní odlehčovací služby jsme přesunuli do bývalé fary v Mikulovicích, jejíž rozsáhlou rekonstrukci jsme předtím dokončili. Byla to také dobrá příležitost k posunu, rozvoji a vylepšení jednotlivých služeb. Nakonec se nám opravdu podařilo tyto služby vylepšit a rozšířit. Chtěla bych proto moc poděkovat všem, kteří za námi stáli a podporovali nás.

Rok 2017 bude pro nás velmi významný. Budeme slavit 25. výročí naší existence, naší pomoci lidem na okraji zájmu společnosti, lidem nemocným a umírajícím. Chtěli bychom více zviditelnit domácí hospicovou péči, aby každá rodina věděla, že na to nebude sama, když umožní svému blízkému zemřít doma uprostřed lidí, kteří ho mají rádi. Je tady tým lidí, který jí pomůže. Rozšířením pobytových odlehčovacích služeb bychom také chtěli ještě více podpořit rodiny, které pečují o své nemohoucí blízké. O tom všem i o mnohém jiném se dočtete uvnitř tohoto listu.

Oblastní charitě Pardubice bych k 25. výročí přála, aby mohla pomoci co nejvíce lidem a aby setkání s ní bylo pro ně nezapomenutelné.

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 nám všem otevřené srdce pro druhé.

Mgr. Marie Hubálková
ředitelka OCHPA

DAGMAR PECKOVÁ podpořila charitní mobilní hospic

Světoznámá operní pěvkyně **Dagmar Pecková** a Komorní filharmonie Pardubice se rozhodly podpořit Oblastní charitu Pardubice. Celé vstupné z jejich společného benefičního koncertu, který se uskutečnil **27. října 2015 v Sukově síni Domu hudby v Pardubicích**, bylo zasláno na sbírkové konto na podporu domácí hospicové péče: 2300796054/2010.

Tato péče je poskytována lidem, kteří trpí nevyléčitelnou chorobou, v prostředí jejich domova. Umožňuje pacientům strávit poslední dny či týdny života bez nesnesitelné bolesti doma mezi svými blízkými.

Po úspěšném koncertu si s námi světoznámá umělkyně, která vyrůstala v nedalekých Medlešicích u Chrudimi, popovídala o charitě a péči o umírající. Krátký rozhovor s paní Peckovou si můžete přečíst na **straně 18**.

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
- pacientům i jejich rodině je **7 dní v týdnu 24 hodin denně** k dispozici lékař, zdravotní sestra, sociální služba 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

ZDRAVOTNÍ 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** *(více na straně 17)*
- 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

ODKRÝVÁME SPOLEČENSKÉ TABU

Hospicová péče je oblast, ke které chovám velkou úctu. Návštěvy u onkologicky nemocných jsou pro mě chvílí, kdy je potřeba se umět zastavit, zklidnit se a uvědomit si, že jsou okamžiky, kdy jsme pro blízké příbuzné velkou oporou nejen v péči o onkologického klienta. Zároveň jim dáváme pocit, že v tom nejsou sami. Nejbližší příbuzní mnohdy tápou a nejsou schopni přes nával emocí být sami tou oporou pro nemocného. Jsou to nesmírně důležité okamžiky, chvíle plné ticha, smutku a soucitu. Díky těmto chvílím si příbuzní mohou snáze uvědomit, že jejich milovaný člověk je opouští v klidu, bez bolesti a bez osamocení. Máme možnost a velkou šanci odkrýt společenské tabu a přispět k tomu, aby nemocný či starý člověk umíral doma v rodinném kruhu, jak to bylo kdysi v minulosti běžné. V současné době se navrací tato přirozená součást koloběhu života do našich domovů. Postarat se nebo doprovodit svého nejbližšího – ať už partnera či svého rodiče – je náročné a z osobních zkušeností vím, jak je důležité mít jen pocit, že v tom nejsem sama. Že je tu po ruce někdo, kdo mi poradí a pomůže v té velké nejistotě. Strach z neznámého je pro příbuzné přirozený. Ujištění, že jim pomůžeme, může tento strach ze smrti, ze ztráty milovaného člověka, zmírnit a je pro ně velkým přínosem a úlevou.

Nezapomenu na den, kdy slunce již začalo ohřívat mrazivý vzduch. Byl víkend a moje cesta směřovala právě k onkologicky nemocné klientce. Její manžel a syn byli oba velmi vděční za to, že jsme jim nablízku a nápomocni v péči o milovanou osobu. Ten den při návštěvě jsme všichni intenzivně vnímali, že se blíží čas odchodu klientky. Ticho a klid, jaké se rozprostíraly v domě, byly takřka posvátné. Ruce klientky byly schovány v dlaních syna, který ji trpělivě hladil. Manžel klientky byl velmi rád, že jsem u nich doma, že tam není sám. Láska k ženě a zároveň strach z toho okamžiku, kdy ztratí milovanou partnerku – dvě tak rozporuplné emoce se v něm praly a on potřeboval jen ujistit, že to vše, co cítí, je naprosto přirozené, že je to v pořádku.

Ilustrační foto: Dita Valachová

Po určité chvíli jsem se již musela příbuznými rozloučit a jet k dalšímu klientovi, i když jsem si přála a cítila, že bych tam chtěla zůstat déle. Až odpoledne jsem pochopila proč. Asi kolem 15. hodiny mi volal vzlykající manžel klientky, že paní právě zesnula. Nabídla jsem se, že ihned přijedu, pokud on bude chtít. Manžel odmítl s tím, že je tam již jeho rodina a že to bude takhle v pořádku. Ale velmi se mu ulevilo, když jsem se nabídla alespoň s tím, že zavolám k zesnulé klientce lékaře. Stačí někdy tak málo a příbuzní vědí, že nejsou v tom úplně sami a ztraceni. Ta nejistota, ta chvíle, kdy sami nevědí, co mají vlastně v daný okamžik dělat díky tolika emocím… Byla to pro mě další vzácná zkušenost. Děkuji za ni.

Olívie Filipi

ZDRAVOTNÍK PACIENTEM

Všeobecně je známo, že práce s lidmi je náročná. Zvláště setkáváte-li se s lidmi nemocnými, osamělými, kteří bojují s obavami – co bude dál. Potom naši klienti – v jiných zdravotnických zařízeních pacienti – často reagují podrážděně, neadekvátně, někdy nedodržují léčebný režim atd.

Každý zdravotník mi dá za pravdu, že i když se snažíme pochopit, povzbudit, popovídat si a třeba jen úsměvem a dobrou náladou potěšit, někdy ten červík pochybnosti hlodá.

Myslím tím, že si někdy říkám: „Ten se nesnaží, ta to přehání…“ atd. Ale opravdu jen výjimečně! No a pak se to stalo. I já se stala na pár týdnů pacientem. Po operaci, s hospitalizací a s komplikacemi – jak to má u správného zdravotníka být.

Nevěřila jsem, jak pro mě bude důležité, s jakou náladou přijde lékař nebo sestra na pokoj. Jak visíte na rtech, co Vám kdo řekne. Když Vám jedna sestra podá informace, které nechceme moc slyšet, zeptáme se pro jistotu ještě druhé, třeba sdělí něco příznivějšího.

Poznala jsem také lékařskou terminologii. Když jste upozorněni, že to bude „trošku nepříjemné“, spolehněte se, že to bude hodně nepříjemné! Injekce do bříška sice „vůbec nebolí“, ale pálí jako čert! V duchu jsem je proklínala a přemýšlela, jak často tyto milosrdné lži říkám našim klientům. A musím přiznat, že v dobré víře – často.

Byla to zkušenost – umožnila mi pohled z druhé strany. O to víc mám dnes pochopení pro naše klienty i se všemi jejich vrtochy a už se na ně moc těším.

Ilona Veselá

Dobrý den!

Dovolte, abych poděkoval všem sestřičkám a těm, které zajížděly s pomocí do Kostelce nad Orlicí zvlášť.

Omlouvám se, že neznám jména, děkuji sestřičce, která pomáhala, když Jirka zemřel.

P. Ž. a V. Ž.

PŘÍBĚHY ZE ZDRAVOTNÍ A HOSPICOVÉ PÉČE

JISTOTA DOMÁCÍHO PROSTŘEDÍ

Den co den je pro mě velký otazník, co mě při mnoha najetých kilometrech na cestách za klienty čeká. Každá z cest, každá z návštěv je tak specifická a tak jedinečná, že mi některá setkání přináší mnoho zkušeností a informací i do života osobního – ať už je to uvědomování si hodnot, postojů a toho, co mi život dává a nabízí. Klienti, o které pečujeme v domácím prostředí, jsou mnohem méně stresovaní a zranitelní, než kdyby byli v nemocnici. Jsou ve svém prostředí, jsou doma, je to pro ně jistota. I pro nás je to důležité, neboť dobré psychické rozpoložení přispívá k usnadnění procesu hojení, uzdravení, nebo alespoň ke stabilizaci stavu. Také jistota, že se mohou spolehnout, že přijedeme v určitou dobu, v domluvený den a čas má velký vliv na zlepšení jejich zdravotního stavu.

Jedna z cest mě zavedla ke klientce, které jsem měla pomoci s kondičním cvičením na lůžku. Při předchozích návštěvách u ní byla jiná sestřička, která za klientkou jezdila v danou dobu, ale vzhledem ke složité dopravní situaci jsem se o hodinu opozdila a to mělo na psychický stav klientky velký vliv. Sama se mi přiznala, že byla vzhledem k mému zpoždění velmi rozrušená a bála se, zda se mi něco nestalo. Dokonce i přesto, že její krevní tlak byl vždy v normě, jsem jí při příchodu naměřila krevní tlak značně vyšší a obě jsme nějak tušily, že za to může dopravní situace ve městě, která nám naše poslání někdy komplikuje. Chvíli jsme počkaly, povídaly si a krevní tlak se upravil natolik, že jsme se mohly pustit do cvičení. Byla to pro mě zajímavá zkušenost. Díky tomu jsem si lépe uvědomila, jak jsme pro klienty důležitým článkem jejich života.

Olívie Filipi

Ilustrační foto: OCHP

Vážení představení ošetřovatelské péče Charity Pardubice!

Tímto si dovoluji i Vám srdečně poděkovat za poskytnuté pečovatelské a zdravotnické služby, které mi denně provádějí při doléčování po operačních zákrocích a současném diabetu v mém místě bydliště.

Předně děkuji všem Vašim zdravotním sestrám, které mi denně provádí ošetření, odborné doléčování a převazy. Bez této ošetřovatelské péče a svědomitého provedení bych musil nadále zatěžovat Fakultní nemocnici v Hradci Králové na doléčování po operačních zákrocích a změny diabetu.

Tímto velice děkuji Vám všem a přeji stálého trvání při poskytování a provádění zdravotní ošetřovatelské péče v celém Vašem regionu!

Se stálým děkováním – úctou i upřímným pozdravem a přáním všeho nejlepšího do další Vaší činnosti!

Zdeněk Morávek z Borohrádku

S LÁSKOU A POKOROU

Náš společný příběh začal v létě loňského roku. Paní Věra se několik let starala o těžce nemocnou matku. S péčí potřebovala pomoci. Ve dveřích nám sdělila: „Maminka má v břiše zavedenou sondu, do které dostává šestkrát denně umělou výživu. Objevily se proleženiny. Zhoršila se pohyblivost. Už si nevím rady!“ Věra byla vyčerpaná, ale pevně rozhodnutá o maminku dále pečovat.

Zajistili jsme zdravotní pomůcky – postel, antidekubitní matraci, přenosné WC. Sestřičky každý den ošetřovaly rány. Pečovatelky pomáhaly s hygienou. Přes veškerou snahu se zdravotní stav klientky postupně zhoršoval. Při každém pohybu naříkala. Dekubity se nehojily. Nevyléčitelné neurologické onemocnění dospělo do závěrečné fáze. Dcera si přála, aby maminka zemřela doma. Charita rozšířila služby o mobilní hospic. Byly předepsány léky na zklidnění a na bolest. Na přání rodiny jsme zajistili duchovní službu. Stupňovaly se bolesti. Objevila se dušnost. Lékař naordinoval kontinuální podávání Morphinu. Snažili jsme se o maximální psychickou podporu celé rodiny. Paní Zdena posilněna svátostmi v kruhu svých nejbližších za dva dny pokojně skonala.

Občas vídám její dceru. Usmívá se a zamává. A přesně toto mi po deseti letech práce v Charitě stačí ke štěstí. S láskou přicházíme na tento svět, a když v lásce z něho můžeme odejít, tak je to pro nás to nejlepší. Věřte mi.

Markéta Vašková

Všem sestřičkám z Charity Holice pod vedením M. Vaškové:

Moc a moc díků za Vaše časté obětavé návštěvy u maminky p. A. Č., kterou jste vždy pečlivě ošetřily a nás obě povzbudily do dalších dnů našeho boje s dlouholetou nemocí.

Přejeme všem krásné Vánoce a do nového roku 2016 také hlavně hodně zdraví, síly a optimismu.

J. P. s rodinou

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

- okres Pardubice
- 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

Lucie Udržalová
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: OCHP

Míšo, Káťo, Pavlínko,

děkuji, že jste mi ukázaly spousty nových věcí. Mnoho jsem se díky Vám naučila a potkala samé zajímavé lidi.
Děkuji, že jste mě hned začlenily do kolektivu. Moc jsem si brigádu užila. Doufám v brzkou další spolupráci. Rozvrh dostaneme asi až v říjnu, tak zatím nevím, jak to se mnou bude.

Děkuji, opravdu si vážím vašeho přístupu a pomoci.
Jste všechny super.

Alexandra

PŘÍBĚHY Z PEČOVATELSKÉ SLUŽBY A OSOBNÍ ASISTENCE

ZŮSTAT DOMA JE PŘIROZENÉ

V současné době se stále oddaluje odchod do důchodu a tím vzniká v některých rodinách problém, kdo se postará o stárnoucí rodiče.

Každý prožívá stáří jinak. Jeden je soběstačný v 90 letech a druhý potřebuje pomoc při zvládání běžných úkonů již v 70 letech nebo i dříve. Rodinám tak nastává problém, jak skloubit své pracovní povinnosti s péčí o svého blízkého. Existují však možnosti, jak senior může zůstat se svoji rodinou ve svém domácím prostředí a přesto ji neomezovat v jejich zaměstnání či jiných aktivitách.

Tou možností je pomoc poskytujících organizací, jako je Oblastní charita Pardubice. Naše organizace zajišťuje celkovou péči o klienta, jak po stránce fyzické, duševní, sociální i duchovní. Naším cílem je, aby klient neztratil kontakt se společností, žil důstojným životem ve svém přirozeném prostředí. O tom, že se nám to daří, svědčí poděkování, kterých se nám dostává od našich klientů nebo jejich rodin.

Ilustrační foto: OCHP

Vzpomínám na slova jedné paní, která nám řekla: „Nesmírně si vážím práce všech pečovatelek a zdravotních sestřiček, které jsou mnohdy pro lidi v domácí péči jedinými společníky, kteří o ně jeví zájem poté, co byli zařazeni mezi beznadějné případy. Hlavně díky vaší pomoci jsem i já vydržela pečovat s láskou o svoji maminku až do konce.“

Jarmila Klimešová

POMÁHAT POTŘEBNÝM

Můj příběh začíná jedním telefonátem. Telefon v kanceláři zvoní, já ho zvedám, představím se a poslouchám. Na druhé straně se ozval hlas starší ženy, která mi vysvětluje, že se vydala, se svým zdravotně postiženým synem, k nám na Oblastní charitu Pardubice, aby nás požádali o pomoc.

Žena se synem bydlela v Polabinách – části Pardubic, přijeli do středu města trolejbusem a teď neví kam dál. Ptala se mě na cestu, jak se k nám, do ulice V Ráji, dostane. Začala jsem jí popisovat cestu, ale pak jsem se podívala na kolegyni, obě jsme na sebe mrkly a já řekla: „Víte co, popište mi, kde jste, a já pro Vás přijedu.“ Paní ožila, bylo slyšet, že je už i tak unavená a že ji moje nabídka potěšila.

Dojela jsem tedy na domluvené místo, tam oba nasedli do auta a jeli jsme na naši pobočku Charity. Starší žena nám popisovala situaci, v jaké oba se synem jsou. Synovi bylo již 57 let, chodil o francouzských holích a velice špatně viděl. Žena, ač jí už bylo hodně let, měla ještě spoustu energie a bylo vidět, že tu energii sbírá pro svého syna, kterého velice milovala. Cítila se však již někdy unavená, a tak syn i ona prosili, zda bychom jim mohli pomoci. Potřebovali pomoci s chodem domácnosti, tzn. občasný úklid, nákupy a také zajistit dovoz jídla v době oběda. Vysvětlila jsem jim, že mohli zavolat z domova a my bychom je navštívili u nich doma a tam se na všem potřebném domluvili.

K těmto lidem jsme začali pravidelně docházet a pomáhat. Synovi se postupně zhoršoval zdravotní stav, měl cukrovku, otékaly mu nohy a bolely ho a přestal úplně vidět. Matka měla jediný cíl, pomáhat synovi. Co ji trápilo, bylo, kdo se postará o syna, až ona tady nebude. Prosila nás, abychom synovi pomáhali dál, až ona zemře. Utěšovali jsme ji, že je na smrt ještě brzy, i když jsme si uvědomili, že žena má již dosti pokročilý věk. Museli jsme jí slíbit, že se určitě pro syna pomoc najde, ať už naše terénní služba, nebo odlehčovací zařízení Červánky. Nakonec toho nebylo zapotřebí. Syn zemřel dříve, než maminka.

Těmto lidem jsme pomáhali 7 let. Po smrti syna jsme nadále pomáhali paní. Na ní však bylo vidět, jak jí strašně syn chybí. Poslední dobou s ním sice měla hodně práce a starostí, přesto bez něj strádala. Neměla chuť do života, hubla a byla smutná. Často jsme ji navštěvovali a snažili se jí pomoci i nad rámec našich povinností.

Napadlo nás oslovit její příbuzné a o této záležitostí s nimi promluvit. Naštěstí patřili mezi ty, kterým nebyla situace lhostejná. Svoji příbuznou navštívili, promluvili s ní a nabídli jí bydlení u nich doma, v nedaleké vesnici. Paní nejdříve nechtěla, ale pak se skutečně odstěhovala. U příbuzných opravdu pookřála a její stav se zlepšil. Pravdou však je, že bez svého syna se jí žilo hůře. Stále na něho myslela a vzpomínala. Dožila u svých příbuzných, ale o mnoho let syna nepřežila.

Jarmila Klimešová

Vážená paní ředitelko,

pečovatelky a sestry se obětavě staraly o mého otce pana J. F. po dobu jeho nemoci a dosloužily mu až do posledního dne jeho života.

Děkujeme za velké porozumění, které projevovaly při všech problémech souvisejících s jeho těžkým zdravotním stavem.

Proto Vás prosím, abyste všem pracovníkům Charity vyřídila náš dík a vděčnost za jejich práci, trpělivost a ochotu pomáhat.

Srdečně Vás zdravím a přeji Vám vše dobré.

Jménem celé rodiny J. F.

TAKOVÝ UŽ JE ŽIVOT

Paní Hana se do naší péče dostala po několikaměsíčním pobytu v nemocnici a následném pobytu v rehabilitačním zařízení. Tomu předcházela tragická dopravní nehoda, při níž zemřel její manžel. Paní Hana utrpěla těžký úraz hlavy s následným ochrnutím pravé poloviny těla s téměř úplnou ztrátou schopnosti mluvit, číst, rozlišovat hodnoty i ztrátou vzpomínek. Musel to pro ni být velký psychický šok, když ve svých 58 letech z plného zdraví skončila na invalidním vozíku a ještě přišla o manžela, s nímž žila 25 let v harmonickém manželství. Naštěstí jejich jediný syn vyvázl z nehody téměř nezraněn.

Syn pro matku zařídil bezbariérový byt, kam se po propuštění z rehabilitačního zařízení nastěhovala. Byt byl vybaven polohovacím lůžkem, pohodlným nábytkem, krásnou knihovnou (klientka byla vášnivou čtenářkou) a počítačem – plánovalo se celkové zlepšení zdravotního stavu paní Hany.

Poté syn kontaktoval pečovatelskou službu. Byla dohodnuta péče dvakrát denně. Klientka byla schopna si ráno sama připravit snídani, provést ranní hygienu a vzít si léky. V poledne naše služba zajišťovala oběd, umytí nádobí, zajištění tekutin – navaření čaje do konvice a otevření minerálek. Večer jsme připravili večeři, pomohli s hygienou, poklidili byt. Každý týden jsme prováděli velký úklid bytu, dvakrát v týdnu koupání ve vaně, která byla vybavena otočným sedátkem. Jezdili jsme paní Haně na nákup, pro poštu, vozili ji k lékaři a na rehabilitaci.

Její stav se postupně zlepšoval. Naším cílem bylo dosáhnout u klientky co největší soběstačnosti. Hodně času trávila paní Hana u televize a poslechem rádia. Často jsme s ní vyjížděli na vozíčku na procházky. Obden jsme se snažili s paní Hanou číst jednoduché knížky a domlouvat se pomocí obrázků. Vše se zdálo být na „dobré cestě“.

Ale pak nastal čas Vánoc, které klientka těžce nesla. Syn si totiž řešil své rodinné problémy a na matku mu nezbýval čas. Ani

Ilustrační foto: OCHP

bratr a ostatní příbuzní si na ni čas neudělali a paní Hana se postupně propadala do deprese. Nakonec musela být hospitalizována. Psychika měla vliv i na její fyzický stav a paní Hana přestala úplně chodit. V nemocnici strávila tři měsíce a přes veškerou snahu lékařů se její stav nezlepšil. Byla proto umístěna do léčebny dlouhodobě nemocných. Ani zde se její stav nezlepšil. Po dvou měsících odešla do domova pro seniory.

Naše péče skončila pobytem paní Hany v nemocnici, ale já soukromě ji navštěvuji dále. Vytvořili jsme si spolu úzký vztah. Dohovoříme se i beze slov. Její řeč se nezlepšila, zvládne jedno dvě slova, více ne. Vozím ji na vozíčku na procházky. Není schopna chůze ani s berlemi. Při nepřízni počasí spolu sledujeme televizi, čtu jí noviny a knihy.

Nesmím zapomenout na našeho pomocníka, kterého má paní Hana velmi ráda – mého pejska čivavu. Ten nás doprovází u vozíku, sedí paní Haně na klíně nebo leží na lůžku na její postižené straně těla a zahřívá ji. Je to taková spontánní canisterapie.

Tento příběh nemá úplně šťastný konec, ale takový už je život.

Lenka Skálová

Vážená paní ředitelko,

obracím se na Vás se žádostí o zprostředkování poděkování pro vaše dvě zaměstnankyně, pečovatelku paní Formánkovou a pečovatelku paní Mikanovou, které v obci Moravany poskytovaly sociální služby paní V. J. Ta zemřela po několika letech, kdy byla odkázána na pomoc druhých, v požehnaném věku 92 let.

Paní Formánková i paní Mikanová poskytovaly potřebné sociální služby paní V. J. nejen profesionálně, ale rovněž s velkou dávkou lidskosti, trpělivosti a s porozuměním nejen své klientce, ale rovněž nám, pečujícím osobám v blízkosti paní V. J. Poskytováním každodenních služeb naprosto jednoznačně naplnily nejen poslání této poskytované služby, ale s jejich přispěním jsme mohly i my, pečující osoby, naplnit cíle domácí péče o naši maminku a tak jí dopřát poslední chvíle jejího života žít v domácím prostředí.

Nelehké práce všech pečovatelek, které charitní služby poskytují, si opravdově a hluboce vážíme!

S pozdravem M. a J. J. z Moravan

LÁSKA KVETE V KAŽDÉM VĚKU

Při našich návštěvách u dvou klientů, paní H a pana Z, kteří většinu dne tráví sami, přitom jsou velice sečtělí, komunikativní, mají rádi společnost a dobré vínko, se jednoho předjarního dne v hlavách našich pečovatelek zrodil vskutku „šibalský plán“ – spojit tyto dva v jedno společné setkání a popovídání a rozzářit jejich samotu v jarním slunečném svitu.

Znali se trošičku již z dřívějších časů, ale každý měl svůj život a nebyl čas se blíže poznat. A jelikož „láska kvete v každém věku“, tak i naši dva klienti jsou toho důkazem. Při jejich společném setkávání ochotně pomáhá Charita i rodina, peče se vždy něco dobrého ke kávě. Oba nám pak s nadšením a s jiskrou v oku vyprávějí, jaký prožili krásný den.

Jsme rádi, že jsme mohly dopomoci k tomu, aby tito dva naši klienti našli i v tomto zralém věku motivaci si užívat každý den a vykouzlit jim zase spokojený úsměv ve tváři.

Lucie Tylšarová, Lenka Štěrovská,
kolektiv pečovatelek Holice

ODLEHČOVACÍ SLUŽBY ČERVÁNKY

Ilustrační foto: OCHP

JAK MIKULÁŠ NAVŠTÍVIL ČERVÁNKY

Advent je čas klidu a míru, všude hrají koledy a pomalu přichází čas Vánoc. U nás na faře, v pobytovém středisku Charitních odlehčovacích služeb Červánky v Třebosicích, hoří první svíčka na adventním věnci a v rohu stojí ozdobený vánoční stromeček. Voní to tu Vánoci a všichni si v těchto dnech užíváme vánoční atmosféru. Ujídáme cukroví, povídáme si o vánočních zvycích, duchovnu, zpíváme koledy, a je nám hezky.

Jeden večer jsme si ale obzvlášť užili. V kuchyni, kterou zároveň využíváme jako útulnou společenskou místnost, sledovali klienti tradiční české pohádky, které zrovna běžely v televizi, a duch Vánoc nám přinášel pohodu, klid a mír. Nikdo si pořádně neuvědomil, co je za den, a tak byli všichni velice překvapeni, když u vstupních dveří zazvonil zvonek a dovnitř vešla nečekaná návštěva – Mikuláš se svým andělsko-čertovským doprovodem v podání divadelního souboru Kvítko z Mladoňovic.

Mikuláš měl s sebou dokonce i balíčky s koledou, ale nevydal je nijak snadno! Od klientů chtěl slyšet, co by nám všem přáli v příštím roce. Klienti se tohoto úkolu zhostili na výbornou. Všichni sršeli nápady, od přání pevného zdraví a míru, až po zvýšení důchodů. ☺ Další možností, jak získat koledu, bylo něco malého zarecitovat nebo zazpívat. Proto se pan Slavomír rozhodl přednést báseň „Křišťálová studánka“ od J. V. Sládka. Zato u personálu byla podle Mikulášova přání recitace povinná, z čehož měli klienti potměšilou radost. Zazněly tu české písničky jako „Pec nám spadla“ nebo „Skákal pes“, jimiž si pečovatelky vysloužily ze strany posluchačů ovace a potlesk. Čert nakonec pro tentokrát odložil připravený pytel i knihu hříchů.

Další, co si pro nás soubor ten večer připravil, byla humorná andělská pohádka „Dárek od čerta“. Všichni jsme se sešli na jednom z pokojů a herci spustili. Sehráli nám příběh o čertovi, převlečeném za anděla, který chtěl dát Ježíškovi k narozeninám „Kou-ledu“, písničku o zlobení. Klientům to vyčarovalo úsměv na tváři a na konci s chutí účinkujícím hlasitě zatleskali.

A protože členové souboru Kvítko jsou nejen dobří herci, ale i hudebníci, a protože měl jeden z andělů s sebou harmoniku, po skončení pohádky se u nás na faře hrály ještě písničky na přání. Klienti si vyžádali například skladby „Ta naše písnička česká“, „Chaloupky pod horami“ nebo „Konvalinky bílé“. Všichni jsme společně zpívali a v nejednom oku se při zvuku známých českých písniček zaleskla slzička.

Pozdě večer jsme se se souborem Kvítko rozloučili se slovy „zase brzy přijeďte“. Když šli klienti spát, usínali se vzpomínkami na příjemně prožitý večer, s úsměvy na tvářích a na jejich nočních stolcích ležely již napůl snědené pytlíky sladkostí.

Ten večer jsme se všichni utvrdili v tom, že legrace a dobrá zábava se dají prožít v každém věku!

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 Mikulovicích u Pardubic** v pracovní dny od 7 do 17 hodin. Nabízíme dopravu speciálně upravenými vozidly.
- **Pobytová odlehčovací služba** spočívá v krátkodobém pobytu od jednoho noclehu do tří měsíců **v rodinném prostředí bývalé fary v Třebosicích**. Po celou dobu pobytu zajišťujeme komplexní péči, včetně péče zdravotní. Je vhodná v situaci, kdy se člověk o své blízké ani při nejlepší vůli nemůže postarat. Důvody mohou být různé (nezbytný odpočinek, vlastní nemoc, služební cesta, dovolená, …).
- **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. Službu poskytujeme 24 hodin denně.

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

DĚKUJI VÁM ZA SVOJI MAMINKU

Nejsem spisovatelka, ale podělit se s Vámi o dobré zkušenosti musím. Dnes je taková doba, že si lidé stále na něco stěžují, a tak se chci podělit o dobro, které Červánky dělají pro mnoho lidí. Je to jako v pohádce O slepičce a kohoutkovi. Dobro se tady šíří řetězovitě a vlastně vše začalo vlastně spíše tím špatným, nejenom u nás v rodině, ale i v ostatních rodinách, kterým je to dobro Červánky poskytováno. Většinou staří lidé, kteří se o sebe už neumí sami dobře postarat, jsou nemocní na duchu, nebo na těle a jejich rodinní příslušníci se o ně nemohou starat 24 hodin denně a ještě je nechtějí dát úplně pryč od rodiny. Anebo by jim na to ani nestačily peníze. To jsou obyvatelé Charitních odlehčovacích služeb Červánky.

Jak a proč se sem dostala moje maminka? Je jí 92 roků, mně je 69. Čeká mě operace kolenního kloubu, maminka má diagnostikovanou zhoršující se stařeckou demenci s Alzheimerovu nemocí. Nemůže být doma sama, pečovatelky do bytu, pokud bych se potřebovala vzdálit, odmítala. Moje obě děti mají rodiny s dětmi a nemohly by mě v péči o maminku zastoupit. Začala jsem předběžně shánět, kde bych mohla maminku po dobu své operace a následné rekonvalescence s touto diagnostikou umístit a po velkých sháňkách jsem se domluvila s vedoucí Červánků na návštěvě zařízení v Třebosicích, kde by bylo možné maminku na tu přechodnou dobu umístit. Ale při velmi příjemném povídání nám bylo nabídnuto, že bych mohla maminku okamžitě umístit do nově zrekonstruované fary v Mikulovicích do denního stacionáře. No, moc jsem si to neuměla představit, mám u sebe maminku 15 let, od doby, kdy sama prodělala operaci kyčelního kloubu a je na mě fixovaná. Ale měla jsem ji s sebou a hned jsme se zajely do Mikulovic podívat. Tam nás přijala s paní vedoucí mladičká sociální pracovnice, s maminkou si hned obě popovídaly a maminka souhlasila s návštěvami. Nebyla jsem si moc jistá, jak to zvládne a jestli tam vydrží, ale dnes je tam už skoro 6. měsíc a prodělala za tu dobu neskutečnou proměnu. Dříve seděla doma, čučela na televizní zprávy, které v ní akorát probouzely neustálé obavy, strachy, pocity nejistoty, když jsem potřebovala odjet, vždy to bylo s nějakými nepříjemnostmi. No, kdo má doma takového duševně nemocného člověka, ví, o čem mluvím. Stával se z ní stále negativně, někdy až agresivně naladěný morous.

Maminka je v Červánkách 5–6 hodin denně, ráno chce, abych ji odvezla sama, i když dovoz klientů je zařízením také zajišťován a musím říci, že řidiče obdivuji pro jejich trpělivost a laskavost při nakládání a vykládání, rozhodně bych se nebála jim maminku svěřit do péče. Potom mám ty „hodiny pro mě“, kdy si zařizuji v klidu vše potřebné pro běh naší domácnosti a vím, že je o ni dobře postaráno, nemusím stále myslet na to, co bude, až přijedu domů, jako to bylo dříve.

A to, o co se pečovatelky snaží, je neskutečné. Snaží se, u toho, u koho to jde, o soběstačnost, aby zbytečně nezlenivěli, ale současně neustále jedním okem hlídají, kam se kdo hne a při sebemenším náznaku zakolísání ihned podají pomocnou ruku – a to aby někdy byly jako chobotnice! Stále sledují „chronické utíkače“, jak já jim říkám, aby daly správný směr jejich pochodování. Ale jsou tam klienti více nemocní, musejí se věnovat jejich kompletní hygieně, včetně praní a sušení prádla. Hygiena celého zařízení je vzorná. Moje maminka se vždycky „žinýrovala“ navštívit někde jinde než doma sociální zařízení. Tady je tak čisto, že jí to nedělá vůbec problémy. Také nechtěla jíst nikde jinde než doma (má chlupatý jazýček), ale tady si vždycky jídlo pochvaluje, zvláště polévky. Doma nechtěla moc jíst ovoce a tady jí, pane, přijde pěkně upravené ovoce na mističkách ke svačině vždycky k chuti.

Maminku vezu odpoledne domů a celou cestu poslouchám novinky typu: Kdo dnes chyběl, kdo tam byl nový, co dělali, co si povídali, co zpívali, prostě takové to normální povídání, které asi každý člověk potřebuje. Připomíná mi to, když chodily vnučky do školky a vodila jsem je domů, tak říkám také ráno, že jedeme do školky, ale pro seniory. V únoru proběhlo několik krásných oslav narozenin – slavnostní prostření, malý přípiteček na zdraví, kávička, buchtička, kytička, písničky, no, prostě oslavy se vším všudy, dokonce u někoho i s tancem. Vánoce, Velikonoce, krásně, vlastním přičiněním vyzdobené prostory, protože o ruční práce není nouze. Maminka už má doma na svém prádelníku pěknou výstavku a posledně vyrobený korálkový stromeček vozíme v autě pro štěstí. Také mše, které proběhly při příležitosti těchto svátků, se nesly ve velice slavnostním duchu. I průběžně konané mše jí vždycky poskytnou námět k přemýšlení.

Práce pečovatelek je neskutečná. Nevěnují se jenom duševnímu rozvoji formou různých her, kvízů, povídání o zážitcích ze všech období života klientů, snaží se jim trénovat paměť, což je někdy legrace. Každý den ráno se podívám do kalendáře, řeknu mamince kolikátého je, jaký je den v týdnu a kdo má svátek. Pak si to opakujeme celou cestu a ona mi pak odpoledne oznámí, že to stejně zapomněla, když byla dotázána. Třeba se to někomu bude zdát beznadějné, ale není to tak vždycky, někdy si pamatuje i třeba dva dny zpět, kdo měl svátek, což považuji za velice úspěšné. Prostě paměť je nucena pracovat, mozek musí přemýšlet a to bych řekla, že je to podstatné – neleniví. Neleniví ani po fyzické stránce. Dnes přijdu k mamince do pokoje a ona mi ukazuje, co cvičili, a já se nemohu vynadivit. Nikdy bych ji sama k žádnému cvičení doma nepřiměla. Jsou zde i klienti, kteří potřebují speciální procvičování a masírování, nebo se učí znovu mluvit. Pečovatelky se ke všem dovedou s úctou, laskavostí a úsměvem chovat tak, aby si dokázali sami sebe stále vážit, i když už nezvládnou to, co dříve, umí jim ukázat, že jsou stále věci, které pořád ještě dokážou, když budou chtít. A jak zpívají! Buď s písničkami z cédéčka, nebo s elektronickými klávesami! Chodí už i na procházky. A také to tam někdy hned po ránu voní jako o posvícení, to když se peče v troubě nějaká mlska k odpolední svačině. Je toho plno, co by se ještě dalo napsat.

Já mohu jenom konstatovat, že jsem šťastná, že maminka může být někde, kde umí plno obětavých lidí posílit sebevědomí těch, kteří tak úplně už nezvládají všechno sami, že je učí „jít k sobě“ a já mám i pocit, že si trochu víc maminka váží toho, že těch zbylých 18–19 hodin je v mojí péči. Michaela Pártlová

JÁ A ČERVÁNKY 2016

Chci čtenářům vyprávět o naší Charitě – já jí říkám školka. Jsem tady od října 2015. Moje dcera mě nejprve přivezla do Třebosic, kde nás vítaly usměvavé tváře hezkých žen a pak nás paní vedoucí převezla do Mikulovic. Měla jsem strach, co uvidím, ale byl to pěkný dům a v něm krásné dívky, které nás vesele vítaly. Dovedly mě do haly, kde seděly babičky mně podobné. Mě posadily vedle Boženky, se kterou jsem se hned spřátelila a sedávám s ní dodnes. Ona pěkně zpívá a tak s ní všichni, kdo mají ještě trochu paměť, zpívají. Všichni máme v paměti zákoutí, kde zůstávají většinou všechny staré vzpomínky. Naše pečovatelky nám pomáhají paměť popohnat, každý den vzpomínáme, kolikátého je, který den a kdo má svátek, potom se snažíme vzpomenout, kdo se tak jmenuje, který herec, herečka, co hráli a všechny významné osobnosti ze známých oborů. Musím říci všichni, protože tam jsme nejenom babky, ale také dědové a hrají s námi. Někteří vzpomínají starší věci než my.

Sestry – Věruška a Maruška, smíme jim tak říkat, i ostatním pečovatelkám, protože se lépe pamatuje křestní jméno než příjmení. Ale všichni zapomínáme, já jsem dokonce jeden den zapomněla, jak se jmenuje moje kamarádka, se kterou sedím od začátku přijetí až doteď. Smějeme se tomu, jinak to nelze. Ale Maruška a Věra snad mají ještě jedny ruce, které nám rozumí, dovedou nás všude, abychom neupadli, a všechno slyší, snad i to, co nedokážeme říci.

Máme více ochránců, např. Milušku, která nám hraje na klávesy písničky, které zpíváme a je to moc krásné a veselé. Máme i jednoho pečovatele muže – Pavla, který se snaží, abychom nezapomněli, že nejsme sami, že máme někoho, kdo na nás myslí a posiluje nás, když se trápíme, že už nejsme k ničemu, a proč tu jsme. Vypráví nám staré příběhy z Bible, abychom se rozpomněli, že nás vždycky někdo potřebuje, byť jen pro dobré slovo.

Věruška i Maruška i ostatní sestry jsou inteligentní, můžeme se s nimi poradit o všem, svěřit se se vším, víme, že u nich je všechno schováno, to opravdu někdy potřebujeme. Když už jsem ve školce déle, vzpomínaly jsme, kdy máme narozeniny a zjistili jsme, že někteří je máme ve stejné době. Sestry se rozhodly, že je společně oslavíme. Do kuchyně, kde byly prostřené stoly se zákusky, oslavenkyně dostaly květiny, sedli jsme si, pili kávu, zpívali, pojídali zákusky, vzpomínali na své dětství, na ještě mladé rodiče, na oslavy doma, na různé historky, které s oslavami souvisely. Miluška nám hrála na klávesy, zpívali jsme, recitovali různé básničky, Maruška, Věra a ostatní sestry vzaly babičky a dědečky do kola, a pokud jim sloužily nohy, točily se s nimi v kole. Bylo veselo. Zákusky byly dobré, dostaly jsme všichni trošku vína, abychom všem mohli připít na zdraví.

Já nemohu chodit, chodím s jednou holí a s rukou dcery, která mě hlídá, protože se občas pěkně zamotám. Někdy padám, ale ve školce nás všichni hlídají.

Máme kuchyni, kde obědváme. Všechno je vzorně čisté, kdo nemůže pořádně kousat, všechno nám nakrájejí na kousky. Náš Pavel dokonce dědečky krmí, pomáhá se vším, roznáší jídlo, dělá pití. Teď mluvím za sebe, jsem vybíravá a musím poctivě říci, že jsem až dosud všechno pochválila, vaří výborně, zvláště polévky, které jsou vynikající.

V kuchyňce je dvakrát v týdnu Jiřinka, která s námi pracuje, děláme všechno možné, z papíru, látek, korálků apod. Nosíme si to hotové domů, já už mám doma výstavku na prádelníku. Jiřinka má zlaté ruce, přijde, rozloží připravené pomůcky a pracujeme. Já se chlubím pravnoučatům, co také umím.

Všechno v domě je krásně čisté, přímo vzorné je WC, sestry pomáhají i tam, všechno mají náhradní, leccos se někdy stane. Máme i pračku, sestry perou, suší, převlékají. Hala, ve které většinou pobýváme, jsme už přezutí a svlečení z šatny, je čistá, vzdušná, pohodlná, s televizí, s místností na spaní, potřebuje-li někdo odpočinout, s telefonem a se vším, oč sestry požádáme.

Olga Lounková

Ilustrační foto: OCHP

Vážení a milí,

chtěla bych touto cestou poděkovat všem zdravotním sestřičkám Vaší Charity za obětavou a profesionální péči o mého těžce nemocného manžela.

Mají můj velký obdiv za to, co všechno dokáží. Můj obrovský dík patří také paní Evě Janouškové a celému kolektivu pečovatelek. Vzorně se po celou dobu o manžela staraly, rád v Mikulovicích pobýval a těšil se tam. Nikdy jsem od nich neslyšela „nejde to, nemůžeme“. Vždy našly řešení, byly milé a ochotné.

Také zvláštní dík panu Pavlu Zbrojovi, který se staral o manžela jako o svého otce, vozil ho i na mši svatou, přinášel tělo Páně a byl vždy ochoten se vším pomoci. Všichni tito pracovníci jsou Andělé na zemi. Bez jejich pomoci a příkladné péče bych nemohla mít manžela v domácí péči až do jeho poslední hodinky.

Všem děkuji za jejich těžkou práci pro druhé a za to, že mají srdce na pravém místě. Přeji pevné zdraví, hodně hezkých dnů v tak nelehkém zaměstnání a dál mějte, prosím, srdce otevřené pro druhé.

P. N.

SLUŽBY PRO RODINY S DĚTMI (SANACE RODIN)

SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍ SLUŽBY PRO RODINY S DĚTMI

- **Pomáháme rodinám s dětmi v tíživé životní situaci,** kterou nemohou nebo nedokážou samy 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 nebo v Holicích v ulici Dudychova 782.

KONTAKT

Mgr. Karolína Šilarová
vedoucí střediska Sanace rodin, sociální pracovnice
☎ 461 100 445, 777 296 826

MAMINKA SAMOŽIVITELKA

V rámci Sociálně aktivizačních služeb pro rodiny s dětmi jsme dostali do péče rodinu, která přišla žádat o pomoc v těžké životní situaci. Jednalo se o maminku samoživitelku se třemi dětmi – Honzíkem (12 let), Pavlínkou (8 let) a Lucinkou (2 roky). Maminka se s dětmi přistěhovala z Liberce do Pardubic, kde neměla nikoho blízkého. Otec dětí nejevil o rodinu žádný zájem, neplatil stanovené výživné a odstěhoval se do ciziny.

Ilustrační foto: OCHP

Mamince jsme pomohli zařídit dočasné ubytování v Městském azylovém domě pro ženy a matky s dětmi v Pardubicích. Jelikož byla rodina bez financí, poskytli jsme jí potravinovou pomoc (mouku, olej, rýži, těstoviny, přesnídávky atd.) a dětské pleny pro nejmenší Lucinku. Děti byly nevhodně oblečené, a jelikož bylo zimní období, darovali jsme rodině zimní oblečení a zimní obuv z charitního šatníku. Poté jsme společně řešili dávky státní sociální podpory a pomoc v hmotné nouzi přes Úřad práce v Pardubicích, kam jsme jí zpočátku doprovázeli, než se v systému sama zorientovala. Domluvené schůzky probíhaly pravidelně buď v azylovém domě anebo u nás na středisku v Češkově ulici v terapeutické místnosti. Maminka byla ze vzniklé situace v depresi a potřebovala psychologickou podporu. Naše služba jí zdarma poskytla nejen psychologickou terapii, ale i právní poradenství kvůli vzniklým dluhům z minulých let.

Postupem času se povedlo společným úsilím nalézt vhodný byt v blízkosti školy a školky. S maminkou jsme společně našli brigádu pro zlepšení finanční situace a děti byly šťastné, že mají stabilní rodinné zázemí. Honzík k nám na středisko docházel na doučování školních předmětů, které zajišťuje naše Dobrovolnické centrum. U Pavlínky, která byla velmi nemluvná a uzavřená, se znovu objevil úsměv na tváři a bylo na ní vidět, že je spokojená. Maminka se, i díky naší pomoci, znovu postavila na vlastní nohy a pomalu začala věřit v to, že budou s dětmi fungovat jako spokojená rodina.

Karolína Šilarová

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. Radka Pařízková
odborná garantka Služeb pro pěstouny
☎ 461 100 445, 733 161 620

FILÍPKOVA CESTA

Služby pro pěstouny Oblastní charity Pardubice se věnují převážně příbuzenské pěstounské péči. Pěstouni mají v péči svá vnoučata, sourozence, neteře či synovce. Klientka, o které tento příběh pojednává, pečuje o svého vnoučka. Paní pochází z Německa, ale delší dobu přebývá v České republice. Její vnuk Filípek se narodil v Německu, kde také se svými rodiči pobýval. Rodiče se potýkali s problémy a Filípka v jeho dvou letech dali do dětského domova. Tam zůstal do svých 4 let. Babička nevěděla, že vnuk je v dětském domově, ale když se to dozvěděla, začala o Filípka bojovat. Babička usilovala o to, aby Filípek mohl vyrůstat u ní doma v České republice. Naštěstí veškeré úřední záležitosti byly vyřízené v krátké době.

Jednou z povinností pěstounů je spolupráce s některou z doprovázejících organizací. Tato rodina si vybrala Služby pro pěstouny Oblastní charity Pardubice, které jí zprostředkují vzdělávací semináře, pomocí nichž si může prohloubit své znalosti týkající se náhradní rodinné péče. Filípek je nyní spokojený se svými prarodiči. Při příchodu k babičce měl velké potíže s řečí. Pro nedostatečné množství podnětů v minulosti měl Filípek omezenou slovní zásobu. Roli zde hrála zejména jazyková bariéra. Díky vřelé a laskavé péči se Filípkovi nyní dobře daří. Navštěvuje mateřskou školu, dochází pravidelně na logopedii, má mnoho kamarádů v místě bydliště, se kterými tráví volný čas.

Radka Pařízková

RODINNÉ CENTRUM DAR *(DĚTI A RODIČE)* LUŽE

POSLÁNÍ RC DAR

- Rodinné centrum DaR vzniklo v červenci 2010 jako středisko Oblastní charity Pardubice a 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 maminek na rodičovské dovolené, seniorů a mezigeneračním konfliktům.

KONTAKT

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

Sídlo RC DaR se nachází v centru města v blízkosti mateřské školy. Vstup do rodinného centra je z ulice Družstevní, kde je dostatek parkovacích míst a bezbariérový přístup ze zahrady.
www.materskecentrum.estranky.cz

PRAVIDELNÉ AKCE

- **Hrátky s batolátky, Tvoření s pohádkou** – pro rodiče s nejmenšími dětmi, 1-4 roky (út + pá dopoledne)
- **Klub otazník** – pro školní děti (středa odpoledne), 1× měsíčně **„Tvořím, tedy jsem“** – tvoření i pro dospělé
- **Pro náctileté** úterý a pátek odpoledne (ping-pong, angličtina).
- **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
- **Cvičení pro zdraví** – zdravotní cvičení s prvky jógy pro ženy každý čtvrtek
- **KRIZOVÁ INTERVENCE** – 1× měsíčně se sociální pracovnicí pro každého, kdo se nachází v obtížné životní situaci, po domluvě na tel. 607 937 120 formou osobního rozhovoru
- Pravidelně se v centru schází také Společenství mladých.

Ilustrační foto: OCHP

DALŠÍ ČINNOST RC DAR

- Nabízíme besedy, workshopy, přednášky s odborníky na nejrůznější témata týkající se podpory a správného fungování rodin (beseda pro těhotné, povídání o nemocech a očkování dětí, první pomoc, moje emoce, finanční poradenství, efektivní rodičovství…).
- Součástí celoroční činnosti jsou jednorázové akce: Masopustní průvod, Vynášení Moreny, Velikonoční dílny, Mezinárodní Den Země, 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 s dětmi, Lampiónový průvod, Výroba adventních věnců, Mikuláš, Koledování v domově pro seniory Glossus, Silvestr.
- Centrum dále spolupracuje s pracovnicí Sociálně aktivizačních služeb pro rodiny s dětmi, která pomáhá s výchovnými a vzdělávacími problémy, se vztahovými problémy a s problematickou školní docházkou.

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.

KONTAKT

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

Ilustrační foto: OCHP

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.

HOLOUBEK OSLAVIL 5. NAROZENINY

Nad malým domkem v Dudychově ulici v Holicích se 13. dubna 2011 rozlétlo pár holubích křídel na oslavu otevření Rodinného a vzdělávacího centra Holoubek. Na začátku stály čtyři maminky a jedna babička s myšlenkou založit centrum, kde budou pořádat vzdělávací a kreativní programy pro děti i dospělé. Místo pro setkávání, inspiraci a sdílení zkušeností. A protože stejný nápad měla v té době i ředitelka Oblastní charity Pardubice paní Marie Hubálková, začala intenzivní fáze budování prostor centra. Díky nadšení realizačního týmu, podpoře jejich rodin a přátel, finanční pomoci sponzorů se podařilo otevřít Rodinné a vzdělávací centrum Holoubek jako samostatné středisko Oblastní charity Pardubice.

Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

NOVÝ PROJEKT ŽenyPRO

- Počítačové kurzy
- Konference s rodičovskou tématikou
- Možnost pravidelně se v Holoubkovi setkávat a vzdělávat ve skupině žen
- Pětidenní vzdělávací pobyt v rekreačním zařízení
- Individuální koučování
- Možnost absolvovat odborný test osobnostních a pracovních kompetencí
- Hlídání vašich dětí po dobu vzdělávání v případě potřeby zajistíme.
- Bližší informace a termíny naleznete od podzimu 2016 na webových stránkách projektu **www.zenypro.cz**

KONTAKT

Vladimíra Krejčíková
koordinátorka projektu
☎ 603 566 141
vladimira.krejcikova@matape.cz

RVC Holoubek nabízí aktivity pro občany napříč věkovými generacemi. Za rok 2015 byl navštíven 5 092krát. Ještě dříve než miminka prvně objeví naše centrum v rámci Baby clubu 3–12 měsíců, mohou se jejich maminky setkávat při cvičení pro těhotné. Hravé cvičení si děti užívají ve skupince 1–2letých a poté 2–3letých kamarádů. Velmi oblíbené je úterní hudebně pohybové dopoledne

pokračování na str. 14

„Z projektu MATAPE jsem nadšená. Měla jsem možnost seznámit se s ním jako lektorka i jako ředitelka spolupracující organizace, která realizovala podobný projekt. Práci týmu MATAPE vnímám jako velmi poctivou, precizní a smysluplnou – nejdou jen po naplnění počtu a splnění podmínek výzvy, ale po celou dobu realizace pracují s vizí – co má projekt komu přinést a proč. A tak jsou vidět výsledky pro všechny zúčastněné – ženy udělaly krok v práci na sobě samé, tým vnitřně vyrostl a společnost a firmy se prostřednictvím filmu a výstupů mohly dozvědět o problematice návratu žen po „dovolené“ do práce. Jako člověk, kterému je tato oblast blízká, bych chtěla kolegyním poděkovat za kus práce, který nás posunuje správným směrem.“

Mgr. Monika Čuhelová, psycholožka

s písničkami. V dalším programu mohou 2–3leté děti objevovat svět kolem nás, procvičit si řeč díky logopedickým chvilkám anebo si prostě jen pohrát. Angličtina hravou formou a tvořivé hrátky jsou aktivity navštěvované dětmi ve věku 4–6 let. Školáci, kteří se zajímají o to, jak věci fungují, navštěvují projektík Už vím proč. Pracovat na sobě mohou žáci ZŠ i v rámci doučování. Dospělí si chodí do Holoubka pravidelně zazpívat u kytar a klavíru a příležitostně svým vystupováním potěší seniory v Holicích a okolí.

Kromě výše uvedených pravidelných aktivit programu Holoubka, se velké oblibě malých i velkých návštěvníků těší jednorázové akce: veřejné čtení v rámci projektu Celé Česko čte dětem, narozeninová oslava Holoubka, dětský den, vzdělávací kurzy pro seniory – trénink paměti, angličtina, počítačové dovednosti, tvoření.

Během pěti let svého fungování se Holoubek stal důvěryhodným partnerem pro spolupráci s Ministerstvem práce a sociálních věcí, Pardubickým krajem, městem Holice a dalšími subjekty. Díky tomu jsme dokázali zrealizovat významné vzdělávací projekty, do kterých se zapojilo více než 300 spoluobčanů, nejčastěji žen řešících své pracovní uplatnění po rodičovské dovolené. Tříletý projekt **MAMI, TATI, PEČUJ, PRACUJ (MATAPE)** byl MPSV vybrán jako příklad dobré praxe, byl oceněn Národní cenou karierového poradenství 2014 a jeho koncept zaujal v Holandsku, Švédsku, Rakousku, Španělsku, Belgii, Slovinsku, Norsku a na Kypru. Více na **www.matape.cz**.

Projekt Women Welcome inspiroval ženy k ženskosti, odvaze a úspěchu. Jednou z aktivit tohoto projektu byla prožitková vzdělávací konference, které se 15. června 2015 v Holicích zúčastnilo celkem 123 žen. Od září 2015 do března 2016 se v rámci dalších projektových aktivit ženy pravidelně scházely v Holoubku (tři dvanáctičlenné skupiny) a pod vedením zkušených lektorek pronikaly do témat: sebepoznání, sebeprezentace, sebevědomí, sebeřízení. Oblíbenými a hojně využívanými aktivitami byly také anglické kluby a koučování. „Abychom zviditelnili příběhy úspěšných žen z regionu východních Čech a přinesli tak dalším ženám inspiraci k odvaze plnit si své sny a cíle, vytvořili jsme v rámci projektu tištěnou brožuru CÍLE dosaŽENY,“ říká koordinátorka projektu Vladimíra Krejčíková. Brožura svou pestrostí příběhů ukazuje, že úspěch znamená pro každého něco jiného. Projekt Women Welcome byl podpořen grantem z Islandu, Lichtenštejnska a Norska v rámci EHP fondů. | www.fondnno.cz a www.eeagrants.cz. Více informací na **www.womenwelcome.cz**.

Oba projekty jsou ukončeny. Výstupy projektů např. publikace **CÍLE dosaŽENY** nebo video **Rodina a práce** jsou zveřejněny na webových stránkách a rozhodně stojí za zhlédnutí.

A co dál? Je vám líto, že pozitivně hodnocené bezplatné vzdělávací příležitosti v rámci těchto dvou projektů jsou již minulostí? Pak pro vás máme dobrou zprávu. Milé ženy, chystáme nový projekt **ŽenyPRO**, který poběží od září 2016 do června 2019. Rodinné a vzdělávací centrum Holoubek je stabilně místo, které vytváří podnětné prostředí pro rozvoj dětí, dospělých a seniorů. Zájem spoluobčanů o aktivity centra nás velice těší, je pro nás motivací pro další rozvoj. Společnou prací týmu RVC Holoubek přispíváme k harmonii v rodinách a komunitě.

Děkujeme všem malým i velkým návštěvníkům a příznivcům Holoubka za podporu. Těšíme se na viděnou v Holoubku!

Ilustrační foto: Archiv OCHP

OHLASY NA WOMEN WELCOME

„Bylo mi ctí se s vámi setkat. Ve vašem přístupu, vzdělanosti, citlivosti i praktičnosti jste mi velkou inspirací. Obzvláště oceňuji vaši skvělou přípravu a nápaditost, kterou jste projekt obohatili. Protože připravuji pro lidi podobné věci v jiném kabátě, tak tuším, kolik úsilí a práce za tím musí být. Máte můj obdiv a myslím, že jste dámy na svém místě. Velmi přejícně vnímám vaši sehranost a symbiózu, která z celého projektu dýchá.“

KATEŘINA

DOBROVOLNICKÉ CENTRUM

PŘÍKLADY TÁHNOU

Jako dobrovolník Oblastní charity Pardubice pomáhám druhým rokem s doučováním dětí a při některých benefičních akcích. Velmi zajímavé je účastnit se jako doprovod malých koledníků pro Tříkrálovou sbírku. Při mé činnosti doučování využívám sice dlouholeté zkušenosti práce s dětmi, ale zároveň objevuji nové možnosti motivace a individuálního přístupu, které jsou pro každé dítě trochu jiné. I malými kroky se postupně dají odstranit nedostatky v pochopení učební látky. Trpělivostí a povzbuzením přestává být učení „mučením“ a já i klient máme velkou radost třeba jen z dílčího úspěchu ve školní práci, který je tolik potřebný pro získání zdravého sebevědomí žáka.

Jsem již v současné době jako seniorka pánem svého času a o to více si vážím práce svých kolegů dobrovolníků z řad studentů nebo pracujících, kteří část svého volného času věnují pomoci potřebným, ať už dětem nebo seniorům. Společně se setkáváme několikrát ročně na seminářích, které pro nás Charita organizuje. Takže příklady mě táhnou a dostávám hodnoty, které se nedají zhmotnit.

Marie Pavlosková

POMÁHEJTE LIDEM V NOUZI!

Chcete dělat něco užitečného?
Pomáhat dětem s domácími úkoly?
Dělat společnost seniorům?
Zapojit jako dobrovolník do některé z jednorázových akcí Oblastní charity Pardubice?

napište nám:
dobrovolnik@charitapardubice.cz
www.pardubice.charita.cz/dobrovolnictvi

NEJDE JEN O ZLEPŠENÍ ZNÁMEK

Dobrovolníkem Oblastní charity Pardubice jsem se stala v listopadu 2015. Dojíždím do rodiny, kde doučuji Karolínu, která je žákyní deváté třídy základní školy. Karolína je velice šikovné a snaživé děvče, jen si není moc jistá v matematice. Doučování matematiky jsem se nebála, matematiku mám od základní školy velmi ráda, proto jsem neváhala Karolínu začít doučovat.

Doučování začalo před uzavřením známek v pololetí, tyto známky se píší na přihlášky na střední školy, takže Karolíně na těchto známkách velice záleželo. Karolína si známky do konce pololetí zlepšila a dostala se na svou vysněnou střední školu. U Karolíny šlo o zlepšení známek, ale také o to, že se někdo věnuje pouze jí samotné. Na doučování Karolíny se vždy velice těším a troufám si říci, že máme mezi sebou hezký vztah. Když si chceme od doučování odpočinout, bavíme se spolu o všem možném, ať už je to škola, kamarádky, její úspěchy či neúspěchy.

Já sama mám spoustu aktivit, ale jsem moc ráda, že jsem se rozhodla stát dobrovolníkem a pomáhat.

Simona

Ilustrační foto: Archiv OCHP

DOBROVOLNICTVÍ

- **Dobrovolníci pomáhají** druhým bez nároku na finanční odměnu a získávají přitom 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 www.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
vedoucí Dobrovolnického centra
☎ 775 296 842

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/pro-skoly

DALŠÍ SLUŽBY

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.
- **Nepoškozené čisté 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.

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

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

Kde najdete charitní kontejnery na textil:

Pardubice I
- nábřeží Závodu míru - parkoviště u základní školy

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

Pardubice III
- Bartoňova u č. p. 839
- Na Drážce u č. p. 1558
- Jana Zajíce – u nákladové rampy Penny Marketu

Pardubice IV
- Staročernská (Slovany točna MHD)

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**.

Ilustrační foto: Dita Valachová

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.

PROVOZNÍ DOBA:
pondělí – pátek 8:30 – 15:30

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

DOMÁCÍ PRÁCE VŠEHO DRUHU

NABÍZÍME
- **drobné instalatérské práce**
- **montování a údržba nábytku, montování poliček, zavěšení obrazů a jiných předmětů**
- **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

Využití vybraných kompenzačních pomůcek

Polohovací postel je pomůcka pro pacienty se sníženou pohyblivostí, zároveň umožňuje ulehčení péče pečujícím osobám. Klient může sám ovládat polohu postele dálkovým ovládáním.

Oxygenátor je kyslíkový koncentrátor, který dodává tělu potřebný kyslík. U pacientů s dušností, vždy by měla být indikace lékaře, při některých onemocněních je kontraindikován.

Invalidní vozík slouží imobilním pacientům, pacientům po amputacích dolních končetin apod.

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
info@charitapardubice.cz
☎ 466 335 026, 775 296 843
pondělí – pátek 6:30 – 15:00

KONTAKT HOLICE:
Lada Študentová
☎ 466 681 654, 775 296 831
po předchozí domluvě

Dávkovač morfinu dávkuje morfium, ale i jiné opiáty kontinuálně po dobu 12 nebo 24 hod. Tím zajišťuje „bezbolestnost“ pacienta. Při jednorázové aplikaci nepociťuje pacient bolest jen 4-6 hod.

Ilustrační fotografie: 4x OCHP

ZE ŽIVOTA OBLASTNÍ CHARITY PARDUBICE

DAGMAR PECKOVÁ: SKLÁNÍM SE PŘED LIDMI, KTEŘÍ SE STARAJÍ O UMÍRAJÍCÍ

Uznávaná mezzosopranistka Dagmar Pecková podpořila společně s Komorní filharmonií Pardubice domácí hospicovou péči Oblastní charity Pardubice. Po úspěšném benefičním koncertu si s námi světoznámá umělkyně, která vyrůstala v nedalekých Medlešicích u Chrudimi, popovídala o charitě a péči o umírající.

Jaký je Váš vztah k charitě?
Zatím se omezuje na to, že dělám charitativní koncerty. Ale samozřejmě jsem častokrát přemýšlela o tom, že bych založila nadaci, dokonce jsem uvažovala ve směru hospiců, ale ještě ta myšlenka asi v hlavě úplně nedozrála. Myslím, že to vyžaduje hodně času.

Proč jste se dnešním koncertem rozhodla podpořit právě domácí hospicovou péči?
Nejdříve jsem se napojila na dobročinnou akci Dejme dětem šanci, kde pomáhám spíš při příchodu do života než při odchodu. Ale já vím, jak je tahle věc důležitá a nutná. Mně odešla matka velmi brzy. My jsme se o ni doma nemohli starat, starala se o ni vynikajícím způsobem chrudimská nemocnice. Já se skláním před lidmi, kteří tuto činnost vykonávají, protože si myslím, že to není radostný odchod ze života. Když vám v tom aspoň někdo pomůže a víte, že někdo s vámi je, tak si myslím, že je to asi jednodušší.

Co byste vzkázala rodinám, které se starají o někoho blízkého, komu zbývá již jen několik posledních dnů nebo týdnů života?

Ilustrační foto: OCHP

Já si myslím, že potřebují obrovskou dávku odvahy a vytrvalosti, protože nejenom někdo odchází ze života, komu se možná uleví a bude mu líp, ale zanechává po sobě lidi, kteří ho měli rádi, a já si myslím, že nejhorší je to potom pro ty pozůstalé. Takže bych jim vzkázala, aby měli hodně odvahy a hodně vnitřní síly.

Ilustrační foto: OCHP

CHARITA 25 LET

Za 25 let vyrostla i Oblastní charita Pardubice v rámci celé organizace v krásnou a vysoce kompetentní dámu, která umí být tam, kde je právě potřeba. Tím, že je stále mezi lidmi, zná jejich potřeby, které neumí uspokojit běžný systém a podává pomocnou ruku. Ať už těm nejbližším, nebo i do vzdálených zemí.

Velmi si vážím toho, jak organizuje pečovatelskou službu u klientů nebo ve stacionáři v Mikulovicích, odlehčuje pečujícím rodinám v Třebosicích nebo jak odborně a lidsky doprovází pacienty na poslední cestě za pomoci rodiny v domácím prostředí.

Pomáhajícím je třeba pomáhat, proto je mi ctí, že Pardubický kraj může činnosti Charity částečně finančně podporovat a rád se osobně účastním všech akcí, kde mohu pomoci sám. Po celých 15 let rád přebírám osobní záštitu nad Tříkrálovou sbírkou, která je největší charitativní akcí v České republice. S velkou radostí jsem také letos v dubnu sledoval předání krajského ocenění ve Východočeském divadle ředitelce Oblastní charity Pardubice paní Marii Hubálkové za rozvoj domácí hospicové péče.

Děkuji všem, kteří se na záslužné práci místní Charity podílejí nejen za jejich práci, ale také lidský přístup a pochopení. Bez toho by Charita nebyla taková, jaké je.

Roman Línek, 1. náměstek hejtmana
Pardubického kraje

NOVÉ STŘEDISKO PRO SENIORY

V úterý 8. září 2015 Oblastní charita Pardubice slavnostně otevřela nové středisko Charitních odlehčovacích služeb Červánky v Mikulovicích u Pardubic. Pozvání na akci přijala řada čestných hostů včetně prvního náměstka hejtmana Pardubického kraje Romana Línka, náměstka pardubického primátora Jakuba Rychteckého, ředitele Diecézní katolické charity Hradec Králové Jiřího Stejskala, vikáře pardubického vikariátu P. Antonína Forbelského a starosty obce Mikulovice Josefa Nentvicha. Z Třebosic na slavnostní akt přijeli stávající klienti Červánků, dostavili se také sponzoři, zaměstnanci a dobrovolníci pardubické Charity.

Úvodního slova se ujala ředitelka Oblastní charity Pardubice Marie Hubálková, která poděkovala všem, kteří se o vybudování nového střediska jakkoliv zasloužili. Po sérii dalších projevů přikročili čestní hosté k symbolickému zasazení stromu. Poté novému středisku požehnal prezident Diecézní katolické charity Hradec Králové Mons. Josef Suchár, který také po slavnostním přestřižení pásky posvětil jednotlivé místnosti. O hudební doprovod se celou dobu starala Pardubická dechová hudba Pernštejnka.

PODĚKOVÁNÍ

Od léta minulého roku jezdily pečovatelky každou středu k mojí mamince do Vyšehněvic, aby ji umyly. Nedošla už totiž do koupelny ani s pomocí. Pečovatelky přijely také 14. 1. 2015, kdy maminka v ranních hodinách zemřela. Chci velice poděkovat všem pečovatelkám za jejich krásný přístup a ochotu. Zvláště pak těm, které přijely 14. 1. 2015 a nabídly se, že nám pomohou při umytí a ustrojení již zemřelé maminky

Ještě jednou velký dík všem a přeji pevné zdraví.

D. H.

ČTYŘI DOHODY JAROSLAVA DUŠKA

V neděli 11. října 2015 se ve Východočeském divadle v Pardubicích uskutečnilo benefiční představení známého herce Jaroslava Duška Čtyři dohody. Část výtěžku ze vstupného byla věnována na činnost Rodinného a vzdělávacího centra Holoubek Oblastní charity Pardubice. Panu Duškovi děkujeme za podporu.

STAČÍ NABÍDNOUT POMOC

Kdybych mohla doporučit dobrovolnickou službu v Oblastní charitě Pardubice novým zájemcům, vyzdvihla bych především podporu prověřené organizace. A z osobních pocitů je to pak možnost jít příkladem ostatním. Není třeba nějakého speciálního vzdělání, stačí jen nabídnout svou pomoc a něco vhodného se najde.

Lenka Hronová, dobrovolnice

Chtěla bych moc poděkovat všem pracovníkům Charity Pardubice za vzornou péči při ošetřování mých rodičů. Od října 2013 se příkladně starali o tatínka, který byl ochrnutý po mozkové mrtvici, bez nohy a nemluvil. Maminka trpěla nemocí ALS a zvláště její ošetřování v závěrečných fázích nemoci vyžadovalo mimořádné trpělivosti a empatie a bylo fyzicky i psychicky velmi náročné. Pracovnice Charity Pardubice se tohoto nesnadného úkolu zhostily výborně, zvláště bych chtěla vyzdvihnout lidský přístup, vnímání potřeb klientů a bezvadnou spolupráci s rodinou. Často nad rámec svých povinností se snažili usnadnit a zpříjemnit rodičům chvíle v jejich těžké nemoci. Ještě jednou VELKÝ DÍK! Přeji všem pracovníkům Charity Pardubice hodně zdraví, spokojenosti a sil v jejich dalším poslání. *Z. K.*

Ilustrační foto: OCHP

ADVENTNÍ VĚNCE SLAVILY ÚSPĚCH

Stalo se již tradicí, že koncem listopadu vyrábíme na několika místech pardubického regionu adventní věnce. V roce 2015 jsme se scházeli od 19. do 28. listopadu. S dobrovolníky jsme ozdobili jedlovým chvojím a svíčkami 296 adventních věnců. V Pardubicích jsme vyráběli v **Salesiánském středisku mládeže**, v Holicích a Sezemicích probíhala výroba na farách.

Prodejem těchto věnců a ručně vyrobených svíček ze včelího vosku jsme podpořili domácí hospicovou péči, které se pardubická Charita dlouhodobě věnuje a úspěšně ji rozvíjí. Od loňského roku nám s výrobou pomáhají firemní dobrovolníci, tedy zaměstnanci firem, které věnují práci a čas svých zaměstnanců vybrané neziskové organizaci.

Z výroby věnců se za několik let **stala oblíbená a vyhledávaná akce**, která kromě svého benefičního záměru, poskytuje účastníkům příjemnou zábavu, možnost se odreagovat při kreativní práci a příjemný pocit, že dělají něco smysluplného a pozitivního. Bez dobrovolníků by se neobešel ani prodej adventních věnců. Mnoho věnců si sami zakoupili a zajišťovali i prodej před kostely během 1. adventní neděle. V roce 2015 jsme poprvé nabídli ke koupi naše adventní věnce pracovníkům pardubického magistrátu a nakupujícím v Paláci Pardubice. Celkem jsme utržili 76 231 Kč. Všem, kteří nám k tomuto skvělému výsledku pomohli, děkujeme!

ZE ŽIVOTA OBLASTNÍ CHARITY PARDUBICE

NÁRODNÍ POTRAVINOVÁ SBÍRKA

V sobotu 21. listopadu 2015 se Oblastní charita Pardubice zapojila do třetího ročníku Národní potravinové sbírky. Skupina dobrovolníků celý den oslovovala zákazníky pardubického obchodního domu Kaufland v Bělehradské ulici. Díky obětavosti těchto dobrovolníků a štědrosti zákazníků se podařilo shromáždit téměř 805 kilogramů trvanlivých potravin pro rodiny s dětmi v nouzi.

Ve srovnání s předchozím rokem byl letošní výsledek o 25 kg úspěšnější. Navíc lidé ve větší míře nosili potraviny, které rodiny nejvíce potřebují – dětskou výživu (sunary, přesnídávky, piškoty), rýži a těstoviny. V celé republice Češi během jediného dne darovali 228 tun jídla.

Oblastní charita Pardubice je jedním ze zakládajících členů **Potravinové banky PARDUBICE**, z. s., která je součástí České federace potravinových bank. Jejím cílem je získávat zemědělské přebytky, přebytky produkce potravinářského průmyslu nebo neprodejné, ale poživatelné potraviny. Banka také přijímá přebytky z veřejných jídelen a restaurací, příspěvky shromážděné při veřejných sbírkách v supermarketech či ve školách. Současně zajišťuje jejich skladování a distribuci potřebným. Jedním z hlavních cílů potravinových bank je **zabránit plýtvání potravinami a současně pomoci odstranit chudobu a hlad**.

KONTAKT:

Blanka Vopařilová – tel.: 731 598 800

CHARITNÍ PLES POTŘETÍ

V pátek 5. února 2016 proběhl již třetí ples pořádaný Oblastní charitou Pardubice. Výtěžek z této benefiční akce činí 25 tisíc korun.

Tohoto výsledku jsme dosáhli díky dárcům, kteří věnovali pardubické Charitě občerstvení a dary do tomboly, kterých se sešlo úctyhodných 280. Nedílnou součástí plesu jsou dobrovolníci z řad zaměstnanců, přátel a sympatizantů naší organizace. Díky jejich obětavé práci jsme zvládli celý průběh plesu bez dalších výdajů. Dalším příspěvkem byla dvě předtančení bez nároku na honorář.

Výtěžek ze vstupného, prodaného občerstvení, tomboly a dobrovolných příspěvků vybraných v průběhu plesu je určen na domácí hospicovou péči.

Příští charitní ples v Pardubicích proběhne v pátek 24. února 2017.

Ilustrační foto: OCHP

PĚVECKÝ SBOR BONIFANTES PODPOŘIL NEMOCNÉ A UMÍRAJÍCÍ

V úterý 19. dubna 2016 uspořádal chlapecký sbor BONIFANTES benefiční koncert pro Charitu a Svítání. Své umění, při kterém se divákům chvílemi tajil dech, předvedl tento talentovaný pardubický sbor pod vedením svého uměleckého ředitele Jana Míška. Zahanbit se nenechala ani přípravka pod vedením Evy Konečné. Jakmile dozněly poslední tóny závěrečné kantáty Carmina burana, Sukovou síní se začal rozléhat mohutný dlouhotrvající potlesk. Mladí zpěváci se dočkali dokonce zaslouženého aplausu vestoje.

Část výtěžku z tohoto benefičního koncertu byla určena na podporu domácí hospicové péče Oblastní charity Pardubice, která je známá též pod názvem mobilní hospic Návštěvníci koncertu mohli tuto službu podpořit také dobrovolným příspěvkem do úředně zapečetěné pokladničky. Tímto způsobem se podařilo vybrat 4 225 Kč. Výnos z prodeje vstupenek činí 34 500 Kč.

Oblastní charita Pardubice si velice váží rozhodnutí pana Jana Míška a sboru BONIFANTES podpořit nemocné a nemohoucí lidi prostřednictvím benefičního koncertu. Poděkování náleží také všem dárcům a dobrovolníkům, kteří pomohli s organizací koncertu.

Vážená paní ředitelko,

chtěla bych touto cestou poděkovat zaměstnancům Charity Lázně Bohdaneč, paní Mgr. Michaele Pospíšilové, Kateřině Šťastné, Pavlíně Novákové a Lence Holubové za jejich ochotu, obětavost a milý vřelý přístup ke mně.

Dále bych také chtěla poděkovat a vyzdvihnout práci pana Mgr. Pavla Zbroje, Stanislava Jakubce, Jana Lohynského a Michala Boháče, kteří mi pomáhají při dopravě do nemocnice, k lékaři apod.

Všichni pracovníci Charity, kteří se o mě starají, si zaslouží vřelé dík za záslužnou práci.

S pozdravem V.P.

MEDAILE HEJTMANA PRO MARII HUBÁLKOVOU

Ve čtvrtek 28. dubna 2016 byly na slavnostním večeru ve Východočeském divadle oceněny významné osobnosti Pardubického kraje. Ředitelce Oblastní charity Pardubice Mgr. Marii Hubálkové byla předána medaile hejtmana. Paní ředitelka toto vyznamenání obdržela za dlouholeté úsilí při prosazování koncepce domácí hospicové péče. Ta pomáhá rodinám, které se v domácím prostředí starají o své blízké, kteří trpí těžkou nemocí a nepřejí si strávit poslední dny svého života v nemocnici.

Těší nás, že pozornost veřejnosti i politiků se začíná obracet k této tolik potřebné a stále tak málo doceněné službě. Kromě paní ředitelky byla medailí hejtmana oceněna i zakladatelka chrudimského hospice MUDr. Marie Blažková.

Vážení pracovníci bohdanečské Charity,

dovolte mi nejprve Vám popřát hezké dny a hodně úspěchů ve vaší charitní činnosti. Poznal jsem Vás v měsíci srpnu 2015 a jako 79letý Váš pacient, který v té době byl odkázán pouze na lůžko. Využil jsem Vaší pomoci, kterou mně nemohl poskytnout nikdo jiný. Za Vaši péči, něhu a odbornost při mém ošetřování Vám patří mnoho díků a uznání.

Děkuji zejména pečovatelkám Pavlíně Novákové, Kateřině Šťastné a Lence Holubové, dále řidičům panu Lohynskému a panu Machkovi a samozřejmě vedoucí paní Pospíšilové, která vždy dokázala organizačně zajistit všechny moje potřeby. Ještě jednou Vám všem mnohokrát děkuji za Vaši pomoc a péči, kterou mně nezištně poskytujete a tím mi pomáháte prožít mé stáří.

J. M. z Opatovic nad Labem

SETKÁNÍ KLIENTŮ V BOHDANČI

V úterý 10. května 2016 se uskutečnilo setkání klientů Charitní pečovatelské služby Lázně Bohdaneč. Sešli se staří známí, kteří se už dlouho neviděli, ale i lidé, kteří se doposud neznali. Na akci dorazilo celkem 20 klientů z Bohdanče, Opatovic a okolních obcí, kteří byli na místo konání dovezeni charitními vozy.

Po celou dobu panovala velmi příjemná atmosféra, proto všichni odcházeli spokojení a s pocitem radosti. Na další setkání už se těší také bohdanečský kněz Jiří Kváš a ředitelka Oblastní charity Pardubice Marie Hubálková, kteří si přišli s klienty popovídat. Poděkování za bezplatné poskytnutí velkého sálu náleží Léčebným lázním Bohdaneč. Město Lázně Bohdaneč vyšlo organizátorům vstříc odpuštěním poplatku za parkování charitních vozidel.

POŘÁDÁME VZDĚLÁVACÍ SEMINÁŘE PRO PĚSTOUNY

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

Ilustrační foto: OCHP

POHÁDKOVÝ DĚTSKÝ DEN

Ve středu 1. června 2016 uspořádala Oblastní charita Pardubice Pohádkový dětský den pro rodiny s dětmi, které spolupracují se střediskem Sanace rodin. Na Farmě Apolenka ve Spojile se sešlo celkem 37 dětí v doprovodu svých rodičů či pěstounů. Sociální pracovnice Charity pro ně připravily, ve spolupráci s dobrovolníky, atraktivní odpolední program.

Všechny účastníky nejprve stylově uvítal Harry Potter. Poté už se děti mohly rozprchnout mezi deset stanovišť, kde na ně čekaly další pohádkové postavy. Každá z nich pro ně připravila zajímavou disciplínu. S princeznou Večernicí si děti zahrály postřehovou hru Dobble, Popelce pomohly přebírat hrách a čočku, u Červené Karkulky si zaskákaly v pytli a poznávaly předměty po hmatu. Pipi Dlouhá punčocha zorganizovala slalom s pingpongovým míčkem, nechybělo ani pouštění lodiček s Babičkou. U kovboje si každý mohl vyzkoušet, jak se dojí mléko (na modelu krávy v životní velikosti). Velký úspěch slavilo malování na obličej v podání profesionální vizážistky Michaly Kašparové z Pardubic. Nezapomenutelná byla také setkání s čarodějnicí, šerifem a kočičkou.

Snad všechny děti odcházely s rozzářenýma očima a plné nevšedních zážitků. Před odchodem si mohly opéct špekáčky a jablíčka. Po projití všech stanovišť každý dostal drobné dárky – plyšáky, časopisy, sladkosti a další drobné předměty.

Za spolupráci děkujeme všem přítomným dobrovolníkům, Farmě Apolenka a Reklamní agentuře SWEN.

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
www.pardubice.charita.cz/trikralova-sbirka

KOMU SBÍRKA POMÁHÁ

Ve dnech 2–10. ledna 2016 se na Pardubicku uskutečnil již 16. ročník Tříkrálové sbírky. Oblastní charita Pardubice organizovala tuto sbírku v 82 obcích. Stovkám koledníků se v těchto obcích podařilo vybrat celkem **1 065 358 Kč**. Vůbec poprvé tak byla překonána magická hranice jednoho milionu korun. 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%

V roce 2016 využila Oblastní charita Pardubice největší díl výtěžku sbírky **na podporu domácí hospicové péče** zvané též mobilní hospic (50 %). Další peníze podpořily Sociálně aktivizační služby pro rodiny z dětmi (22 %) a Charitní odlehčovací služby Červánky (20 %). Sbírka také

Ilustrační foto: OCHP

přispěla k rozvoji projektů souvisejících s „adopcí na dálku“ (5 %) a na řešení mimořádných situací, jako jsou povodně či požáry (3 %). Adresná pomoc směřovala například k rodině z Rohoznice, které vyhořel dům.

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

JAKOU MÁ SBÍRKA TRADICI

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:

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 krejcarů na přilepšenou.

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.

JAK MŮŽETE PODPOŘIT NAŠI ČINNOST

PODPOŘTE MOBILNÍ HOSPIC

SBÍRKOVÉ KONTO 2300796054/2010 Fiobanka, a. s.

Váš dar použijeme k zajištění **domácí hospicové péče** *(více na straně 2)*. Pořídíme vybavení a zdravotní pomůcky, které jsou nezbytné pro výkon domácí hospicové péče a nejsou propláceny zdravotní pojišťovnou.

- **Osobní vůz** k přepravě členů hospicového týmu do domácnosti umírajícího – 210 000 Kč
- **Oxygenátor** (koncentrátor kyslíku) – 26 000 Kč
- **Dávkovač morfia** k tlumení bolesti – 35 000 Kč
- **Polohovací lůžko** – 20 000 Kč
- **Antidekubitní matrace** (proti proleženinám) – 5 000-7 000 Kč
- **Odsávačka** – 5 000 Kč

OJETÉ VOZY POMÁHAJÍ

O naše klienty pečujeme převážně v jejich domácím prostředí. K tomu potřebujeme vlastní vozový park, který je nutné pravidelně obnovovat. Proto rádi přijmeme darem funkční osobní a užitkové vozy k zajištění pomoci potřebným. STK podmínkou.

PODPOŘTE RODINY PEČUJÍCÍ O SENIORY

Z důvodu velkého zájmu o naši **pobytovou odlehčovací službu** v Třebosicích u Pardubic, jsme se rozhodli rozšířit ubytovací kapacitu. Pořídili jsme dům (V Ráji č. p. 786, Pardubice – viz foto dole) vhodný k přestavbě na pobytové odlehčovací zařízení. Díky této službě si bude moci pečující rodina „odlehčit“, aby načerpala nové síly (například odjet na dovolenou), a zařídit potřebné osobní záležitosti. Senior může v zařízení pobývat až po dobu tří měsíců *(více na straně 8)*.

Rekonstrukce objektu byla zahájena v září 2016 a vyžádá si 1 500 000 Kč. Otevření nového zařízení je plánováno na květen 2017. Přestavbu můžete podpořit zasláním libovolné částky na náš účet 1201207379/0800 u České spořitelny, a. s. Specifický symbol: 4600, variabilní symbol: datum narození/ nebo IČ. Do poznámky uveďte adresu a tel. kontakt pro vyhotovení darovací smlouvy.

DĚKUJEME, ŽE NÁM POMÁHÁTE POMÁHAT.

Ilustrační foto: Archiv OCHP

PODPOŘTE RODINY S DĚTMI V NOUZI

SBÍRKOVÉ KONTO 2800235245/2010 Fiobanka, a. s.

Váš dar pomůže dětem z rodin v tíživé životní situaci. Ročně podporujeme okolo 120 dětí. Především se jedná o:

- **Dárky pro děti:** (narozeniny, Vánoce, 300 Kč / dítě)
- **Akce pro děti**: dětský den (15 000 Kč), Mikuláš (7 000 Kč)
- **Školní pomůcky:** (200–500 Kč / dítě)
- **Výchovně vzdělávací hry pro děti**

Ilustrační foto: Archiv OCHP

KONTAKT
Vojtěch Gottwald
Fundraiser, péče o dárce
☎ 733 161 618
gottwald@charitapardubice.cz

NABÍZÍME TYTO SLUŽBY:

- Domácí zdravotní péče
- Domácí hospicová péče
- Pečovatelská služba
- Osobní asistence
- Odlehčovací služby
- Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi
- Služby pro pěstouny
- Rodinná centra
- Dobrovolnické centrum
- Sociální šatník
- Půjčovna kompenzačních pomůcek
- Domácí práce všeho druhu
- Doprovod a doprava osob

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
M: 775 296 832 | 603 459 486
e-mail: bohdanec@charitapardubice.cz

MORAVANY – nám. Hrdinů 13, 533 72 Moravany
M: 775 296 847 | 775 296 831
e-mail: moravany@charitapardubice.cz

TŘEBOSICE – Třebosice 10, 530 02 Pardubice
M: 775 296 833, 733 161 622, 733 161 617
e-mail: trebosice@charitapardubice.cz

MIKULOVICE
Devotyho 1, Mikulovice, 530 02 Pardubice
M: 775 296 833, 730 529 527, 730 549 252
e-mail: mikulovice@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 366, 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 jednou ročně Oblastní charita Pardubice, V Ráji 732, Pardubice, e-mail: info@charitapardubice.cz,
tel: 466 335 026, **www.pardubice.charita.cz, jsme i na Facebooku: https://www.facebook.com/charitapardubice**
Sbírková konta: 2800235245/2010 (rodiny v nouzi), 2300796054/2010 (domácí hospicová péče = mobilní hospic)

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