

OKÉNKO do



charity
Jeseník

číslo 10 • 2019

Slovo ředitelky

Milí přátelé,

chtěla bych se s vámi podělit o několik zážitků z posledních dní. Všem v různých podobách prochází jako jedna společná nit slovo jednota. Dokazuje, že když se lidé spojí a podpoří jeden druhého v dobrém, mohou z toho být velké věci. Radost mi v minulém týdnu udělala zpráva z našeho ústředí. Podařilo se dosáhnout v jednáních s Všeobecnou zdravotní pojišťovnou velkého úspěchu. V Domácí zdravotní péči bude doplaceno za loňský rok vše, co bylo regulováno, a letošní rok nebude regulován vůbec. Můžeme tak bez obav vykazovat veškeré výkony provedené u náročných pacientů. V praxi to znamená, že vše, co zdravotní sestry loni odpracovaly a letos odpracují, jim skutečně VZP zaplatí. Timto bych vám chtěla ještě jednou poděkovat za podporu při petiční akci „Doma je doma“. Byla pro nás důležitá a hlavně velmi přínosná.

A u nás v Charitě teď poslední týdny žijeme přípravou charitní pouti. O možných podobách putování do České Vsi jste se dozvěděli již v předchozím čísle Okénka. Stejně tak i o možnosti proměnit vydanou energii na body pro náš projekt skrze mobilní aplikaci EPP. Bez ohledu na to pro nás pout' zůstává stále prostorem pro duchovní setkání, příležitostí zastavit se v hektickém čase a znovu si připomenout, proč tuto práci děláme. A kde jinde bychom měli čerpat, než u Zdroje. Při společné mši svaté budeme děkovat nejen za naši současnou činnost, ale i za uplynulých 25 let charitní práce na Jesenícku. Zároveň chceme prosit o sílu a pomoc v těžkostech a o požehnání pro naši další práci. Pojdte společně s námi putovat a prožít sobotní den. Kromě duchovní posily vás zveřejníme na guláš a další drobné občerstvení.

Těšíme se na setkání s vámi.

**Helena
PASCHKEOVÁ**
ředitelka



Setkání s Člověkem

Poslechnout si vyprávění jednoho silného životního příběhu mohou v úterý 22. října od 17 hodin v Hotelu Slovan návštěvníci setkání s Milošem Svobodou, autorem knihy Ukaž mi cestu. Tématem budou také potřeby rodin s postiženými dětmi a realita, kterou (ne)nabízí současný sociálně zdravotní systém v České republice.

„Od tragického úrazu Davidka uběhlo dvanáct let. Přijal jsem ze vši pokorou ze dne na den životní úděl a od takové celoživotní výzvy jsem neutekl. vzdal jsem se svého osobního života, a povýšil život svého tehdy tříletého syna nad svůj vlastní. Přijmout takové rozhodnutí a pečovat o postižené dítě, znamená být 24 hodin ve stěhu - ve dne v noci, den po dni, týdny a celé roky... bez vyhlídky na společenské uplatnění i na zaměstnání, protože jste nuceni ve většině případů se vzdát i svého zaměstnání. Je to nepřetržitá dřina, jejíž odměnou je úleva a úsměv a hlavně zdravotní zlepšení dítěte. Cítíte, že to, co děláte, má smysl a že vás to naplňuje pocitem seberealizace.

Je to však tvrdý život, který vede k rozpadu vztahu i přátelských kontaktů,“ píše ve své knize Miloš Svoboda.

Dvanáct let každodenních starostí pro něj znamenaly i velkou zkušenost se zdravotním a sociálním systémem v naší republice. Vše si musel hledat svépomocí. V České republice totiž chybí tzv. Fázový model rehabilitace, který již několik let funguje v Německu. Jeho hlavním přínosem je včasné zapojení rehabilitace (a to i během akutní fáze onemocnění) a zajištění kontinuity a kvality rehabilitačního procesu. Pokud chtěl Miloš Svoboda v té době pro svého syna něco udělat, musel do ciziny. Dnes už je to našťástí jinak. Panu Svobodovi se podařilo přivést do České republiky speciální rehabilitační metody jako je TheraSuit a TheraTogs. A rodiče s postiženými dětmi tak mohou využívat špičkových rehabilitačních metod ve dvou centrech ARCADA v Ostravě a Hranicích na Moravě.

Přijďte si v úterý 22. října poslechnout více, setkání s tak výjimečným člověkem obohatí každého.

Co nás čeká v říjnu...

- **2. Charitní pout'** a společné turisticko-sportovní putování do České Vsi.
- **Exkurze do JZD** uživatelů a pracovníků Denního stacionáře Šimon.
- **Posezení u rybníka** s klienty Domova pokojného stáří sv. Františka.
- **Příprava na Dušičky** a vyrábění dekorací v Domově pokojného stáří sv. Hedviky.
- **Den jablek** a Den otevřených dveří v Domově pokojného stáří sv. Františka ve Vlčicích.

Čtete dál ...

- **Soutěžní den ve Vlčicích** (str. 2)
- **Oslava svátku sv. Hedviky** (str. 3)
- **Rozhovor** (str. 5)
- **Tvoření z přírodnin** (str. 7)
- **Duchovní zamyšlení** (str. 8)

Soutěžní den ve Vlčicích



V Domově pokojného stáří sv. Františka uspořádali 24. září odpolední soutěžní den pro klienty spojený s posezením u ohně a opékáním buřtů. A došlo opět na propojování generací – u jednotlivých soutěžních disciplín totiž asistovaly seniorům děti.

Dny se pomalu začínají krátit a poměrně rychle ochlazovat. Klienti a pracovníci, kteří dočasně obývají bývalý záměček ve Vlčicích, si uvědomují, že po krásném létě, stráveném převážně venku, se budou pomalu uzavírat v budově, která je sice velmi pohodlně vybavená, ale přece jen pro 20 obyvatel trochu těsná. Proto ještě plnými doušky užívají teplé dny v krásném prostředí,

kteří záměček obklopuje. Před domem mohou posedávat na vydlážděném dvorku, všude kolem je hodně zeleně, hned u zámku je rybník a krásný velký park.

Jedno teplé úterní odpoledne strávili téměř všichni obyvatelé v trochu aktivnějším duchu, než je obvykle zvykem. Procházeli nebo projížděli na vozíčkách na dvorku i na přilehlých posekaných trávnících a zkouše-

li různé aktivity na procvičení těla i mysli. Házeli různými předměty na cíl i do dálky, pohmatem poznávali nejrůznější předměty, čichem rozlišovali byliny a koření, ochutnávali se zavázanýma očima různé dobroty. Při tom všem hodně zapojovali mozek, protože, jak hodně z nás starších dobře zná, často víme, co to je, ale nemůžeme si vzpomenout na ten název... Bylo vidět, že se téměř ve všech probudila přirozená soutěživost a radost ze hry, která nás provází až do pozdního věku.

V případech potřeby asistovaly na jednotlivých stanovištích děti zaměstnanců a přátel, kteří do Domova docházejí pravidelně a s obyvateli se většinou znají. Vysvětlovali, co se u jednotlivých disciplín děje, asistovali tam, kde bylo potřeba, pomáhali chodícím i vozíčkářům překonávat nerovnosti terénu.

Všichni se pak společně sešli u ohně, opekli si buřty k odpolední svačince a k tomu popíjeli čepované pivo z místní hospůdky. Děti si už hrály samy, soutěžily mezi sebou a běhaly kolem rybníka. V takových chvílích seniorům stačí jen sedět, dívat se kolem sebe a vychutnávat si tu pohodu, která vládne. Byla už téměř doba večere a nikomu se nechtělo domů, protože kdo ví, kolik takových teplých hezkých dnů, kdy jde v klidu do večera posedět, nás ještě před zimou čeká. Domů se odcházelo před setměním, všichni byli příjemně unavení a načichlí kouřem.

Kde je bezpečnost bez hranic

Tradiční akce Bezpečnost bez hranic se letos zúčastnili také uživatelé Denního stacionáře Šimon. Vše se odehrávalo tentokrát v areálu Hotelu M a k vidění toho bylo hodně.

Návštěvníci si mohli vyzkoušet střelbu laserovou pistolí, otestovat své vědomosti ve znalostních testech a také se zúčastnit ukázek zásahu Integrovaného záchranného systému. Dále byla možnost prohlédnout si veškeré vybavení a automobily Hasičského záchranného sboru, Zdravotnické záchranné služby a Městské policie.

Nevšedním zpestřením byly také letecké kreace bezpečnostních složek. K vidění byla i Armáda České republiky, Celní správa, Horská služba, BESIP a další. Zajímavá byla ukázka zásahové jednotky při záchranně zraněných. Uživatelé stacionáře byli s pestrým a zajímavým programem spokojeni, viděli toho hodně a jeden z nich si dokonce zkusil tíhu samopalů i střelbu z něj.



Kalendárium

- **V roce 2013** potěšily klienty Domova pokojného stáří sv. Františka v rámci oslav svátku jejich patrona také děti ze Základní umělecké školy v Javorníku.
- **V roce 2015** navštívil Domov pokojného stáří sv. Hedviky pan Macků se svou prezentací strunných a dechových nástrojů spojenou s přednáškou o vývoji hudebních nástrojů od pravěku až po současnost.

Stalo se ...

Otevřeno pro veřejnost

Na konci září se v rámci Dne otevřených dveří mohli zájemci podívat do Domova pokojného stáří sv. Hedviky ve Vidnavě. Bylo možné nahlédnout do pokojů, společenské místnosti, projít si zahradu nebo navštívit aktivizační dílnu. Obdivovat mohli nespočet pletených košíků, tašek nebo dokonce ručně vyráběných koberec. Akce tak byla jistě pro všechny příjemným zpestřením podzimních dnů.

Jak se peče chleba

V pátek 6. září navštívili uživatelé Denního stacionáře Šimon místní Selskou pekárnu. V doprovodu pana Štencla z pekárny se mohli podívat, jak se hněte těsto na chleba, jak vypadá žitný kvásek, v jakých košíčcích těsto kyne, jak vypadá pec i jak se z ní vytahují čerstvé bochníky chleba. Krom cenných rad do začátku dostali navíc dva nádherně voňavé chleby.

Oslavy patronky domova



Patronkou Domova pokojného stáří ve Vidnavě je svatá Hedvika. Její svátek, který připadá na 16. října, slaví společně klienti i zaměstnanci Domova pokojného stáří sv. Hedviky i sousedního Charitního domu sv. Anežky.

Svatá Hedvika Slezská byla významnou osobností našich dějin. Narodila se v Bavorsku roku 1174 jako dcera vévody Bertholda IV. Když jí bylo pět let, světili rodiče její výchovu sestrám benedikťankám v Kitzingenu. Roku 1186 se provdala za slezského vévodu Jindřicha I. a měla s ním čtyři syny a tři dcery. Vynikala láskou a dobročinností k chudým a nemocným. Vštěpovala základy víry sva-

té Anežce České a byla tetou svaté Alžběty Uherské. Po smrti svého manžela vstoupila roku 1238 do kláštera cisterciáček v Třebnici, který sama založila, a její nejmladší dcera Gertruda tam byla abatyší. Zemřela v Třebnici 15. září 1243. Za své činy a skutky byla svatořečena v roce 1267 papežem Klementem IV. a její tělo bylo uloženo v trebnickém klášterním kostele.

Sv. Hedvika je patronkou Slezska, Polska, Berlína, Vratislavi, Třebnice, ostravsko-opavské diecéze, ale i vyhnanců z vlasti a snoubenců. V rámci oslav jejího svátku navštěvuje Domov pokojného stáří sv. Hedviky prezident Diecézní charity ostravsko-opavské P. Jan Larisch, Th.D. Ten vždy celebruje společnou mši svatou, kterou samotná oslava svátku patronky domova začíná. V odpoledních hodinách pak bude mít Otec Larisch zajímavou přednášku. Následně budou oslavy pokračovat společným posezením s občerstvením a povídáním.

Pravidelná návštěva Otce Larische dělá radost všem. „Je hezké, že si na nás vždy v tento den udělá čas a navštíví nás,“ říká jedna z klientek domova. „Účastním se mše svaté a ráda si vždy poslechnu i zajímavou přednášku.“ Pro některé klienty je už náročné zúčastnit se celé oslavy, ale ať už mši svatou nebo odpolední přednášku si nenechají ujít. Loni byla přednáška na téma Cykloputí k památce pátera Pia z Pietrelciny, které se účastnil i sám Otec Larisch. Předloni pak k 100. výročí zjevení Panny Marie ve Fatimě. Už teď jsou všichni napjatí, jaké bude téma letošní přednášky.

Společné setkání klientů obou domovů se pak uskuteční znovu v listopadu, kdy budou svátek své patronky slavit v sousedním Charitním domě sv. Anežky.

Přípravy na pouť v plném proudu

Jak jsme psali už minule, v sobotu 5. října se v České Vsi uskuteční již druhá Charitní pouť. Mottem letošní pouti je „Pomáhej pohybem“. A v pohybu a velkém očekávání jsou také všechna střediska a organizátoři akce.

Přípravy na pouť jsou v plném proudu a s předstihem můžeme říct, že na letošní pouti se určitě bude líbit dětem. Kromě skákacího hradu, na kterém se budou moci vydovářet, je čeká také slalom na koloběžkách. Navíc připravujeme i malování na obličej. Tohle všechno si mohou samozřejmě vyzkoušet i dospělí. Ti si ale

určitě radši v klidu posedí u piva a malého občerstvení. Pro ty, kterým nechutná pivo, máme nachystané různé druhy nealkoholických nápojů a sodovek od sponzora Kofola a.s., za které děkujeme.

Pilně se na pouť připravují také na střediscích. Vývařovna AVE vaří guláš, ostatní pečou koláče, buchty a jiné dobroty k ob-

čerstvení. Někde pak klienti vyrábí drobné věci k prodeji, takže bude možné obdivovat jejich zručnost.

Do České Vsi se poutníci dostanou buď po vlastní trase, nebo mohou využít hromadného startu z náměstí v Jeseníku. Všichni mohou navíc sbírat body pomocí mobilní aplikace „EPP - Pomáhej pohybem“ a podpořit tak projekt Charity Jeseník na vybudování nové výdejny stravy v Domově pokojného stáří sv. Františka v Javorníku.

Stane se ...

Příprava na Dušičky

V Domově pokojného stáří sv. Hedviky se v říjnu tradičně připravují na Dušičky. V aktivizační dílně vytváří z různých přírodnin věnce a další dušičkové dekorace. Je to ale také čas vzpomínání a rozjímání o tom, co kdo v tom svém životě dělal, co se mu podařilo, ale třeba i o tom, co by ještě rád prožil. A vzpomínají také na přátelé a blízké, kteří už s nimi rozjímat nemohou.

Den otevřených dveří

V sobotu 19. října od 15 hodin si mohou návštěvníci Dne jablek i další zájemci prohlédnout Domov pokojného stáří sv. Františka, popovídat si s obyvateli i pracovníky a občerstvit se jablečným punčem. Pracovníci s klienty se opět aktivně zúčastní i samotné slavnosti. Na návsi si otevřou svůj stánek s charitními oplatky, Františkovým pečeným čajem, ponožkami od babičky a možná i jinými dobrotami.



Ukaž mi cestu



Kdy: 22. října 2019 od 17:00

Kde: Hotel Slovan

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.

Přijďte si poslechnout vyprávění o jednom silném životním příběhu a knize, ale i o potřebách rodin s postiženými dětmi a realitě, kterou nabízí současný sociálně zdravotní systém v České republice.

„Jsem ráda, že jsem tady,“ říká o své práci v Charitě Jeseník Kalyna Poláchová.

Do Charity Jeseník, tehdy ještě Javorník, nastoupila v roce 2008. Dlouho byla jedinou pečovatelkou v terénu a za klienty jezdila od Vidnavy přes Javorník až po Vápennou. Postupně se ale v pečovatelské službě navýšil počet klientů a jí tak přibýly kolegyně. Došlo k rozdělení území a paní Poláchová tak má v současné době nejvíce klientů ve Vidnavě a okolí. Stále se hodně najezdí, ale ochota a optimismus ji neopouští. O tom, jaké byly začátky v Charitě i v České republice, co se změnilo v její práci za těch jedenáct let, ale i o tom, jak nejraději odpočívá, si můžete přečíst v našem rozhovoru.

Jaké byly Vaše začátky v Charitě Jeseník?

Začátky byly dost těžké. Musela jsem si udělat řidičský průkaz, který byl podmínkou pro tuto práci. Jezdilo se do více obcí za lidmi, kteří si objednali služby domů – od nákupů, hygieny až po úklid. Charitní pečovatelská služba nabízela více služeb, ze kterých si mohli klienti vybrat, oproti pečovatelské službě v Jeseníku, kde jsem pracovala předtím. Také ceny byly nižší. Ale jak šel čas, tak jsem si zvykla na nové klienty a myslím, že i oni na mne.

Jak moc se za dobu, co jste v Charitě, Vaše práce změnila?

Myslím si, že ani moc ne. Jen mi přibýly kolegyně a je více klientů. Poskytované služby jsou podle sazebníku a záleží pouze na klientech, jaké služby si vyberou. Za velké plus považují nové auto, bez kterého se má práce nedá vykonávat. Ve Vidnavě mám v areálu Domova pokojného stáří sv. Hedviky kancelář, to jsem dříve neměla. Je dobře, když má pečovatelka nějaké zázemí, můžu zde v klidu trávit přestávky nebo se jen mezi návštěvami jednotlivých klientů ohrát či vypít čaj. Mobilní telefon je taky výhodou – jsem ve spojení se svými kolegyněmi i vedoucí. Zavčasů taky můžu informovat své klienty, když se něco přihodí na cestě za nimi nebo když potřebují radu či informaci.

Kolik klientů v rámci pečovatelské služby Vy sama teď navštěvujete?

Momentálně poskytují služby dvanácti klientům, kteří bydlí v různých lokalitách Vidnavy a okolí. Pracovní dobu trávím u klientů, kde dělám domluvené úkony, nebo na cestě za nimi. Měsíčně najezdím přes tisíc kilometrů.

Co Vás na Vaší práci těší?

Těší mě, že jsou klienti s mými službami spokojeni a doufám, že i v budoucnu budou. Je to také díky organizační pomoci mé vedoucí paní Netopilové, která mi vychází vstříc při problémech, které se někdy vyskytnou. Mám ráda práci, kterou

dělám, i pocit, že pomáhám lidem, kteří to potřebují, a to mě dobíjí energií, kterou se snažím předávat i svým klientům. Každý z nich má své trápení, a proto by neměl pocítit, že jsem někdy ve stavu, kdy mě něco bolí, nebo mám starosti doma.



Co je naopak na Vaší práci nejtěžší?

Netěžší je fyzická námaha v případě osamocených klientů, kteří jsou málo pohybliví, a musím si při manipulaci s nimi poradit sama. Nemůžu ani vynechat zimní období, kdy se musím ke klientům dostat i přes nepřízeň počasí. Třeba jednou, když napadlo víc sněhu a nedalo se ke klientce dostat autem, tak jsem se brodila dva kilometry sněhem do kopce a pak zpátky. Nebo tam jednou na cestu spadl strom, tak jsem musela zase pěšky. Volala jsem na obec a než jsem od klientky odcházela, byl už strom z cesty pryč.

Podle přízvuku je jasné, že nejste rodilá Češka. Jak dlouho jste v Čechách a proč jste se sem vlastně přestěhovala?

Máte pravdu, jsem Ukrajinka. Pocházím z Podkarpatské oblasti. V České republice jsem od roku 1989 a žiji zde se svým man-

želem. Poznali a brali jsme se na Ukrajině, kde pracoval jako zahraniční montér. Před narozením dcery jsme se přestěhovali do Velké Kraše, odkud manžel pochází. Mimochodem, máme čtyři oddací listy – český, ruský, ukrajinský a slovenský. Dělán si legraci, že mám čtyři oddací listy, ale jen jednoho manžela.

Jak jste si v Čechách zvykla?

Nejtěžší byly začátky, když člověk nikoho neznal, neuměl jazyk a přitom musel každý den nějak fungovat. Byla to doba, kdy jsem byla v Kraši sama, manžel ještě pracoval na Ukrajině. Jak se říká: hodte neplavce do vody – buď se utopí, nebo přežije. Tak jsem nějak dokázala neutopit se. Některým příhodám se teď směji, třeba jak jsem chtěla v obchodě 1500 rohlíků místo 15. Ale jsem ráda, že jsem tady a že mám práci, kterou dělám.

Jezdíte pravidelně za rodinou na Ukrajinu?

Na Ukrajinu jezdíme v rámci možností. Rodiče už dávno nežijí, ale příbuzných je ještě dost. Všichni nás rádi vidí, když přijedeme. Manžel umí mou rodnou řeč, takže se tam nenudí. Jen toho času máme málo, nejdéle strávíme na Ukrajině jeden týden.

Jak odpočíváte od své práce?

Ráda odpočívám na zahradě a hlavně v lese, chodím na houby. Jsem ráda, když přijede dcera a sejdeme se jako rodina, to potom vařím, chystám a jsem ráda, že jsme se ve zdraví sešli. Dostala jsem psa, který se stal členem naší rodiny, a tak i když všichni odjedou, sama nejsem.

Děkujeme za rozhovor.

Kalyna Poláchová – pečovatelka

Narodila se na Ukrajině v Zakarpattji. Po ukončení základní školy vystudovala střední pedagogickou školu v Mukachevě a absolvovala dálkové studium na filozofické fakultě v Užgorodě. Na Ukrajině pracovala jako učitelka. Je vdaná a má jednu dceru, která žije a pracuje v Brně. Zpočátku pracovala v pečovatelské službě v Jeseníku, odkud přešla do Charity Jeseník. Má ráda přírodu, práci na zahradě a čtení historické literatury.

**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 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, Česká Ves)**

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.

(22. října od 17:00 hodin, Hotel Slovan)

DUŠIČKOVÉ SETKÁNÍ

Navazujeme na naši loňskou listopadovou přednášku o umírání a doprovázení při umírání, tentokrát s týmem našeho mobilního hospice a s příběhy pečujících rodin.

(14. listopadu od 17:00 hodin, Hotel Slovan)

VÁNOČNÍ SETKÁNÍ ZAMĚSTNANCŮ

Již tradičně, tentokrát ve Vidnavě. **(13. prosince 2019)**



Vyrábíme vlastní Betlém



Loni v listopadu navštívila uživatele a pracovníky Denního stacionáře Šimon paní Olga Jochmannová, která jim ukázala své umění s kukuřičným šustím. Všichni si tenkrát pod jejím vedením vyzkoušeli vyrobit andílka, což je naprosto nadchlo.

A nadchlo je to natolik, že se letos rozhodli vyrobit postavy z Betléma sami. Ke konci léta se pracovnice vydávaly do polí sbírat kukuřici, kterou podle návodu dále společně ve stacionáři zpracovávali. Kukuřici opatrně oloupali a vnitřní listeny (ty vrchní se pro tenhle účel nehodí – jsou příliš hrubé, málo pružné a často i znečištěné) nej-

dříve namočili do vody s trochou Sava a potom je ještě několikrát propláchli v čisté vodě. Jednu várku dokonce zkusili vyprat v pračce a zjistili, že to také funguje. Mokré listy usušili a před uskladněním ještě vyžehlili. Schovali si také trochu „vlasů“ (jemná vlákna vyčuhující z klasu v jeho špičce), které se jim pak budou hodit na

detaily. Před dalším zpracováním je potřeba listeny opět nevlhčit, aby při výrobě nepraskaly.

Tradice využívání listenů kukuřičných klasů u nás sahá do 17. století, tedy do doby, kdy se na Moravě začala pěstovat kukuřice ve větším množství. Zpočátku se ze šustí vyráběly hlavně užitkové věci, jako například sandály nebo ošatky. Figurky se začaly dělat později a zvláště šikovným tvůrcům pod rukama doslova ožívaly. Snad ožijí i uživatelům a pracovnícím ve stacionáři.

Ti teď při podzimních vycházkách ale také hojně sbírají kaštiny, bukvice, suší květiny, šípky a jiné přírodniny. Například z procházky do Smetanových sadů přinesli plný košík přírodnin.

Letos z nich připravují hmatový kobereček, který bude pro uživatele novinkou. K jeho výrobě použijí čtverce starého koberce, na který tavicí pistolí připevní v pásech např. kaštiny, bukvice a jiné přírodniny. Vznikne jim tak několik podložek s různým povrchem.

Podzimní přírodniny mají také využití v senzorické místnosti v programu Les, kde budou sloužit především k hmatové a čichové stimulaci (o programech v senzorické místnosti jsme psali v loňském prosincovém čísle). A konečně podzimní výzdoba bude zpříjemňovat prostory celého objektu v nastávajícím chladném období.

Z historie

Pečení Františkova čaje

Znáte to, když se vám v létě a na podzim začne hromadit ovoce, je vám líto ho neobrat, takže obíráte, a protože je ho hodně a není čas vše hned zpracovat, plníte své mrazáky s tím, že až bude více času, vše v klidu zpracujete? Ideální pro takové zpracování je udělat si na zimu zásobu pečeného čaje. Právě tím se teď na konci léta baví klienti a zaměstnanci Domova pokojného stáří sv. Františka. Tyhle aktivity v Domově mají i další smysl. Dlouhodobě se zabýváme tím, jak přirozeně aktivizovat naše klienty. Nechceme, aby dělali věci, které pro ně nemají smysl. Seniori již nejsou děti, a i když to někdy svádí nabízet jim dětské hračky, nefunguje to. Všechny nás baví dělat to, co k něčemu je, někomu prospěje, někoho potěší. To se pak do práce rádi mnozí zapojí. Ovoce se čistí, peče, připravují se sklenice, do kterých se upečené směsi plní, následně se sklenice zdobí a popisují. Všichni už se těší, až se svou zásobou čerstvých pečených čajů vyrazí mezi lidi. K dostání bude na Charitní pouti v České Vsi 5. října a 19. října na Dni jablek ve Vlčicích.

Z mého pohledu

Dělat něco, co má smysl

Starších lidí neustále přibývá a přibývat bude. Často se zamýšlím nad tím, jakým způsobem by mělo být období stáří stráveno. Myslím, že by mělo být především důstojné a kvalitní. Kvalitní ve smyslu šťastné, spokojené a klidné. Nedílnou součástí úspěšného stárnutí je aktivizace, která přispívá k harmonii tělesného a duševního potenciálu. Tak jako ve všech střediscích, také v Domově pokojného stáří sv. Františka se snažíme nabízet dostatečně pestré aktivity, které vybíráme i s ohledem na potřeby seniorů s demencí, kteří tvoří převážnou část našich uživatelů. Aktivity probíhají formou práce s jednotlivcem nebo ve skupině a jsou uzpůsobeny schopnostem klientů, jsou přiměřené jejich chuti, zájmu a zdravotnímu stavu. Co je důležité – musí se jednat o smysluplné činnosti. Klienti se zapojují do každodenních činností domova, aniž by si uvědomo-

vali, že provádí aktivizaci. Uvaří si sami kávu, umyjí si hrníček, zalévají květiny v domě, pomohou loupat, krájet ovoce, vaří jablečný kompot, teď na podzim krájí a suší houby a louskají ořechy. Často se také věnujeme ručním pracím, např. pletení, háčkování nebo cupování vlny pro místní ovčí farmu. Je to vždy doba společného setkání, kdy si můžeme popovídat a příjemně strávit čas. Občas je velmi těžké klienty motivovat, ale přesto se zapojují do činností, a to buď aktivně svou pomocí, nebo pouze sledují, pozorují ostatní při práci. Mým cílem a přáním jako aktivizačního pracovníka je, aby klienti dělali to, co je baví, co umí, co dokážou a co jim přináší radost.

Jana Nepožítková
aktivizační pracovnice
DPS sv. Františka



Duchovní zamyšlení

Radost je nejlepší dar, který můžeme dát druhým

Každý z nás se někdy setkal s osobou, která se mu nesmazatelně vryla do paměti nebo zanechala v jeho životě nesmazatelnou stopu. Na takového člověka pak vzpomínáme při různých příležitostech a v duchu se vracíme do chvíle, kdy došlo k onomu osudovému setkání. Touto výjimečnou osobou může být někdo slavný, známý, společensky uznávaný, ale také někdo, kdo žije nenápadným a tichým životem a o kom ví třeba jen jeho nejbližší. Ať je to tak nebo onak, tato osoba v nás zanechala něco, co sama vlastní a nám dala kus sebe.

Možná nás napadne otázka: Co je tím darem, který jsme přijali od druhého člověka? Odpovědí může být mnoho, ale asi nejlépe to vystihne slovo radost. Ten, kdo se tak významně podepsal v našem životě, nám předal kus radosti. Radost je totiž vlastnost, která se do mysli člověka vryje opravdu nesmazatelně. Na smutné věci člověk časem zapomene nebo je vytlačí z mysli, ale radost je jiná. Má trvalý charakter. Mnoho velikánů naší doby bylo uznáváno a milováno právě kvůli tomu, že kolem sebe šířili radost. Obyčejně, prostě, ale za to vytrvale.

Chtěl bych popřát nám všem, abychom byli lidmi, kteří se dokáží o své radosti dělit a obdarovávat tak druhé kolem sebe. Těch, kteří naší radost potřebují, je možná více než si myslíme. Možná i na nás bude jednou někdo vzpomínat jako na člověka, který v jeho životě zanechal nesmazatelnou stopu.

Kaplan P. Mgr. Jiří Marek Kotrba



Poděkování

Každá pomoc je cenná

Práce na rekonstrukci Domova pokojného stáří sv. Františka jsou v plném proudu a my bychom rádi touto cestou poděkovali všem, kteří na tento projekt přispěli a stále přispívají. Opravdu si vážíme každé pomoci, nejen té finanční.

V této souvislosti chceme poslat velké díky do Vlčic, ať už konkrétní osobě, nebo celé obci. Bylo pro nás velkým překvapením, když jsme u kostela narazili na nástěnku s informacemi, jak projekt „Myslím na zadní vrátka“ podpořit. Vše někdo vytvořil z vlastní iniciativy, za což jsme velmi vděční. A krásné na tom je, že si s sebou ještě můžete odnést myšlenku na den.

Obci pak také děkujeme za pronájem jejich komunitního centra, kde jsme mohli strávit dva dny školení Smyslové aktivity. Zázemí je tam opravdu výborné a všichni, včetně lektorky, se tam cítili dobře. Ještě jednou tedy děkujeme.



Listárna

Dobrý den,
v srpnu jsme měli ve Vidnavě sportovní soustředění pro děti. Měli jsme ve Vývařovně AVE snídaně, obědy i večeře. Chtěl bych pochválit celý personál vývařovny za skvělý a vstřícný přístup. Jídlo bylo výborné a bylo ho opravdu hodně. Ještě jsme dostali zadarmo zmrzlinu a co jsme neshnědli na snídani, nabalili nám s sebou na svačinu. Mohli jsme se domluvit na časech snídani, obědů i večeří. Tohle všechno za bezkonkurenční cenu. Příští rok nemusíme řešit, kam pojedeme na soustředění. Přeji hezký den.

FBK Jeseník, spolek