



**Charita
Jeseník**

OKÉNKO

Úvodní slovo

Milí přátelé,

mám ráda tento čas, kdy léto přechází do podzimu. Slunce stále ještě hodně září, je teplo, ale ne úmorné vedro, všechno voní a dozrává. Je to čas plnosti, radosti a hojnosti, dožínkových slavností, čas vděčnosti. Vděčnosti nejen za uzcělé plody přírody, ale i za všechno krásné, co jsme mohli prožít v létě – za čas strávený odpočinkem na dovolené, s rodinou, s přáteli... A tak jako se teplo léta a světlo slunce akumuluje do ovoce, podobně má náš život dozrát do plnosti dobrých a šťavnatých plodů.

Ježíš říká, že strom se pozná po ovoci. A co je tím dobrým ovocem našeho života? Svátý Pavel v listě Galatánům píše, že ovocem Ducha je láska, radost, pokoj, shovívavost, vlídnost, dobrota, věrnost, tichost, zdrženlivost. Z této formulace je také jasné, že nestačí jen naše rozhodnutí nést dobré ovoce, ale je k tomu také potřeba Boží milost. Dobrý život je darem Ducha svatého. Jen sami od sebe to prostě nedáme.

27. září si připomínáme svátek sv. Vincence z Pauly, který je považován za zakladatele organizované charity. Byl to syn rolníka, kněz, ale i rádce králů. Vnímá hmotnou chudobu ale i duchovní opuštěnost prostého lidu. Služba chudým ho posilovala ve víře a darovala mu pokoj srdce – při činné lásce našel Boha. Také si uvědomil, že chtít pomoci a být na to sám, nestačí, že pomoc, aby byla účinná, musí být dobře organizovaná.

Jeden z jeho citátů: „Milujme Boha, ale tak, aby to pocítili i naše ruce a pot v naší tváři.“ Přeji každému z nás plnost darů Ducha svatého, ať pot v našich tvářích zrcadlí radost, kterou jsme přinesli těm druhým.

Regina TSCHULIKOVÁ
vedoucí ekonomického oddělení



Putujeme do Jeseníku

Zveme všechny „charitáky“, jejich rodiny, příznivce, dobrovolníky, dárce i klienty, aby se s námi vydali na 6. Charitní pouť. Přijďte s námi oslavit svátek patrona Charity sv. Vincence z Pauly i 25 let Denního stacionáře Šimon. A kamže se to vydáme? Letos putujeme do Jeseníku. Pro konání 6. Charitní pouti jsme zvolili sobotu 23. září. Slavnostní událost zahájí ve 14 hodin mše svatá v kostele Nanebevzetí Panny Marie v Jeseníku, kterou bude celebrovat Otec děkan Stanislav Kotlář. „Chci pozvat všechny příznivce a dobrodince, kteří nám pomáhají a podporují nás. Při mši svaté budeme děkovat za vše, co se nám v letošním roce povedlo, a zároveň prosit o Boží požehnání pro další naši práci. Když se ohlédnou zpět, uvědomují si, že máme být za co vděční. Daří se nám rozvíjet nové činnosti a také zlepšovat podmínky pro naše klienty a zaměstnance,“ uvedla ředitelka Charity Jeseník Helena Paschkeová.

Po mši svaté se přesuneme na farní zahra-

du, kde bude připraveno posezení a občerstvení. Co nabídneme poutníkům k osvěžení, je prozatím tajemstvím. O občerstvení se totiž tradičně starají všechna střediska Charity Jeseník, takže nevíme, jakými dobrotami nás překvapí. Co ale víme určitě, tedy pokud nás nevyžene déšť a mráz, že se na zahradě budeme moci hřát u ohně a ještě si nad plameny opéct špekáček. Zřejmě všichni doufáme v krásné babí léto, které je na Jesenícku kouzelné. Ovšem připraveni jsme i na opačnou variantu. V případě nepříznivé počasí si z Denního stacionáře Šimon zapůjčíme deky. Kdyby ale počasí opravdu zlobilo, budeme mít k dispozici prostory fary.

V Charitě Jeseník doufáme, že pozvání na pouť osloví co nejvíce lidí a společně strávíme příjemné odpoledne, při kterém oslavíme patrona Charity sv. Vincence z Pauly. Tento kněz zasvětil svůj život práci pro chudé, vězně, sirotky a vdovy a je právem nazýván patronem charitativních organizací.

Co nás čeká v září...

- **Dýňové tvoření** si užijí klienti Domova pokojného stáří sv. Hedviky ve Vidnavě
- **Na Den jablek** ve Vlčicích se připravují v Domově pokojného stáří sv. Františka
- **Semináře o paliativní péči** se zúčastní pracovníce Charitní pečovatelské služby
- **Mezinárodní den Alzheimerovy choroby** si připomenou v Charitním domě sv. Anežky
- **O krásách Slovenska** se při přednášce dozví v Denním stacionáři Šimon

Čtěte dál...

- **Gulášek voněl a chutnal** (str. 2)
- **Alzheimer je strašákem** (str. 3)
- **Rozhovor** (str. 5)
- **Umírání je složitý proces** (str. 7)
- **Duchovní zamyšlení** (str. 8)

Gulášek voněl a chutnal



Sejít se, zavzpomínat si na mládí, zazpívat si a k tomu si uvařit kotlíkový guláš? To je skvělý nápad na jedno letní odpoledne, které si užili v Domově pokojného stáří sv. Hedviky ve Vidnavě. 27. července se zahradou domova linula lákavá vůně.

Loni tým seniorů zazářil na městské soutěžní akci o nejlepší kotlíkový guláš. Na klání se náležitě připravili. V rámci aktivizace si ušili slušivé zástěry v barvě slunce, takže mezi ostatními týmy byli nepřehlédnutelní. Přestože skončili na předposledním místě, tak v hodnocení o nejsympatičtější tým zvítězili. „Z toho jsme měli větší radost, než kdybychom vyhráli zlato,“ za-

vzpomínala paní Emilka s tím, že se jim akce tak zalíbila, že si ji chtěli zopakovat a hezky po zálesácku.

Což o to, zkušeností od sporáku mají klienti vidnavského domova více než dost. Gulášů za svůj život navařili určitě mnoho, ale připravit výborný kotlíkový guláš, to už chce mistra. V první řadě musíte umět rozdělat a udržovat oheň. Pokud je

vám ale přes osmdesát, zlobí vás nohy, ale stejně musíte vše pohlídat tak, aby se nic nepřipálilo a nepřeteklo, to už je oříšek. Oheň neztlumíte jako plamínek na sporáku a k tomu to šílené horko, které dávalo všem zabrat. Pak už ale došlo na vaření. Klienti se s pomocí aktivizační pracovnice Markéty Kubalové pustili ve stínu pergoly do přípravy bramborového guláše. Někdo čistil cibuli, další česnek, jiní popadli kabanos, brambory a při práci začali vzpomínat. „Taky jsme dělávali doma takový guláš. Nás bylo doma sedm sourozenců. Pro maminku muselo být těžké navařit pro tolik lidí. My jsme si nemohli vybírat, ale ani moje děti nebyly v jídle vybíravé. Co jsem jim navařila, to snědly,“ usmála se paní Emilka při loupání česneku. „Buřtgu-láš jsem měla ráda a taky smažené maso, ale manžel byl po operaci a tak jsem musela dělat hlavně dušené hovězí a kuřecí maso a zeleninové polévky. Přizpůsobila jsem se, ale teď si můžu dopřát a na guláš se těším. Jen ruce mi už tolik neslouží, tak si musím dát při krájení pozor,“ řekla třiaosmdesátiletá paní Anna a s pomocí chodítka odešla k ohni zamíchat cibulku, aby se nepřipálila.

Postupně se k posezení u ohně přidali další klienti a při čekání na dobrotu došlo i na písničky, při kterých si klienti zavzpomínali na svá mladá léta. Dlužno konstatovat, že gulášek se povedl na jedničku.

František míchal bylinkovou sůl

Ke grilování, do polévek, omáček, ale i jen tak do pomazánek se skvěle hodí bylinková sůl, která povýší každé jídlo na kulinářský zážitek. Zásoby na zimní měsíce si během smyslové aktivizace připravili v Domově pokojného stáří sv. Františka.

Bylinková sůl je prý jednoduchá, ale naprosto senzační záležitost, kterou když jednou použijete, již se bez ní v kuchyni neobejdete. K výrobě stačí jen bylinky, mořská hrubá sůl, trochu času a radost do práce. Pak už jen zbývá rozhodnout se, které kuchyni dáváte přednost. Pokud máte rádi Itálii, použijete šalvěj s rozmarýnem. Fran-

couzská chuť staví na oreganu, tymiánu. Pokud chcete českou klasiku, hodí se nejlépe petržel, kudrňka, libeček a grády bylinkové soli dodá pár stroužků česneku. V Domově pokojného stáří sv. Františka šli cestou tradiční české kuchyně a po páteční smyslové aktivizaci mají i krásně zabalené skleničky s bylinkovou solí.



Kalendárium

- **V roce 2014** vylákala tropická horka v půlce září klienty Domova pokojného stáří sv. Hedviky na koupaliště ve Velké Kraši. A protože už bylo po prázdninách, nebyl na koupališti velký nával.
- **V roce 2020** se po dvouleté pauze celý Domov pokojného stáří sv. Františka přemístil z bývalého zámku ve Vlčích zpět do svého nově zrekonstruovaného sídla v Javorníku.

Stalo se ...

Šimon ochutnal Itálii

Šimon si užívá cestování, i když jen díky filmům, besedám, písničkám a voňavým dobrotám, které si klienti Denního stacionáře Šimon v rámci celoročního projektu „Světlem smyslem“ s dopomocí připravují. Začátkem srpna se klienti vypravili do Itálie. V rámci aktivizace si uvařili špagety, které patří k nejznámějším specialitám této země.



Alzheimer je strašákem



21. září si připomeneme Mezinárodní den Alzheimerovy choroby. Symptomy tohoto onemocnění mozku popsal v roce 1907 německý psychiatr Alois Alzheimer. V České republice jí trpí okolo 140 tisíc lidí. Do roku 2050 se má počet pacientů ztrojnásobit.

V Charitě Jeseník se o klienty s touto diagnózou, která je nejčastější příčinou demence, staráme ve dvou domovech. Vedoucí Charitního domu sv. Anežky ve Vidnavě Monika Buzková plánuje na 21. září připomenutí Mezinárodního dne Alzheimerovy choroby pro personál tak, aby na problematiku nemoci mohl nahlížet i jinou optikou. V domově se zvláštním re-

žimem Domova pokojného stáří sv. Františka v Javorníku spojí připomenutí této nemoci s říjnovým dnem otevřených dveří a oslavou svátku patrona domova, svatého Františka. V rámci programu si bude moci veřejnost zažít také smyslovou aktivizaci. Cílem Mezinárodního dne Alzheimerovy choroby je zvýšit u široké veřejnosti povědomí o tomto strašáku moderní civilizace

a podpořit prevenci nemoci, na kterou stále nemáme lék, ale můžeme její průběh při včasné diagnostice zpomalit. Jde o degenerativní onemocnění mozku, které začíná pozvolným zapomínáním, zmateností, špatnou orientací v čase i prostoru. Pacienti přestávají poznávat své nejbližší, nepamatují si, zda jedli, kde bydlí. Postupně se ztrácí v realitě. Člověk, kterého plně pohltila Alzheimerova choroba, již nezvládá základní hygienické návyky, je inkontinentní, nedokáže se najíst, ztrácí kontrolu nad svými pocity a je zcela závislý na svém okolí, které ale většinou není na důsledky nemoci připravené. Demence tak nepostihuje jen nemocné, ale i jejich nejbližší okolí, které se těžko vyrovnává s tím, co jejich milovaný najednou „vývádí“.

Jako se potřebuje personál domova neustále vzdělávat, měla by jít stejnou cestou i veřejnost, protože péče o nemocné je extrémně náročná po fyzické i psychické stránce. Alzheimerova choroba je naprosto nevypočitatelná. Jeden okamžik je člověk v pohodě a najednou je někým úplně jiným. Proto je na straně pečujících důležitá trpělivost a empatie. Pro zájemce, kteří se o této nemoci chtějí dozvědět více, připravila Charita Jeseník na 26. října přednášku „Otevřeně o demenci“. V budově Městského informačního centra v Javorníku vystoupí od 16. hodiny ředitelka Domova pro seniory Tovačov Mgr. Lenka Olivová.

Sejdeme se spolu na náměstí

12. září se na Masarykově náměstí v Jeseníku uskuteční akce „Společně pomáháme“. Patronaci nad prezentací sociálních služeb převzalo opět město Jeseník.

Cílem akce je seznámit veřejnost s organizacemi, které působí na území našeho regionu a s jejich nabídkou. Charita Jeseník pomáhá potřebným již tři dekády. Poskytuje sedm sociálních služeb zaměřených zejména na seniory. Kromě domovů máme i terénní pečovatelskou službu. Lidem s mentální a kombinovaným postižením slouží už 25 let Denní stacionář Šimon. Jeho uživatelé pro

vás vyrobili voňavé pytlíčky, podtácky a kalendář na příští rok složený z receptů stacionáře. Dále provozujeme Půjčovnu kompenzačních pomůcek a Vývařovnu AVE ve Vidnavě. Charita Jeseník se věnuje i humanitární pomoci. Jako jediní na okrese poskytujeme nevyčísitelně nemocným paliativní péči s nepřetržitou provozní dobou prostřednictvím Domácí zdravotní péče.

Stane se ...

Sportovat pomohou děti

Člověk je tak starý, jak se cítí. V Domově pokojného stáří sv. Františka se nebojí ani sportu. Zejména, když seniorům přijdou pomáhat děti pečovatelek. Klienti si tak změří síly při srážení kuželek, hodu na cíl. Při sportování zapojí i hlavu, protože budou muset jen hmatem poznat, co se ukrývá v krabici. Další úkoly prověří jejich čich a chuť.



Šimon na akci Policie ČR

Den bezpečnosti, který se uskuteční v pátek 8. září na parkovišti u budovy Policie ČR na ulici Moravská, si nenechají ujít klienti Denního stacionáře Šimon. Složky integrovaného záchranného systému nabídnou spoustu zážitků, na které se klienti už nyní těší. Kde jinde si mohou vyzkoušet střelbu laserovou zbraní na terč nebo sednout za volant Tatry?



sobota 23. září 2023

ve 14:00 mše svatá

v kostele Nanebevzetí Panny Marie v Jeseníku

následuje společné posezení ve farní zahradě

Přijďte s námi oslavit svátek patrona
Charity sv. Vincence z Pauly i 25 let
Denního stacionáře Šimon

„Umírání je složitý proces,“ říkají sociální pracovnice Domova pro seniory Tovačov

Ač si to jen málokdo z nás připouští, smrt je součástí našeho života. Třebaže stále jde o tabuizované téma, tak s tím, jak nám přibývají roky, si více uvědomujeme svou vlastní konečnost. Sociální pracovnice Mgr. Kristýna Holomčíková a Mgr. Monika Zaoralová z Domova pro seniory Tovačov se v rámci paliativní péče věnují klientům, kteří došli na konec své pozemské cesty, i jejich blízkým.

Paliativní péče je mladý obor. Jak dlouho se mu ve vašem domově věnujete?

Kristýna: Jak jste hezky řekla v úvodu našeho rozhovoru, smrt je součástí lidského života a v domovech pro seniory se přirozeně a poměrně často se smrtí setkáváme. Poslední dny a týdny před smrtí jsou náročné, a to jak pro člověka, který končí svou životní pouť, tak i pro jeho okolí. Důležité je však brát smrt jako přirozené završení života a dotýcnému při jeho odcházení ulevit a ulehčit. Proto i myšlenka na zavedení paliativní péče do každodenní praxe k nám nepřišla jako blesk z čistého nebe, ale je přirozeným vyústěním naší snahy o dobrou péči o naše klienty. První vzdělávání v této problematice u nás začalo trochu nekonceptně již v roce 2018, ale až naše zapojení do projektu nadačního fondu Abakus „Spolu až do konce“ v období 2020–2022, nás dovedlo k úspěchu.

I klienti vašeho domova stárnou a přibývá jim nemocí. Pokud je diagnóza fatální, jste pro upřímnost nebo pro milosrdnou lež, případně volíte variantu neříkat nic?

Monika: Člověk, který je na konci své životní cesty, tuto skutečnost většinou velmi dobře tuší. Je proto dobré s ním hovořit upřímně a pravdivě, jinak by ve vás ztratil důvěru. Protože ztrácí kontakt s naším pozemským světem, může se stát, že bude mluvit z cesty. Je vhodné mu jeho novou realitu nevymlouvat, ale zapojit se do ní. Důležitý je především kontakt umírajícího s nejbližší rodinou. Komunikace může probíhat různě. Leckdy stačí místo slov jen lehký stisk ruky, dotyk, nebo pouhá přítomnost nejbližších v místnosti. Umírání je složitý proces, v němž se uzavírá mnoho záležitostí. Je dobré se s dotýcným včas a citlivě rozloučit – pokud tak neučiníme, umírající nemůže uzavřít jednu ze svých záležitostí, což mu v odchodu může bránit a on se trápí. Završení jeho životní pouti je bolestivé, ale nutná součást života. Zpřijemněním posledních chvil můžeme odcházejícímu poskytnout poslední nemalou službu.

Co je na paliativní péči nejtěžší nebo naopak nejsnazší?

Kristýna: Řekla bych, že nejtěžší je sehnat lékaře – paliatra a získat na svou stranu praktické ošetřující lékaře. Aby praktičtí lékaři měli odvahu dělat věci jinak. Aby měli odvahu ukončit kurativní léčbu, když už nemá pacientovi co nabídnout a zbytečně jej zatěžuje.

Aby nevnímali umírání jako svou prohru a dokázali uvolnit prostor jinému přístupu a jiným způsobům péče, tedy v tomto případě právě paliativě. Aby lékaři (a ani zaměstnanci domova) neměli strach z bolesti a emotivně vypjatých reakcí „budoucích pozůstalých“ příbuzných. Pro nás, jakožto pečující zaměstnance, je nejtěžší právě komunikace, paradoxně nikoliv s klientem, který je v konečné fázi života, ale s jeho rodinou. A nejtěžší jsou situace, kdy jednáme s nesmířenou rodinou.



Jak vaši zaměstnanci zvládají péči o umírající? Na psychiku člověka to musí být velmi silný zážitek. Na druhou stranu, pokud by to s nimi nic nedělalo a byli by k odcházení lhostejní, asi by neměli v sociální sféře co dělat?

Kristýna: Myslím, že by nám všem pomohlo, kdybychom častěji přemýšleli o vztahu života a smrti. Jsou to dvě strany téže mince. Jsou jako siamská dvojčata. Nelze je od sebe oddělit. Cokoliv zrozené jednou musí dospět k zániku. Proto bychom vyměřený čas měli prožít co nejlépe. A až jednou nastane čas odcházení, abychom i ten prožili v lásce, vzájemné blízkosti, důstojně a v nejvyšší možné kvalitě života. Výzkumy ukazují, že většina z nás se nebojí smrti jako takové. Nejčastějšími obavami je strach z bolesti, ztráty důstojnosti, ze samoty. Pro spoustu lidí je také velkým strachem odjezd do anonymního prostředí nemocnice, kde se člověk cítí ztracený mezi cizími lidmi. Paliativní péče se umí díky zapojení celého pečujícího týmu společně s klientem i jeho rodinou dohodnout na nastavení přání týkajících se posledních měsíců

a dnů života. Člověk si tak může určit, v jaké míře má být péče poskytována i v době, kdy už bude ve stavu, který mu neumožní samostatné rozhodování. Může touto pravomocí též zmocnit jinou osobu.

Paliativní péče vychází z individuálních přání a potřeb pacientů. Setkali jste se někdy s nějakým nezvyklým přáním?

Monika: To ne. Nejčastějším přáním našich klientů v závěru života je dát své záležitosti do pořádku, především vztahy. Urovnat nedořešené a bolestivé záležitosti, smířit se, požádat o odpuštění a odpustit.

Má rodina zájem zapojit se do péče o paliativního pacienta?

Kristýna: Pokud jsou si blízcí a jejich vztahy jsou hezké nebo alespoň funkční, pak se do péče v různé míře rádi zapojí. Některé rodiny své blízké doprovázejí, zůstávají s nimi až do konce, někdy se podílejí i na péči, zejména podávání tekutin a oblíbených pochoutek, které svým blízkým připravují, někdy také pomáhají při péči o pokožku, výjimečně při hygieně či polohování. Nejdůležitější je však blízkost a čas, který si vzájemně věnují.

Kvalitní paliativní péče by měla být i o tom, že umírání nemusí být provázeno strachem, nesnesitelnou bolestí. Na bolest již máme spoustu léků, ale jak se vypořádáváte se strachem?

Monika: Čas umírání může být pro příbuzné a přátele odcházejícího člověka dobrou krizí, strach a nejistoty a zároveň je i časem vzácným a důležitým. Chceme našim klientům pomoci, aby s obavami, strachem, úzkostí, pochybnostmi a nejistotou nezůstali sami. Proto využíváme spolupráce a nenahraditelné pomoci nemocničního kaplana, který u nás dva dny v týdnu působí a který s tímto tématem umí výborně pracovat, mnohem lépe, než my.

Spolupracujete s odborníky, např. sociology, psychology, církví? Pokud ano, jaké s nimi máte zkušenosti?

Kristýna: Při poskytování paliativní péče spolupracujeme s paliatrem a mobilním hospicem Strom života, který nám prokazuje velikou službu, neboť se od nich mnohému učíme. Dále spolupracujeme s Olomouckým arcibiskupstvím, které nám zajišťuje službu nemocničního kaplana, který je k dispozici nejen našim klientům a jejich rodinám, ale také nám, zaměstnancům. Spolupráci se zmíněnými odborníky si velice pochvalujeme a jsme za ni vděční. I díky nim se nám daří poskytovat dobrou službu, laskavou, odbornou a kvalitní péči v závěru života.

Děkuji za rozhovor.



ROK 2023 S CHARITOU JESENÍK

Koledujeme pro Šimona

Tradiční Tříkrálová sbírka proběhla **od 1. do 15. ledna 2023**. Výtěžek sbírky bude využit na dofinancování výstavby nové budovy Denního stacionáře Šimon. Děkujeme za vaše otevřená srdce.

Vystavujeme povedená díla

Vernisáž děl 16. ročníku tříkrálové výtvarné a fotografické soutěže **proběhla v pondělí 13. února 2023** v Divadle Petra Bezruče v Jeseníku. Samotnou výstavu mohli návštěvníci zhlédnout do konce února.

Přednášíme o Domácí hospicové péči

O poskytování **Domácí hospicové péče** přednášela **16. března od 17 hodin v Hudebním sále Centra společných aktivit** zdravotní sestra Soňa Richterová. V listopadu pak proběhne přednáška v Javorníku.

Oslavujeme 10 let Charitního domu sv. Anežky

Oslava krásného výročí této služby a především **přednáška „Otevřeně o demenci“** proběhla **20. dubna 2023 v Kavárně u Verči ve Vidnavě**. Další přednáška pak bude **26. října v Javorníku**.

Podporujeme setkávání

Už **4. setkání klientů Charitní pečovatelské služby** se uskutečnilo **23. května** ve školící místnosti budovy Soudu v Javorníku. A opět bylo povedené, protože klienti se už těší na to příští.

Koncert pro stacionář

Benefiční koncert pro **Denní stacionář Šimon** proběhl v **jesenické kapli ve čtvrtek 8. června 2023**. Byla to možnost vychutnat si kulturní zážitek, ale také podpořit dobrou věc, třeba i zakoupením kalendáře.

Hrajeme kuželky

Domov pokojného stáří sv. Hedviky uspořádal v červnu svůj tradiční **Kuželkový turnaj**, na který pozval zástupce našich charitních domovů. Zlatá kuželka zůstala letos na Hedvice!

Putujeme do Jeseníku

6. Charitní pouť proběhne v září a tentokrát v Jeseníku. Těšíme se na setkání s vámi!

Otvíráme se veřejnosti

Domov pokojného stáří sv. Františka oslaví v říjnu svátek svého patrona a zve vás na **Den otevřených dveří**. Pokud bude počasí přát, bude to spojeno s malou zahradní slavností.

Přestřiháváme pásku

Možná už na konci listopadu slavnostně přestřihneme pásku nové budovy Denního stacionáře Šimon a na toto slavnostní otevření vás srdečně zveme! Vždyť i vy jste se zasloužili, že nová budova stojí.



Chránit důstojnost života



Foto od Andrea Piacquadio z Pexels

Vyššího věku se dožíváme i díky moderní zdravotní péči a farmacii. V určitém okamžiku ale přestanou léky léčit. Když nemoc postoupí do terminální fáze a další kurativní léčba nemá význam, přichází čas paliativní péče. K té je ale třeba se dopracovat.

Pracovníky Charity Jeseník čeká v září třídní školení Geri ELNEC v poskytování paliativní péče, která se zaměřuje na nevyléčitelně nemocné, umírající a jejich rodiny. Jde o moderní typ péče, jejímž primárním cílem je prevence a zmírnění bolesti, zachování pacientovy důstojnosti a podpory jeho blízkých. Kurz je podpořen z programu Výboru dobré vůle – Nadace Olgy Havlové. Zřejmě všichni si uvědomujeme, že ani sebelepsi léky z nás neudělají nesmrtelné. Chronická a onkologická onemocnění patří

k největším zdravotním hrozbám, s nimiž se potýká 80 % lidí starších 65 let věku. Je tedy zřejmé, že i když je téma smrti v naší společnosti stále tabuizováno a nikdo z nás nechce myslet na konečnost, tak se pracovníci charity v rámci své profese se smrtí setkávají a věnují se umírajícím. „Myslím si, že naše děvčata jsou na téma paliativy naladěná, ale chybí jim odborná podpora. Potřebují pomoci, aby se tolik nebály, když budou této situaci čelit,“ uvedla Monika Buzková, vedoucí Charitního domu sv. Anežky.

Její slova potvrzuje pečovatelka Anna Strýčková: „Vím, že smrt k životu patří, ale každý klient je jiný a potřebuje jiný přístup. Vidím to třeba u těžce nemocné klientky, která bývá občas velmi neklidná. Je silně věřící, takže si k ní sednu a čtu jí z Bible. Mám pocit, že jí to pomáhá zklidnit se, je to ale jen má domněnka. Takže jsem zvědavá, co nového a zajímavého se dozvíme.“

Potřebu vzdělávání si uvědomuje i vedoucí terénní pečovatelské služby Hana Netopilová. „Po zaměstnancích vyžadujeme, aby měli kurz pracovníka v sociálních službách, ale dosud si nikdo neuvědomil, a ani já, že při péči nepůjde u klientů jen o hygienu, úklid a nákupy, ale hlavně o doprovázení. Přiznejme si to, holky s klienty tráví čas, dělají jim společnost a často jsou jediným člověkem, kterého za den vidí. Proto potřebují získat dovednosti, jak k nim přistupovat,“ sdělila paní Netopilová a vzpomněla si na případ, kdy pečovatelka poznala, že klientka došla na cíl své cesty. „Podařilo se jí kontaktovat rodinu z Brna a ti strávili poslední noc s maminkou. Když ale nadešel její čas, utekli do vedlejšího pokoje a nikdo s ní nechtěl být. Doprovodila ji naše pečovatelka,“ dodává Netopilová s tím, že dříve lidé umírali převážně v nemocnicích, ale současný trend je opačný, a tomu se musí služba přizpůsobit. Důležité je i změnit přístup k umírání, o kterém se téměř nemluví. Vytěšňujeme je ze svého vědomí, o to více žije v našich myslích. Proto bychom měli nad tímto tématem přemýšlet.

Krátce

Připravit si rozloučení

Neumíráme tak, jak bychom si přáli. A je to hlavně proto, že o tom s nikým nemluvíme. Tímto začíná web Mojesmrt.cz z dílny domácího hospice Cesta domů a agentury Yinachi. Odkazuje na něj i Domov pro seniory Tovačov, který nám poskytl rozhovor. Projekt chce motivovat veřejnost, aby včas mluvila o konci života. Zároveň dává možnost navrhnout vlastní pohřební playlist, vybrat garderobu, hudbu. Můžeme se podělit i o své strachy a sepsat svá přání, i ta poslední. Je dobré vědět, co si přejeme a jakou péči už nechceme. Kdo za nás rozhodne v případech, kdy my už toho nebudeme schopni. Místo toho se bojíme, že umírání bude bolet a my budeme svým blízkým na obtíž. Pro naše milované je ale nejtěžší rozhodovat o našem životě, péči, smrti a nevědět, co si doopravdy přejeme. Podle statistik začne 67% lidí řešit důležité věci až při těžké nemoci. 78% z nás si přejí zemřít v domácím prostředí, přitom tolik lidí umírá v LDN a v nemocnicích.

Z mého pohledu

Aby nám bylo dobře

Když jsem nastoupila do Charity Jeseník, tak kurz ELNEC, který se zabíral péčí o umírající, byl téměř nedostupnou záležitostí ve vzdálených místech kamenných hospiců. Tehdy to byl Červený Kostelec a Rajhrad. Přesto nás to neodradilo jej absolvovat a věnovat čas této problematice. Jde totiž o ucelený balíček informací k životu a péči o nevyléčitelně nemocné nebo staré chronicky nemocné. Byl očekáván posun v péči o tyto klienty v naší Domácí zdravotní péči.

Setkání s lidmi, kteří pracují na hospicové péči, je vždy velmi obohacující. Jsou zdrojem zkušeností, motivátory hovorů a inspirací k práci s časem. Jde o téma, kterému se každý zcela přirozeně vyhýbá, ale dost dobře vyhnout nemůže. Jak sebe namotivovat ke vzdělávání v tak těžkém tématu jako je odchod ze života? Každý si musí najít odpověď sám. Musí najít své vyrovnání se ztrátami, které život přináší.

Za mě je to jistá připravenost na něco, co může přijít, a nevím čas ani místo ani osobu, které se to bude týkat.

Kurz Geri ELNEC berte prosím jako možnost ponoření se do tématu umírání, velkou příležitost osobní práce ve skupinách, vlastní podíl na diskuzi a zkušenost s vedením rozhovoru. Hledání odpovědí na konkrétní otázky nebo na konkrétní situace, které nás potkávají. Sama jsem letos v červnu absolvovala komunikační kurz v Hospici na Svatém Kopečku a byl pro mě velkým obohacením.

Moc bych si přála, aby komunikační kufřík dostal do své komunikace každý a věřte, že by bylo nám všem na slunci moc dobře.

Radka Trunečková
vedoucí zdravotních služeb



Duchovní zamyšlení

Milosrdenství

Nedávno jsem si na nástěnce v jednom kostele všiml věty: „Boží spravedlnost není tvoje spravedlnost.“ Taková slova nutí k zamyšlení. Je hodně těžké si na rovinu přiznat, že to, co pokládá za spravedlivé každý jeden z nás, se vůbec nemusí shodovat s tím, jak situaci posuzuje Bůh. Pokusit se přiznat si, že náš pohled je často omezený. Některé věci jsou podle nás přece tak jednoznačné! Dokážeme neomylně vyřknout soud nad každým, kdo se naší optikou nějak proviní – souseď, který má vedle manželky a rodiny i milenku, známý, který nepoctivě vysává státní peníze, kolegyně, která každého pomlouvá a znevažuje, dále pak zneužívání, ponižování, vraždění a mnoho dalšího. Snadno odsuzujeme a určujeme tresty a vlastně jsme možná našťvaní, že se jim i přes to, jak to vidíme my, daří stále dobře a žádná spravedlnost se nekoná, alespoň tedy z našeho pohledu. Pokud se nad tím zamyslíme, možná nás napadne mnoho situací, které považujeme za „trestné“. Naše spravedlnost by zcela jasně velela odsoudit. Vždyť to přece není správné, měl by přijít nějaký důsledek! Ale zdá se, že často nepříjde nebo není podle našich představ. Kde je tedy ta spravedlnost? Je u Toho, který vlastní celý náš spis, a kterému neunikne jediný detail našich životů. Jeho soud jistě přijde a spravedlnost se ukáže. S velkou pravděpodobností to ale bude jindy a jinak, než bychom očekávali. Spravedlnosti tedy bude jistě před Bohem učiněno zadost. Ale o to se my nemusíme starat. My se musíme především starat o to, abychom my sami do svého světa vnášeli spravedlnost, milosrdenství, respekt, velkorysost. A do tohoto všeho samozřejmě patří i neúnavné úsilí na ochranu obětí kriminality, utiskovaných, ponižovaných jednotlivců i národů. Je třeba vytvářet spravedlivou společnost, ale definitivní věčnou spravedlnost očekávat od Boha. A v neposlední řadě je třeba si připomenout, že Boží spravedlnost se netýká jen těch druhých, ale i nás samých. Jsme na to připraveni?

P. Mgr. Waldemar Woźniak
farnost Lipová-lázně, Dolní a Horní Domašov

Poděkování

Za vyvýšený záhon

Z krásného a praktického dárku se radují klienti Charitního domu sv. Anežky ve Vidnavě. Martin Záruba pro ně bez nároku na honorář vyrobil vyvýšený záhon, aby se do zahradničení mohli pustit i senioři, kteří jsou odkázáni na invalidní vozík. Nadšený kutil a brněnský kamarád vedoucí domova Moniky Buzkové slíbil vyrobit ještě pár dalších záhonů. Za ochotu a vstřícnost mu patří velký dík.



Nabízíme

Kalendář plný chutí

S námi to dokážeš. Tak zní název kalendáře, který se zrodil v Denním stacionáři Šimon. Najdete v něm 27 fotografií a receptů od bramboráček přes jablečný štrůdl až po dýňovou polévku. Prostě nejoblíbenějších dobrot klientů, kteří se potýkají s mentálním a kombinovaným postižením a také s poruchou autistického spektra. Vše, co v kalendáři najdete, si uživatelé sami nebo s dopomocí pracovníků stacionáře umíchali, napekli, uvařili, či usmažili.

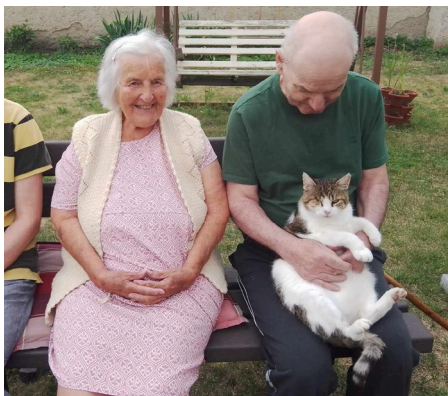
Kalendář si stacionář nadělil k 25. narozeninám. Jeho cena je 190 korun, přičemž 95 korun putuje do sbírky na dofinancování kolejnicového systému, který v nové budově stacionáře na Seifertově ulici umožní klientům pohodlný přesun z vozíku na vodní lůžko v senzomotorické místnosti. Kalendář si můžete zakoupit 12. září na Masarykově náměstí v Jeseníku ve stánku Charity Jeseník při příležitosti akce Pomáháme společně. K dispozici je i ve stacionáři, a to denně od 7-14 hod. Zájemcům je možné jej zaslat i poštou.



Poděkování

Za zraněného kocourka

Velký respekt a poděkování si zaslouží Hana Foldinová z Člunku v Jižních Čechách. Při vyzvedávání své tety z pobytu na Odlehčovací službě sv. Zdislavy ve Vidnavě si všimla kocourka s poraněným slepým očičkem. Tato kočičí máma s velkým srdcem odvezla Matýska na operaci, kterou zafinancovala Alice Oppová. Dnes už si kocourek s novým zatepleným pelíškem a zásobou granulí opět spokojeně vmí a užívá hlazení klientů Domova pokojného stáří sv. Hedviky i Odlehčovací služby sv. Zdislavy.



Blahopřejeme

K uvedení do úřadu

„Chci jít spolu s vámi“ je mottem našeho nového sídelního biskupa Mons. Martina Davida, který byl 31. srpna v katedrále Božského Spasitele v Ostravě uveden s velkou slávou do svého úřadu. Jmenování od papeže Františka obdržel již 4. července. Po zesnulém biskupovi Františku Václavu Lobkowiczovi se stává v pořadí druhým biskupem nejmladší diecéze v zemi. Novému biskupovi Mons. Martinovi vyprošujeme v jeho poslání hodně zdraví, Boží požehnání, sílu Ducha Svatého a ochranu Panny Marie.



Foto: Zdeněk Poruba