

CHARITNÍ POSEL



Oblastní charita
Pardubice

Vydává Oblastní charita Pardubice / 12. ročník 2024/2025 **ZDARMA**



Otec Jan Uhlíř z pardubické farnosti celebroul mši svatou obětovanou za Oblastní charitu Pardubice, její pacienty, klienty a jejich blízké, za charitní pracovníky a jejich rodiny a za nové projekty Charity.



Mons. Pavel Rousek

Prezident Diecézní katolické charity Hradec Králové

Kultivovat sebe a svět

Vážení čtenáři,

máte v rukou Zpravodaj dobrých zpráv. Přináší informace o tom, že se děje něco objektivně dobrého, že se pečuje o ty, kteří potřebují péči, že se naslouchá těm, kteří hovoří, že se obvazují rány těla i duše.

Je dobře, abychom o této službě věděli, podporovali ji a měli radost, že se dobro šíří a že jsou lidé, kteří se pro tuto práci nadchli a profesionálně nebo dobrovolně ji uskutečňují.

V charitním kodexu, což jsou pravidla pro charitní službu, hned v úvodu stojí, že charitní pracovníci slouží druhým po vzoru Ježíše Krista, který pomáhal potřebným. To je odvážná ambice. Je to velká výzva víc o Ježíši vědět, obracet se s důvěrou na Něho a získat onoho dobrého ducha. Děkuji všem, kteří se o to snaží a zvláště těm, kteří o Kristu ví třeba méně, a stejně velkoryse slouží a vkládají do služby velkou lásku k druhým. Je to účinný způsob, jak kultivovat sebe a svět kolem nás. Děkuji všem, kteří pracují v Oblastní charitě Pardubice a šíří láskyplné vztahy.

Pavel Rousek



Marie Hubálková

ředitelka Oblastní charity Pardubice

Všichni jsme tužkou v ruce Boží

Vážení přátelé, milí čtenáři,

Zase je za námi další charitní rok a my se ohlížíme, jaký byl, co se nám podařilo. Jsem velmi vděčná za charitní tým, kolika lidem dává smysl pomáhat, žít pro druhé, budovat vztahy, je to radost. Jsem velmi vděčná za ten čas, jsem vděčná za projekty, které se podařily, za tým lidí, kteří spolupracují. Kolik je dobra v každém člověku? Nebo je to obraz Boží v nás? „Všichni jsme tužkou v ruce Boží,“ řekla Matka Tereza.

Máme být za co vděční, stačí si to uvědomit.

Jsem moc vděčná, že jsme společenstvím lidí, kteří stále hledají nové cesty, jak by šlo pomoci, i když se zdá, že to nejde.

Děkuji Vám všem, že za námi stojíte a podporujete nás.

Zůstaňte s námi. Bez Vás by to nešlo.

Děkuji za každý den, za krásu přírody, za lidi, které potkávám, za dobro, které můžeme dělat, za posun věcí k lepšímu. Je na našem rozhodnutí, čím se zabýváme, čemu věnujeme čas, sílu, myšlenky. Naše myšlenky jsou náš život. Dobro dává našemu životu smysl, dobro naplňuje náš život radostí.

Jsmo vděční, že nás Bůh miluje, vede a všem žehná, že jediné, co bude důležité, až odejdeme, budou stopy lásky, které tu po nás zůstanou.

„Člověk nežije tolik z lásky, kterou přijímá, jako mnohem více z té, kterou daruje.“



Cena Charity Česká republika pro vrchní sestru Domáciho hospice Andělů strážných

Markéta Vašková, vrchní sestra Domáciho hospice Andělů strážných převzala v katedrále sv. Víta, Václava a Vojtěcha na Pražském hradě významné charitní ocenění za dlouhodobou péči o hospicové a paliativní pacienty a jejich blízké a za organizaci humanitární pomoci Ukrajině.



CharitaPardubice

více než 30 let pomáháme lidem v nouzi

www.pardubice.charita.cz

Domácí hospic Andělů strážných



Markéta Vašková

vrchní sestra, Domácí hospic Andělů strážných

Eutanázie nebo hospic?

Na začátku naší péče velmi často slyším od našich pacientů: „Už mně něco píchněte, abych to měl(a) za sebou. Tohle není život!“ Termín eutanázie je řeckého původu (eu = dobrá, tanos = smrt) a podle své etymologie znamená dobrou smrt. Jedná se skutečně o dobro ve prospěch pacienta?

Pan Pavel žil sám v malém rodinném domku na vesnici. Měl tři syny, se kterými se nestýkal. Když vážně onemocněl, mnoho času trávil v nemocnici, kde velmi strádal. Svěřil se svojí neteří, která bydlela poblíž: „Vezmi mě, prosím, domů. Víím, že to pro Tebe bude těžké, ale mé jediné přání je zemřít doma.“ Odvážná žena souhlasila. Asi po necelém měsíci se stav pana Pavla prudce zhoršil. Objevily se silné bolesti, špatně se mu dýchalo a cítil se velmi unavený. Požádala nás tedy o péči. „Rádi

bychom Vám pomohli, ale strýc žije sám,“ vyjádřili jsme své obavy. „Počkejte, já zavolám synům. Sice ho léta neviděli, ale třeba se některý z nich slituje. Já budu samozřejmě nápomocná,“ odvětila.

Následující den přijímáme pána do péče. Dveře nám otevírá nejmladší syn. Pan Pavel sděluje: „Vítám Vás ve svém domě. Sice mě všechno bolí, dýchám těžce, ale už je dobře.“

Mám tady Honzíka.“ Lékař naordinuje léky proti bolesti do dávkovače. Pána napojujeme na koncentrátor kyslíku. Pacient po týdnu v klidu zemřel a syn Jan ho do poslední chvíle držel za ruku.

Záměrně poukazuji na tento skutečný příběh. Měl by pan Pavel důstojný odchod, pokud by si přál v případě legalizace eutanázií? Spatřil by ještě někdy svého syna? Na Jana nikdo ani nepomyslel. Žil by s výčitkami svědomí po celý život?

„Nejcennější není hlava plná vědomostí, ale srdce bohaté na lásku, ucho ochotné naslouchat člověku a ruka, která chce pomoci.“



Milena Fabiánová

staniční sestra, Domácí hospic Andělů strážných

Častá otázka mého okolí

Spousta přátel, kamarádů a známých se mě často ptá, jak vůbec můžeme naši práci zvládnout. Že to musí být velký nápor na psychiku, že by to oni vůbec nezvládli.

Věřte nevěřte, ale tolik lásky, kolik vidíme u našich pacientů a jejich rodin, to jen tak někdo nezažije. Už jen když si rodina vezme domů nemocného člena rodiny, kterému se rozhodnou posloužit až do posledního dne života, tak je to neskutečně velká odvaha a je tam moc a moc lásky. A zde musím smeknout před všemi pečujícími, kteří se pro tento odvážný a těžký krok



rozhodnou.

Ano, vidíme i spoustu bolesti a smutku, ale naši klienti a jejich rodiny mají v tak těžké chvíli vlastně i „štěstí“ a možnost trávit spolu čas, který se jim krátí, být tu pro sebe, udělat si každý den v rámci možností hezký. Ať už se jen drží za ruce, povídat si, pohlídat se, vzpomínat, prostě být spolu a trávit spolu chvíle, které jim už nikdy nikdo nevezme. Položme si otázku: Děláme tyto věci běžně? Určitě ne. A je to škoda. Proto našim klientům (pacientům i rodinným příslušníkům), kteří vidí, jak se čas krátí, stále říkáme: „Užívejte čas, který vám byl dán.“

Upozadila jsem nyní naši zdravotní péči, která je samozřejmě důležitá, ale toto je má odpověď. Mám opravdu ráda svou práci, která mi dává smysl a mění náš pohled na život, rodinu a lásku.



Bez Vaší štědrosti bychom jen těžko mohli poskytovat domácí hospicovou péči a pomáhat doprovázet klienty v jednom z nejtěžších životních období. Pečlivě se snažíme využít každou korunu, aby i drobná částka pomohla v maximální možné míře. Anebýt Vaší pomoci, naše služba potřebným by nebyla taková, jaká je.

Pro více informací nás kontaktujte:

Tadeáš Kouřil, fundraiser

Tel.: 737 488 753, E-mail: tkouril@charitapardubice.cz

Sbírkové konto

2300796054/2010

Fiobanka, a. s.



online platba



Jiří Švec

manžel pacientky DHAS

Jak se nebát udělat něco opravdového

Vše začalo na podzim roku 2018, kdy manželka zkolabovala v kuchyni – chvíli byla mimo sebe, měla epileptický záchvat. Zavolal jsem záchranku, poté vyšetření na pardubické neurologii, velký nález na mozk, následně hospitalizace ve FNHK, kde v prosinci 2018 zdárně proběhla první operace. Nicméně operace se zdařila a 100% prodloužila manželce život.

Manželka byla celý život neskutečná bojovnice, pozitivně naladěná. Svoji nemoc si vůbec nepřipouštěla a prala se svým hendikepem po svém. Vždy hodně pracovala, sportovala.

Někdy v červnu/červenci roku 2023 jsem na ní pozoroval jisté projevy nemoci, jako byly výpadky krátkodobé paměti, zhoršení zraku a nastupující malí posílčci epileptických záchvatů. Tušila, že se něco děje, že se něco blíží a já měl podobný pocit. Ještě v druhé polovině července byla s kamarádkami v Adršpašských horách a ve Vysokých Tatrách. Jako by si chtěla užít poslední aktivní pohyb naplno a já ji v tom absolutně podporoval.

3. srpna 2023 v noci měla bohužel další silný záchvat, a tak jsme skončili opět na neurologii v Pardubicích. A příběh se začal opakovat, ale bohužel v silnější míře než poprvé.

Dělala se kontrolní MGR a na ní se ukázalo, že se v hlavě zase něco vyvíjí, a to ještě s větší intenzitou. Bylo nezbytné nastoupit onkologickou léčbu, byla to naše další šance pro život. To už se psal začátek září 2023 a žena nastoupila na onkologickou léčbu – ozařování a chemoterapii.

Pomáhali všichni, jak mohli.

Užívali jsme si každou společnou chvíli strávenou spolu. Někdy v polovině léčby se její zdravotní stav začal zlepšovat, dokázali jsme se dostat ven z budovy, na procházku a někdy jsme zašli i na zákusek s kávičkou do nedalekého bufíku. Rád vzpomínám na vycházky k Labi, kdy vnímala každý kousek přírody. Stále věřila a byla optimisticky naladěná, byla to neskutečná bojovnice a nikdy, nikdy si nic nepřipouštěla.

Rozhodujícím momentem její léčby byla kontrolní magnetická rezonance v listopadu, kde se mělo ukázat, jestli onkologická léčba zabrala, nebo ne. Výsledek byl bohužel nepěkný. Nádor se stal rezidentní a řešilo se, co dál, jaké jsou další možnosti. Bohužel se již nedalo nic dělat, chirurgicky to řešitelné nebylo a onkologicky také ne. Byla to pro mě velká rána, které jsem se samozřejmě hodně bál.

A tady se začala psát druhá část tohoto příběhu.

Jak dál? Jaké jsou možnosti? Když už opravdu není cesta zpátky a máte několik (nikdo vám přesně neřekne kolik) měsíců společného života před sebou. Po poradě s paliativním týmem ve FNHK vyvstávaly dvě možnosti.

Buď si vzít manželku do domácí péče domů, nebo jí sehnat kamenný hospic, možná i LDN zařízení. Musím říct, že to byla opravdu těžká chvíle mého života. Jediné, co jsem věděl, že se o ni chci postarat nejlépe, jak umím, budu umět zvládat, aby ten odchod na druhou stranu řeky měla co nejsnadnější, pokud

možno bez bolesti a odloučení od rodiny, jak jí to co nejvíce ulehčit. Řeknu to na rovinu: hrozně jsem se tenkrát bál vzít si manželku domů. Jak to budu zvládat? Vždyť skoro nemohla chodit, jak byla slabá, téměř v tu chvíli nemluvila, paměť vypadávala, jak se záchodem, jídlem... spousta otázek byla na mé straně.

A druhá možnost – kamenný hospic. To se mi v tu chvíli opravdu moc nechtělo. Vždyť když jsme se před 28 lety brali, dali jsme si závazek: „V dobrém i zlém, dokud nás smrt nerozdělí.“ A teď to bylo tady, přímo přede mnou, tady a teď.

Hodně mi v rozhodování pomohl paliativní tým ve FNHK, ale hlavně osobní kontakt s paní Markétou Vaškovou a paní Milenou Fabiánovou z Domácího hospicu Andělů strážných v Holicích. Obě určitě potvrdí, jaký jsem tenkrát měl strach do toho jít. Opravdu jsem se bál, že nebudu schopen manželce poskytnout maximální péči, jakou by měla v kamenném hospicu od fundovaných sester a doktorů. Jsem moc rád, že mě přesvědčily do toho jít, postarat se o manželku v domácím prostředí, v teple domova, který tak dobře znala. Neměnil bych za žádnou cenu, nic bych nevracel a jsem opravdu vděčný za každou strávenou minutu doma s manželkou.

Pár slov, jak to vlastně bylo doma.

Musel jsem samozřejmě udělat pár úprav doma. Hlavní bylo mít pro manželku dobrou polohovací postel, na jakou byla zvyklá z nemocnice, plus další pomůcky. S tím vším mi pomohla pardubická Charita a nebyl to vůbec žádný problém, vše šlo jako po drátkách a velmi rychle. Za to bych jim chtěl ještě jednou moc poděkovat. Hlavním cílem bylo, aby měla ještě aspoň jednu krásné Vánoce, strávené v teple domova a rodinném kruhu. Už dopředu Vám mohu říct, že se to povedlo a jsem za to nesmírně vděčný.

Přišel den D a já si jel společně se synem pro manželku do nemocnice v Hradci Králové. Chtěl jsem, aby to první přivítání doma bylo co nejhezčí a to se myslím povedlo. Zavalila mě vlna neskutečného štěstí a už teď jsem věděl, že jsem udělal dobře, moc dobře, že ji mám doma, doma u sebe. To se nedá popsat slovy, to se musí zažít. Stálo to za to. Takovou hezkou chvíli by určitě v hospicu nezažila.

A o to tady šlo, abychom jí to co nejvíce ulehčili a udělali příjemné. Další, zhruba po 14 dnech doma. Večer se ukládáme ke spánku, zhasínám světlo. Manželka se ke mě přitáhla (spal jsem na zbytku sedačky hned vedle ní) a povídá: „Já jsem tak



Domácí hospic Andělů strážných

šťastná, že jsem tady." Na to není co říct, cokoli komentovat.

Prostě krásný.

Manželka hodně sportovala, ať už to byl běh, orientační běh, túry po horách, lyžování, otužování, paddleboard... bylo toho hodně. Tak jsme hodně sledovali v tu dobu zimní sporty a společně fandili, anebo komentovali výkony sportovců. Zase krásné chvíle a že jich bylo.

V pozdější době, když nemoc více nastupovala, jsem jí hodně četl knížky. Měli jsme jednu oblíbenou. Byla to pohádková knížka propojená s realitou. Bylo to o princezně Victorii a jejím princovi a jejich vztahu. Princezna měla v sobě, v hlavě vnitřní hlásek, nejbližší kamarádku Vicki a s tou spoustu svých problémů řešila. Samozřejmě nebyly to jen hezké chvíle, ale na ty zlé opravdu zapomenete, s vědomím, že jste pro svoji milovanou osůbku udělali maximum. Určitě Vám to pomůže i v následujícím období Vašeho života. Dodá Vám to sílu nebát se a některé události, věci Vám přijdou velice malicherné. Budete nad věcí. Snad tento článek někomu pomůže při rozhodování, jak dál, když se Vám život hroutí a odchází Vám nejbližší

člověk. Věřte mi, nebojte se a běžte do toho!!! Lidé z domácího hospicu, ať již to jsou sestřičky, doktoři, sociální pracovníci, psychologové, Vaše rodina, přátelé, kamarádi Vám určitě rádi pomohou. Doma se dá vyřešit opravdu spousta věcí, problémů. Vždycky se to dá nějak vymyslet a Vy tak můžete ulehčit své blízké osobě odchod na tu druhou stranu. V klidu a v bezpečí domova, v kruhu rodinném.

A já věřím, že manželka to cítila a odešla v klidu, srovnaná a spokojená a já se cítil vlastně moc hezky, příjemně, vyrovnaně. Jsem za to moc rád a byl to pro mě jeden z nejemočnějších a nejkrásnějších zážitků mého života.

A za mě vzkaz tam nahoru, kde jistě moje láska je: „Lásko, nikdy na Tebe nezapomenu, byly to krásné chvíle strávené s Tebou, děkuji Ti za vše, Tvůj Jirka“.

Věřte mi, nebojte se, nechte si pomoci a běžte do toho!!!

S láskou k milované manželce, manžel Jirka

Redakčně kráceno, celý text na pardubice.charita.cz

Sociální služby



Jaroslav Havlík

metodik sociálních služeb

Kde vzít a nekrást?

„Kam jsme se dostali, kam jsme se to dostali,“ zpívá ve své písni Jaromír Nohavica. A já se ptám na totéž. Oblastní charita Pardubice nabízí sociální, zdravotní a návazné služby širokému spektru osob, které se ocitnou v situaci, kdy si sami nedokážou pomoci. Všechny služby jsou koncipované tak, aby všichni mohli zůstat co nejdéle v domácím prostředí a nemuseli využít služeb „ústavního“ charakteru.

Naše služby poskytují sociální pracovníci, zdravotnický personál či pracovníci v sociálních službách, lidově řečeno pečovatelské. Všichni zmínění musí splňovat požadavky jednotlivých ministerstev na odborné vzdělávání. Musí prokázat nemalou míru empatie, zodpovědnosti, komunikačních dovedností, řidičského umu, administrativních zdatností a orientaci v legislativě. Odměnou jim jsou díky a úsměvy osob, kterým pomáhají. Nicméně se bohužel setkáváme se situacemi, kdy je potřeba personálně zajistit naše služby. A to je v dnešní době úkol téměř nadlidský. Práce v sociálních, ale i terénních zdravotních službách, nemá v dnešní době takřka žádnou prestiž. Laicky řečeno se do těchto služeb nikdo nehne. Povědomí společnosti o pomáhajících profesích je minimální. Ve světě, kdy je moderní pracovat v kanceláři, se práce v terénu ocitá na vedlejší koleji. Služby se poté dostávají do tlaku na zajištění péče, což je bez personálního zajištění velice náročné.

Bohužel se setkáváme velice často i s chybějícími základními vlastnostmi osob, které přeci jen žádají o možnost pracovat v Oblastní charitě Pardubice. „Zájemci“ o práci si často domluví schůzku, na kterou bez omluvy nedorazí, žádají

pro sebe různé výhody, aniž by vlastně měli opravdový zájem. Ano, pracovní trh je přesycený, různé řetězce slibují násobně vyšší plat a minimum povinností, to je fakt, se kterým se moc dělat nedá. Co tedy zbývá?

Netvrdím, že práce v terénních službách je odborně na úrovni lékařského či právního studia, ale taktéž ji nemůže dělat kdokoliv. Často se setkávám s lidmi, kteří říkají, že by nikdy nezvládli vyměnit plenu seniorovi, vykoupat jej či podat oběd, že by to nezvládli. Domnívám se, že stejně jako cítíme určitý obdiv a autoritu vůči lékařům či soudcům, měli bychom pociťovat to samé u pečovatelek nebo zdravotních sestřiček. V žádném případě nechci, aby se opakovala situace covidové pandemie, ale tehdy byla doba, kdy sociální i zdravotní služby měly obdiv celého světa. Pandemie zmizela a uznání našich služeb též. Bohužel.

Nezbývá než věřit, že se začne blýskat na lepší časy, že se v brzké budoucnosti vše obrátí k lepšímu, tak abychom se i nadále byli schopni postarat o své blízké v prostředí, kde to mají nejraději – doma.



Pobytové odlehčovací služby Červánky v Pardubicích



Robert Vitek

vedoucí odlehčovacích služeb, Pardubice

Lůžko okamžitého přijetí: Neocenitelný pomocník v nouzi

V dnešním uspěchaném světě se může zdát, že naše zdravotní a sociální systémy jsou dokonale připraveny čelit jakýmkoliv výzvám. Není to však vždy pravda, a právě v těch nejnečekanějších situacích se ukáže pravá hodnota služeb, jako je lůžko okamžitého přijetí. Tato služba může být doslova záchranou pro rodiny, které se náhle ocitnou bez pečující osoby z důvodu vážných zdravotních komplikací. V roce 2023 bylo lůžko okamžitého přijetí využito ve 13 případech v rámci charitních pobytových odlehčovacích služeb Červánky Pardubice, což představuje významný nárůst oproti předchozím letům. Důvodem je zřejmě rostoucí povědomí o této možnosti podpory v situacích, kdy se stávající pečovatel ocitne v krizovém stavu. Lůžko okamžitého přijetí je určeno pro osoby starší 18 let, seniory, osoby s postižením či jinak závislé osoby, které vyžadují nepřetržitou péči v domácím prostředí.



Jeho hlavní předností je flexibilita a schopnost reagovat na nečekané události, což umožňuje rodinám dostatek času na nalezení náhradního řešení. Příběhy, které nám přináší každodenní realita, jsou často plné neočekávaných zvratů. A právě pro tyto momenty je lůžko okamžitého přijetí nezbytným prvkem systému. Když se pečující osoba, často jediný hlavní opěrný bod v životě závislého jedince, ocitne mimo hru, je potřeba rychle a efektivně zasáhnout. V následujících odstavcích si představíme konkrétní situace, kdy lůžko okamžitého přijetí přišlo vhod a stalo se zásadním řešením pro dané osoby a jejich rodiny. Tyto případy nejenže poukazují na neocenitelnou hodnotu lůžka okamžitého přijetí, ale také na důležitost dobře fungujících sítí sociálních služeb schopných rychle reagovat na krizové situace.

Díky odlehčovacím službám Červánky Pardubice bylo možné zajistit dočasný pobyt pro ty, kteří to nejvíce potřebovali. Pojďme se nyní podívat na příběh pana Jiřího, osmdesátiletého seniora, který byl zvyklý na každodenní péči své dcery. Když dcera nečekaně onemocněla, pan Jiří se ocitl bez potřebné pomoci. Díky lůžku okamžitého přijetí však mohl být ihned přijat do odlehčovacích služeb, kde mu byla poskytnuta veškerá potřebná péče, dokud se jeho dcera neuzdravila. Tento systém je klíčový nejen pro poskytnutí okamžité pomoci, ale také pro udržení kvality života závislých osob. Bez rychlé reakce by mnoho seniorů a lidí se speciálními potřebami mohlo čelit vážným obtížím nebo dokonce skončit v kritické a těžko řešitelné situaci. Případ pana Jiřího je jen jedním z mnoha, který ilustruje, jak lůžko okamžitého přijetí může působit jako bezpečnostní síť v případech, kdy se rodinná struktura náhle naruší. Další příběh, který jasně ukazuje význam této služby, je případ paní Heleny. Ve svých sedmdesáti letech se starala o svého manžela s pokročilým stádiem Alzheimerovy choroby.

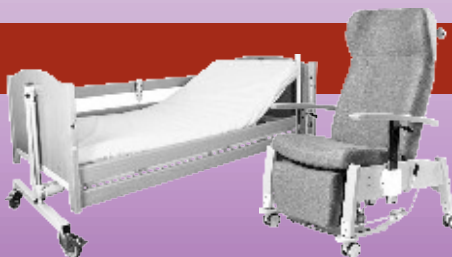
Když musela paní Helena náhle do nemocnice, její manžel byl přijat na lůžko okamžitého přijetí, kde obdržel odbornou péči a byla mu zajištěna stálá podpora. Toto období bylo pro rodinu paní Heleny nesmírně stresující, ale odlehčovací služby Červánky Pardubice jim poskytly klidný prostor pro řešení jejich situace, aniž by museli obětovat péči o milovanou osobu.

Lůžko okamžitého přijetí demonstruje, jak je možné zajistit kontinuitu péče i v případech, kdy je pečující osoba náhle vyřazena z provozu. V praxi to znamená, že rodina má k dispozici bezpečné místo, kam může svého blízkého umístit, a to bez dlouhého čekání a bez složitého administrativního procesu. Efektivita a význam této služby jsou umocněny právě její schopností poskytnout okamžité řešení. Pro mnohé rodiny je klid na duši, který tato služba přináší, tím nejcennějším, co v těžkých chvílích mohou získat. V případě, že rodina čelí krizi, může se spolehnout na rychlou a profesionální odezvu, která umožní pečovateli zotavit se bez toho, aby se musel obávat o blaho svého blízkého.



Můžete podpořit

RODINY PEČUJÍCÍ O SENIORY

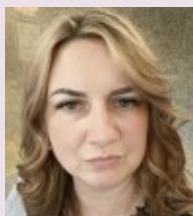


více než 30 let pomáháme lidem v nouzi

Č. ú. 1201207379/0800 v.s. 4600

www.pardubice.charita.cz

Pobytové odlehčovací služby Červánky v Třebosicích



Petra Průšková

vedoucí odlehčovacích služeb
Červánky v Třebosicích

Naše práce je pro mne skutečně požehnaná

Naše práce je pro mne skutečně požehnaná. V Třebosicích jsem našla štěstí, lásku, lidství a možnost přijetí smrti. Osobně netoužím být jen u papíru a pera. Naším základním stavebním kamenem je komunikace a poskytnutí pocitu bezpečí. To umění chytit za ruku a sdílet okamžik bytí. Jsem vděčná celému týmu, že je pro nás všechny na prvním místě klient a jeho přání. Možnost nahlédnout do psychiky seniorů a jejich přání dala mému životu jiný rozměr.

Odlehčovací služby jsou pro nás ještě o to smysluplnější, pokud jsou senioři obklopeni milující rodinou, která má možnost díky naší pomoci zregenerovat své síly.

Z druhé strany je důležité si uvědomovat, že opouštění domova, ač na krátkou dobu, je pro každého víceméně stresující. Právě naše vnímavost a pochopení je důležitým aspektem naší práce pro naplnění potřeb každého z Vás, kteří k nám někdy i opakovaně přijíždíte.

Klienti, kteří se u nás střídají, vždy přináší změnu. Na tyto proměnné je nutné z naší strany dobře reagovat. Což není bez dobré přípravy možné. Proto je tým složen nejen z pečovatelů, ale patří sem i uklidový pracovník, který Vám chystá lůžko a denně prostory provoní a desinfikuje. Koordinátor, který objednáva stravu a zjišťuje Vaše potřeby, abychom mohli na vše potřebné reagovat k Vaší spokojenosti. Dále sociální pracovník, který vše zpracuje od prvotního setkání s Vámi na sociálním šetření do osobního spisu. Spisy postupně doplňujeme nejen pro Vás, ale také pro kontroly. A posledním článkem v pyramidě je vedoucí, která vede pracovníky a má odpovědnost za činnost týmu. Naše heslo je „spolupracovat“.

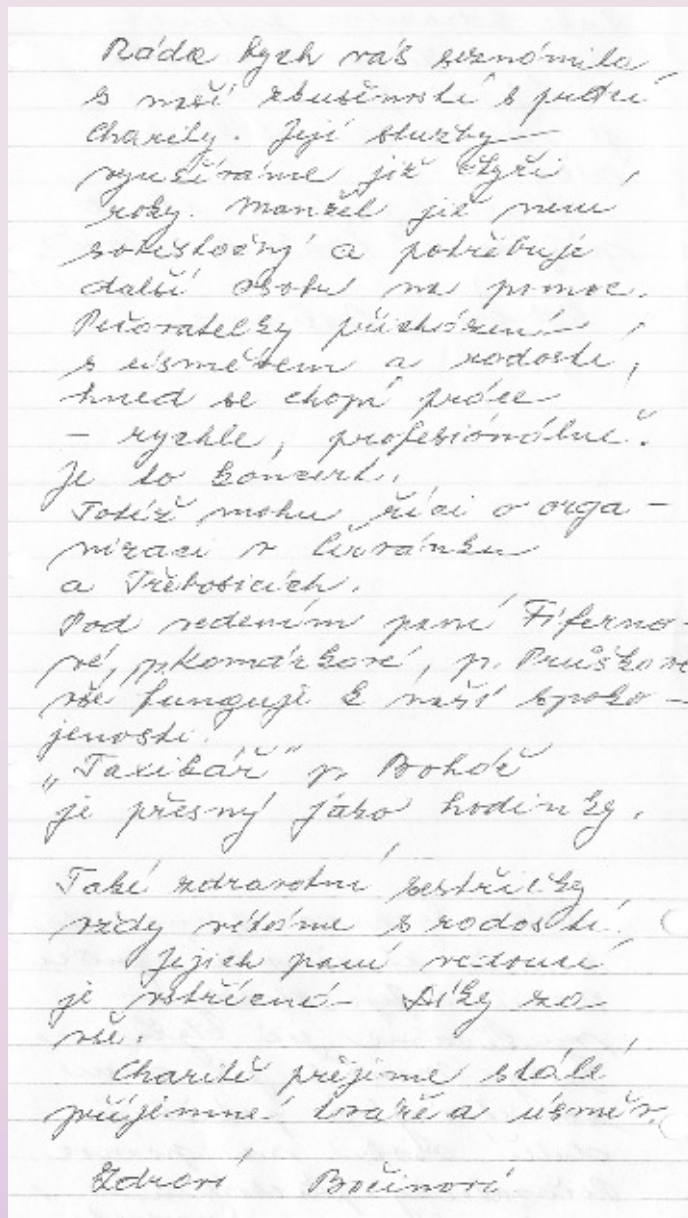
V každém roce jsme od rodin a firem získali finanční dary, které nám umožňují obnovovat a zvelebovat vše potřebné k naší práci. Zakoupili jsme televizi a velkou šatní skříň. Dále se díky Vám pořídila nová kuchyň. Získali jsme sekačku, křovinořez, sušičku a uskutečnili jsme sbírku na zahradní domek, která nadále trvá. Za šest let práce u Oblastní charity Pardubice vidím velký posun všemi směry.

Děkujeme Vám za vše, co pro nás děláte a děkujeme za podporu naší paní ředitelce.

Dobrý večer,

ještě jednou jsem Vám chtěla srdečně poděkovat za všechno, co jste udělali pro moji (naši milovanou) maminku Marcelku, všechno jsme dnes zařídili, šlo to hladce. Jste úžasní, jak svoji práci děláte! A věřte tomu, že spousta lidí si Vás opravdu váží, stejně jako já. Mějte dobrý život, ať se Vám v životě daří a dělejte vždy svoji práci tak jako teď, protože jednou se Vám to vrátí.

Přeji hezký večer. S pozdravem. Zemanová



Lenka Kopecká

koordinátorka odlehčovacích služeb
Červánky v Třebosicích

Zodpovědná a náročná práce

V sociálních službách působím již pěknou řádku let. Mým prvním působištěm byl hospic, který mi poskytl mnoho zkušeností, ze kterých čerpám dodnes. Tato práce mě v roce 2012 nasměrovala do Oblastní charity Pardubice, kde jsem nastoupila na pozici pracovníka v sociálních službách. Prostředí v Třebosicích se mi ihned zalíbilo, protože mi

Od našich klientů...

Chtěl bych Vám ještě jednou poděkovat za péči, kterou jste věnovali mé mamince. Vždy, když jedu okolo Třebosic, tak si vzpomenu na cesty, které jsem k Vám absolvoval. Mám od Vás také fotografii z posledního jara maminky, když při pěkném počasí spokojeně seděla venku a vyhřívala se na sluníčku.

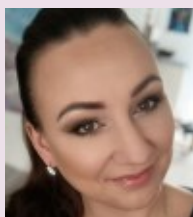
Přeji Vám mnoho pěkných chvil při Vaší těžké práci.

Aleš Livora

vyhovuje zdejší klidná atmosféra, kterou mám raději než uspěchané městské prostředí. Velkým plusem pro mě byl, a stále je, tým, který se v Červánkách postupně utvářel. Před třemi roky jsem přistoupila na nabídku stát se koordinátorkou. Beru to jako velkou pracovní i životní výzvu. Myslím, že v této funkci mohu zúročit dlouhou praxi v sociálních službách a přispět tím k dalšímu zkvalitňování našich služeb. Práce je to

náročná a zodpovědná, ale cítím, že se v této pozici, i s podporou svých kolegů na všech pozicích, stále zlepšuji a to mě motivuje k dalšímu rozvoji. Musím ale říct, že se v případě potřeby ráda vracím i do přímé péče, která je základem naší profese a kterou bych již neměnila.

Ambulantní odlehčovací služby Červánky v Mikulovicích



Jana Komárková

vedoucí Ambulantních odlehčovacích služeb
Červánky v Mikulovicích

Má cesta Charitou

Od mládí jsem chtěla pracovat ve zdravotnictví, ale osud tomu nechtěl, vystudovala jsem ekonomku. V zaměstnání v gastronomii jsem stále byla mezi lidmi, myslím si, že jsem komunikativní a lidi mám ráda. Celou dobu jsem však inklinovala k pomoci potřebným. Stalo se, že jsem potkala svou budoucí kolegyni a kamarádku Jarušku Čížkovou, veselou, pozitivně naladěnou dámu s velkým srdcem, která k nám do restaurace chodila pro obědy pro klienta pečovatelské služby. Zajímal jsem se o její práci a slovo dalo slovo a dohodly jsme se, že bych to jako pečovatelka, pracovnice v sociálních službách, mohla také zkusit. Po jednodenní stáži jsem poznala, že toto je to, co by mě naplňovalo. Začínala jsem jako brigádnice, později jsem pracovala na plný úvazek jako terénní pečovatelka. Od září 2019 jsem vedoucí Ambulantních odlehčovacích služeb Červánky v Mikulovicích a čtyři roky zkušeností z přímé péče mi dnes pomáhají v nynější práci.

V Mikulovicích pomáháme se vším, co obstarávají pečující doma. Naše služba nejen pečuje o klienty, ale poskytuje odlehčení jejich blízkým. Je to důležitá výpomoc pro to, aby klient mohl zůstat v domácím prostředí. Naše služba klientům přináší benefity v podobě zábavy, aktivizace, styku s vrstevníky. Nabízíme zajímavý program měnící stereotypy běžného dne, kdy klient je například sám doma a jen sleduje televizi.

Nesmírně důležitou charakteristikou naší služby je, že se klienti každý den vrací domů. Často slyšíme i od dětí klientů ujištění: „Neboj, nechceme tě nikam dát, odpoledne se zase uvidíme...“ Zajišťujeme navíc bezplatný svoz z domovů do střediska a zpět auty upravenými pro převoz lidí s hendikepem až do vzdálenosti 25 km od střediska.

Moc rádi se setkáváme s případy, kdy lidé u nás „rozkvetou“, vrátí se jim chuť do života, posílí své schopnosti, soběstačnost, navážou nové přátelské vztahy. Část klientů tvoří lidé s Alzheimerovou chorobou, demencí a pro ty je velice důležité společenství ostatních, které je aktivizuje. Je pro ně důležitá možnost nápodoby zvyků a dovedností, které už třeba zapomněli.

Každý z našich klientů má jiné potřeby. Kapacita střediska je až 15 osob denně. Máme tu klienty, kteří mají „pouze“ problém s pohybovým aparátem, jinak jsou orientovaní. Na druhou

stranu tu jsou lidé tělesně v pořádku, ale zapomínají, potřebují ujištění, připomínání, aktivizaci, zábavu. Naše pečovatelky všem nabízejí například trénování paměti formou AZ kvízu, luštíme křížovky, doplňovačky, hrajeme slovní hry, bingo, čteme klientům různé zajímavosti rozšiřující jejich obzory – aktuálně zajímavosti různých zemí světa. Nabízíme tvůrčí umělecké aktivity, individuální rozhovory, jednou týdně pro zájemce bohoslužbu slova. Ve středisku nás navštěvují děti z místní mateřské a základní školy, které nám zpívají, recitují, ke klientům chodí kanisterapeutka s pejskem. Jsme také rádi za dobrovolníky, kteří chodí dělat našim klientům společnost, hrají na kytaru, máme domluvené vystoupení kouzelníka. Vše je dobrovolné.

Pro mě osobně bylo velice důležité na Charitě začít tzv. „od píky“, získat zkušenosti z přímé péče v terénu jako pečovatelka, protože je můžu předávat dál svým současným kolegyním. Za možnost být součástí Charity jsem vděčná naší paní ředitelce. V současnosti tady v mikulovických Červánkách mám skvělý tým pracovníků, které přistupují ke klientům empaticky a vnímají věci stejně jako já – jsme tu, abychom pomáhaly, zachovaly důstojnost stárí, pomohly lidem co nejdéle zachovat jejich schopnosti. Máme tu navíc vzácnou možnost naslouchat lidem s bohatými životními zkušenostmi. Ráda vzpomínám na pána, který byl většinu života upoután na invalidní vozík, který na otázku – „Jak se máte?“, odpovídal vždy s úsměvem – „Dobře, dobře se mám...“ Devátým rokem ve své profesi potkávám lidi, kteří mají závažné zdravotní problémy a chtějí nechtě to člověku utřídit žebříček hodnot, pomůže si uvědomit, co je opravdu důležité. Zkušenosti, které jsem nabrala v Charitě, mi zároveň do osobního života přinesly duchovní rozměr a pokoru. Jsem vděčná za toto společenství lidí, které mě navíc naplňuje důvěrou, že tu vždy budou lidé ochotní pomáhat druhým.



Osobní asistence

Poslání osobní asistence

Naším posláním je pomáhat dětem, dospělým i seniorům, kteří mají sníženou soběstačnost a nachází se v nepříznivé sociální situaci z důvodu zdravotního, chronického, případně kombinovaného postižení.

Pomoc „šitá na míru“

S pomocí osobní asistentky můžete dělat to co Vaši vrstevníci, to co Vás baví, co Vás naplňuje. Pomoc je vždy individuální, „šitá na míru“ Vaší osobě, je zaměřená na podporu zkvalitnění života a kompenzaci omezení. S naší asistentkou můžete jít za sportem, sami sportovat, za kulturou, na výlety, navštívit místa pro potěšení, pohlazení duše.

Nejen pro seniory

Osobní asistentka může doprovázet a podporovat Vaše dítě v čase výuky ve škole, ve školní družině nebo pouze do školy doprovázet. Asistentka pomáhá dítěti s aktivizací v domácím prostředí, s přípravou do školy, s úkoly a ideálně se stává „partákem“ a kamarádem i v čase pobytu například na hřišti a při volnočasových aktivitách.

S úctou, respektem, ochotou a empatií

Osobní asistentka je člověk, který je partnerem a vždy

přístupuje k Vaší osobě s úctou a respektem, ochotou a empatií. Se schopností naslouchat, umět pomoci, poradit a společně s Vámi se zamýšlí nad řešením Vašich jednotlivých potřeb. Osobní asistentka mimo úkonů zajišťujících péči o vlastní osobu pomáhá s běžnými úkony v domácnosti. Doprovázíme na úřady, pomáháme při uplatňování práv našich klientů.



Rodinné a vzdělávací centrum Holoubek, Holice



Milena Vohralíková

vedoucí RVC Holoubek

Okénko do Rodinného a vzdělávacího centra Holoubek

Pohlédneme-li do okénka Holoubka, otevře se nám nabídka programů pro všechny věkové kategorie, od miminek až po seniory, a každý si může zvolit aktivitu podle svého zájmu a potřeb. Holoubek nabízí prostor pro setkávání, inspiraci a vzdělávání. Zájemci se mohou zúčastnit pravidelných aktivit i jednorázových akcí, např. přednášky, kurzy, workshopy, semináře atd. Nabízené aktivity jsou zaměřeny především na získávání znalostí v oblasti vytváření podmínek pro spokojené rodinné prostředí, v oblasti péče o děti a rodinné příslušníky. Dveře Holoubka jsou otevřeny všem rodinám bez rozdílu sociálního postavení a mají možnost využívat individuální poradenství, setkávání svépomocných skupin i využívat volnou hru a zahradu.



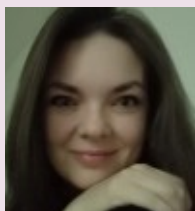
Při pravidelných aktivitách v dopoledních i odpoledních hodinách můžeme slyšet smích dětí, písničky, vidět radost při cvičení, tanečkách, prožívat nadšení z výrobků při keramice a především spokojenost při společných aktivitách rodičů s dětmi. Při večerní procházce kolem Holoubka můžete slyšet každý čtvrtek písničky pěveckého souboru Radost, který si zpívá opravdu pro radost. Soubor zpívá i pro radost v okolních Domech pro seniory a zajíždí i do krásného kostela v Neratově, kde si zazpívá společně i s klienty chráněného bydlení.

Je moc hezké a pro nás potěšující, že maminky k nám dochází i několik let, postupně s jedním, druhým a někdy i třetím dítětem. Maminky si mezi sebou předávají informace o Holoubku a právě to nás těší, neboť tak přirozeně k nám přichází nové rodiny.

Kdo má zájem dovědět se více o tom, co se děje v Holoubku i jaké akce se připravují, stačí k nám přijít, dveře jsou otevřené pro každého, případně na www.rvcholoubek.cz. Vaše dotazy rádi zodpovíme i na telefonním čísle 773 141 960.

RVC Holoubek Dudychova 782, Holice

Domácí zdravotní péče



Kateřina Teplá

zdravotní sestra DZP Pardubice

Nic není jen černé nebo bílé

Jsou to právě tři roky, co jsem začala pracovat jako zdravotní sestra v domácí zdravotní péči. Samotnou by mě asi nikdy nenapadlo, že bych mohla jít touto cestou, mimo nemocnici, a příležitost pracovat v Oblastní charitě Pardubice ke mně přišla sama, respektive skrze kamarádku, která zde rovněž pracuje. Musím říct, že jsem moc vděčná jak kamarádce, tak životu, který mě dovedl až sem. Práci v domácí zdravotní péči jsem si zamilovala.

Vzpomínám si, jak jsem se zpočátku bála, protože jsem měla dělat i činnosti, se kterými jsem do té doby neměla žádné nebo jen malé zkušenosti, navíc jsem do nové práce nastupovala po pětileté rodičovské dovolené... a teď ta představa, že budu po zaučení v terénu sama. Obavy jsem měla i z toho, jak si poradím s hledáním adres tolika pro mě nových klientů a jak si zorganizuji práci, abych naplnila všechny časové požadavky (některé činnosti totiž musí být provedené v určitém časovém úseku a někteří klienti mají trvalé či občasné požadavky na čas naší návštěvy). Dobré je myslet i na to, aby pořadí adres dávalo smysl – tedy abych nejezdila „cickak“, protože to je nevýhodné jak finančně, tak časově. A o situaci na silnicích v dopravní špičce se snad ani nemusím více rozepisovat. Moje prvotní obavy se naštěstí ukázaly jako neopodstatněné a vše jsem se rychle naučila. Hodně mi v tom pomohly i moje kolegyně, které mi vše ochotně vysvětlily. I teď se stává, že potřebuji s něčím pomoci, poradit nebo třeba jen sdílet radosti i starosti spojené s péčí o klienty (a nejen s ní) a vždy se mám na koho obrátit. Nejednou se mi stalo, že jsem byla až dojatá vstřícným a přátelským přístupem. Toto vnímám jako velmi důležité, protože s pocitem pevného a bezpečného pracovního zázemí a dobrých vztahů na pracovišti se pracuje mnohem lépe. Nedílnou součástí mého života je i péče o moji psychickou pohodu, což mi rovněž pomáhá při práci – protože když se sama se sebou cítím dobře, můžu být naplno s klientem a snáze vnímám jeho potřeby. Čímž se dostávám ke svým zkušenostem s klienty.

Pro mě je velmi zajímavé sledovat kromě zdravotního stavu klienta i jeho chování, rozpoložení, a zjišťovat, co je schované pod povrchem. Někdo je zlostný, nepřátelský, nenávidí celý svět, viní ostatní ze svého neštěstí a třeba je od sebe i odhání,

nevěří jim. Často u těchto lidí vidím naprosto nefungující vztahy v rodině i mimo ni, takže žijí opuštěně, sami, případně je kontakt s rodinou minimální. Pro rodinu to není jednoduché – byla jsem dokonce svědkem, kdy otec (klient) ponižoval svého dospělého syna, choval se k němu s despektem a zraňujícím způsobem. Pokud někdy řešíme konflikty, tak je to převážně s těmito typy klientů. Rodina se pak někdy omlouvá za svého příbuzného a dozvídáme se, že byl takový vždy a vyjít s ním není jednoduché. Někdy mám z těchto lidí pocit, jako by o žádnou pomoc ani nestáli. To je ovšem jen jedna strana mince. Se správným přístupem se totiž tito lidé mohou otevřít (samozřejmě pokud sami chtějí) a ukážou svoji světlou stránku, takže si pak kolikrát řeknu, že tento člověk je vlastně fajn a péče o něj může být bezproblémová a v příjemné atmosféře.

Někdy se setkám i s lidmi, kteří jsou v roli oběti. Ti hodně zaměřují pozornost na své problémy, hodně o nich mluví, že jsou kolikrát až k nezastavení, jsou toho plní, litují se a dožadují se pomoci od druhých lidí. Mají pocit, že si sami pomoci nedokážou a pomoc zvenku se jim zdá mnohdy nedostatečná, čímž se ještě více noří do pocitů sebelítosti, zoufalství, marnosti, do pocitu, že jim není pomoci. A ve druhém člověku dokážou vyvolat pocit viny, že jim nepomohl.

U některých klientů vidím naprosto lhostejný přístup ke svému zdravotnímu stavu, mnohdy ani nedodrží léčebný režim – například pán s cukrovkou, kterému jezdíme aplikovat inzulin, o léčbu ani nestojí, přijde mu zbytečná, jí sladké bez omezení, zapije si Coca-Colou, je v klidu a pohodě a kupodivu se mu daří celkem dobře. Na druhé straně vidím klienty, kteří dodržují léčebný režim až úzkostlivě a léčba u nich postupuje velmi pomalu, což pro ně není příjemné, často se cítí bezmocně, protože nevědí, co víc by ještě měli udělat.

Převážná většina klientů jsou velmi příjemní lidé, člověk by na nich na první pohled ani nepoznal, že je něco trápí. Snaží se působit dojemem, že je v jejich životě vše v pořádku, že se jich problémy emočně nedotýkají a teprve při hlubším rozhovoru vyjde najevo, že vše není tak růžové, že v sobě své trápení potlačují, nepřipouštějí si ho, bagatelizují ho. A právě skrze jejich nemoc „vylézají“ ty potlačené emoce ven.

O tomto tématu by se dalo mluvit donekonečna, protože co člověk, to příběh. Nelze lidi zařadit do nějaké škatulky, i když určité podobnosti lze pozorovat. Navíc nic není jen černé nebo bílé a vše, co se v našem životě děje, má svůj důvod. A je na každém z nás, jaký přístup k životu si zvolíme.

Půjčovna kompenzačních pomůcek

Usnadňují péči, přinášejí větší komfort pacientům i pečujícím

Půjčujeme

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



seznam a ceník

Ve střediscích Pardubice (tel.: 466 335 026) a Holice (tel.: 466 681 654)



Martina Labuťová

zdravotní sestra DZP Pardubice

Domácí péče není pro každého

Jak jsem se k domácí péči dostala já? Poprvé jsem se s domácí péčí setkala v rámci praxe na střední zdravotnické škole. Byla to Domácí péče při nemocnici Pardubice. Tenkrát jsme jezdily spolu s kamarádkou Eliškou a moc se nám to líbilo. Pacienty jsme neměly okoukané a práce šla sestřičce pěkně od ruky. Myslím, že nás nechala občas i něco převázat. Jako velký bonus jsme tehdy braly především to, že jsme na praxi skončily rozhodně dřív, než spolužačky v nemocnici a mohly jsme jít domů. „Hurá, práce snů“, pomyslely jsme si. Ptala jsem se tenkrát sestřičky: „Jaké jsou podmínky přijetí?“ „Řidičský průkaz a 7 let praxe u lůžka,“ sdělila mi. „Cože tolik?! To si tedy budeme muset ještě dloouho počkat,“ řekla jsem si.

Ale čas plyne a najednou mi je přes třicet a mám dvě děti. Rodičovská dovolená utekla jako voda a je tu opět rozhodování: Kam půjdu do práce? Nakonec mě osud, štěstí, náhoda nebo prostě celý vesmír zavedl do Domácí péče Charity Pardubice.

Kamarádky, které pracují v domácí péči pro jiné společnosti, mi svoji práci převážně pochvalovaly. Jste pány svého času, nikdo vám nekouká pod ruce, odjezdíte si „svůj rajón“ a máte splněno. Když se ale podíváme zblízka, je to práce mnohdy velmi náročná, především po psychické, ale někdy i po fyzické stránce. Ao tom bych vám chtěla vyprávět.

Domácí péče je především práce se starými, vážně nemocnými a mnohdy i opuštěnými lidmi. Rodiny neumějí, nemohou nebo se nechtějí o své rodiče, prarodiče, strýčky či tetičky postarat. Někteří klienti rodinu ani nemají. Když se nad tím zamyslíte, je to velmi smutné, až depresivní. Mnohdy jste jediná návštěva za den či týden, kterou dotyčný pacient má. Asi třetina klientů se bez pomoci vůbec nedostane ven a jsou v podstatě v takovém domácím vězení. Je proto nad slunce jasné, že přítomnost sestřiček a jejich vlídného slova jim alespoň na chvíli rozjasní den. Tedy většinou... Někteří pacienti jsou hodně negativní a ze svých nemocí tak unavení, že se vám v jejich přítomnosti až „těžko dýchá“. A i s těmito lidmi je potřeba najít stejnou notu a přesvědčit je o spolupráci. Někteří pacienti nás dokážou i rozveselit. Znáám jednoho pána, který mi při každé návštěvě vypráví vtipy. Obdivuji ho, že si je stále ještě pamatuje. Hodně klientů je za naši práci vděčná, a tak čas od času dostanete třeba čokoládu, sušenky, bonboniéru (proboha, proč pořád to sladké?!), kávu či třeba čerstvá vajíčka. Nebo jedna klientka ráda háčkuje a každou sestřičku vždy něčím obdaruje. Moje dcera má z jejich taštiček a různých kapsiček velkou radost.

Fyzičku při této práci tak často nepotřebujete. Ovšem když v paneláku nejde elektrický proud a vy zrovna potřebujete dojít do 14. patra, jste rádi, že z posledních sil a potmě ručkujete pomocí zábradlí, protože mobil zrovna leží vybitý na sedačce auta a modlíte se, abyste po cestě nenahmatali žvýkačku, chrchel či jiný sekret. Nebo když si v paneláku spletete patro

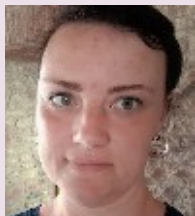
a nemůžete si za Boha vzpomenout, kde že to ten pacient bydlí, takže běháte po schodech nahoru a dolů, abyste si po chvíli uvědomili, že to je vlastně panelák vedle. Načež se raději běžíte podívat do auta na správnou adresu a patro!

Čas od času se může stát, že najdete klienta ležet někde doma na zemi a bez vaší pomoci se nemůže zvednout. Váháte, zda si strhnete záda sama a budete tam ležet spolu nebo rovnou zavoláte hasiče. Mobil proto není od věci nosit ke každému pacientovi, protože nikdy nevíte, co vás za dveřmi bytu nebo vrat čeká. Může to být jen neškodná kočka, na kterou ovšem vy máte alergii, takže na převaz skrz uslzené oči téměř nevidíte. Pes, který ten den nemá nejlepší náladu a zrovinka se rozhodl, že bude svého páníčka bránit do roztrhání těla nebo alespoň tkaniček u vašich nových bot nebo třeba jen neškodná drůbež, přes jejichž výtrusy nelze suchou nohou dojít ani ke dveřím. Někdy se na klienta nemůžete dovolat, dozvonit ani do bouchat koštětem na okno. Většinou má vše svůj happyend v podobě nenahlášené návštěvy u lékaře nebo jen sousedského pokecu. Někdy se ale může stát, že má pacient opravdu namále a vy jste těmi anděly strážnými, kteří přijeli právě včas.

Řízení je kapitola sama pro sebe. Záleží, jakou trasu zrovna jedete, ale může to být i kolem 100 km, když jedete „Kotěhůlky“. Možná je lepší jezdit trasu po městě, říkáte si. Přejezdy sotva pár kilometrů, ale doba kterou strávíte v autě je mnohdy obdobná, jako když jedete z Pardubic do Hradce. Semaforety, kolony, objízdky nebo jednosměrky, ve kterých zrovna jedou svoji směnu popeláři. Jezdíte za všech okolností. V dešti, blátě, větru, sněhu, ledovce i když je 35 stupňů ve stínu, protože lidi na vás prostě čekají. A někdy čekají dlouho a jsou nedočkaví a naštvaní, protože si potřebují zařídit zase svoje věci, což je pochopitelné. Pokud máte problémy s parkováním, tuto práci nedoporučuji. Za den hledáte místo třeba 20krát a pak jste rádi, že se tak tak vysoukáte z auta, abyste to tomu bl..vi, co stojí vedle přes dělicí čáru, neodřeli. A když se vracíte, vidíte nasupělého obtlouklého pána, který vás ještě seřve, proč parkujete tak blízko něho, že nemůže nastoupit do svého auta, i když je viditelně chyba na jeho straně. Když se vám zejména o víkend poštěstí ve městě vůbec zaparkovat, přinesete si na botě do auta voňavé nadělení, protože si zrovna krátíte cestu v dešti přes půl sídliště.

S hygienou je to u některých pacientů dost na štíru. Nemáte si ani kam položit bednu s materiálem, abyste se neumazali. Od někoho odcházíte s novou cigaretovou vůní, která vás provází po zbytek směny. Jinde je ale krásně uklizeno a třeba i napečeno. Když Vám zbyde chvíle mezi klienty, rádi prohodíte více jak dvě slova a třeba se i necháte pozvat na kafičko.

Hodně klientů, kteří jsou sami, čeká na vaše všední zážitky a příběhy a vlastně tak trochu žijí alespoň ten váš život. Proto si myslím, že je tato práce velmi smysluplná, i když někdy frustrující. Je důležité umět si nastavit správné hranice mezi sestrou a pacientem. Klient je sestře vždy tak blízko, jak daleko ho sestra pustí. Závěrem bych chtěla říct, že toto není práce pro každého. Je až srdcervoucí vidět, v jakých podmínkách někteří klienti žijí – přežívají. Zároveň je potřeba se proti některým věcem obrnit, ale NEOTUPĚT, protože tuhle práci prostě musíte dělat SRDCEM.



Dominika Košnarová

vedoucí Rodinného centra DaR

Projekt Pomoc romským rodinám Luže

Projekt Pomoc romským rodinám vznikl v roce 2017. Jeho cílem je integrace romské komunity do majoritní společnosti, zlepšení rodičovských kompetencí, osvojení dovedností a znalostí, které povedou ke zkvalitnění života romských rodin a všech jejich členů. Důraz je kladen na důležitost, aby romské rodiče posílali děti na střední školy, snažíme se posílit povědomí o důležitosti školní docházky v životě dítěte a snažíme se napomoci romským rodinám v jejich životních situacích.

Projekt se skládá z několika oblastí. V první části se jedná o realizaci přednášek a besed pro rodiče. Zde se probírají témata, jež mají rodičům pomoci zkvalitňovat rodičovské kompetence a znalosti. Druhá oblast projektu je zaměřená na romské děti. Na základě spolupráce s romskou koordinátorkou zajišťujeme kontrolu školní docházky, prospěch, plnění domácích úkolů a problematiku spojenou se spoluprací školy a rodičů. Třetí oblast projektu je zaměřená na volnočasové aktivity romských dětí. Chceme, aby děti trávily čas smysluplně a bezcílně se nepohybovaly po lužských ulicích. Z toho důvodu podporujeme romské děti v tom, co je pro ně přirozené – tanec a zpěv. Jedenkrát týdně vždy na 2–4 hodiny se schází děti v klubovně pod schody (Jeronýmova 124, Luže), kde nacvičují romské písně a tance. Čtvrtá část projektu je zaměřená na komunitní práci. Romský koordinátor denně obchází rodiny a řeší aktuální životní situace (nedostatek potravin, ošacení, poradenství). Zároveň jsou realizované setkání a aktivity s komunitou, které napomáhají v mapování situace, analýze vytyčených cílů, nastavování potřebných kroků, sjednocování postupů a rozvoji samostatnosti celé komunity. Pátá oblast je kurz šití pro romské ženy, který probíhá jednou týdně. Usilujeme o to, aby ženy přenechaly hlídání dětí mužům, zdokonalovaly se a vzdělávaly v oblasti, jež je jim blízká. Dílčím cílem je zvýšení pravděpodobnosti získat zaměstnání.

Aktivita je podpořena z dotačního programu Úřadu vlády ČR Pomoc romským rodinám. Činnost dále celoročně podporuje Město Luže a Pardubický kraj.

Rodinné centrum DaR

Rodinné centrum DaR Luže v roce 2024 pokračuje v preventivních aktivitách podporujících zdravé fungování rodin, a to i napříč generacemi. Cílem aktivit je upevnění a rozšíření rodičovských kompetencí, propojení generací a sounáležitost lidí v místě bydliště. Tyto záměry jsou realizovány formou besed, přednášek, diskusních skupin a řízených programů.

Cílovou skupinou jsou rodiny s dětmi, těhotné ženy a jejich partneři, matky/otcové na mateřské/rodičovské dovolené, rodiny v krizi, prarodiče a jejich vnoučata a pěstounské rodiny, handicapovaní a romští občané z okolí Luže (úzce spolupracujeme s místním tanečním a hudebním spolkem Loly Růža,

pomáháme při sbírce ošacení, kočárků, postýlek nebo hraček, zveme tento spolek na vystoupení při pořádání veřejných akcí).

Dále se zaměřujeme na rodiny se třemi a více dětmi. V rámci programu „Jsme velká rodina“ jedenkrát měsíčně konzultujeme různá témata popisující soužití většího počtu členů domácnosti. To klade specifické nároky na fungování rodin s dětmi (vyzvednutí ze školy, školky, přemístění do kroužku...). Matky tak často obětují svůj kariérní postup ve prospěch rodiny a raději pracují v místě, zatímco otcové odjíždějí od rodin na delší dobu za prací do velkých měst či do zahraničí. Z velké části se toto týká rodin, které se do regionu přistěhovaly. Matky tu pak zůstávají bez rodinných vazeb samy s dětmi. Právě matky, které se do regionu přistěhovaly, tvoří velkou část návštěvníků RC.

Místním specifikem Luže je i Hamzova odborná léčebna pro děti a dospělé. Na dlouhodobou rehabilitaci sem přijíždějí lidé různého věku z celého Česka. Nacházejí u nás podporu rodiny s postiženými dětmi na rehabilitačním pobytu, pacienti během léčení po úrazech a klienti lázeňského pobytu. Navštěvují besedy, přednášky, kurzy, dětská představení i oblíbené tvořivé dílny a mimořádné akce pro děti. Propojení lidí postižených a „zdravých“ vidíme jako neocenitelné obohacení obou skupin.

Aktivně pracujeme na propojení generací. Realizujeme aktivity, kde se setkávají mladší děti s dětmi ve věku 15–18 let, realizujeme společné aktivity seniorů a dětí. Naším cílem je podpora prarodičovských vztahů napříč generacemi.

Rodinné centrum DaR také významně obohacuje kulturní život ve městě. Realizuje aktivity typu Masopustní průvod, Vynášení Morany, Velikonoční či adventní dílny, ale také Den Země nebo Den dětí. Nedílnou součástí podpory pracujících rodičů je nabídka hlídání dětí v čase letních prázdnin, kdy RC DaR realizuje 2 turnusy příměstského tábora. Provoz rodinného centra je rozdělen do nepravidelných aktivit, viz odstavec výše a do pravidelných aktivit, kam jedenkrát týdně patří programy Hrátky s batolátkou, Zdravíčko, Klub Otazník, Aby malé bylo velké, Cvičení seniorů, Lego kroužek a jednou za 14 dní šachový kroužek. Mimořádné aktivity jsou pořádány jednou až dvakrát za měsíc.

V rámci návštěvnosti projde RC DaR v průběhu roku zhruba 2 500 lidí a centrum zrealizuje 250 akcí.



Charitní pečovatelská služba na Pardubicku



Jarmila Klimešová

vedoucí pečovatelské služby

Smysluplná práce pečovatelky

V dnešní době, kdy se prodlužuje věk, kdy se odchází později do důchodu, je stále více potřeba, aby bylo více lidí, kteří se chtějí věnovat pomáhající profesi. Starých, nemocných, opuštěných lidí je a bude stále více, těch, kteří chtějí pracovat v oboru pracovníků v sociálních službách – pečovatelka, je stále méně. Ne, že by nebyl zájem o tuto profesi. Když si podáte inzerát, že sháníte pečovatelku, začnou vám chodit životopisy, nabídky, odkazy, takže si myslíte, jak bude jednoduché někoho vybrat. Opak je pravdou. Začnete kontaktovat příslušné osoby, ale když se s nimi chcete spojit telefonicky či emailem, tak se polovina lidí neozve nebo vůbec nereaguje.

Druhá polovina se ozve a ty můžeme rozdělit do několika skupin. První skupina se s námi domluví na osobním setkání, kdy si stanovíme konkrétní den a čas schůzky. Druhá skupina se snaží dozvědět již po telefonu více o naší práci, zajímá se, zda jsou volné víkendy, zda máme směnový provoz, co konkrétně děláme a poté s díky odmítnou, nebo to klasické „já se vám ozvu“. Třetí skupina nemá bohužel řidičský průkaz, který je v naší terénní službě potřebný. Těm dáváme odkaz na jiné služby, kde se bez řidičského oprávnění obejdou, např. odlehčovací a pobytové služby.

No a z té první skupiny, kdy jsme domluveni na konkrétním datu schůzky, se velká část lidí nedostaví a ani neomluví. Takže nám zbývá opravdu zrnko těch, kteří přijdou a zajímají se o naši práci. Z toho zrnka pak zjistíte, že opravdu tuto profesi chce vykonávat málokdo. Lidé, kteří nepracovali v oboru, mají mnohdy zkreslené představy o tom, co pečovatelka dělá.

Práce pečovatelky není jednoduchá, ale věřte, že je krásná. Vy, co máte rádi lidi, jste empatičtí, zodpovědní a i když nemáte zkušenosti, tak rozhodující je nebát se něco nového naučit a chtít pomáhat. I vy co jste nikdy nepracovali v tomto oboru, pokud vám nevadí intimita u klientů, protože většina klientů nezvládne úkony osobní hygieny, nemáte se čeho bát, vše se dá naučit, pokud člověk chce. Naši klienti stojí především o to vidět milé, usměvavé a vlídné pracovnice, které s nimi stráví nějaký čas. I když pracovnice musí splnit úkony, které si klient nasmloval, vždy se najde čas na vlídné slovo, úsměv a to je pro klienta někdy důležitější než samotný úkon péče.

Ano, práce pečovatelky není jednoduchá, souvisí s tím i spousta administrativní práce, řízení automobilu, dodržování všech potřebných předpisů, standardů kvality sociálních služeb, metodik apod., ale věřte, že i našim pracovníkům přináší uspokojení, když dělají práci od srdce a s láskou. Vždyť spokojenost našich klientů a to, že jsme přispěli k tomu, že náš klient může zůstat s naší pomocí co nejdéle doma, je nejvíc.

Nebojte se profese pečovatelky – pracovníka v sociálních službách, stačí mít chuť, nebát se učit novým věcem a hlavně mít rád lidi. Pomáhejte si, pomozte i nám a nedopusťme, aby se o naše blízké, a pak i o nás, neměl kdo postarat. Vedme i mladé lidi k tomu, že nejenom svět techniky je v dnešní době

potřebný. Žádný robot, byť by za nás udělal naši práci sebelíp, nepřenesl na druhého člověka cit, laskavost, ten upřímný úsměv od srdce.

Usmívejme se na sebe, buďme vnímaví a pomáhejme tam, kde je potřeba.



Zamčený byt

Jednoho dne jsem se vrátila z práce domů, byl to jeden z těch náročnějších dní, kdy na mě padala únava. Byl večer a já přemýšlela, jestli si mám pustit nějaký film, či jít raději spát. V tom mi zvoní služební telefon, skryté číslo, což už nenaznačuje nic dobrého.

Zvednu ho a na druhé straně se ozve Policie ČR. I když jsem nic neprovedla, mám přesto k policii určitý respekt. Pan policista byl příjemný a začal se mě dotazovat, zda máme v péči paní XY. Po mém odsouhlasení mi sdělil, že policisté a záchranáři jsou před bytem této paní, která leží na zemi, je při vědomí, ale nemůže vstát a jít jim otevřít.

Složky záchranářského systému byly přivolány sousedy, kteří slyšeli volání o pomoc. Jelikož nikdo ze sousedů neměl klíče, rodinu paní neměla, povolali policisté nejprve zámečníka. Dotyčná paní měla na dveřích 2 zámky, jeden byl bezpečnostní a nějaký složitý, takže by pan zámečník musel zámek odvrtnout, rozbít dveře a kdovíco ještě. Naštěstí paní XY, která s policií a záchranáři komunikovala přes dveře, jim pověděla, že jedny klíče má Charita, která k ní občas dojíždí. No a tak se policie po nějakém pátrání dostala až ke mně. Požádali mě, zda bych já nebo kdokoliv jiný mohl klíče přivést. Přemýšlela jsem, jestli je ještě někdo v terénu, jelikož naše děvčata končí i před 22 hodinou, ale bohužel, bylo pozdě. Mám někoho pověřit, nejlepší by byla kolegyně, která přímo k paní jezdí. Ta však má malé dítě a je opravdu pozdě, možná i spí. Policistům jsem sdělila, že vyrazím sama, ale musí mít trpělivost, musím na charitu pro klíče, pak najít, kde paní bydlí, jelikož jsem u ní nikdy nebyla. Pánové od policie byli natolik vnímaví, že mi nabídli, že pro mě na Charitu přijedou a ke klientce dojedeme společně.

Vše pak již proběhlo hladce. Po odemčení bytu se práce ujali především zdravotníci, kteří paní prohlédli a připravili k odvozu do nemocnice k podrobnějšímu vyšetření. Já jsem byt opět zamkla a společně s policisty jsme odjeli, směr Charita.

Druhý den v práci jsem líčila kolegyním, jaký jsem měla dobrodružný večer. Poutavě a už s úsměvem jsem jim vyprávěla.

Charitní pečovatelská služba na Pardubicku

věla, jaký je to pocit jet nočními Pardubicemi ve služebním policejním autě.

Společně jsme potom přemýšleli, jak je potřebné, aby staří lidé, kteří bydlí sami, měli u někoho klíče od bytu, ať jsou to rodinní příslušníci, sousedé, kamarádi nebo i poskytovatelé sociálních služeb.

V tomto případě nešlo o minuty, paní komunikovala, byla při

vědomí a asi za 2 dny byla zpátky ve svém bytě. Při představě, že za dveřmi leží člověk, který potřebuje akutní pomoc, nejsou k dispozici klíče a měl by se odvrátat zámek, bourat dveře apod., si člověk uvědomí, jak je důležité mít tyto věci ošetřené.

Policii, záchranářům a všem přeji, aby takových výjezdů měli co nejméně, když už musí vyjet, aby měly dobrý konec jako v našem případě.

Charitní pečovatelská služba, středisko Holice



Jana Třasáková

pečovatelka PS Holice

Jak jsem v 60 našla novou práci

Nedávno jsem četla článek o hledání práce ve věku blízcím se k padesátce. Článek nezněl vůbec pozitivně a ubral vítr z plachet mého nadšení pro hledání nové práce po šedesátce. Přesně tak, bylo mi 60 a hledala jsem novou práci s velkým optimismem, protože jsem člověk s pestrými a bohatými zkušenostmi, s praxí v několika oborech, a také překypuji nadšením učit se nové věci. Kdo by mě nechtěl? Realita byla nemilosrdná, nechtěla mě většina zaměstnavatelů, které jsem oslovila. Ale našly se i četné výjimky, jednou z nich byla Oblastní charita Pardubice.

Když už je člověk hodně dlouho dospělý, přemýšlí více o práci, která je pro něj smysluplná a naplňující. Činnost Charity zapadá přesně do mé představy o práci bohublé a společensky důležité. Když jsem při pravidelné schůzce na Úřadu práce dostala do ruky nový seznam volných míst, ihned mě zaujal inzerát Oblastní charity Pardubice, kde hledali pečovatelku pro středisko v Holicích. Dlouho jsem nepřemýšlela o tom, co všechno tato práce obnáší, raději jsem hned zavolala na uvedenou telefonní číslo a domluvila si schůzku s vedoucí holické pobočky.

„Tahle práce není pro každého,” slova paní Dany Fiferové byla stejná jako slova pracovnice Úřadu práce i mnoha dalších lidí, se kterými jsem se radila. Nikde ale nepadla zmínka o tom, že by byl překážkou můj věk, spíš naopak. V sociálních službách je přínosem každá zkušenost s péčí o osoby nemocné a potřebné a my starší ženy často takové zkušenosti máme, hlavně v rodině. Ani já nejsem výjimkou, mám velkou láskyplnou rodinu, ve které jsem se s péčí o nemocné seniory seznamovala už od dětství. „Ráda bych si vyzkoušela, co ta práce obnáší,” řekla jsem paní Daně. Obratem mi nabídla stáž, což bylo přesně to, co jsem potřebovala.

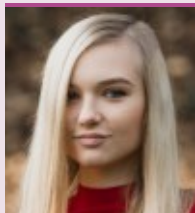
První, co mě zaujalo na dvoudenní stáži, byla komunikace holického týmu pečovatelek – rychlá, věcná, pozitivní, v přátelském duchu. Všude čistota, pořádek, řád, systém, připravené úkoly, trasy, instrukce, všechno šlape jako hladce namazaný stroj. Mnoha věcem nerozumím, ale pokyny pro mne jsou mi jasné. Pojedu s pečovatelkou Monikou za klienty, budu se dívat, u klientů budu nosit návleky a rukavice, mohu se ptát na všechno, co mě zajímá. Zajímá mě v první chvíli auto, do které-

ho nasedáme. Hybridní Toyota s automatickou převodovkou, v Holicích jsou takové čtyři, úsporná auta s jednoduchým ovládáním, Monika odpípne přihlášení řidiče kartou a jedeme. Poslouchám její popis péče u klientů. Vše, co mi poví, ji poté vidím i udělat. Ale nejde jen o úkony, které dělá. Mezi pečovatelkou a klientem probíhá přívětivá vzájemná komunikace, stejně důležitá jako ranní hygiena, pomoc při převlékání, příprava a podání snídaně a další činnosti. U každého klienta je něco jiného, specifického pro jeho potřeby. Snažím se všimnout si každého detailu, ale klientů navštívíme mnohem více, za chvíli se mi pletou jména, místa i poskytnuté služby. Budu si muset psát poznámky. „Tady pozor na psa, ať neuteče, ale je hodný.” „Paní má alzheimeru, musíš jí říct každou věc, kterou má udělat, ale umí to sama, tak je důležité ji v tom podporovat.” „Odpoledne pojeděš kouknout na koupání na lůžku. Pomáháme rodině pána s tím, na co sami nestačí.” „Neděláme za klienta úkony, které zvládne sám, pomáháme jim v jejich prostředí udržovat nebo zlepšovat jejich samostatnost.” Začínám chápat, co je podstatou péče o klienty. Sociální pracovnice Žaneta mi vysvětluje, v čem se liší práce pečovatele od práce zdravotních a hospicových sester, protože i tyto služby poskytuje Charita v Holicích.

Po dvoudenní stáži mám jasno, tuhle práci bych chtěla dělat. Jezdila jsem za klienty ještě s pečovatelkami Jitkou a s Gábinou, viděla jsem jejich skvělou souhru během koupání klienta na lůžku. Tohle bych se taky chtěla naučit, bylo to jako koncert. Klient byl rozesmátý, spokojeně si užíval koupel jako malé dítě. Viděla jsem na vlastní oči, jak práce pečovatelek může vnášet radost do života lidí s těžkými zdravotními problémy. Jsem rozhodnutá to zkusit, domluvím se s paní ředitelkou Oblastní charity Pardubice na pohovoru.

Pohovor proběhl v příjemném duchu, byla jsem přijata a mám za sebou první týden pracovních zkušeností. Stáž mě na první dny práce připravila velmi dobře, nijak se nelišila od současného zaučování, proto stáž ráda doporučím všem případným zájemcům o tuto práci. Jezdila jsem celý týden za klienty v doprovodu zkušených pečovatelek, s Jitkou, Monikou, Evou a Gábinou, i s vedoucí Danou a sociální pracovnicí Žanetou, kterým tímto děkuji za trpělivost, podporu a cenné rady. Všechny dámy z holického týmu jsou skvělá děvčata, přijala mě vřele do kolektivu a získávám od nich spoustu užitečných informací. Myslím, že se mi tu bude líbit. Pokud někoho tento článek osloví střípkem naděje, že i ve vyšším věku může najít práci, budu ráda. V Oblastní charitě Pardubice se nehledí na věk žadatelů o práci s předsudky a tak je to správně.

Charitní pečovatelská služba na Pardubicku Bohdaneč



Lada Nežádalová

vedoucí PS Lázně Bohdaneč a sociální pracovnice

Pečovatelská služba Lázně Bohdaneč, klíč k péči a pohodě

Lázně Bohdaneč jsou místem klidu a odpočinku, ale víme, že každý z nás občas potřebuje pomoc. Naše Charita nabízí pečovatelskou službu přímo v srdci Lázní Bohdaneč.

Naše mise

Naše mise je jednoduchá – poskytovat péči a pomoc těm, kteří jí potřebují, a tím přispívat k lepší kvalitě života v naší komunitě. Jsme oporou pro ty, kteří se ocitli v obtížné situaci, a přinášíme jim naději a úlevu.

Naše hodnoty

1. Solidarita: jsme tu pro sebe navzájem.
2. Empatie: snažíme se vcítit do situace našich klientů a jednat s porozuměním a soucitem.
3. Otevřenost: jsme otevření komunikaci, abychom dosáhli co nejlepších výsledků pro naše klienty.

Dopis klientky

Věděla jsem jedno – chci, aby tatínek zůstal doma

Tatínek se po hospitalizaci vrátil jako ležící pacient. Neuměla jsem si představit, co vše budu muset udělat, ale věděla jsem zásadní věc – nechci, aby šel do LDN a že se jako rodina chceme postarat.

Moc nám pomohlo, že jsme měli kontakt na Charitu. Zdravotní sestřičky nám při péči daly Charitní noviny a říkaly: „Jsou tyto možnosti...“ Nasměrovaly mě na charitní půjčovnu zdravotnických pomůcek a rovnou napsaly kontakt, abych ho nemusela v novinách hledat. Když tatínek přijel z nemocnice, dvě hodiny nato jsme tu měli smontovanou polohovací postel i s antidekubitní matrací. Péči sestřiček i pečovatelek jsme ze začátku nastavovali na maximum, tatínek opravdu jen ležel na posteli a skoro se nehýbal.

Nechala jsem si v zaměstnání napsat dlouhodobé ošetřování a dohodla se na ukončení pracovního poměru, abych se mohla starat o svého tatínka. Když máte s rodiči celoživotní vztah, rádi vrátíte to, co jste jako děti dostaly. Pracovnice Pečovatelské služby Lázně Bohdaneč mi navíc pomohla s vyřešení ošetřovného a příspěvku na péči. Bylo pro mě velkým přínosem od zdravotních sestřiček slyšet rady, možnosti, alternativy péče. Každá z nich je jiná, jedno však mají společné – jsou to nesmírné profesionálky. Pečovatelky z Bohdaneč, které k nám záježdějí jsou lidsky fantastické dámy, které „nalévají do pacientů život“. Opět je každá jiná, ale z každé z nich máte pocit, že k nám přijely rády a že se na tatínka těší. Pokud jde o jejich pracovní výkon, je perfektní. Celý život jsem mezi lidmi a kvalitního člověka poznám. Spoustu věcí v péči o tatínka jsem schopná dělat sama, ale potřebuji jejich názor, zkušenost, radu... Pečovatelky Alenku, Markétu a Violku občas střídá Jarda Havlík, metodik sociálních služeb, který vypomáhá v přímé péči a ten mužský element je výborný. Ráda vzpomínám, když přijel poprvé a řekl: „Tak, teď dcera bude odpočívat, na péči jsem tady já...“ Potěšila a uklidnila mě také

4. Respekt: každý z nás si zaslouží respekt a důstojnost.
5. Důvěra: důvěra mezi námi a našimi klienty je pro nás základ.

Co děláme?

1. Osobní péče: poskytujeme komplexní péči a podporu v oblasti hygieny, oblékání, stravování a dalších každodenních aktivit.
2. Domácí pomoc: pomáháme s úklidem domácnosti.
3. Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím: poskytujeme doprovod na lékařské prohlídky, do školského zařízení, zaměstnání, na úřady a další instituce.
4. Běžné nákupy a pochůzky.
5. Velký nákup.
6. Praní a žehlení ložního a osobního prádla, popř. jeho drobné opravy.

Jak nás kontaktovat?

Pokud potřebujete pomoc nebo podporu v Lázních Bohdaneč a okolí, neváhejte nás kontaktovat. Jsme tu pro vás každý den, abychom vám poskytli péči, kterou potřebujete, abychom vám pomohli žít plnohodnotný život, i když jsou věci někdy těžké.

věta paní vedoucí: „Je normální, že nezvládnete všechno a není ostuda nechat si pomoci.“ Navíc sestry a pečovatelky vás rády naučí věci, které neznáte. Táta je velký chlap a netušila jsem, že s dobrou edukací ho dokážu například sama napolohovat na posteli. Dnes už toho hodně vím a umím, ale ze začátku pro mě rady a pomoc byly zásadní.

Pečovatelky pomáhají například také s hygienou. Vypadá to jednoduše, jedno slovo, ale... Musíte trpělivě počkat, až si tatínek sedne, sám si umyje ruce, obličej. On i já máme radost, že dělá pokroky v sebeobsluze. Sestřičky pomáhají s léčbou dekubitů, nechceme nic uspěchat a dáváme si malé cíle. V tuto chvíli cílíme na to, aby tatínek získal sílu v rukách, aby mohl na posteli bezpečně sedět, přesednout si z postele na židli a až později budeme přemýšlet například o hygieně v koupelně. Těšíme se, že spolu vyjedeme na procházku na kolečkovém křesle a potkáme se se známými například v hospůdce na hřišti. Překvapilo mě, že hned po tatínkově doléčení v nemocnici se mě ošetřující lékař ptal, jestli chci zařídit jeho umístění v LDN, chyběla mi nabídka alternativ. Byla bych ráda, aby se povědomí o možnostech domácí péče, kde se pacient cítí a prospívá nejlépe, zvýšila. Proto jsem se také rozhodla podělit o náš příběh a doufám, že v rozhodování, jak se v náročné situaci zachovat, pomůže ostatním.

Jana Nikšová



Služby pro rodiny s dětmi



Daniela Turečková

sociální pracovnice služeb pro pěstouny

Alenka

Alence je 10 let a vyrůstá u své babičky v pěstounské péči. Zhruba do tří let byla v kojeneckém ústavu. Zpočátku tam byla se svou matkou, ta se však kvůli opakovaným problémům s alkoholem o ni nedokázala postarat a opustila ji. Alenka se na krátkou dobu dostala do péče otce. Otec má Alenku rád, chtěl se o ni starat, ale nedokázal to. Nakonec šla Alenka do pěstounské péče k babičce z otcovy strany. Ze začátku byla péče velmi náročná – vzhledem k tomu, že Alenka kromě pobytu v ústavu zažila hned dvě opuštění z máminy i z otcovy strany. Na babičku byla velmi fixovaná a ta bez dívky nikam nemohla. Velmi těžké byly i začátky v mateřské škole. Babička

však měla podporu naší doprovázející organizace. Alence jsme zprostředkovali psychologickou pomoc, kam pravidelně s babičkou docházela. Postupem času získávala u babičky pocit bezpečí. Už neměla takový strach z opuštění. Do rodiny stále pravidelně dojíždíme jako podpora a s Alenkou a babičkou sestavujeme knihu života. Cílem této knihy je Alence bezpečným způsobem předat její jednotlivé životní fáze do smysluplného celku. Alenka takto hravou formou získává informace o svém dětství a biologické rodině. Na knize života pracujeme společně s pěstounkou, která doplňuje především faktické informace. Kniha začíná informacemi o narození Alenky, jejími fotografiemi a pokračuje vždy narozeninami Alenky. V knize je také rodokmen, který si holčička vytvořila, a informace o členech rodiny. V současné době Alenka ví, kde je její místo v rodině. Občas se vidá s otcem, se kterým jezdí na výlety a kterého vždy ráda vidí. Za svoji nejbližší osobu však považuje babičku.



Justýna Kapustová

sociální pracovnice sociálně aktivizačních služeb pro rodiny s dětmi

Nepřítel jménem alkohol

Evu nepotkal lehký osud. V mládí odjela do ciziny jako au-pair, kde potkala svého muže. Eva ty roky v cizině popisuje jako pohádku. Cestovali, poznávali a objevovali krásy neznámé krajiny. Po několika letech se rozhodli vrátit se zpět do České republiky, kde zakoupili rodinný dům a založili rodinu. Zprvu se zdálo, že vše je tak, jak má být. Do stabilní rodiny se narodilo druhé dítě, holčička. Otec domů chodil nešťastný, práce ho nebavila a nenaplněovala. Začal hledat útěchu v alkoholu. Nejdříve to bylo jedna sklenička, následovala láhev a později se jednalo o láhev tvrdého alkoholu denně. Nekonečilo to u pití, ale později došlo na agresivní formu chování, nejdříve slovní urážení a později fyzické napadení. Matka se snažila, hledala pomoc a chtěla situaci řešit. Manžel se omlouval a sliboval, že se vším přestane a změní se. Jak to tak bývá, slova jsou jedna věc, ale činy věc druhá. V tomto případě to skončilo pouze u slov. Děti rostly, rodiče doma již měli předškoláka a holčičku, co půjde do mateřské školy. Když matka zjistila, že se jejich rodina rozroste ještě o jedno dítě, radost vyměnil strach a obavy. Otec stále hledal útěchu na dně láhve a jeho agrese už přešla veškeré hranice. Vážné napadení matky, které mohlo skončit tragicky. Přijela policie, která muže odvezla a matka podala trestní oznámení. Otec nastoupil do terapeutické

komunity, kde se rozhodl změnit svůj život. Matka zůstala na rodičovské dovolené a musela zajistit péči o tři nezletilé děti. Z rodičovského příspěvku musela platit jídlo pro všechny členy domácnosti, kroužky pro děti, oblečení, hypotéku na dům, školné, psychologickou pomoc a mnoho dalšího.

Zde přišel moment, kdy oslovila nás s prosbou o pomoc. Rodině jsem pomohla zajistit nadaci, díky které bylo zajištěno zaplacení dvou splátek hypotéky, zajištění potravin, potřebné oblečení pro děti a úhrada zájmové činnosti pro nejstaršího syna. Otec opustil předčasně terapeutickou komunitu a znovu hledal útěchu na dně láhve s alkoholem, ale naštěstí si během pár dní uvědomil, že takto nechce žít a našel si zaměstnání v cizině. Nyní je již druhým měsícem v cizině, ale spolupráce s rodinou nekončí, protože Eva, dle jejích slov, bere sociálně aktivizační službu jako jistotu, o kterou se může opřít.



Pomáhejte s námi

SBÍRKA ŠKOLNÍCH POTŘEB

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

Tel.: 730 572 959, E-mail: dobrovolnik@charitapardubice.cz





Miloš Lášek

koordinátor dobrovolníků

Dobrovolnictví je vždycky příběh

Historku o tom, jak jsem se díky našemu panu faráři poprvé ocitl v roli dobrovolníka, už jsem vykládal na tolika místech a tolika lidem, že už ji tady radši nebudu vypisovat, nejspíš jste ji ještě neslyšeli, ale nechci to riskovat, někteří ze čtenářů už to štěstí měli a už slyším jak si říkají: zase ty Lurdy... a pak už je jenom krůček k tomu, abyste „náhodou“ s pokračujícím pocitem vyhoření ve své profesi kápli na inzerát, že pardubická Charita hledá člověka na místo „koordinátora dobrovolníků.“

Nu a od té doby to se všemi těmi dobrými lidmi táhneme. Je to pokaždé příběh, je to podivuhodný propletenec nej-různějších motivací, hledání nových možností, praxí, sebe-realizace, pokusů, povinných aktivit, pracovitosti, hledání sebe sama, vrozené šlechetnosti, výchovy, zkrátka a doslova všechno možné přivádí adepty dobrovolnictví k prvnímu rozhovoru. A vlastně ani nezáleží na tom, jaká je prvotní nebo pokračující motivace, nejvíc obdivuju tu rozmanitost, máme tu studenty, kteří si ještě k tomu přivydělávají na studia, mladší, kterým musí rodiče přidat na smlouvu svůj podpis, seniory (tam to už potřeba není...), maminky s dětmi, tatínky co mají určitě dost jiné práce kolem domu, rodiče co zároveň berou na akce své děti, partnerské páry, no prostě je to plejáda – a já jsem jejich velký fanda. Bylo by na závěr vhodné takové hezké vyústění v poděkování, ale mě formality děsí – ale tak jo, všem moc dík:-)

Já tím snad nechci říct: přičuchněte k dobrovolnictví a změní se Vám život, to by bylo nakonec víc koordinátorů než dobrovolníků, ale věřte mi, není to jen o dobrém pocitu, je tam myslím něco daleko víc, takže chce si to jen vyzkoušet, neboť jak praví klasik – dobrovolníků není a nemůže být nikdy dost.

U nás si myslím každý vybere z příležitostí, co budu dál povídat, kontakt na mě je na webu a budu se třeba těšit...

Tříkrálová sbírka 2024

V roce 2024 jste podpořili

- Vybudování nového střediska ambulantních a pobytových služeb
- Rozšíření sociálně aktivizačních služeb pro rodiny s dětmi a pomoci pěstounům
- Humanitární projekty v zahraničí
- Řešení mimořádných situací
- Přímou pomoc lidem v nouzi



Sbírkový účet 66008822/0800 VS 777955020
(Oblastní charita Pardubice)

Přivítáme nové koledníky

- rodiny, skupinky kamarádů i jednotlivce.

Děkujeme, že nám pomáháte pomáhat



online koleda

Mise na Ukrajinu

Markéta Vašková

vrchní sestra, Domácí hospic Andělů strážných

Cena přátelství

„Sílu, odvahu a sebevědomí získáváme každou zkušeností, při které se opravdu zastavíme a podíváme se strachu do očí. Musíme udělat to, co si myslíme, že nedokážeme.“

(Eleanor Rooseveltová)

Jsou věci, které člověk vykonat musí. Pokud by je neudělal, litoval by do konce svého života. Před válkou jsem byla poměrně častým návštěvníkem Ukrajiny. Když konflikt vypukl, moje cesty se výrazně zintenzivnily. Byla to smršť. Dodnes ani nevím, jak se mi podařilo skloubit rodinný život s prací v hospicu a se zahraničními misemi. Velmi intenzivně vnímám, že mě rodina, přátelé, kolegyně a kolegové podporovali. Můj muž mi tenkrát sdělil: „Když musíš, tak musíš. Nemá cenu Ti to rozmlouvat.“ Neříkal to proto, že by o mě neměl strach, ale proto, že mi dával svobodu. Možná to zní zvláště a především nezodpovědně, ale realita je jiná.

Jsem ráda za to, že jsem součástí skvělé party lidí, kteří dokážou zapřít sami sebe. Ať už to jsou kolegové z Charity a ze spolupracující organizace Cesty pomoci z.s., nebo naši skvělí dobrovolníci David a Tonda. Je mi ctí, přátelé!



Cesta nízkoprahové zařízení pro děti a mládež

Dne 1.1. 2024 bylo založeno nízkoprahové zařízení pro děti a mládež cesta, které je realizované na adrese Jeronýmova 124, Luže 538 54. Posláním Cesty je poskytovat pomoc a podporu mládeži a dětem v nepříznivé sociální situaci. Těm, kteří mají omezující životní podmínky, dostávají se pro svůj životní styl do konfliktu se společností, či se nemohou zapojit do standardních volnočasových aktivit. Jsou ohroženi zvýšeným výskytem sociálně patologických jevů.

Služby Cesty jsou poskytovány všem osobám z Luže a okolí ve věku od 7 – 18 let, v pracovní dny v čase od 12-18 hodin. Aktivita je financována za podpory Pardubického kraje.



Anděl pro Domácí hospic Andělů strážných

Na slavnostním vyhlásování cen Duhového křídla středisko Oblastní charity Pardubice Domácí hospic Andělů strážných získalo čestný diplom v kategorii Poskytovatel sociálních služeb.

Páté charitní pouti počasí přálo

„Neboť kde jsou dva nebo tři shromážděni ve jménu mém, tam jsem já uprostřed nich.“ Matouš 18,20

U příležitosti celorepublikového Dne Charity poutní chrám Panny Marie Pomocné na Chlumku v Luži popáté přivítal poutníky, kteří přišli prosit za své blízké a zároveň podpořit práci pardubické Charity.



Lesní dětský klub ve Svítkově, předškolní vzdělávání a Lesní příměstský tábor

Iniciativa manželů Dvořákových rozšiřuje služby Oblastní charity Pardubice o předškolní vzdělávání v Lesním klubu sv. Františka. Posláním Lesního klubu je pečovat o děti od 2 do 6 let. V rámci klubu proběhl také letní příměstský tábor



Koncert umělců Konzervatoře

Sukova síň pardubického Domu hudby se v pondělí 25. září rozezněla tóny klasické hudby pro dobrou věc. Studenti Konzervatoře varhaník Adam Suk, trumpetista Michael Stehno, houslista Martin Zdvihal a klavíristka Nikola Valentová se rozhodli svým uměním podpořit rozvoj Oblastní charity Pardubice, která koncert za podpory náměstka hejtmana Pardubického kraje Romana Línského pořádala. Více než 150 posluchačů koncertu koupí vstupenek, případně dobrovolným darem podpořilo nový charitní projekt v Dražkovicích.



Falconyterapie pro klienty odlehčovacích služeb v Třebosicích

O canis či hypoterapii už mnozí z nás slyšeli. Ale léčbu dravci, falconyterapii, léčebné setkání se sovou pálenou Terezkou a Sisi, dámou z rodu kalous ušatý, nabízí v České republice a zřejmě v celé Evropě jediný spolek s názvem Dotkni se křídel.

Naši klienti se opravdu mohli dotýkat nejen křídel a úsměvy a rozzářené oči byly důkazem, že falconyterapie opravdu „funguje“.





Sbor Waldorfské školy pravidelně vystupuje před klienty odlehčovacích služeb V Ráji

Žáci a učitelky ze sboru pardubické Základní školy Waldorfské pravidelně zpřijemňují pobyt klientům Pobytových odlehčovacích služeb Červánky v ulici V Ráji krásnými písničkami.



Běh Univerzity Pardubice podpořil domácí hospic

Již podruhé byl tradiční Běh Univerzity Pardubice věnován na podporu Domácího hospice Andělů strážných.

Pardubická Charita zrekonstruovala nové středisko díky Evropské unii

Pardubická Charita díky Evropské unii zrekonstruovala objekt v Dražkovicích, který poskytne důstojné zázemí hned několika službám – osobní asistenci, pečovatelské službě, domácímu hospici a ambulanci paliativní medicíny.



Komunita pro komunitu: Jarní tvoření v Dašicích podpořilo domácí hospic

Celkem 8.180 korun vyneslo Jarní tvoření v Dašicích, které uspořádala Koalice nevládek Pardubicka společně s Oblastní charitou Pardubice v projektu Komunita pro komunitu.

Ředitel Drohobyčské Charity na návštěvě v Pardubicích pozval dobrovolníky na Letní kemp

Na Pardubicko zavítal ředitel Karitasu sambirsko-drohobyčské eparchie na Ukrajině a zároveň kněz Ihor Kozankevič. Přijel na pozvání Oblastní charity Pardubice, která ukrajinským kolegům dlouhodobě pomáhá dovozem humanitární materiální pomoci.

Mezi jiným jsme se od otce Ihora dozvěděli, že drohobyčská Charita již třetím rokem buduje kamenný hospic. Do jejich plánů vstoupila epidemie koronaviru a především ruská agrese. Kolegové v Drohobyči jsou konfrontováni s nutností pomáhat vnitřním uprchlíkům z východu Ukrajiny či s pomocí rodinám vojáků postižených posttraumatickou stresovou poruchou. V tuto chvíli kolegové v Drohobyči mají hotovou pouze hrubou stavbu hospice bez střechy a uvítají pomoc dobrovolníků. Více na en.caritas-sde.org.

Vánoční benefiční koncert pro Domácí hospic Andělů strážných

Na tradičním benefičním koncertu zazněli české i zahraniční adventní a vánoční písně v podání Ondřeje Pavlák Zahaluka, Adély Krátké (Adela Ide), Rosi Krátké a Dětského sboru ZŠ Josefa Ressla a několik klavírních skladeb v podání Lukáše Zahaluka. Výtěžek koncertu podpořil Domácí hospic Andělů strážných.



Joyce může chodit do školy

Již řadu let zaměstnanci Oblastní charity Pardubice mezi sebou organizují finanční sbírku na pomoc indické dívce Joyce a pomáhají jí tak na cestě za vzděláním a lepší životní šancí v rámci programu Adopce na dálku DCH Hradec Králové.



9. charitní ples opět pomohl Domácímu hospici Andělů strážných

Také 9. charitní ples měl opět za cíl podporu Domácího hospice Andělů strážných. V sobotu 3. února v zaplněném sále Obecního domu v Ostřešanech ředitelka pardubické Charity Marie Hubálková na úvod akce znovu připomněla poslání charitní práce: „Caritas znamená lásku – lásku k bližnímu, lásku uvnitř rodin, kterým pomáháme. Převážná většina našich služeb je zaměřena na domácí péči. Chceme umožnit všem blízkým zůstat uprostřed své rodiny i v době, kdy zhoršující se zdravotní stav vyžaduje pomoc dalších osob.“

Ze života Charity

Mše svatá a společenství Charity

Z mnoha ohlasů charitních kolegů a kolegů je zřejmé, že čas k zastavení a zintenzivnění vztahu s Boží láskou potřebuje každý z nás. Moc rádi jsme přijali pozvání otce Jana, arciděkana Římskokatolické farnosti Pardubice, k účasti na děkovné a prosebné mši svaté, která byla obětována za Oblastní charitu Pardubice, její pacienty, klienty a jejich blízké, za charitní pracovníky a jejich rodiny a za nové projekty pardubické Charity.

Seminář pro studenty „Chcete pracovat v sociálních službách!“

Oblastní charita Pardubice pořádala ve spolupráci s organizacemi 1. pracovní skupiny Komunitního plánování, zejména s Magistrátem města Pardubice, Praktickou školou SVÍTÁNÍ a Energie o. p. s., druhý ročník interaktivního a zážitkového semináře s názvem „Chcete pracovat v sociálních službách!“.

Přehlídka sborů v Holicích podpořila domácí hospic

Na IV. Holickém sborování vystoupil Prausův pěvecký sbor Rychnov nad Kněžnou pod vedením Jaroslavy Ševčíkové, Spolek pěveckých sborů Pernštýn-Ludmila-Suk, Dětský pěvecký sbor Malicháček a Smíšený pěvecký sbor Malichor pod vedením sbormistra Martina Berana. Dobrovolné vstupné

podpořilo Domácí hospic Andělů strážných.



Adventní věnce pro domácí hospic

Také v roce 2023 jsme přivítali zájemce o společné vyrábění adventních věnců, z jejichž prodeje Oblastní charita podporuje služby Domácí hospicové péče. Dobří lidé věnce vyráběli a kupovali v Kuturním domu Dukla, na Univerzitě Pardubice, ve spolupráci s Koalicí nevládek Pardubicka v Kulturním domu v Dašicích, ve spolupráci s organizací Hvězdna máma na Střední zdravotnické škole v Chrudimi, ve firmách Foxconn, Panasonic a ČSOB Pojišťovna a Jusda Europe Pardubice.

Naše služby

Služby pro rodiny s dětmi



Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi

Bc. Tereza Saifrtová, DiS. vedoucí služby
Tel.: 777 296 826, 461 100 445
E-mail: tsaifrtova@charitapardubice.cz
Češkova 1247, 530 02 Pardubice

Služby pro pěstouny

Bc. Tereza Saifrtová, DiS.
Tel.: 777 296 826
E-mail: pestouni@charitapardubice.cz

Potravinová pomoc

Pomáháme osobám nacházejícím se v tíživé životní situaci, kterou se snaží řešit ve spolupráci se sociální službou (např. městský úřad, ÚP ČR, nezisková organizace). Pomoc je poskytována na základě sociálního šetření a po vydání „Poukazu na potravinovou a materiální pomoc“ humanitárním pracovníkem na výdejním místě Oblastní charity Pardubice. Pro doporučení klienta sociálním pracovníkem je třeba kontaktovat vedoucí Služeb pro rodiny s dětmi Bc. Terezu Saifrtovou, DiS.

Děkujeme všem, kteří pomoc potřebným podpořili při potravinových sbírkách. Oblastní charita ráda přijme trvanlivé potraviny do skladu pomoci potřebným, kontaktní osobou je Michal Boháč.

Bc. Tereza Saifrtová, DiS.
777 296 826, tsaifrtova@charitapardubice.cz
Pichlova 1573, 530 02 Pardubice

Půjčovna kompenzačních pomůcek

Kompenzační pomůcky usnadňují péči, přinášejí větší komfort pacientům i pečujícím.

Lidé se sníženou soběstačností mohou zůstat součástí přirozeného prostředí a plnohodnotně žít v kruhu blízkých. Půjčujeme antidekubitní matrace, francouzské hole, infuzní pumpy a stojany, kyslíkové koncentrátory, WC nástavce, polohovací postele, sedačky do vany, mechanické vozíky, chodítka, toaletní židle a další.

Pardubice	Holice
Půjčovna pomůcek a dispečink	Půjčovna pomůcek
Tel.: 466 335 026, 775 296 843	Tel.: 466 681 654, 775 296 831
pondělí – pátek 7:00 – 15:00	po předchozí domluvě

Sociální šatník

Shromažďujeme oblečení a obuv pro dospělé i děti v nouzi z Pardubic a okolí, nábytek a věci potřebné pro domácnost. Lůžkoviny, ručníky atd., hračky, školní potřeby, kočárky i autosedačky – čisté, nepoškozené oblečení a spárované boty zabalené v igelitovém pytlíku nebo tašce můžete nosit do charitních kontejnerů na textil.

Umístění kontejnerů na www.pardubice.charita.cz



Michal Boháč,
466 335 026, 775 296 844,
mbohac@charitapardubice.cz
Pichlova 1573, 530 02 Pardubice

Naše služby

Zdravotní péče

Domácí zdravotní péče Pardubicko (terénní)

Zuzana Cepková, vrchní sestra

731 646 803, zcepkova@charitapardubice.cz

V Ráji 732, Pardubice, 530 02

Domácí zdravotní péče Holicko (terénní)

Michaela Hlávková, vrchní sestra

731 619 791, mhlavkova@charitapardubice.cz

Palackého 38, Holice, 534 01

Odlehčovací služby



Pobytové odlehčovací služby Červánky Třebosice

Bc. Petra Průšková, vedoucí střediska

Tel.: 775 296 833

E-mail: ppruskova@charitapardubice.cz

Třebosice 22, 530 02 Pardubice



Pobytové a terénní odlehčovací služby Červánky Pardubice

Mgr. Robert Vítek, vedoucí střediska

Tel.: 735 726 954

E-mail: rvitek@charitapardubice.cz

V Ráji 786, 530 02 Pardubice



Ambulantní odlehčovací služby Červánky Mikulovice

Jana Komárková, vedoucí střediska

Tel.: 730 529 527

E-mail: jkomarkova@charitapardubice.cz

Devotyho 1, Mikulovice, 530 02 Pardubice

Osobní asistence

Osobní asistence (terénní)

Bc. Jaroslava Čížková, vedoucí střediska

775 296 849, jcizkova@charitapardubice.cz

V Ráji 732, Pardubice, 530 02



Hospicová péče

Domácí hospic Andělů strážných (terénní)

Ambulance paliativní medicíny

Markéta Vašková, vrchní sestra

775 296 830, vaskova@charitapardubice.cz

hospicpardubice.cz

nám. T.G. Masaryka 29, Holice, 534 01



Pečovatelská služba

Pečovatelská služba Pardubice (terénní)

Jarmila Klimešová, vedoucí střediska

777 296 850, klimesova@charitapardubice.cz

V Ráji 732, Pardubice, 530 02

Pečovatelská služba Lázně Bohdaneč

(ambulantní, terénní)

Bc. Lada Nežádalová, vedoucí střediska

603 459 486, lnezadalova@charitapardubice.cz

Šípkova 49, Lázně Bohdaneč, 533 41



Pečovatelská služba Holice (ambulantní, terénní)

Bc. Veronika Hloušková, DiS., vedoucí střediska

775 296 831, vhlouskova@charitapardubice.cz

Palackého 1131, Holice, 534 01

Pečovatelská služba Moravany (terénní)

Bc. Ivana Horynová, DiS., vedoucí střediska

775 296 847, ihorynova@charitapardubice.cz

nám. Hrdinů 13, Moravany, 533 72

Vydává jednou ročně Oblastní charita Pardubice

V Ráji 732, 530 02 Pardubice, info@charitapardubice.cz, 466 335 026

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