

# OKÉNÍKO do



charity  
Jeseník

číslo 3 • 2018

## Slovo ředitelky

### Milí přátelé,

jedno známé české úsloví praví, že „člověk je křehká nádoba“. A především to platí o jeho stáří, které je nejen křehké, ale hlavně velmi zranitelné. Bývá doprovázeno různými nemocemi a neduhy. Starší lidé si s tím sami neví rady a svým obtížím často nerozumí. Jejich pomocníkem pak jsou ti nejbližší, které mají kolem sebe. A když se objeví demence, jejíž projevy jsou i pro blízké často nepochopitelné, pak je pomoc zvenčí někdy jedinou možností.

Proto mě velmi těší, že i my - jako Charita Jeseník - přispíváme alespoň malou měrou k tomu, aby lidé, kteří touto nemocí trpí a nemohou být doma, měli možnost prožít závěr života u nás. Je to již pět let, co jsme ve Vidnavě otevřeli novou službu - Charitní dům sv. Anežky. Již tehdy to byla velmi potřebná služba. Časem se jen potvrdila nemilosrdnost statistik týkajících se této nemoci - počet žádostí o umístění do domova několikanásobně převyšuje kapacitu.

Péče o lidi s demencí je velmi náročná, nejen po fyzické stránce, ale zanechává stopy také na psychice. Právě projevy této nemoci mohou často přinést těžké rodinné situace, které nemocný nechťel vůbec způsobit. Velmi si vážím Vás, kteří se rozhodnete starat o své nejbližší doma.

Nejen Vás, ale i všechny, kteří mají zájem pochopit svět lidí s demencí a Alzheimerovou chorobou, srdečně zvou na přednášku o tomto ožehavém tématu do Hotelu Slovan v Jeseníku. Těším se, že se tam společně potkáme.

**Helena  
PASCHKEOVÁ**  
ředitelka



## Vzdorujeme demenci

**Jak pochopit svět lidí s demencí, odstranit bariéry v komunikaci a naučit se řešit každodenní situace – to vše a ještě mnohem více bude možné se dozvědět na přednášce, která se uskuteční ve čtvrtek 15. března od 16:30 hodin v Hotelu Slovan.**

Přednáška je určena především pečujícími, ale také těm, kteří se o této nemoci chtějí dozvědět více. Přednášející Mgr. Lucie Pohlová, DiS. návštěvníky seznámí s různými koncepty přístupu k lidem s demencí a zmíní se i o nových trendech v ošetrovatelství. Na krátkých videoukázkách poukáže na chyby při péči o takto nemocné, ale i správný přístup.

Své zkušenosti s péčí o lidi s demencí má také několik zařízení Charity Jeseník. „V rámci pečovatelské služby se setkáváme s lidmi, u kterých tato nemoc často teprve propuká. Začíná to pozvolným zapomínáním běžných věcí, postupně se ale vše zhoršuje. Klient má například pocit, že se

sprchoval ráno, ale bylo to třeba před dvěma dny, a rodina není schopna ho přesvědčit, aby se umyl. Někdy je to úsměvné, ale často je to pro rodinu vyčerpávající,“ říká Mgr. Hana Netopilová, vedoucí Charitní pečovatelské služby. O problémech rodin pečujících o blízkého s touto diagnózou vědí své také sestřičky z Domácí zdravotní péče. „V pozdějším stádiu demence je péče čím dál náročnější. Povaha nemocného se může výrazně změnit,“ objasňuje vedoucí tohoto střediska Charity Jeseník Bc. Marie Kopecká. „Děti jsou například v šoku, když maminka, která mluvila vždy jen slušně, je najednou vulgární. Také se mohou objevovat projevy agrese. Tady je potřeba, aby byla nastavena správná léčba,“ dodává. O tom, jak zvládají péči o lidi se stařeckou demencí a Alzheimerovou chorobou v Charitním domě sv. Anežky, který letos oslavil 5. výročí vzniku, si můžete přečíst v rozhovoru s jeho vedoucí Bc. Marií Dobošovou, DiS. na straně 5.

## Co nás čeká v březnu ...

- **Přednáška Vzdorujeme stařecké demenci**, ve čtvrtek 15. března
- **Turnaj v šipkách** v Domově pokojného stáří sv. Františka v Javorníku
- **Trhy ve Vidnavě** spojené s výzdobou domova
- **Jarní tradice ve stacionáři**, sadba velikonoční trávy a jiné zvyky...
- **Kino pro koledníky Tříkrálové sbírky** tentokrát v Javorníku

## Čtěte dál ...

- **Talentovaní senioři** (str. 2)
- **Přijďte ochutnat** (str. 3)
- **Odpovídá M. Dobošová** (str. 5)
- **Vyhlášení soutěží** (str. 7)
- **Postní zamyšlení** (str. 8)

# Senioři objevují nadání



Na začátku února proběhla ve Vidnavě vernisáž výstavy ART BRUT, kterou pořádalo Občanské sdružení SALET. Výstava si klade za cíl nabourávat výtvarné hranice vnímání osob s mentálním či psychickým onemocněním.

Na výstavě, kterou je možné zhlédnout ve vidnavském výstavním sále Jednota až do 19. května, je možné najít také díla pana Jana Kózky, uživatele Domova pokojného stáří sv. Hedviky ve Vidnavě. Jan je od dětství mentálně postižený, narodil se v roce 1945 v Oticích u Opavy. Jeho otec zakoupil statek v Bělé pod Pradědem. Pan

Jan však zůstal v Opavě se svými prarodiči a navštěvoval zde také základní školu. Po ukončení základního vzdělání odjel za svými rodiči, kterým pomáhal s prací na poli a s chovem zvířat. Do Domova pokojného stáří přišel po jejich smrti v roce 2006. Od té doby mu je opatrovníkem synovec Kamil, který ho pravidelně navště-

vuje a dělá, co je v jeho silách, aby byl Jan spokojený. V domově si pan Kózka našel dokonce i přítelkyni. Malbě se naplno začal věnovat na začátku roku 2017. „Dříve vymalovával pan Kózka hlavně mandaly a maloval koně. Zpočátku své malířské kariéry váhal, velmi se bál poprvé vyzkoušet barvy, ale jeho tvorba je tak úžasná, že zaujala nejen nás, ale i výtvarníky. Jde vidět, že mu malování přináší potěšení,“ říká sociální pracovnice Bc. Petra Fiorová.

V galerii ve Vidnavě je možné obdivovat také díla pana Marečka z Domova pokojného stáří sv. Františka v Javorníku. Nejedná se o jeho premiéru, v minulém roce proběhla prodejní výstava jeho obrazů v altánech Charitní zahrady v Javorníku. Výstava nesla název Barevné myšlenky a vernisáž byla spojena se zahradní slavností. Pan Mareček maloval rád již od dětství, nyní se díky působení v Občanském sdružení Salet začal malbě věnovat intenzivně. Panu Marečkovi výstavy velmi zvýšily sebedůvěru a chuť v malování pokračovat. V Javorníku i ve Vidnavě bylo několik jeho obrazů prodáno. Vernisáží se účastní i příbuzní pana Marečka, kteří jeho aktivitu podporují.

„Obrazy pana Marečka mám osobně moc ráda, několik jich zdobí stěny našeho Domova. Jeho optimistické „Mlékařky“, které mám v kanceláři, mi vždycky zvednou náladu,“ říká vedoucí domova, PhDr. Petra Tomášková.

## Koledníci vyrazili na brusle

Měsíc od Tříkrálové sbírky, konkrétně v pátek 9. února, uspořádala Charita Jeseník pro své koledníky podvečerní volné bruslení na Lázeňském kluzišti. Tříkrálové bruslení mělo letos premiéru.

„Naším koledníkům jsme tak tímto způsobem poděkovali za jejich podporu,“ říká koordinátorka sbírky na Jeseníku Zuzana Hanulíková a dodává, že „účast na bruslení byla poznamenána vysokou nemocností, která tradičně toto zimní období provází.“ Nicméně v den D vyjelo na ledovou

plochu přes čtyřicet králů. Každý z koledníků měl na hlavě způsobně nasazenou tříkrálovou korunku.

Poděkování patří zejména paní Kateřině Galuškové, která je garantem projektu Veselých lázní a animátorka volného času a sportu, která s námi dojednávala proná-

jem kluziště. „Na led jsme také pustili návštěvníky z Brna, kteří v lázních trávili jarní prázdniny s příslibem, že budou koledovat příští rok v Brně. Návštěvníci z Brna stále nemohli věřit tomu, že nám nevdají, že nebudou koledovat pro naši Charitu, ale pro tu jejich,“ dodává koordinátorka. Zkrátka koledníci mají srdce otevřené pro všechny potřebné, ať jsou z Brna, Prahy nebo z Jeseníku.

### Kalendárium

- **9. března 2012** proběhla v Domově pokojného stáří sv. Františka beseda s PhDr. Ivanem Galuszskou na téma cestování po Peru.
- **21. března 2013** jsme pořádali pečení perníčků v Charitním domě sv. Anežky.
- **13. března 2014** stacionář navštívil domovy se svým divadelním představením „Legenda o Vínckovi“.

### Stalo se ...

#### Černá hodinka

Není to tak dávno, co se lidé ze sousedství o dlouhých zimních večerech scházeli a při svíčkách si vyprávěli příběhy. Bývalo to běžné a prosté. Dnes už je ticho, klid a tma vzácností, a to i v Domově pokojného stáří sv. Františka. Jednoho únorového večera jsme si proto tuto atmosféru navodili – sešli jsme se na pokoji, zapálili svíčky, uvařili svařák, četli si a povídali. Byl to hezký večer, který připomněl staré časy...

#### Proběhl maškarní rej

V lednu si uživatelé Stacionáře Šimon postupně připravovali masky pohádkových bytostí. I proto se 6. února mohli připraveni sejít na Maškarním reji. Přišel například Spejbl, Mickey Mouse, hasič, bílá paní, žabí princezna a chybět nemohla ani Pipi dlouhá punčocha. Dopoledne, které bylo vyplněné společným kvízem, soutěžní jízdou zručnosti na vozíčku a hudbou, uteklo velmi rychle. Masky všech byly úžasné.



# Stále je na co se těšit



Již tradičně se ve Vidnavě uskuteční na Zelený čtvrtek 29. března v 15 hodin Velikonoční trhy, které pořádá místní spolek KUSZUŠ. Můžete se těšit na hudební vystoupení, zelenou kavárnu a tvůrčí dílny. Zúčastní se i Charita Jeseník.

Během trhů tak bude příležitost prohlédnout si také výrobky seniorů z Domova pokojného stáří sv. Hedviky. Jarní atmosféru pomohou navodit velikonoční výrobky z rukodělné a ergoterapeutické dílny domova. „Letos jsme společně s uživateli vyrobili koše, zdobené slepičky, dekorova-

ná a háčkovaná vajíčka. Je na co se těšit,“ podotýká aktivizační pracovnice domova Diana Zahradničková.

Do vybavené rukodělné dílny mohou uživatelé domova docházet každý pracovní den dopoledne. Kromě přípravy velikonočních trhů chystají také velikonoční výzdo-

bu svého Domova.

A jaké další aktivity mohou senioři v Domově pokojného stáří sv. Hedviky v současnosti využívat? Kromě dílen je jejich všední den zpestřován skupinovým cvičením probíhajícím dvakrát do týdne v jídelně domova. Klienti dále mohou využít fyzioterapii. V domově také probíhá pravidelná canisterapie, tedy návštěva speciálně cvičených psů, kteří již svou přítomností léčí. Kromě pravidelných aktivit zpestřují chod domova i mimořádné kulturní akce, například koncerty, výstavy a výlety. „Aktivity si volí sami senioři. Pokud projeví zájem, zavezeme je na výstavu, do kavárny či do obchodu, zkrátka tam, kam chtějí. Dokud to jejich zdraví dovoluje, chodí sami. Zdravotní stav většiny již však vyžaduje doprovod pracovníka domova,“ říká aktivizační pracovnice domova.

Kavárna a společné vaření a pečení jsou rovněž aktivity, které probíhají pravidelně a patří mezi velmi oblíbené.

„Vždy se ale snažíme přizpůsobit momentálnímu přání klientů. Zkušenost totiž ukázala, že přílišné plánování aktivit je někdy spíše na škodu a seniory stresuje. Z vlastní zkušenosti víme, že pokud je před námi nějaká akce nebo třeba dlouhá cesta, jsme již několik dní dopředu nervózní. Tím spíše senioři, kteří stres zvládají o to hůře“, dodává. Činnosti je tak potřeba plánovat citlivě a s ohledem na přání každého seniora.

## Ve středu můžete přijít ochutnat

Téměř každou středu probíhá v Domově pokojného stáří sv. Hedviky společné vaření. V únoru jsme například dali prostor našemu klientu panu Wimmrovi a vařili jsme dle jeho vlastních receptů. Nejprve přišly na řadu květákové placičky a poté ďábelské toasty.

Do společného vaření se zapojují všichni klienti bez omezení. Je to vhodné místo i k různým druhům aktivizace, jako např. reminiscence, smyslová aktivizace – chuťová, čichová i hmatová. A jde vidět, že je to opravdu baví. K práci si pustíme příjemnou hudbu, uvaříme kávu a povídáme si.

Jedna naše klientka, která již není schopna komunikovat běžným způsobem, byla schopna z části sama umíchat těsto na bábovku, poté ji nakrájet a každému nabídnout. Tak jak to dělávala celý život doma své rodině. Již se těšíme, co uvaříme příští středu v našem „kroužku vaření“.



### Stane se ...

#### O stáří chceme pečovat

Oslavy Mezinárodního dne žen proběhnou v našich domovech pro seniory ve čtvrtek 8. března. V domovech chtějí svátek oslavit tím, že budou ženy, které mají mezi sebou, ještě více opečovávat. Každá žena bude obdarována květinou. Navíc se například v Domově pokojného stáří sv. Františka chystá návštěva kosmetičky, která tak zpříjemní ženám jejich svátek.

#### Turnaj v šipkách

V Domově pokojného stáří sv. Františka proběhne v průběhu března turnaj v šipkách. „Šipky si naši klienti vyzkoušeli v loňském roce na zahradě domova ve Vidnavě, některé to moc bavilo, takže jsme si zatím terč vypůjčili a jestli nás to chytne, pořídíme si jej do domova také,“ říká vedoucí Domova v Javorníku, PhDr. Petra Tomášková.

### Napsali o nás ...

#### Tříkrálovka sportovně

...Jedna estetická zajímavost – graf lipovské Tříkrálové sbírky za poslední léta kopíruje takřka přesně panorama naší obce při pohledu na Obří skály a Šerák. Je stále na vzestupu. A možná si v příštím okresním kole Tříkrálové sbírky opět zazpíváme: Pokřik zní vítězství, tisíce srdcí již hoří jí, tou vášní sportovní (charitní).

Lipovský zpravodaj, leden 2018



společně s Vámi... 



# VZDORUJEME STAŘECKÉ DEMENCI

15. března v 16:30 h  
Hotel Slovan



**Pečujete o příbuzného s demencí a nevíte si často rady?  
Zveme Vás na přednášku, která Vám pomůže lépe pochopit svět lidí  
s demencí a Alzheimerovou chorobou.**

**Tématem Vás provede *Mgr. Lucie Pohlová, DiS.*,  
která sama pracuje s lidmi s tímto onemocněním.**





# „V práci se mi splnil sen,“ říká Marie Dobošová v rozhovoru pro OKÉNKO

Paní Marie Dobošová, vedoucí Charitního domu sv. Anežky ve Vidnavě, se pomalu loučí se svou prací. V lednu měla odejít do důchodu, avšak protože se stále nedaří najít za ni nástupce, zůstává i nadále na pozici vedoucího i sociálního pracovníka. Těší se však již na péči o vnoučata - má čtyři děti, z toho tři dcery a syna. A také hodného manžela, který má pochopení pro její práci.

## • Co Vás napadne, když se řekne Charitní dům sv. Anežky?

Malé sociální zařízení rodinného typu pro 14 klientů nad 60 let věku s Alzheimerovou chorobou a stařeckou demencí. Klidné pracovní prostředí a dobrý kolektiv, jehož péče je provázena respektem a úctou k člověku.

## • Kam by měla péče o nemocné demencí v budoucnosti směřovat?

Stáří samo o sobě přináší spoustu změn. U osob se stařeckou demencí a Alzheimerovou chorobou se tyto změny ještě více umocňují. Pacientů s touto diagnózou neustále přibývá. Ideální by bylo, kdyby mohli dožít doma, v kruhu svých blízkých, s případnou podpůrnou pomocí terénních služeb, jako je pečovatelská služba či ošetřovatelská péče. Ne vždy se to ale podaří. Pak zbývá vyhledat institucionální pomoc. Na Jesenicku jsme bohužel jediným zařízením tohoto typu a v našem pořadníku máme 40 žádostí o přijetí.

Co zde také chybí je tzv. odlehčovací služba, která by pečující rodinu vystřídala a pomohla v době, kdy si potřebuje odpočinout nebo vyřídit rodinné záležitosti. Často by stačilo vystřídat je na několik dní a rodina by opět načerpala sílu.

Také by domácím pečujícím pomohly vzdělávací kurzy, kde by se dozvěděli praktické návody, jak si péči usnadnit.

## • V čem je práce s lidmi s Alzheimerovou nemocí a demencí jiná, specifická?

Práce s naší cílovou skupinou je hodně náročná, hlavně psychicky. Personál musí být trpělivý, nekonfliktní, empatický. Musíme si tzv. „obout boty“ klienta, tedy svoji práci přizpůsobit jeho individuálním potřebám. Školíme se například ve speciálních metodách práce (validace, bazální stimulace, reminiscence) a máme k dispozici zvýšený počet pracovníků v přímé péči.

## • Kde je podle Vašeho názoru hranice, kdy již pro rodinu není únosné se o nemocného postarat v domácím prostředí, dá se taková hranice vůbec poznat?

Hranicí, kdy již rodina péči nezvládá nebo nemocný nemůže být sám v domácím prostředí, bývá nebezpečné chování. To se projevuje například tak, že se nemocný nedokáže vrátit z procházky, nevypíná plynové spotřebiče, nepamatuje si, kde si

uložil peníze a obviňuje rodinu z krádeže jeho úspor, není schopen hospodařit s penězi, neuváženě podepisuje smlouvy s podomními prodejci, zapomene, kdy si vzal léky a vezme si je opakovaně nebo vůbec, je agresivní a podobně.

Vzpomínám si na příběh, kdy si nemocná paní ohřívala krabicové mléko v mikrovlnce. Došlo k výbuchu a demolici kuchyně. Není v silách pečujícího být 24 hodin denně ve střehu. Sám na sobě vidí, že je



unavený, nervózní, naštvaný a začíná mít zdravotní potíže.

## • Chystáte se odejít na zasloužený odpočinek. Jaké je to po pěti letech z Charitního domu odejít do důchodu, co plánujete do budoucna?

Odchod do důchodu bude pro mě velkou změnou. Zpočátku asi nebudu vědět, co s volným časem. Víím ale, že se na mě těší čtyři vnoučata (páté je na cestě) a tak budu pomáhat při jejich hlídání.

V létě mě zastihnete v lese na borůvkách, což je moje velká vášeň, nebo na zahrádce. S manželem rádi cestujeme, proto plánujeme poznávat i vzdálenější cíle, než dosud. K mým velkým zálibám patří také knihy.

Vzhledem k tomu, že jsem se celý život pohybovala v sociální a zdravotnické sféře a tato práce mě vždy naplňovala, uvažuji zapojit se opět do ní, např. jako dobrovolník. Moc mi bude chybět náš kolektiv charitních zaměstnanců. Opravdu jsem zde pociťovala rodinnou atmosféru. Počínaje vedením, konče mými kolegyňmi na pracovišti. Vždy jsem se mohla spolehnout na jejich podporu.

## • Co byste přála svému nástupci?

Svému nástupci bych přála hodně empatie, síly a optimismu. Ať ho toto poslání naplňuje. A aby se mu dařilo ještě lépe než mně. A k tomu mu vyprošuji v modlitbě Boží pomoc.

## • Když se ohlédnete za uplynulými pěti lety, jak byste je ohodnotila - co se podařilo, největší úspěch, či zklamání?

Zpočátku byla práce velmi náročná. Dřív jsem přijímal nejen nové klienty, ale i nové zaměstnance. Navzájem jsme se poznávali, učili se spolupracovat a vycházet si vstříc.

V současnosti máme v domově stabilizovaný a spolehlivý pracovní tým. Účastníme se vzdělávacích seminářů a získané poznatky přenesáme do praxe.

Kolegyně se často zapojují i nad rámec svých povinností, například doma šijí pracovní polohovací pomůcky, předpěstovávají pro nás sazenice, upečou cukroví, přivedou klientům ukázat své děti, nové štěně, nebo doprovodí se svoji rodinou klientku do cirkusu.

Největším úspěchem je pro nás spokojenost našich klientů a jejich rodin. Radujeme se ze všeho: že klientovi chutnal oběd, že si vzpomněl na jména svých dětí a místo bydliště, že ho dnes nic nebolí, že se zapojil do rehabilitace, že se v noci vyspal, že se mu podařilo udělat s oporou několik kroků...

Těší nás, když nám rodiny klientů napíší nebo přicházejí poděkovat za naši péči a doporučují nás jiným zájemcům.

A zklamání? Snad jen tehdy, když nám nevyjde nějaký projekt. Ale takový už je život.

## **Bc. Marie Dobošová, DiS.**

*Paní Marie Dobošová pochází z Karlovy Studánky. Vystudovala Střední zdravotnickou školu v Krnově, později také UP v Olomouci - Charitativní a sociální práce. Má čtyři sourozence. Ráda vzpomíná na maminku, která svým dětem vštěpovala víru a lásku k bližním. Celý život se pohybovala ve zdravotnictví a sociální sféře, pracovala jako dětská a geriatrická sestra, ředitelka domova důchodců ve Zlatých Horách, referentka obchodního odd. lázní K. Studánka. Od jeho založení, tj. od r. 2013, vede Charitní dům sv. Anežky ve Vidnavě. Žije ve Zlatých Horách. Říká, že se jí splnil životní sen, protože koníčkem pro ni byla její práce.*



společně s Vámi... 



## **...POMÁHÁME POTŘEBNÝM NA JESENICKU**

**Tradiční TŘÍKRÁLOVÁ SBÍRKA**, během které občané Jesenicka přispívají na své bližní.  
(Jesenicko, 1. až 15. ledna)

## **...OCEŇUJEME VÝTVARNÍKY A FOTOGRAFY**

**SLAVNOSTNÍ VYHODNOCENÍ SOUTĚŽÍ** souvisejících s Tříkrálovou sbírkou.  
(Jeseník, Klášterní kaple, 23. února v 16 hodin)

## **...VZDORUJEME STAŘECKÉ DEMENCI**

**PŘEDNÁŠKA PŘIBLIŽUJÍCÍ PROBLEMATIKU STAŘECKÉ DEMENCE** a Alzheimerovy choroby. Akce proběhne při příležitosti oslav 5. výročí Charitního domu sv. Anežky.  
(Jeseník, Hotel Slovan, 15. března v 16:30 hodin)

## **...POŘÁDÁME VÝSTAVU FOTOGRAFIÍ MŮJ SVĚT**

**SLAVNOSTNÍ VERNISÁŽ FOTOGRAFICKÉ SOUTĚŽE MŮJ SVĚT** za účasti patrona soutěže prof. Jindřicha Štreita. Součástí akce je také společenské setkání se sponzory Charity Jeseník.  
(Jeseník, Katovna, 10. dubna v 17:30 hodin)

## **...PODPORUJEME LIDI S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM**

Divadelní představení u příležitosti **VÝROČÍ 20 LET DENNÍHO STACIONÁŘE ŠIMON**.  
(Jeseník, Divadlo Petra Bezruče, 22. května v 17 hodin)

## **...SPORTUJEME S DŘÍVE NAROZENÝMI**

**PÁTÝ ROČNÍK KUŽELKOVÉHO TURNAJE** pořádáný Domovem pokojného stáří sv. Hedviky.  
(Vidnava, 13. července od 9 hodin)

## **...VYRÁŽÍME NA POUŤ**

Pojďte spolu s námi na první **CHARITNÍ POUŤ** do Černé Vody.  
(Černá Voda, 27. září)

## **...DOPROVÁZÍME VAŠE BLÍZKÉ NA SKLONKU ŽIVOTA**

Přednáška na téma **UMÍRÁNÍ A DOPROVÁZENÍ PŘI UMÍRÁNÍ**.  
(Jeseník, listopad)





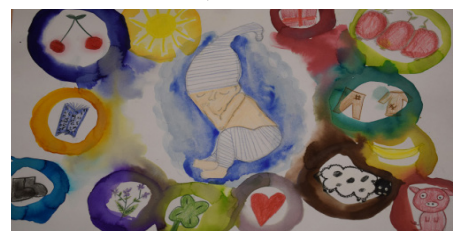
# Vyhlášení v obrazech



Závěrečná fotografie z vyhlášení výtvarné a fotografické soutěže. Soutěž již tradičně doprovází Tříkrálovou sbírku na Jesenicku. Přinášíme také fotografie vítězných prací, které se v soutěži umístily na prvním místě.



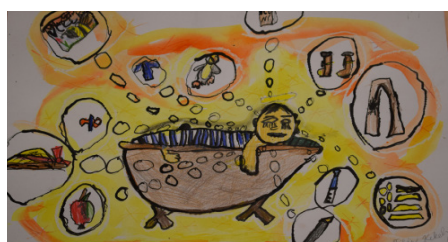
1. místo fotografické soutěže  
Anna Voženílková, Stará Červená Voda



1. místo v kategorii od 12 do 16 let  
Barbora Suchá, ZŠ Česká ves



1. místo v kategorii do 7 let  
Anastázie Hanulíková, Česká Ves



1. místo v kategorii 8 - 11 let  
Filip Kekely, ZŠ Česká Ves



1. místo v kategorii společných děl  
Družina Skorošice

## Děkujeme

### za dary do soutěže

V pátek 23. února 2018 proběhlo slavnostní vyhlášení výtvarné a fotografické soutěže, která doprovází Tříkrálovou sbírku na Jesenicku. Účastníci soutěže odevzdávali práce na téma „Co bych Ježíškovi daroval já?“ Rádi bychom poděkovali všem dárcům, kteří nám i letos pomohli přichystat pěkné odměny pro malé výtvarníky.

#### Za ceny děkujeme:

Knihkupectví Domeček  
Římskokatolická farnost Jeseník  
MKZ Jeseník  
Bc. Marie Dobošová, DiS.  
UNISTAV s.r.o. Jeseník  
AutoCont Jeseník  
Obec Bělá pod Pradědem – Bělá v pohybu  
Vlastivědné muzeum Jeseník  
Studio – 4 s.r.o.  
DOKE Stroke s.r.o. Jeseník,  
T-Mobile Czech Republic a. s.  
Vývařovna AVE

Děkujeme také divadelnímu souboru Vši při organizaci EduArt, z.ú.

## Z mého pohledu

# Komise složená z dětí

V letošní komisi výtvarné soutěže poprvé zasedaly i děti. Komise se kromě nich skládala z výtvarníků z Jesenicka. Letos jsme se poprvé setkali na faře v Jeseníku, kde je více prostoru a díla tak mohla být pohodlně rozložena.

Největším překvapením letošního roku bylo to, že se nezúčastnila ZUŠ Karla Dietterse z Vidnavy. Později jsme se dozvěděli proč: domnívali se, že termín odevzdání prací je až na konci února. Velmi nás to mrzelo, nicméně již bylo pozdě. Práce byly vyhodnoceny odbornou komisí. Snad letošní neúspěch Vidnavskou ZUŠ neodradí. Příští rok se opět těšíme na jejich díla.

A jaké bylo hodnocení soutěže, letos poprvé s dětmi? Vždy je obtížné vybrat to nejlepší dílo, které po vše stránkách splňuje umělecká a estetická kritéria. Dětský pohled však byl o tato měřítka očistěn a tak naši dva dětské členové komise měli veskrze velmi brzy jasno, jaké dílo by mělo zvítězit. V jednom případě se dokonce dětská

členka komise přemítavala spolu s dílem okolo stolu, jen aby jej neztratila z dohledu. Výtvarníci tak museli přihlídnout i k jinému pohledu, než jen svému odbornému.

Museli jsme tedy vybrat dvě díla zvlášť a ocenit je čestným oceněním. Zároveň jsme ale neslevili z uměleckých kritérií. Oceněná díla nás zaujala pečlivostí zpracování, nebo neotřelým pojetím. Samotné nás překvapilo, jakým přínosem děti byly.

**Zuzana HANULÍKOVÁ,**  
Koordinátorka Tříkrálové sbírky



## Postní zamyšlení

### Mezi Skylou a Charibdou

Jako malý jsem velmi rád poslouchal staré řecké báje a pověsti. Zvláště dětskou fantazii jítřila pověst o podmořském útesu Skyle a hrůzostrašném vše strhujícím víru Charybdě, mezi kterými bylo skoro nemožné proplout. Dětská mysl však ráda zkrusluje a tak při vyprávění o oné Charybdě moje tehdejší ucho slyšelo podobně znějící slovo o oné Charitě. A tak jsem naivním chlapeckým rozumem nechápal, proč ta dobročinná organizace Charita, která lidem pomáhá, nese tak podivný název. V dospívání samozřejmě došlo k ujasnění správného významu obou zaměněných slov.

Postní dobu, kterou právě prožíváme, můžeme použít také k vyjasňování slov, která naším dlouhým užíváním ztratila něco ze své počáteční síly. Jedním z klíčových slov našeho života je také slovo paměť. Jeho význam je vzpomenout si, znovu myslit na něco. Zvláště když nám začínají bělet vlasy a vousy, začínáme snad více pamatovat na časy minulé a vybíráme z rezervoáru vzpomínek pokud možno to více dobré. Samozřejmě paměť je trochu potvůrka a nabízí nám dobře zabalené zboží s nápisy – tento člověk mě urazil, tamten podvedl a ten třetí to raději ani nevzpomínat. A všechny tyto negativní memoáry můžou být dokonce i pravdivé. Ale pozor, tady se vyskytuje jedno nebezpečí v podobě lidské zkušenosti, která říká, že člověk je to, co si pamatuje. Pokud tedy v naší šedé mozkové kůře převládá barva tmavých minulých stínů a ústrků, tak se pomalu černými konturami naplní i naše srdce a stane se hořkým.

V duchovní tradici existuje na tuto nemoc jediný a jedinečný lék, o kterém zatím neví žádný farmaceutický gigant. Tato úspěšná medicína má krásný český název Odpuštění. Odtud také vzniklo slovo půst, tedy pustit pokud možno vše, co nás svazuje, činí nesvobodnými a tak také odpustit lidem v naší paměti.

Je to pravá cesta, jak úspěšně proplout mezi Skylou našeho někdy kamenného srdce a vírem Charybdou naší nevíry v zázračnou moc lidské schopnosti neopouštět dobro. Přeji nám všem šťastnou a dlouhou plavbu.

**Libor KRATOCHVÍLA, pravoslavný kněz z Horní Lipové**

## Krátce

### Sv. Anežka slaví

Charitní dům sv. Anežky ve Vidnavě byl založen 1. ledna 2013. Již pět let poskytuje své služby lidem, kteří v důsledku onemocnění demencí ztrácejí nebo ztratili soběstačnost, paměťové a orientační schopnosti a nemohou proto žít v přirozených podmínkách svého domova. Na Jesenicku je to jediný domov s tímto zaměřením služeb.

### Demence v číslech

Celosvětově se v důsledku stárnutí populace počet lidí s demencí stále zvyšuje. V Česku se od roku 1990 počet nemocných zdvojnásobil a překročil již hranici 150 tisíc lidí.

Demence je závažná mozková choroba postihující převážně jedince starší 60 let, zapříčiněná změnami v mozkové tkáni. Nejčastější formou demence je právě Alzheimerova choroba. Mezi příznaky demence patří rozpad rozumových schopností, změny osobnosti, postižení krátkodobé a později i dlouhodobé paměti, komunikace a časoprostorová orientace.

## Výstava

### Fotografie uspěla v soutěži „Můj svět“

Fotosoutěž „Můj svět“ se zúčastnili i zaměstnanci a klienti Charity Jeseník. V soutěži uspěla také fotografie s názvem Portrét (úvodní fotografie na přední straně březnového zpravodaje), kterou do soutěže zaslal pan R. Teocharis a paní D. Zahradníčková z Vidnavy. Fotografie bude možné zhlédnout na plánované výstavě. Slavnostní vernisáž fotografické výstavy „Můj svět“ za účasti jejího patrona a prof. Jindřicha Štreita proběhne **v Jeseníku dne 10. dubna od 17:30 hodin v Katovně.**

## Listárna

**Děkovný e-mail pro vedoucí Charitního domu sv. Anežky:**

*Dobrý den paní Dobošová, moc Vám za celou rodinu děkuji, že se tak o naši maminku staráte. Jste moc hodná, že mi posíláte informace a fotočky o tom, co maminka dělá a jak se má.*

*Já to potom preposílám celé rodině. Ještě jednou velké DĚKUJI.*

**Paní Iveta P.**

## Informujeme

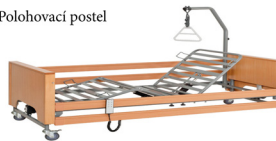
### Půjčovna kompenzační pomůcek přestěhována

Půjčovna napomáhá lidem, aby mohli co nejdéle setrvat v domácím prostředí. Podporuje jejich návrat do běžného života, ale usnadňuje také rodinným příslušníkům péči o své blízké. Služba je určena seniorům, zdravotně postiženým, nemocným propuštěným z nemocničního prostředí, lidem po úrazech a rodinám, které pečují o své blízké.

**Půjčovnu kompenzačních pomůcek nově najdete na adrese Seifertova 915, 790 01 Jeseník. Obracet se můžete na paní Martu Noskovou, tel. 604 350 906 a to v čase od 7 do 15 hodin.**

V půjčovně je možné si zapůjčit například tyto pomůcky:

Polohovací postel



Stolek k lůžku



Sedačka do sprchy



Invalidní vozík mechanický



Chodítka vysoké



Sedačka do vany



Klozetové křeslo



Kyslíkový koncentrátor



Chodítka pojízdná