

OKÉNKO^{do}



charity
Jeseník

číslo 7 – 8 • 2021

Slovo ředitelky

Milí přátelé,

začíná období, na které se všichni vždycky moc těšíme. Dětem začaly prázdniny a nám dospělým čas dovolených.

Loňský i letošní rok jsme si u nás v Charitě všichni tak trochu sáhli na dno svých sil. Kvůli pandemii koronaviru jsme v práci trávili více času než obvykle a téměř vůbec jsme nečerpali dovolenou. Nebylo to prostě možné – ať z důvodu nemoci kolegů nebo vlastní, z důvodu péče o malé a školou povinné děti, nebo bylo třeba se ve zvýšené míře postarat o naše klienty. Všechny těžkosti jsme zvládli, ale mnohdy s velkým vypětím sil. A protože se epidemiologická situace výrazně zlepšila, jsem moc ráda, že si konečně naši zaměstnanci mohli začít dovolenou vybírat.

Nejen u pracovníků v sociálních službách a zdravotních sester, které u nás nejčastěji pracují v přímé péči s klienty, ale i u dalších našich zaměstnanců platí staré známé pravidlo: „Aby člověk mohl dávat, musí minimálně stejně tolik také načerpat.“ Nechceme, aby všichni naši „srdcaři“ vyhasli. Naopak! Byli bychom rádi, aby byli stále plni elánu, přinášeli nové nápady a rozdávali radost našim klientům a mezi sebou navzájem. Jen tak mohou být naše služby pohodové a přívětivé především pro naše klienty. Proto věřím, že si každý svůj dovolenkový čas užije po svém – u moře, s přáteli, doma, na zahradě, četbou pěkné knihy nebo u dobré muziky.

Přeji proto vám, milí kolegové, ať si odpočíváte a načerpáte hodně optimismu a radosti. Také vám, milí čtenáři Okénka, přeji, ať tyto prázdninové měsíce strávíte co nejvíce s lidmi, na kterých vám záleží, a hlavně bez nehod.

**Helena
PASCHKEOVÁ**
ředitelka



Zvířecí společníci vítáni

V Charitních domovech žije spolu se seniory i pár domácích zvířat. Klienti i zaměstnanci na ně reagují pozitivně, což je podmínkou společného života. Kočky, ptáčky i rybičky jsou velice oblíbené, a tak v Domovech přemýšlejí o dalším rozšíření zvířecích společenství v zahradách.

Kouzelné pouto mezi lidmi a zvířaty existuje po tisíciletí. Každý, kdo má domácího mazlíčka, ví, jak moc ovlivňuje každodenní život jakéhokoli zvířete, které se stane členem rodiny. Pokud se to podaří a nějaké zvířátko se zabydlí i v domově pro seniory, je to velký přínos pro všechny. Již samotná přítomnost živého tvora většinou vyvolává u klientů pocit klidu a bezpečí, zároveň dokáže vzbudit silné emoce a uvolňuje komunikaci. Proto se velice osvědčilo spojení s lidmi trpícími demencí nebo Alzheimerovou chorobou.

V Domově pokojného stáří sv. Františka v Javorníku žije již více než čtyři roky černá kočka Rozárka. Nejen, že za tu dobu vychovala už dvě várky koťat, ale zvládla se s Domovem i dvakrát přestěhovat. Rozárka je velice vnímavá. Nevšímá si těch, kteří si jí nevšímají, a naopak těm, kteří ji mají rádi,

věnuje nevtíravou pozornost. Několik klientů si ji hodně oblíbilo. Paní Eva, u které tráví Rozárka nejvíce času, vypráví: „Pořád tady u mě není, ale když má chuť a náladu, tak si i zaškrábe. Já jsem měla vždycky obavy, aby tady něco nevyvedla, takže jsem byla trochu nervózní, ale teď už vím, že mi dá vždy jasně najevo, že chce vypadnout. Tam, kde jsem bydlela dřív, jsem už kočku mít nemohla, protože bych to nezvládla. To víte, někteří zaměstnanci tady úplně pro kočku nejsou, tak já za ni vždycky bojuju. Pro mě to má velký význam, když tady se mnou někdo dýchá.“

V Domově pokojného stáří ve Vidnavě chová pan Jiří na svém pokoji Amadinu Gouldovou. Je to malý ptáček, kterého mu darovala pečovatelka. Ptáček, jak mu tady všichni říkají, dělá společnost nejen jemu, ale půjčují si ho i ostatní. Milují ho právě ležící klienti, pro které je vítaným zpestřením, kdy během dlouhých hodin v posteli mohou ptáčka pozorovat a těšit se z jeho přítomnosti.

O cílené terapeutické práci se zvířaty si můžete přečíst více na straně 4 v rozhovoru s canisterapeutkou, paní Marií Baďurovou.

Co nás čeká o prázdninách...

- **Večerní oheň** v zahradě Domova pokojného stáří sv. Hedviky ve Vidnavě.
- **Vnímat žlutou barvu** všemi smysly budou v Denním stacionáři Šimon.
- **Podněty z auditu** a metodických konzultací začínáme zavádět do služeb.
- **Jahodová kavárna** v Domově pokojného stáří sv. Františka v Javorníku.
- **Procházky a výlety** klientů Charitních domovů do okolí.

Čtěte dál ...

- **Velká zahradní slavnost** (str. 2)
- **Léto v plném nasazení** (str. 3)
- **Rozhovor** (str. 4)
- **Koupání za starých časů** (str. 5)
- **Duchovní zamyšlení** (str. 6)

Na ten den hlásili déšť



V úterý 22. června se na nádvoří Domova pokojného stáří sv. Františka konala módní přehlídka, na které předvedly své modely klientky s pečovatelnými, v přílehlé zahradě pak následovala slavnost s bohatým občerstvením a živou hudbou.

Velkou zahradní slavnost plánovali v Domově pokojného stáří sv. Františka uspořádat v rámci Víkendu otevřených zahrad. Vstoupilo jim do toho několik nenadálých situací a hlavně velké horko, které by bránilo seniorům v delším pobytu venku. „Nakonec jsme pro slavnost vybrali úterní odpoledne po mši. Zrovna na ten den hlásili déšť, takže jsme byli hodně napjatí, jak to dopad-

ne, ale nakonec nám vyšlo úplně ideální počasí,“ říká aktivizační pracovnice a moderátorka celého odpoledne Jana Nepožítková. „Máme nádhernou zahradu a chtěli bychom ji také ukázat návštěvám zvenčí. Oslovili jsme tedy rodinné příslušníky, pozvali jsme všechny zaměstnance a jejich děti, kteří za dodržení všech hygienických předpisů dělali našim klientům společnost.“

Módní přehlídka probíhala na nádvoří u studny a postaraly se o ni čtyři dvojice. Vždy klientka s klíčovou pracovnící si připravily společný model a prošly se na pomyslném molu před tříčlennou porotou. Svou chvilku slávy a pozornost všech si užily dvě dámy na promenádě s pejskem ve slavných Karlových Varech, dvě nevěsty, moderní praktické ženy a návštěva ze zahraničí – Peruánka a žena v šatech od španělského návrháře.

„Přemýšlíme vždy u takové akce, jak ji vnímají klienti s demencí a velice citlivě zvažujeme, jestli je pro ně situace srozumitelná a necítí se zneužití. Pozorujeme jejich reakce a hledíme na to, aby byli stále v pohodě a neprojevovali známky únavy a nelibosti,“ popisuje Jana Nepožítková a dodává: „Chtěla bych moc poděkovat svým spolupracovníkům, kteří se podíleli na přípravě, ať už krásnou květinovou výzdobou, díky které to na nádvoří vypadalo moc pěkně, nebo přípravou módní přehlídky i bohatého občerstvení.“

Krásnou atmosféru dokreslil pan Libor Mareček, který zahrál na kytaru a mnozí si s ním i zazpívali. Paní Ana Maria Filo ohromila všechny nejen pravým peruánským krojem, ale i tradičním tancem. Pro děti byly na zahradě připraveny atrakce – kuželky, minigolf a šipky. Běhaly po celé zahradě a připravily tak pro klienty to nejkrásnější divadlo.

Vzdělávání pracovníků je potřeba

Bezmála dvacet pracovníků Charity Jeseník se 15. června zúčastnilo školení s názvem Podpora a péče o osoby se syndromem demence. Lidé postižených touto nemocí stále přibývá a pracovníci Charity Jeseník se snaží na jejich potřeby pružně reagovat.

Charitní dům sv. Anežky ve Vidnavě je zde pro klienty s demencí již od roku 2013. Vzhledem k velké potřebnosti je možné od začátku letošního roku umístit klienty s touto diagnózou i v Domově pokojného stáří sv. Františka. Oba domovy jsou uzpůsobeny tak, aby zde mohli tito lidé s velice specifickými potřebami žít důstojně a přitom bezpečně.

Kromě vhodného zázemí je potřeba mít personál, který je náležitě proškolen. Pracovníci kromě teoretických informací o vzniku a fázích choroby měli na školení možnost prodiskutovat mnoho praktických situací, se kterými se dennodenně setkávají. Přínosné informace se dozvěděly i pečovatelské terénní služby, které pomáhají v

rodinách pečujících o staré lidi s demencí. „Znovu jsme si ověřili to, co nám ukazuje naše běžná praxe. Je potřeba znát všechna teoretická východiska a vědět, jak se pravděpodobně bude nemoc vyvíjet a čím můžeme její průběh ovlivnit. Pokud ale chceme, aby byla naše pomoc účinná, musíme přistupovat ke každému člověku individuálně, nejlépe se znalostí jeho životního příběhu,“ říká sociální pracovnice Marie Losmanová.

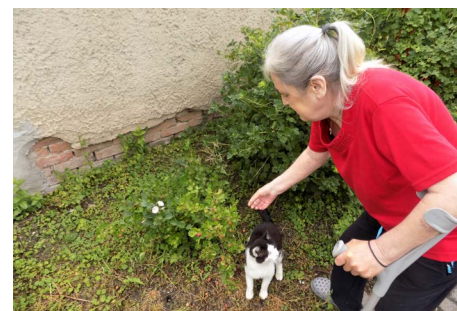
Kalendárium

- **2. srpna 2016** navštívili klienti Domova pokojného stáří sv. Hedviky kozi farmu „U Nýdrů“ ve Staré Červené Vodě. Tip na výlet jim dala klientka, která v sousedství prožila většinu svého života.
- **7. srpna** tomu bude rok, kdy proběhlo slavnostní otevření Domova pokojného stáří sv. Františka v Javorníku, který prošel celkovou rekonstrukcí. V tento den byl domov otevřen k prohlídce pro veřejnost.

Stalo se ...

Dobroty ze zahrady

Klienti Domova pokojného stáří sv. Hedviky ve Vidnavě tráví v této době hodně času na zahradě. Při sezení u rozkvetlého černého bezu je napadlo udělat si bezovou limonádu. Kromě bezu natrhali také pár jahod a červený rybíz. Společně si tak připravili výtečnou limonádu, na které si všichni pochutnali. A jak je vidět na fotce, při sbírání asistovala i oblíbená kočka.



Léto v plném nasazení



Proběhlý audit kvality v Charitním domě sv. Anežky i metodická konzultace v Charitní pečovatelské službě přinesly podněty, kterými se služby budou o prázdninách zabývat. A protože jich nebylo málo, čeká je opravdu perné léto.

Charitní pečovatelská služba prošla metodickou konzultací na konci května a v červnu už začala pracovat na některých úkolech. Prvotní nadšení „uděláme všechno co nej dřív“ vystřídal vytrvalost, že je toho docela dost a je potřeba si to dobře naplánovat.

Blížící se prázdniny a dovolené omezí setkávání se všemi pracovníci, takže se nejpr-

ve hledaly termíny, kdy se všichni mohou sejít. V červnu to vyšlo jednou, na červenec se takový termín našel a v srpnu by měla proběhnout další metodická konzultace s Pavlínou Dvořákovou, metodickou projektantkou. To ale neznamená, že se jinak na ničem pracovat nebude. Vedoucí služby, která je zároveň i sociální pracovnící, bude s metodickou Charitou Jeseník všechny podněty ze společných

setkání zpracovávat a především se budou společně zabývat procesem jednání se zájemcem a uzavíráním smlouvy.

To v Charitním domě sv. Anežky bude vše trochu náročnější. Audit prošel službu důkladněji a nápravných opatření bylo dost. Provoz služby ale komplikují zdravotní problémy zaměstnanců a během prázdnin také dojde ke změně sociální pracovníce služby. Vedoucí s metodickou měly v půlce června online konzultaci s Pavlínou Dvořákovou, jak si proces náprav navržených opatření rozvrhnout tak, aby se vše zvládlo. Ta jim doporučila, aby si během prázdnin dobře celý proces společně s novou sociální pracovnící promyslely. Je totiž potřeba začít od začátku, mít jasnou vizi, jak by služba měla fungovat a k ní směřovat.

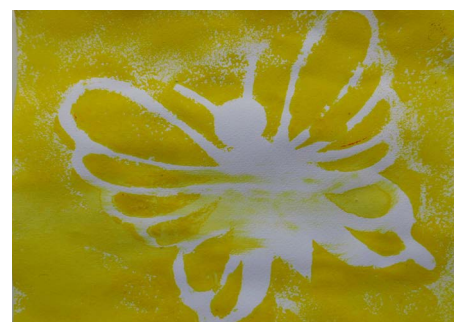
„Čeká nás mravenčí, dlouhá práce, kterou bez podpory vedení a spolupráce zaměstnanců nemůžeme realizovat,“ říká Jaroslava Švecová, vedoucí služby. „Vnímám, že si všichni uvědomujeme nutnost změn. A teď máme pro tuto změnu podmínky, i když ne všechny zcela příznivé. Tím myslím hlavně nedostatek a změny personálu, ale také musím zmínit limitující možnosti, které nám nabízí budova a materiální podmínky. Máme však jednu velkou výhodu, a to jsou právě doporučení z auditu a následné konzultace. Pokud se budeme tohoto ‚návodu‘ držet, nebudeme hledat výmluvy, proč teď ne, ale cesty, jak ano, máme z půlky hotovo.“

Letní prázdniny v barvě žluté

V rámci duhového roku mají ve stacionáři v plánu během prázdninových měsíců pracovat s uživateli s barvou žlutou. Snad nás i letošní léto bude obklopotvat právě již zmíněná proslulá žlutožlutá barva.

Žlutá barva evokuje teplo a dokáže prozářit i tmavé a studené místnosti. Na co se mohou uživatelé těšit, popisuje vedoucí stacionáře, paní Marta Nosková: „Během jednoho dopoledního programu si vyzkoušíme, jak chutná žlutá. Proběhne totiž malý degustační kvíz, kdy ochutnáme banán, papriku, citrón, meloun, žlu-

té maliny, kari. Pro letní osvěžení si pak připravíme citronovou limonádu a zajdeme si do města na vanilkovou zmrzlinu. Prázdninové diskuze budou probíhat na téma naší sluneční soustavy. A pro procvičení jemné motoriky si vyrobíme každý svůj malý antistresový míček, který nebude mít jinou barvu, než žlutou.“



Stane se ...

Jahodová kavárna

První středu v měsíci v odpoledních hodinách se ve společenské místnosti v Domově pokojného stáří sv. Františka vždy otvírá kavárna. Dostala už dokonce svůj název podle obrazu na zdi – „Kavárna u pěti panen“. Ve středu 7. července bude provoněná různými jahodovými specialitami. Pracovníci zvou rodinné příslušníky a spřízněné duše na posezení u dobré kávy.



Napsali o nás

Od Lidky pro Františka

Dotvářeli jsme zrovna tzv. Srdce domova – naši novou společenskou místnost. Proto zvítězil návrh umístit v čele místnosti velké akvárium, které se stane jeho dominantou. ...Společenská místnost je nyní hotová a krásná. Akvárium je opravdová třešnička na dortu. Ještě jednou děkujeme.

Javornický zpravodaj 6/2021

„Zvíře to musí mít v sobě,“ říká profesionální canisterapeutka Marie Bad'urová

Kdo jiný by věděl o příznivém působení zvířat na člověka více než paní Marie Bad'urová, která dochází se svou čivavou Bambu mezi seniory v Charitních domovech. Položili jsme jí pár otázek, abychom nahlédli pod pokličku této terapeutické metody.

Byla jste už od mala milovnicí psů? Jak dlouho už máte pejska?

Milovnicí psů, ale celkově zvířat. Dokonce jsem chtěla být veterinářkou, ale nakonec pracuji s dětmi jako speciální pedagožka. Doma jako děti jsme měli vlčáka a pak i v dospělosti jsem vždy měla nějakého psa, od jezevčků, krysařů, přes různé „oříšky“, až po vlkodava. Vypadá to moc, ale už je mi 59 let a prvního pejska jsem měla v 10 letech. Takže ano, pejsků jsem kolem sebe vždy měla hodně a ani teď „netroškařím“. Máme čtyři pejsky: německého ovčáka, dva velmi přerostlé pinče, nebo něco na ten způsob – bohužel jsem nevypátrala původ – a čivavu, pejska se zlatým srdíčkem, který rozdává lásku už více než čtyři roky.

Kdy a proč jste se rozhodla začít s pejskem pracovat profesionálně?

Příběh začal takto: Jak jsem zmínila, měla jsem krysařičku, jmenoval se Apik. Chodil se mnou mezi děti do poradny a hodně krásných chvil dokopřál smutným dětem nebo dětem s různými problémy. Pak bohužel umřel a já pocítila, že chci jeho odkaz tak nějak zúročit a pokračovat. Bambulka se ukázala jako opravdová „náplast na bolest“. Přišla nečekaně brzy a hlavně v souvislostech tolika okolností, že jsem měla pocit, že ji Apik poslal. Je úžasná, má v sobě tolik něžnosti, trpělivosti a vstřícnosti! Říká se, že čivava je nejušťekaňší a ostré plemeno. V případě Bambulky to neplatí. Ne, že by neuměla štěkat, to umí a velmi dobře, ale jinak je to boží pes.

Co je potřeba k tomu, aby se člověk se svým psem stal canisterapeutem?

Je potřeba především mít psa s odpovídající povahou. Sebelepší výcvik z pejska neudělá canisterapeuta, pokud to to zvířátko nemá v sobě. Pejsek může poslouchat, ale pro to, aby předal lásku, teplo a pomáhal, musí mít dáno, milovat lidi, doteky, prožívat radost. Taková canisterapeutická hodina není pro psíka tak úplně přirozená činnost – cizí lidé, cizí prostředí, různé reakce. Pejsek dělá vše pro nás, pro svého partnera „pánečka“. A pokud ten má srdce na svém místě a chce pomáhat, přitom má povědomí o výcviku, etologii a vývoji psa a nejlépe pedagogické, sociální nebo zdravotní vzdělání, může jít do toho.

Jak pejska cvičíte?

Ideální je začít s pejskem již od štěněte. Zvykat ho na přítomnost jiných lidí. Pejsek musí

být naprosto nekonfliktní ve vztahu k lidem i ostatním zvířatům. Řídím se tím, že pes poslouchá z přirozené úcty ke svému pánovi, ne z donucení. Velmi se snažím, aby můj psík měl ve mně oporu a důvěru. Ztracená důvěra se totiž těžko navrácí zpět. Někdy hrají velkou roli i zdánlivé maličkosti, třeba když někdo láká psa pamlskem, který mu pak odepře. Psíkovi není dobré bezdůvodně vynadat. Se psem necvičím, jsem-li rozčilená či nemám náladu. Pes to pozná, ale neví, že se psovod nezlobí na něj. Je pro mě zásadní být psovi partnerem, ale zůstat i šéfem. Při práci i při hrách jsou totiž dle mého pojetí vý-



chovy a výcviku psovod a pes partneri. Psovi je třeba dát šanci být úspěšný. Při výcviku nových prvků zařazují i ty, které pes velmi dobře ovládá. Zároveň ale nesmím připustit, aby si pejsek dělal, co chce. Dosáhnutí úspěchu ve výcviku se dá trpělivostí, důsledností, hrou a vytrvalostí.

Čím je vaše návštěva u seniorů odlišná od běžné návštěvy s pejskem? Proč by si měla zařízení objednávat proškolené canisterapeuty a na co by si při tom měla dávat pozor?

Práce se seniory má svá specifika. S dětmi je to jednodušší, vidí psa a jsou nadšeny. Hned chtějí všechno vyzkoušet. Motivovat starší lidi je daleko složitější. Je důležité vědět, jak s nimi pracovat, co dokáží, jak s nimi mluvit a hlavně vnímat jejich psychický stav. K tomu je opravdu potřeba mít alespoň základní znalosti získané i výše jmenovaným vzděláním.

Snažím se klienty rozprávět a právě pes je ideálním tématem k hovoru. „Pojď se mi ukázat, já jsem doma měla...“ Po návštěvě jsou senioři více akční. Je to pro ně něco jiného, není to všední. Často něco nechtějí dělat, třeba hrát si, bojí se. Ale pes přinese úplně jinou atmosféru.

Jak ideálně taková terapie probíhá?

Ne každý pejsek je takzvaně polohovací, že by šel do postele, lehnul si a zůstal tam. Pes je obrazem svého pána a s ním tvoří canisterapeutický tým. Navštěvuji seniory jednotlivě v pokojích. Chodím se sociální pracovníci, ona už ví, kteří senioři pejska chtějí, já už je při pravidelných návštěvách postupně taky znám. Člověk většinou sedí a vykládá si s vámi, záleží, jak kdy. Někdy chtějí ukázat cvik, který s pejskem dělám, nebo mu sami hodí míček. U jednoho člověka strávím maximálně deset minut. A někdy, pokud je situace příznivá, jde pejsek i do postele. Vždy použijeme nějakou ochranu povlečení jako deku nebo prostěradlo a pejsek už si pak sám najde své místo. Také někdy praktikujeme skupinové terapie s různými programy a hrami.

Zažila jste nějakou hezkou situaci při vašem působení?

Velmi mnoho a často se mi vyřinou slzy radosti. Třeba když pán, který dlouhou dobu nepromluvil, najednou promluvil, nebo když si Bambulka v nemocnici přilehla k pacientovi přesně tam, kde jej bolela ruka. Je to vždycky o tom, že lidé toho psa chtějí. Nemůžeme psa nikomu nutit. Ale taky už se mi stalo, že na pokoji, kde byly dvě paní, jedna psa nechtěla vidět a říkala, že pes tam nemá co dělat. A já jsem navštěvovala tu druhou, která ho měla ráda. A pak, třeba po třetí návštěvě, už ta paní nic neříkala, psa neodmítala a na konec ho i pohladila. Stalo se taky, že se člověk ohnul, aby zvedl ze země vodítko, i když už dlouhou dobu nic takového nebyl schopen udělat. Najednou to šlo. Nezřídka klienti, kteří nechtějí opouštět pokoj, když dostanou do ruky vodítko, aby šli se psem, tak jdou.

Děkujeme za rozhovor.

Marie Bad'urová – medailon

Pracuje jako speciální pedagožka v Pedagogicko psychologickém poradně v Jeseníku. Vystudovala obor Canisterapeutický výcvik na Pedagogické fakultě v Olomouci. Jako canisterapeutka pracuje pod záštitou organizace „Podané ruce, z.s.“, kde absolvovala různé semináře a workshopy. V současné době žije ve Vidnavě.

Plavaly naše babičky?



Jednou z nejoblíbenějších činností v letních měsících je bezesporu koupání. Jezdíme k moři do zahraničí, nebo k rybníkům, řekám a jezerům v naší republice, navštěvujeme koupaliště. Jak to ale bylo v dobách, kdy byly naše babičky dětmi?

Když se zeptáte vašich babiček a dědek, kteří trávili své dětství v první polovině minulého století, na to, jestli umějí plavat, překvapí vás možná, kolik z nich vám odpoví, že ne. Nechali jsme si vyprávět příběhy o koupání od klientů v našich domovech.

Paní Oluše (94 let) vypráví: „Chodili jsme

na rybník nebo k řece. Tam, kde jsem bydlela, tekla Orlice a vždycky o žních, když se šlo z pole, tak jsme se šli vykoupat do řeky. Měli jsme na sobě jenom, jak bych vám to řekla, takové spodní prádlo. Do řeky jsme se chodili hlavně umýt, a kdo uměl plavat, kdo se naučil, tak ten plaval.

Já jsem měla také takový zážitek, že mě vír podebral nohy a děcka si myslela, že dělám blázna, nechali mě a já jsem se málem utopila.“

Pan Jaromír (76 let) strávil dětství v Ostravě: „My jsme chodili na koupaliště v Ostravě-Porubě. Když mi bylo asi sedm nebo osm roků, tak ho začali stavět, to bylo někdy na začátku 60. let. To bylo největší v republice. Bylo tam i brouzdaliště pro děcka, uprostřed byl taký kůl, ze kterého stříkala voda. Nosil jsem plavky ‚adamky‘, které se zapínaly zipem na boku. Tata uměl plavat a naučil mě to, matka neuměla. Pak jsem taky chodil do turistáku a tam jsme jezdili aji na loďkách. Potom jsem byl na haviřském učilišti, tam byl krytý bazén a to měli v celé republice enem haviří! To byla věc! Aji bych si ještě zaplaval, ještě bych si to možná pamatoval.“

Paní Anna (73 let) vzpomíná na léto na malém městečku: „Chodili jsme do řeky, řeka je všude, ale plavat jsem neuměla, leda ke dnu. My jsme sa vždycky umyli a potom lehli na deku. Moja mama sa chodila jenom oplachovat, když šla z pola. A jak jsme byly malé děcka, tak se švigrů jsme si vykopaly d'uru na zahradě, nanosily vodu a v tým bahýnku sme sa kúpaly.“

Jak to bylo v první polovině minulého století s koupáním na Jesenicku, si můžete přečíst níže v zamyšlení znalce dob minulých, pana Milana Rychlého.

Z mého pohledu

Hygiena a koupání v minulém století

Čím člověk stárne, tím více vzpomíná na mládí. Vzpomíná na rodiče, příhody z dětství, kamarády či kamarádky, vzpomíná na první lásky a někdy se vynoří vzpomínky na věci tak samozřejmé, že jsme je přestali již vnímat. Ráno, přes den, či večer jdeme do koupelny, pustíme vodu, umyjeme se – a vzpomeneme si. Jak to vlastně bylo za našeho mládí, nebo jak to měli naši rodiče s hygienou a celkově s koupáním?

Jestliže si vzpomenu na moje mládí, kdy mě vychovávala stařenka na vesnici, tak přes týden se umývalo jen v potoce či laboru, a to většinou studenou vodou a mýdlem s názvem Kominík. Hlavní koupel byla zvolena na neděli. Na štokrle (židle bez opěrátka) byla postavena plechová vana, na sporáku se ohřála voda a tu čest vykoupat se jako první jsem měl já, jako malý kluk. Naposled se umývala stařenka (to jsem musel vždycky z kuchyně odejít), no a po umývání se voda použila buď na namáčení prádla nebo na utření venkovní chodby či schodů. Co se týče znalosti umět plavat, je to vlastně

taky jak na houpačce. Je pravda, že v antice bylo plavání jedním z důležitých vyučovacích předmětů, a tedy plavání mělo pro člověka důležitou roli. Dokonce římsí vojáci se učili plavat v šatech i zbroji v řece Tibeře. No a pak toto umění opět většinou upadlo. Až v 19. století v Anglii postavili jak uměle vytvořené bazény, kde se konaly i první plavecké závody, tak i v roce 1862 první krytý bazén. Moje stařenka ani stařeček plavat neuměli. Těch faktorů proč ne, je několik. Plavat uměli tehdy jen lidé, kteří měli poblíž řeku či koupaliště, které se v našem kraji začaly stavět až na začátku 20. století. Bohužel ti, kteří v okolí měli jen potůček, ho sice mohli přehradit, ale na naučení se plavat to bylo přeci jen složitější. Rybníky sice byly, ale ty byly většinou hlídané porybným. Nesmíme ani zapomenout na pověru, která byla dost rozšířená ještě na začátku 20. století. Ta pověra se jmenovala vodník a bránila lidem v bezstarostném koupání v rybnících. V 1. polovině 20. století, většinou tak ve 30. letech vznikaly v našem kraji první

koupaliště, a to v Jeseníku, v Žulové, ve Vidnavě a v Javorníku. Vzhled byl podobný – většinou to byly bazény obdélníkovitého tvaru, zázemí tvořily dřevěné převlékárny, které nebyly rozděleny na muže a ženy. Je pravda, že plavky byly daleko cudnější, než jsou dnes. Na všech těchto koupalištích fungovalo i občerstvení a většinou tam chodili mladí lidé. V Javorníku navíc fungovaly ve 30. letech 20. století „slunečné lázně“, což byly jednoduché plechové vany a slunilo se na louce. Tyto lázně se nacházely naproti současnému fotbalovému hřišti. Co se týče lomů na těžbu kamene, všechny tehdy byly v provozu, takže tam nebyl přístup a ani voda jako dnes. A tak sloužily k vodním hrátkám na vesnicích jen hasičské nádrže, přehrazené potoky, a když jste se nebáli porybného či vodníka, tak i rybník. Dnes je již dávno plavání ve školních osnovách a tak snad jednou budou umět všichni lidé plavat – já bohužel mezi nimi nejsem, v mém mládí byl ve vesnici jen malý potůček.

Milan Rychlý, historik

Duchovní zamyšlení

Na co čekáme?

Každý člověk v životě stále na něco čeká a v něco doufá (zlepšení zdraví, na hezkou dovolenou, až děti vyrostou, na důchod). Člověk, který by v životě na nic nečekal, by byl zaživa mrtev. Na co ale čekáme my křesťané, kam směřuje naše naděje? Mnohdy se nám vytýká, že čekáme na něco neskutečného, na nějakou zázračnou pomoc ve starostech, místo toho, abychom se sami pořádně starali o všední věci, že očekáváme nějakou posmrtnou existenci, místo abychom užívali světa a života. Zcela svobodní jsou prý lidé, kteří nic od žádného Boha nečekají na zemi ani po smrti – takoví lidé by měli být nejšťastnější. Víme však, že ve skutečnosti to zdaleka tak není. Takoví lidé mnohdy očekávají věci zcela nereálné a hlavně podléhají i různým strachům (z nemoci, z neštěstí, z války, z neúspěchu). A jak je to tedy s očekáváním a nadějí u křesťanů? My máme v ruce skutečnosti, které ukazují dál (za smrt, za neštěstí, za lidskou bezmocnost...). Tou skutečností je víra v Boha, který vzkřísil Ježíše a s ním vzkřísí i nás. Ta je zárukou a silou, o níž svědčí životy mnoha lidí, kteří ji měli. Víra nám říká, že nežijeme jen ze sebe, ani jen sami sobě. Byli jsme s Kristem vzkříšeni, ve křtu jsme byli napojeni na Jeho život, který smrt překonal a který naplňuje neohraničenou budoucnost – žijeme z Boha. A proto můžeme v tomto světě žít s minimem strachu. Proto hledění vzhůru není únikem z tohoto života, ale pomocí k plnému životu bez úniku. Naše účast na Kristově vzkříšení není jen otázkou budoucnosti. Je to skutečnost, v níž žijeme. Platí od našeho křtu – náš život není žít jen z pozemských zdrojů, ale z Krista a v Ném je skryt v Bohu. Velikonoce pro nás křesťany nekončí posledním volným dnem, ale pokračují v dalších všedních dnech našeho života, které budeme žít z naděje a síly života skrytého v Bohu a budeme moci pohrdnout i mnohými strachy života.

Mgr. Waldemar Woźniak OT
farnost Lipová-lázně, Domašov



Poděkování

Pomoc z Harmonie

V Domově pokojného stáří sv. Františka proběhla pracovní návštěva klientů komunity Harmonie z Bílé Vody. Muži dělali těžkou práci, zabetonovali houpačku na krásném místě pod stromy a ženy pomáhaly s úklidem a zahradními pracemi. A našla se i chvilka na popovídání s klienty. Moc děkujeme.



Nečekaná výpomoc

Vedoucí Domova pokojného stáří sv. Hedviky děkuje studentům sociálního oboru Slezské univerzity v Opavě Janu Schielovi a Dominiku Pecháčkovi, kteří v domově absolvovali odbornou praxi. Když viděli, jak potřebná je zde každá mužská ruka, vyhradili si jeden den a přijeli pomoci při vyklízení půdy. Přitom se na půdě objevil poklad – krásný dřevěný stůl. „Bude to chtít ještě malé úpravy, ale až ho zrenovujeme, bude sloužit na dvorku Charitního domu sv. Anežky k přesazování květin,“ říká vedoucí domova, Jaroslava Švecová.

Krásné video z Vápenné

Klienti a kolektiv pracovníků Domova pokojného stáří sv. Františka velmi děkují dětem a paní učitelce 1. třídy Základní školy Vápenná za vyrobená srdíčka a sluníčka a hlavně za krásné video, které natočily. Všichni, hlavně babičky, mají rády děti a se zaujetím zhlédly video několikrát. Dokonce dětem za jejich vystoupení tleskaly. Ještě jednou děkujeme za skvělý nápad.



Krátce

Můžeme doporučit

Kompenzační pomůcky mohou pečujícím velice výrazně ulehčit práci. Pečovatelka Pavla Macíková má velmi dobrou zkušenost s otočnou plošinou, díky které přemístí klientku po zlomenině krčku a s artrózou v kolenu z postele na klozetové křeslo nebo na invalidní vozík. Klientka se přidržuje židle, postaví se oběma nohama

bezpečně na plošinu a pečovatelka nohou pootočí kolo. Odpadá tak bolestivé přešlapování klientky a pro záda pečovatelky je to velká úleva. Tento způsob je bezpečný a pro obě strany pohodlný. Podmínkou je samozřejmě to, aby klient ustál na nohou. Pomůcku na radu pečovatelky zakoupila rodina a tak ji můžeme směle doporučit všem, kteří pečují o své blízké v domácím prostředí.

Pomozme!



**DIECÉZNÍ CHARITA
BRNO**

HODONÍNSKO • BŘECLAVSKO



Pomoc lidem zasaženým tornádem

číslo účtu: 4211325188/6800, VS: 2002
pro mezinárodní platby: IBAN CZ36 6800 0000 0042 1132 5188 SWIFT / VBOECZ2XXXX
DMS na číslo: 87 777 ve tvaru DMS DCHB 30, 60, 90 nebo trvala DMS TRV DCHB 30, 60, 90
www.pomocotornado.charita.cz



QR Platba