

OKÉNKO^{do}



charity
Jeseník

číslo 7 - 8 • 2019

Slovo ředitelky

Milí přátelé,

ani jsme se nenadáli a je za námi už polovina letošního roku. Minulý měsíc byl pro nás v Charitě velmi hektický. Kromě přípravy oslav 25. výročí naší Charity byl červen také plný různých statistik, vykazování a závěrečných zpráv za uplynulý rok. Jednou z nich je také výroční zpráva Charity Jeseník za rok 2018. Podívat se na ni nebo si ji stáhnout můžete na našich webových stránkách. Při její četbě si možná jako já uvědomíte, kolik toho v Charitě děláme, co jsme schopni zvládnout, jak se stále snažíme hledat nové zdroje, možnosti nebo inspirace. Jedná se vždy o takový stručný souhrn celoroční práce. Najdete v ní vždy také mnoho čísel. To vše dohromady však nikdy nemůže přesně ukázat, kolik odvedené práce, emocí, únavy nebo vyčerpání našich pracovníků za tím stojí.

Naše poslání – pomáhat potřebným – se nám tak daří naplňovat jen díky jejich neustálému nasazení. Dobře vím, že je jejich práce velmi namáhavá, vysilující a často i stresující. A také si velmi dobře uvědomuji, jak jsou všichni naši pracovníci vystaveni syndromu vyhoření. Proto jsem ráda, že především v těchto prázdninových dnech mohou trávit více času se svou rodinou, přáteli, kamarády nebo známými... Na místech, která budou o letošních dovolených teprve objevovat, nebo naopak budou tam, kde to znají a mají rádi. Je potřebné a důležité věnovat svůj čas odpočinku. Jen tak můžeme svoji práci dělat znovu s novým elánem.

Děkuji našim pracovníkům za dobře odvedenou práci a přeji jim i vám všem pohodový prázdninový čas a také vydařenou a ničím nerušenou dovolenou. Zapomeňte na chvíli na práci. Užijte si sluníčka, odpočítejte si a naberte hodně sil a energie pro další úkoly.

**Helena
PASCHKEOVÁ**
ředitelka



Od bourání k budování

Rekonstrukce Domova pokojného stáří sv. Františka v Javorníku probíhá už půl roku. Skončily bourací práce a začíná se budovat. Celá budova dostává zcela nový vzhled.

Budova na jaře působila velmi neutěšeně. Pracovníci domova ji často na fotkách ani nemohli poznat. „Tam snad nezůstal kámen na kameni,“ prohlásil jeden z místních občanů. Rekonstrukce však nabrala obrátek a nyní se už buduje. Vyzdívají se místnosti a také nová šachta pro výtah, který v domově velmi chyběl. Začínají se dělat rozvody elektřiny a vody, zabudovávají se nová okna. A všechn ten pokrok taky hodně stojí. Doteď už je proinvestováno jedenáct milionů dvě sta čtyřicet tisíc korun, z dotace MPSV je zafinancováno něco přes šest milionů korun.

A protože Charita Jeseník pořád shání peníze na dofinancování rekonstrukce, žádala na Nadaci ČEZ o příspěvek na vybavení výdejny stravy. Správní rada Nadace ČEZ

schválila projekt do aplikace EPP Pomáhej pohybem, takže do pomoci se získáním cílové částky se může zapojit každý, kdo by tento projekt chtěl svým pohybem podpořit. Projekt bude aktivní až v září, přesto sbírat body je možné už teď. Proto neseďte doma a začněte se hýbat pro dobrou věc. Stačí si stáhnout aplikaci EPP Pomáhej pohybem, zvolit aktivitu a sbírat body. Až bude projekt Charity Jeseník aktivní, můžete mu nasbírané body věnovat.

Začátkem října proběhne druhá charitní pouť, při které budou moct poutníci využít aplikaci a sbírat body. Doufáme, že se tam s vámi uvidíme a že se najde hodně nadšenců, kteří náš projekt (i své zdraví) podpoří.



Co nás čeká o prázdninách...

- **Setkání klientů** Charitní pečovatelské služby v Domě partnerství ve Vidnavě.
- **Tematické dny** se zapojením všech smyslů v Charitním domě sv. Anežky.
- **Bartolomějská pouť** s účastí klientů Domova pokojného stáří sv. Františka.
- **Kavárničky s nácvikem obsluhy** v Denním stacionáři Šimon.
- **Koncert Ivana Mládka** v Domově pokojného stáří sv. Hedviky ve Vidnavě.

Čtěte dál ...

- **Oslavili jsme čtvrtstoletí** (str. 2)
- **Nejsme v tom sami** (str. 3)
- **Diecézní pouť charit** (str. 4)
- **Rozhovor** (str. 5)
- **Duchovní zamyšlení** (str. 8)

Oslavili jsme čtvrtstoletí



Na oslavě 25 let Charity Jeseník se v úterý 11. června sešli v jesenickém kině Pohoda pozvaní hosté, příznivci Charity, dárci, bývalí ředitelé a především její zaměstnanci. „Dnešní odpoledne je hlavně o děkování, vděčnosti a vzpomínání,“ řekla ve svém úvodním proslovu ředitelka Charity Jeseník Helena Paschkeová. A v tomto duchu se celé odpoledne neslo.

Ředitelka připomněla začátky Charity Jeseník a tlumočila vzkaz zakládající ředitelky Evy Ťulpíkové, která se oslavy nemohla zúčastnit. Ta si prý při vzpomínání na první roky Charity uvědomila, že často o mnohých věcech rozhodovala náhoda. Sama Helena Paschkeová pak uvedla, že zvládnutí různých obtíží, kte-

rými si Charita prošla, není úplně jen zásluha charitáků. „Provází nás celou dobu Boží požehnání. Boží působení a vedení je vidět zpětně v naší historii a činnosti, a to navzdory všem lidským chybám a kotrmelcům,“ dodala.

Pak přišlo děkování – nejprve velké poděkování zaměstnancům za jejich práci,

poté všem partnerům, dobrodincům a dárcům za přízeň a podporu.

Krátce se pak ke svému působení v Charitě Jeseník vyjádřili bývalí ředitelé Petr Kučerka a Robert Neugebauer. Ten prohlásil, že vzhledem k financování sociálních služeb nemohou dělat v Charitě normální lidi. Na to pak ve svém proslovu navázal místostarosta města Jeseník Tomáš Vlazlo, který řekl, že je rád, že je tu devadesát nenormálních lidí, kteří dělají tak záslužnou činnost. Následně ještě ředitelka poděkovala svým vedoucím a pak byl všem přítomným představen nový klip Charity Jeseník, který mapuje její historii. Klipy jednotlivých středisek pak hosté mohli zhlédnout po skončení celého programu. Ten završil koncert čtyř úžasných hudebníků z Prague Cello Quartet.

Po koncertě následoval raut připravený charitní Vývařovnou AVE. Všichni přítomní obdivovali a chválili nejen chuť připraveného, ale i naaranžování. A protože se sešla úžasná skupina lidí, všichni se výborně bavili, vzpomínali a často i domlouvali příští setkání.

Velké poděkování patří všem, kteří se na organizaci podíleli, především Vývařovně AVE za připravený raut. Zároveň touto cestou děkujeme MKZ Jeseník a zaměstnancům kina Pohoda za jejich vstřícnost a pomoc s celou akcí, která se konala s finanční spoluúčastí města Jeseník.

Když pomáhá hipoterapie

Pohled z koňského hřbetu si mohla vychutnat ve středu 12. června menší skupinka uživatelů Denního stacionáře Šimon. Společně s pracovníky se vydali za krásného slunečného počasí na ranč do nedalekých Kolnovic. Kromě projížďky na koních si mohli všichni společně prohlédnout také stáj a přilehlou budovu.

Hipoterapie je fyzioterapeutická metoda, která využívá speciálně připraveného koně pro nácvik a obnovení pohybu klienta. V Kolnovicích u Mikulovic přímo hipoterapii zatím nenabízí, avšak pohyb koně byl pro uživatele jistě i tak velkým přínosem pro jejich zdraví a motoriku a zároveň také velkým zážitkem.

Nikdo z uživatelů stacionáře na koni neseděl poprvé. Jedna uživatelka si s sebou dokonce přivezla vlastní jezdecké vybavení. A později zvládla jízdu také ve volném terénu. Ostatní uživatelé dostali přílby a mohli se vozit s doprovodem na osedlaných koních v ohradě. Po projížďce ještě odměnil každý z uživatelů

svého koně jablky, mrkvi nebo sušeným pečivem.

Na ranči, kde v současné době chovají kolem sedmdesáti koní a s některými dokonce i závodí, se uživatelům od samého začátku ochotně věnovali. Uživatelé i pracovníci byli velmi spokojeni a rádi by tak touto cestou všem ještě jednou poděkovali za jejich ochotu, vstřícnost a milé jednání.



Kalendárium

- **V roce 2012** proběhl v Domově pokojného stáří sv. Hedviky ve Vidnavě první ročník nyní již tradičního kuželkového turnaje. Zasoutěžit si přijeli také senioři z Domova pokojného stáří sv. Františka.
- **V roce 2016** se několik nadšených zájemců z Charitního domu sv. Anežky pustilo do obalování a smažení cuket, přesně tak, jak byli dříve doma zvyklí.

Stalo se ...

Látkové tašky pro děti

Již podruhé se zúčastnili senioři z Domova pokojného stáří sv. Hedviky Dne dětí na fotbalovém hřišti ve Vidnavě, tentokrát v neděli 2. června. V aktivizační dílně ušili několik kusů látkových tašek, na které si potom mohli děti nakreslit jakýkoli obrázek podle své fantazie. O tuto disciplínu byl opravdu velký zájem. Příjemnou odměnou pro děti bylo, že si poté mohly svůj hotový výrobek odnést domů.

Nejsme v tom sami



Druhé setkání klientů Charitní pečovatelské služby proběhne na začátku července tentokrát ve Vidnavě. Pracovnice služby tak reagují na kladné ohlasy z prvního setkání a velký zájem klientů znovu (nebo právě poprvé) se se všemi potkat a popovídat si nad šálkem kávy.

První setkání se uskutečnilo v Javorníku v kavárně Hawai. Sešlo se deset klientů, ale podívat se přišli i rodinní příslušníci. Ti tak měli možnost lépe poznat pečovatelské, které se starají o jejich blízké a případně se doptat na to, co je ohledně poskytované služby zajímavá. A i když se prvního setkání pečovatelská Monika

Mžigodová nemohla zúčastnit, klienti jí o všem nadšeně vyprávěli a ukazovali fotky. „Spokojený byl i syn klientky, který byl rád, že se maminka dostala do společnosti a užila si to,“ předává zpětnou vazbu na první setkání.

Rodinní příslušníci jsou vítáni i tentokrát. Setkání bude ve Vidnavě v Domě part-

nerství a za zapůjčení prostor pracovníce pečovatelské služby městu Vidnava velmi děkují. Pro „mimovidnavské“ zájemce je zajištěn odvoz, za což je větší na opravdu ráda.

A stejně jako na první setkání si pracovníce připravují různý program. Jedna si chystá nějaké zajímavosti o historii Vidnavska, další zase vstup na téma „kompenzační pomůcky“. „*Za mě je takové setkání klientů moc dobrá věc a skvělý nápad,*“ říká pečovatelská Pavla Kolářová. „*Jednak i já sama mám možnost poznat klienty, se kterými jsem se ještě nesetkala, a také klienti mají jedinečnou možnost poznat v našich klientech třeba své staré známé. U klientů, kteří žijí sami, znamená takové setkání dostat se třeba jen na chvíli do společnosti a zapomenout tak na samotu, ve které jsou dnes a denně,*“ dodává.

Charitní pečovatelská služba poskytuje své služby na území mikroregionů Javornicko a Žulovsko. V současné době pečují tři pečovatelské o třicet jedna klientů. Od počátku letošního roku má služba šest nových klientů. Pečovatelky za klienty najezdí měsíčně osm set až devět set kilometrů. Nejčastěji pečovatelské pomáhají s osobní hygienou, obstarávají nákupy a pochůzky, dělají úklid domácnosti, doprovází klienty na úřady či do obchodu.

Jahody, kávička a bábovka

Připomenout si, jak voní káva, jak jsou zrnka kávy malá, nebo si připravit bábovku a vychutnat si ji s výbornou kávou mohou klienti Charitního domu sv. Anežky během prázdninových tematických dnů.

Cílem je zapojit co nejvíce smyslu a připomenout si, co bylo dříve pro klienty zcela běžné. Už si to vyzkoušeli v rámci „jahodového dne“, kdy pracovníce nachystali klientům příjemné posezení s hudbou a krásně nazdobeným stolem plným jahodového pokušení. Klienti si k jahodám mohli přivonět, osahat je a sníst. A aby si tu pohodu,

kteřá probíhala na malém dvorku domova, ještě více užili, dostali na závěr šlehačkový pohár s jahodami a buchtu.

Podobně pak budou probíhat i další dny – „kávičkový“ a „bábovkový“. Při „kávičkovém dnu“ si například klienti zkusí namlít na starém kávomlýnku kávu. „*Předpokládáme, že se jim z mláďi vybaví, jak mleli*

kávu, a že většina z nich automaticky bude vědět, co s mlýnkem dělat,“ říká koordinátorka sociálního úseku Charitního domu sv. Anežky Diana Burdáková. Pracovníci tak vychází z principů konceptu Smyslové aktivizace, v jehož základech byli proškoleni (více viz strana 7). „Bábovkový den“ bude o přípravě bábovky a sladkou tečkou toho dne bude upečená bábovka, kterou si pak budou moci všichni vychutnat.



Stane se ...

Ivan Mládek ve Vidnavě

Známý zpěvák Ivan Mládek navštíví v polovině srpna Domov pokojného stáří sv. Hedviky. Klienti Domova by se o toto krásné vystoupení rádi podělili i s ostatními, proto pozvou nejen další seniory Charity Jeseník, ale také domovy z okolí. Celá akce bude jistě příjemným zpestřením nedělního odpoledne a také příležitostí opět se potkat s ostatními známými.

Bartolomějská pouť

Koncem srpna se pravidelně ve Vlčicích koná Bartolomějská pouť. Již v minulých letech se jí někteří klienti Domova pokojného stáří sv. Františka zúčastnili. Letos bude probíhat přímo před okny zámku a klienti si jistě rádi zajdou prohlédnout místní kostel, zúčastní se slavnosti mše svaté a setkají se s místními obyvateli u zámecké zdi.

Putování na Mariahilf



Mší svatou, kterou sloužil pomocný biskup Martin David, byla zahájena letošní Diecézní pout' Charit. Tentokrát se konala na známém poutním místě Jesenická Mariahilf ve středu 5. června. Sešlo se zde na dvě stě poutníků a to nejen pracovníků, ale také příznivců charitního díla. Spolupořadatelem byla právě Charita Jeseník.

Po úvodním slovu ředitele Diecézní charity ostravsko-opavské a přivítání všech ředitelkou Charity Jeseník následovala mše, kde všechny pracovníky Charit svou promluvou povzbudil biskup David. Zdůraznil důležitost poslání Charity, která podobně jako otevřená náruč Panny Marie otevírá náruč lidem v nouzi. „Denně jste v kontaktu s lidmi, kteří něco potřebují, kteří mají nedostatek a i v tomto je Vám Maria blízko svou přítomností a přímluvou, nebojte se jí svěřit věci, se kterými si nevíte rady,“ dodal.

Program pak pokračoval povídáním o historii poutního místa Mariahilf, s kterým zájemce seznámili prezident Diecézní charity ostravsko-opavské o. Jan Larisch a p. Václav Dvořák.

Po obcerstvení pak následovala přednáška P. Josefa Suchára, který působí v Neratově a zasloužil se o obnovu tohoto poutního místa. Ve své přednášce s názvem „Charita, má (i Vaše) radost“ podtrhl podstatu charitní práce a všechny přítomné pak povzbudil i těmito slovy: „Nebojte se, i když jste slabí,

i když jste nemocní. Právě v tom spočívá Kristův pokoj, uvědomit si, že můžete pokračovat i přes slabost nebo nemoc... A když se něco nepodaří? S každým novým ránem přichází další šance zkusit to znovu a napravit to, co se předešlý den nepovedlo.“

Závěrečnou mši pak všichni poutníci uzavřeli jeden krásný den plný setkání a duchovního povzbuzení.

Ve svém týdenním duchovním zamyšlení se k pouti vrátil i prezident Diecézní charity ostravsko-opavské P. Dr. Jan Larisch:

Moje milá charitní rodino, v minulých dnech jsme díky Charitě Jeseník prožili na poutním místě Panny Marie Pomocné (Mariahilf) u Zlatých Hor pout' Charit naší ostravsko-opavské diecéze. Nejen mimořádností posvátného místa, ale také přítomností pomocného biskupa Martina a P. Josefa Suchára jsme společně prožili pěkné a mohu říci i mimořádné chvíle. Oba dva – každý svým způsobem – vnesli do našich srdcí impuls k prohloubení naší charitní práce. Biskup Martin mluvil o Matce Boží Panně Marii, která na svatbě v Káni Galilejské napomáhala k setkání s Ježíšem, a stala se tak vzorem naší charitní práce. P. Josef Suchár ve své hodinové promluvě před náš duchovní zrak rozprostřel na biblických odkazech teologické zdroje charitní činnosti. Setkání jsme uzavřeli společnou modlitbou za dílo milosrdné lásky v naší diecéze.

Přeji nám všem, aby nám toto poutní nadechnutí pomohlo zvládnout mnohdy náročný konec školního roku, který se kvapem blíží.



„Mé začátky byly krušné,“ vzpomíná v našem rozhovoru Kateřina Súkupová.

V Charitě Jeseník pracuje s krátkou pauzou na mateřskou dovolenou již osmnáct let. Nyní na pozici ekonomka - účetní, i když původně nastupovala jako účetní mzdová. Jako jedna z mála zaměstnanců zažila všechny ředitele Charity Jeseník a se všemi velmi úzce spolupracovala. O tom, jaký kdo z ředitelů byl či je, ale také o tom, jak odpočívá a co ji na práci těší, nebo naopak, co vnímá jako problematické, se s námi podělila v tomto rozhovoru.

Co Vás přivedlo k práci v Charitě?

Pracovala jsem zrovna rok na obci a dostala se mi do rukou výroční zpráva Charity Javorník. Zkoušela jsem to i jinde, ale Charita mě zaujala nejvíce. Bylo mi 19 let.

Jak vzpomínáte na své začátky?

Mé začátky byly jedním slovem krušné. Nevěděla jsem, do čeho jdu, a s nadšením jsem se pustila do práce mzdové účetní. Byly to opravdu perné chvíle, protože jsem zjistila, na co vše mě škola nepřipravila a ani připravit nemohla. Navíc předchozí paní účetní odešla ještě dřív, než jsem nastoupila. Po odchodu ekonomky mi paní ředitelka nabídla místo hlavní účetní a byly jsme s kolegyní v účtárně jen dvě a nad námi bděla nová externí ekonomka, která spoustu věcí zaštiťovala a také mi neustále dodávala odvahy. Po nějakém čase nastalo období vytváření nových formulářů, tabulek a manuálů, zvelebovaly jsme si pracovní prostředí a to nás hodně bavilo. Po příchodu nového pana ředitele se k nám přidala i mzdová účetní. Hodně jsme si v kolektivu rozuměly, držely jsme při sobě a snažily jsme se dělat svou práci nejlépe, jak jsme uměly. Pan ředitel přinesl do naší charity spoustu nových nápadů a změn, bylo to i pro nás náročné období, ale nakonec jsme, myslím, vše zvládly, jak mělo být, a ráda na to vzpomínám.

Co se změnilo na Vaši práci v průběhu let, byť se může zdát svět čísel jako statický?

Co se změnilo? Papírování je čím dál tím víc. Moje práce se rozdělila na více lidí, což teď vidím jako pozitivum. Jsem ráda, že mi Charita Jeseník nadále umožnila pracovat jako účetní v takovém pomyslném „úsporném režimu“, to znamená, že nemusím v práci trávit víc jak osm hodin denně, můžu se plně věnovat rodině, protože ta je teď pro mě na prvním místě. Až člověk zažije smrt nebo nemoc v rodině, teprve potom pochopí, jak je život pomíjivý a vše přijímá s větší pokorou a pochopením.

Zažila jste všechny ředitele Charity Jeseník. Co byste o každém z nich řekla, čím Vás třeba ovlivnil?

Paní Eva Ťulpíková je velmi charismatická, noblesní a tvůrčí žena. Uměla výborně psát. Cokoliv. Obohatila mě v některých svých zásadových názorech, měly jsme společné politické smýšlení. Ráda si s ní i dnes popovídám, když ji občas potkám s pejskem.



Pan Petr Kučerka je přátelský, upřímný, bodrý chlap, který nás vždy rozesmál, a to někdy jen svou přítomností za zdí (smích). Přitom jeho rozhodnutí nebyla vůbec populární, ale zaměstnance, které si „nechal“, uměl náležitě ocenit a podpořit. Moc si ho za to vážím a ráda na něj vzpomínám!

Pan Robert Neugebauer pokračoval ve stejném duchu, zpětně obdivuji jeho trpělivost k mým někdy až drsným připomínkám a oceňuji, že je přijal s grácií, i když teď už vím, že svou práci dělal, jak nejlépe uměl a velmi se snažil vyjít nám všem vstříc. Vždy mě vyslechl. A za to také děkuji! Jsem ráda, že jsme nadále přátelé a můžeme se občas vidět.

Paní Helena Paschkeová má obrovskou dávku optimismu v každé situaci a také se umí postavit novým a leckdy obtíž-

ným výzvám. Ráda zkouší nové věci a zavádí nové postupy. Nebojí se změny.

Co Vám dala práce v Charitě?

Práce v Charitě Jeseník mi dala cenná přátelství, naučila mě větší trpělivosti a také se změnil můj úhel pohledu na některé věci. Pracovně jsem samozřejmě načerpala spoustu zkušeností.

Co Vás na Vaši práci nejvíce těší?

Baví mě smysluplná a různorodá práce.

Co naopak vidíte na Vaši práci jako problematické?

Co vidím jako problém společnosti, tím pádem i nás, je zvyšování byrokratické zátěže. Netřeba nic dodávat.

Jak odpočíváte od světa čísel?

Jak odpočívám od světa čísel? No, nejlépe ve světě písmen (smích). Jsem vášnivá čtenářka. Také ráda cestuji a mám ráda dobré jídlo. Užívám si života, jak přichází.

Co byste popřála Charitě Jeseník k jejímu výročí?

Charitě Jeseník bych popřála hodně sil a aby práce byla nadále smysluplná. Samozřejmě více financí na mzdy a na zlepšování chodu středisek. Také jí přeju lidi, kteří to myslí dobře.

Všem charitákům také vše nejlepší do dalších let - děláte záslužnou, těžkou práci a za to máte můj obdiv!

Děkujeme za rozhovor.

Kateřina Súkupová – ekonomka, účetní

Narodila v roce 1981 v Krnově, pak odrostla ve vesničce Vlčice, absolvovala Střední odbornou školu Krnov, obor Podnikání a služby. Studium ukončila v roce 1999. Následující rok strávila jako administrativní pracovníce na obci ve Vlčicích a v roce 2001 odešla pracovat do Charity Jeseník jako mzdová účetní. Vždy se bránila být vedoucí, ale stalo se tomu tak, i když jen na krátkou chvíli. Po té byla ekonomkou. Dnes je jako jedna z ekonomek - účetních Charity Jeseník. Se svým mužem žije v Javorníku a mají spolu dceru Noemi, která se letos chystá do první třídy. Ráda čte, spí, cestuje, plave, má ráda přírodu a zvířata.

**charita
jeseník****25 let
s Vámi**

TŘÍKRÁLOVÁ SBÍRKA 2019

Tradiční TŘÍKRÁLOVÁ SBÍRKA proběhne od 1. do 14. ledna 2019. Výtěžek sbírky bude využit na rekonstrukci Domova pokojného stáří sv. Františka v Javorníku. Děkujeme za vaše otevřená srdce. **(leden 2019)**

CESTA TŘÍ KRÁLŮ

Výstava tříkrálových obrázků a fotografií v jesenickém kině bude vyvrcholením již dvanáctého ročníku Výtvarné a fotografické soutěže Charity Jeseník. Výstava bude zahájena vernisáží v pátek 8. února v 17 hodin a potrvá až do konce měsíce. **(únor 2019)**

OTEVŘENO PRO PEČUJÍCÍ

Setkání s kolegyněmi z Občanské poradny Charity Opava, které lidem poradí, jaké jsou možnosti podpory pečujícím osobám v České republice a podělí se s nimi o svoje zkušenosti. **(19. března v 16:30 hodin, Hotel Slovan)**

TALK SHOW ZBIGNIEWA CZENDLIKA

Akce Charity Jeseník pro širokou veřejnost z Jesenicka. **(11. dubna v 18 hodin, divadlo)**

PIKNIK VE VLČICKÉM PARKU

Příjemné posezení ve vlčickém parku s dobrým občerstvením a možností setkat se s přáteli, místními obyvateli či milými hosty. **(18. května 2019)**

OSLAVA 25 LET CHARITY JESENÍK

Oslava našeho výročí s krátkým ohlédnutím zpět do naší dvaceti pětileté historie a s kulturním vystoupením. **(11. června 2019)**

2. CHARITNÍ POUŤ

Druhý ročník Charitní pouti při příležitosti svátku našeho patrona sv. Vincence z Pauly. Tentokrát budeme putovat společně do České Vsi a to nejen pěšky nebo na kole. **(5. října 2019)**

UKAŽ MI CESTU

Setkání s autorem stejnojmenné knihy panem Milošem Svobodou. Člověkem, kterému se ze dne na den změnil svět a musí se starat o svého těžce postiženého syna. **(říjen 2019)**

DUŠIČKOVÉ SETKÁNÍ

Navazujeme na naši listopadovou přednášku o umírání a doprovázení při umírání, tentokrát s týmem našeho mobilního hospice a s příběhy pečujících rodin. **(listopad 2019)**

VÁNOČNÍ SETKÁNÍ ZAMĚSTNANCŮ

Již tradičně, tentokrát ve Vidnavě. **(13. prosince)**



Zkoušet hledat jiné cesty



Jak s úctou, respektem a láskou přistupovat denně ke klientům se měli možnost začátkem června seznámit všichni zaměstnanci domovů Charity Jeseník. Celkem šedesát pracovníků prošlo ve Vidnavě základním školením konceptu Smyslové aktivizace.

Školení vedla Mgr. Lenka Olivová, ředitelka Domova pro seniory Tovačov, kde je již koncept Smyslové aktivizace zaveden do praxe. Bylo tak možné slyšet mnoho příkladů z praxe, ať už úspěšných nebo neúspěšných. „Dovolme si dělat chyby,“ řekla lektorka, „protože chybami se posouváme

dál. Umožňují nám hledat jiné cesty, podívat se na věc z jiného úhlu.“ A stejně otevřeně vedla celý kurz.

„Jak vnímáte svůj domov očima? Co vidíte, když přijдете domů?“... „Co cítíte, jak váš domov voní?“ A podobné otázky týkající se domova kladla přítomným a bylo zajímavé,

jak každý svůj domov vnímá jinak. A jak se v něm cítíme jinak, i když slova „bezpečí“ „lásky“ a „soukromí“ padala nejčastěji. A jak asi vnímá senior svůj nový domov, když přichází do domova pro seniory? Co vidí, slyší, cítí, čeho se dotýká, jak mu chutná? Bylo velmi zajímavé podívat se na něco pro nás tak samozřejmého jinou optikou. Lektorka také všem přítomným vysvětlila, že při onemocnění demencí zůstává centrum emocí (amygdala) funkční, a že tak klienti sice nevědí proč, ale vědí, jak se s námi cítí, což je pro pečující důležitá informace. Názorně představila také příklady různých aktivitací, kdy nešlo jen o takzvané aktivizační činnosti, ale také o činnosti běžné péče. „*Pokud to alespoň částečně zvládne, měl by si člověk umývat obličej sám nebo s podporou. Obličej je velmi intimní zóna. Schválně, kdo vám smí sahat na obličej?*“ ptala se lektorka a znovu všechny různými otázkami nutila zamýšlet se nad běžnými věcmi, které se v domově stanou rutinou, nad kterou se často ani nepozastavíme.

Školení pak většina zaměstnanců hodnotila jako podnětné a na domovech už začali pomalu zkoušet některé věci zavádět (viz str. 3). Díky Výboru dobré vůle – Nadaci Olgy Havlové bude na podzim proškolen v následném kurzu (takzvaný Level 1) dvanáct vybraných zaměstnanců domovů, kteří pak budou koncept Smyslové aktivizace na domovech zavádět.

Z historie

Od stěhování po Okénko

V roce 2015 se ředitelství Charity Javorník přestěhovalo do nových prostor v Jeseníku. Následující rok Charita získala finanční prostředky z Evropského sociálního fondu na projekt „Posílení profesionality a stability Charity Jeseník“. Díky projektu bylo možné zaplatit odborníky, kteří pomáhali s rozvojem v oblasti strategického plánování, fundraisingu, PR, nebo s péčí o zaměstnance.

V březnu roku 2017 se Charita vrátila ke svému původnímu názvu – Charita Jeseník. Zároveň změnila také logo. Z Ministerstva práce a sociálních věcí se podařilo získat finanční prostředky na realizaci dvou investičních projektů – na obnovu vozového parku a na rekonstrukci Domova pokojného stáří sv. Františka v Javorníku.

Prvního ledna 2018 vyšlo první číslo nového zpravodaje „Okénko do Charity Jeseník“. V průběhu roku dochází k rozvoji domácí hospicové péče. V září 2018 Charita převzala dvě nová vozidla pro Charitní pečovatelskou službu. Ta se podařila získat ze společného projektu Diecézní charity ostravsko-opavské.

Z mého pohledu

Nabídnout svou náruč

Slovo krize vyvolá v mnoha lidech pocit něčeho hrozného a nepřekonatelného. A také já jsem šla do kurzu Krizové intervence s tím, že se naučím nějaké techniky nebo vysvobozující formulky, abych pomohla pacientům anebo svým kolegyním při zvládání situací, které přesahují jejich síly.

Mimo jiné jsem zjistila, že se s krizí setkává každý mnohokrát v životě. Krize jsou důležitou součástí našeho života, protože nám pomáhají ve vývoji a v postupu vpřed. Například malé děti si projdou „krizí“, když si uvědomí, že nejsou součástí své matky. Ale pokud mají osobu, která jim je nablízku a nabídne jim lásku a bezpečí, vede tato zkušenost ke zdravému vývoji jedince.

Každý jedinec je nastavený jinak. Má svou povahu, své naučené vzorce chování a své kompenzační mechanismy, kterými obtížné životní situace zvládá. V dospělosti si každý vybírá, co mu ve stresu pomáhá nejvíce, může to být sport, meditace, vypo-

vídaní se kamarádce, procházky přírodou, malování, ale také alkohol, cigarety nebo přejídání či přehnané nakupování.

Práce pro krizového intervenanta přichází až v okamžiku, kdy člověk nedokáže náročnou situaci zvládnout svými silami. A v tuto chvíli může intervenant nabídnout svou pomoc, která je zcela přirozená. Je založená na naslouchání, přítomnosti a pochopení druhého člověka. Intervent nepomáhá ani neradí. Každý člověk si najde to, co mu pomůže, ale potřebuje mít jistotu, že na to není sám, a také chce být pochopený.

Na závěr bych tedy ráda zmínila to, že pokud se setkáte s někým v těžké životní situaci, nebojte se s ním pouze být, nemusíte vymýšlet žádné složité rady, můžete pouze mlčet a nabídnout mu svou náruč.

Bc. Marie Kopecká
vedoucí Domácí zdravotní
péče



Duchovní zamyšlení

Konej dobro, hledej pokoj a usiluj o něj

Milé děti, mládeži a přátelé!

Před námi jsou očekávané prázdniny, pro některé čerpání dovolené či zotavovací akce. Napadá mne rčení „ve zdravém těle – zdravý duch“. Je to výzva i pro každého z nás, kteří se lopotíme, mnohdy se domníváme, že se to bez nás v práci neobejde a tak se z nás pomaličku stávají workoholici.

Křesťan by tento postoj workoholika neměl akceptovat a měl by vycházet ze zjevné Pravdy. Opravdu sami nic nezmůžeme. Jak i ke spáse člověka je potřebná milost Boží, tak i k vydařenému dobrému dílu je nutné odevzdání toho, co konáme, do vůle Boží a Jeho milosti. „Všechno zmožu s Tím, kdo mě posiluje,“ připomíná ve svých listech sv. apoštol Pavel.

Mnozí z nás se těší na čas strávený u vody, u moře, na horách nebo na táborech. V Bibli na mnoha místech najdeme odkazy, jak je důležité pro každého člověka odpočinek. Ve Starém zákoně v knize Genézis v 2. kap. je sobota (šabbat) Božím ustanovením, dnes pro křesťany je to církví ustanovená neděle. Sám Bůh po stvoření světa (po šesti dnech) odpočíval. Dokonce šabbat je uložen Izraelitům na hoře Sinaj, kde se stane znamením smlouvy (Ex 31,12-17). A hned při stvoření dal Bůh příklad, jež bude člověk muset napodobovat.

V Novém zákoně v evangeliu Marka slyšíme slova pronesená Kristem k apoštolům: „*Pojďte i vy do ústraní, na nějaké osamělé místo a trochu si odpočiňte.*“ (Mk 6, 31) Pravý odpočinek můžeme najít u Krista. On nás ujišťuje slovy „*Pojďte ke mně všichni, kdo se lopotíte, a já Vás občerstvím.*“ Ale i při odpočinku nezapomínejme na ty, kteří jsou nemocní, upoutáni na lůžko a nemohou odpočívat jako ti, co jsou při síle a zdraví. Oni jsou odkázáni na pomoc svých bližních. Neměli bychom ani o prázdninách či dovolené ochabovat ve skutcích lásky a v prokazování božího milosrdenství. Při této situaci vzpomenu na letošní promluvu otce děkana Stanislava Kotláře ke dni otců: „**Láska vyžaduje 3 D! DÁVAT DOBRO DRUHÝM.**“

Nakonec přidám jeden osvědčený recept pro toho, kdo chce mít radostný život a prožívat krásné dny:

Dávej pozor na svůj jazyk, aby neříkal nic špatného, a na své rty, aby nemluvíly falešně. Vyhýbej se zlu, konej DOBRO, hledej pokoj a usiluj o něj. Měj v srdci posvátnou úctu ke Kristu jako k Pánu.

Touto cestou přijmete velké „Bůh zaplat“ za Vaši službu lásky, kterou prokazujete svým bližním.

I při svém odpočinku během prázdnin a dovolené budme stále zacílení na věčnost. Cestou k tomuto cíli nechť je Láska k Bohu a bližním a cestou k této lásce ať je čistota našeho srdce. Též nezapomínejme svěřit sebe, naše děti a blízké o prázdninách do ochrany Panny Marie a andělů strážných.

Pokoj a dobro!

Ing. Josef Liberda, trvalý jáhen



Krátce

Stacionář v Polsku

V rámci programu „Letem světem“ se uživatelé Denního stacionáře Šimon v doprovodu svých pracovníků vypravili v pátek 21. června do Polska. V Kłodzku navštívili svět miniaturních stavebních památek z celého světa. Už při vstupu je přivítalo nepřeberné množství krásných a barevných květin, které zdobily celý areál. Všichni si s obdivem prohlíželi jednotlivé miniatury a z popisků četli zajímavosti o památkách. Uživatelé nejvíce zaujal pražský orloj, socha Svobody a Eiffelova věž. Výlet si všichni skvěle užili a ani troška deště jim nezkazila dobrou náladu.



Kuželkový turnaj

Už po šesté se v Domově pokojného stáří sv. Hedviky ve Vidnavě uskutečnil kuželkový turnaj. I přes nepřízeň počasí dorazila čtyři družstva – kromě domácích také zástupci domovů z okolí. Déšť sice provázel téměř celý turnaj, nikomu to však neubralo na dobré náladě a chuti soutěžit, právě naopak. Letošní ročník vyhrálo družstvo domácích, na druhém místě skončili zástupci z Domova pro seniory z Kobylé nad Vidnavkou a na třetím místě se umístilo družstvo z Centra sociálních služeb z Jeseníku. Všichni si společné setkání a soutěžení užili a jistě přijmou pozvání i příští rok.

Poděkování

Rubrika poděkování bude tentokrát z takzvaně vnitřních zdrojů.

Když před rokem nastupovala na pozici vedoucí a sociální pracovnice do Charitního domu sv. Anežky paní Monika Buzková, říkali jsme si, že je to taková nenápadná, klidná a drobná paní. Za rok nám vyrostla před očima, nebo jsme spíš možná poznali, co se v ní opravdu ukrývá. Výborně zvládala svou práci, v klidu a s rozvahou si uměla poradit i se složitějšími situacemi. Dobře zapadla i do týmu vedoucích.

Když jsme ji proto na konci loňského roku oslovili s nabídkou dělat vedoucí pobytových služeb ve Vidnavě, byli jsme moc rádi, že ji přijala. Sloučili jsme totiž pod jedno vedení dva zdejší domovy – jak

Charitní dům sv. Anežky, tak i sousední Domov pokojného stáří sv. Hedviky. Vzniklo tak největší středisko Charity s největším počtem zaměstnanců a bylo třeba upravit celé jeho fungování. Velké změny, které jsme tam začali zavádět, vzala paní Monika za své a pustila se s velkou vervou do práce. A jak to tak bývá, když už si říkáte, že to konečně všechno nabírá správný směr, přišla paní Buzková s krásnou novinkou, že je těhotná. Domovy tak opět čeká další změna.

My bychom rádi touto cestou paní Buzkově poděkovali za její práci, skvělý přístup k zaměstnancům i klientům. A samozřejmě jí a celé její rodině přejeme hodně štěstí a radosti.

Ona sama pak poslala poděkování pro

své zaměstnance, které rádi zveřejňujeme:

I když se většinou podobná vyjádření píší k rekapitulaci nebo závěru roku, přesto bych moc ráda vyjádřila své díky všem zaměstnancům Charitního domu sv. Anežky a Domova pokojného stáří sv. Hedviky ve Vidnavě v době před letními prázdninami. Mělo by to být i pro ně období volna, zaslouženého odpočinku a času stráveného s rodinami k načerpání dalších sil do jejich náročné a každodenní péče o naše klienty. Všem moc děkuji za spolupráci, za jejich otevřenost a trpělivost a všem ze srdce přeji krásné a pohodové léto.

Monika Buzková
vedoucí pobytových služeb Vidnava