

Slovo ředitelky

Milí přátelé,

větší část léta je již za námi a já věřím, že jste si během těchto dní alespoň trochu odpočinuli a načerpali energii do zbývajících měsíců roku.

Z mé vlastní zkušenosti jsou podzimní měsíce vždy pracovně nejtěžší. V Charitě Jeseník se vždy snažíme dokončit všechny započaté úkoly a zároveň připravujeme nové projekty. Nově nyní ještě řešíme záležitosti související s výstavbou nového Denního stacionáře Šimon. Při tom všem se snažíme dělat co nejlépe naši práci, abychom všechny Charitní služby zlepšovali a posouvali dál.

A proto velmi vítám, že se podařilo zajistit dofinancování sociálních služeb do konce roku. I když zatím neznáme přesnou výši přidělené dotace, věřím, že dokryje alespoň největší výpadky. A pomůže překonat nejistotu, která v oblasti sociálních služeb bývá až na výjimky běžným standardem; celý rok totiž nevíte, jaké dotace obdržíte, jestli budou dostatečně velké a zda nebude nutné nějakým způsobem utlumovat provoz. Jsem velmi vděčná všem, kteří se snaží dělat maximum, aby k těmto situacím nemuselo dojít.

Na závěr mi dovoluňte vás všechny pozvat na naši Charitní pouť do Javorníku. Potkáme se již popáté. Po společné prožití mši svatě se s vámi všemi velmi ráda potkám v zahradě Domova pokojného stáří sv. Františka, kde si společně můžeme posedět a strávit příjemné chvíle.

**Helena
PASCHKEOVÁ**
ředitelka



Těšíme se do Javorníku

Letošní, už 5. Charitní putování záměří opět do Javorníku. V roce 2020 jsme se tady sice na mši svatě sešli, ale společnému posezení nepřála doba. A tak to letos zkusíme znovu a budeme doufat, že počasí bude nakloněné stejně jako před dvěma lety.

V roce 2020 ředitelka Charity Jeseník na poslední chvíli rozhodla, že se sejdem na mši svatě a následné společné setkání ožehlíme. A bylo to dobré rozhodnutí. Ani jsme to nevěděli, a zatímco jsme se modlili za dobré dílo Charity Jeseník, v Domově pokojného stáří sv. Františka se pomalu rozmáhala covidová nákaza. Domovu začalo těžké období, stejně jako celé zemi. Loňská pouť už byla o možnosti společně se sejít a tím, že ve Vidnavě slavily dvě služby své výročí, bylo to setkání o to slavnostnější. Počasí vyšlo, kostel sv. Kateřiny Alexandrijské byl zaplněný a příjemné posezení na farní zahradě umožnilo všem se zastavit a užít si tu společnou chvíli.

V podobné setkání doufáme i letos. Tentokrát tedy v Javorníku, v sobotu 1. října. Ve 14 hodin se sejdem na mši svatě v kostele Nejsvětější Trojice. Tu bude celebrovat opět otec děkan Stanislav Kotlář. Po mši svatě se pak přemístíme na zahradu Domova pokojného stáří sv. Františka, kde bude již tradičně připraveno občerstvení ze všech středisek Charity Jeseník.

Je také možnost prohlídky Domova pokojného stáří sv. Františka. Tu si určitě nenechte ujít, protože od otevření se domov zabydlel, zútulnil a zaměstnanci si na jeho výzdobě dají pokaždé záležet.

Pouť se sice koná 1. října, ale správně bychom se měli sejít 27. září, kdy slavíme Den Charity a především svátek jejího patrona sv. Vincence z Pauly. Ten je považován za zakladatele moderní evropské charity a péče o chudé. Zároveň je to příležitost připomenout si také 100 let vzniku Charity Česká republika. Tomuto výročí bude věnováno příští číslo Okénka.

Co nás čeká v září...

- **Mezinárodní den Alzheimerovy choroby** a jeho připomenutí ve službách
- **Sportovní odpoledne** v Domově pokojného stáří sv. Františka v Javorníku
- **Povídání o městě Jeseník** nejen s jeho starostkou v Denním stacionáři Šimon
- **Samá čokoláda** a oslava jejího Mezinárodního dne v Charitním domě sv. Anežky
- **Přípravy na 5. Charitní pouť** na všech střediscích Charity Jeseník

Čtete dál ...

- **Harmonie s Harmonií** (str. 2)
- **Pět měsíců za námi...** (str. 3)
- **Rozhovor** (str. 4)
- **Slavit budeme aktivitami** (str. 7)
- **Duchovní zamyšlení** (str. 8)

Harmonie s Harmonií



Spolupráce mezi Domovem pokojného stáří sv. Františka a terapeutickou komunitou Harmonie z Bílé Vody funguje už několik let. A stále je přínosná. Stejně jako letos v srpnu, kdy proběhlo několik návštěv, které přinesly spoustu radosti.

Návštěvy klientů terapeutické komunity Harmonie jsou v Domově pokojného stáří sv. Františka vždy velmi očekávané. Pomohli v domově už s ledasčím a pro klienty domova jsou vždy také příjemnou společností. Tentokrát se domluvili na několika návštěvách po menších skupinkách. A bylo to dobré rozhodnutí.

Během srpna tak domov navštívily čty-

ři skupiny po pěti klientech z Harmonie. V domově na ně už čekala také pětice klientů, převážně imobilních nebo hůře se pohybujících, většinou na invalidních vozíčkách. Klienti z komunity si vybrali jednoho z klientů domova, seznámili se a pak se o něho během celé doby starali. Byla naplánovaná návštěva výstavy „Krajina a lidé“ ve výstavní síni Soudu – turistickém

centru v Javorníku a následně posezení na zahrádce restaurace Hotelu pod zámekem. Výstava byla zajímavá, všem se líbila. Byly tam všechny druhy zvířat, která u nás v okolí žijí – od ještěrky, myši až po divoké prase, vlka nebo kamzíka. A všechny bylo možné si prohlédnout. Není divu, že do návštěvní knihy napsali poděkování.

Po zhlédnutí výstavy pomohli klienti Harmonie zvládnout cestu do zahradní restaurace Hotelu pod zámekem. A zvládnout bylo co – cesta je do kopce a ještě bylo docela teplo. A ne každý klient domova je jako pírkó. Odměnou ale bylo společné posezení ve stínu pod stromy, které bylo velmi příjemné. Kdo měl chuť, dal si zmrzlinu, chlazenou limonádu nebo dobrou kávu.

„U kávy jsme si všichni povídali,“ říká Jana Nepožítková, pracovnice domova. „Překvapilo mě, jak pěkně, pozorně a s úctou se klienti komunity chovali k pro ně cizím lidem. Někteří se rozpovídali, že mají zkušenosti. Někdo se staral o svou maminku, pečoval o ni doma. Další má bratra, který po úrazu zůstal na vozíku a péče o něj není jednoduchá. Někdo jako dobrovolník pracoval i v domově pro seniory.“

Díky rozdělení do menších skupinek si takto krásný den užili všichni klienti domova. Proto bychom rádi touto cestou poděkovali klientům terapeutické komunity Harmonie za zpestření a zpříjemnění dne, které našim klientům dopřáli.

Šimon má výpomoc z Ukrajiny

V Denním stacionáři Šimon si o prázdninách pracovnice vybírají dovolené a tak uvítali výpomoc dobrovolnic z Ukrajiny, které do stacionáře dochází a věnují se uživatelům.

Během prázdnin mají v Denním stacionáři Šimon sice trochu volněji, ale při vybírání dovolených se občas další ruce hodí. A tak uvítali pomoc dobrovolnic z Ukrajiny, které pomáhají především ve skupině uživatelů s vyšší mírou podpory.

V rámci práce se učí česky a jsou velmi snaživé. „Když neví, používají překladač,“ říká Radana Točoňová, pracovnice stacio-

náře. „Ale opravdu se snaží mluvit česky. Nebojí se ledacos vyzkoušet, jsou šikovné, ochotné.“ Ve stacionáři probraly společná témata a zněla tam i ukrajinská hudba. Přišlo také na jídlo, to je vždycky vděčné téma. Na procvičování jazyka ideální.

Paní Marina a Nataša pomáhají především s doprovody a volnočasovými aktivitami. A my za tuto pomoc velmi děkujeme.



Kalendárium

- **8. září 2016** navštívili klienti Domova pokojného stáří sv. Hedviky hospodářství syna jedné z klientek v Račím údolí. Z návštěvy si odvezli pstruhy, které si druhý den upekli.
- **6. září 2019** byli uživatelé Denního stacionáře Šimon na exkurzi v Selské pekárně, kde se mohli podívat, jak se pečou chleba ve velkém a inspirovat se pro vlastní pečení.

Stalo se ...

Bambu a kocour častěji

O prázdninách si v našich domovech užívali zvířecích návštěv častěji. Na každý domov přišla paní Orságová s pejskem Bambu a kocourem dvakrát v měsíci. Návštěvy neprobíhaly jen uvnitř, ale i venku a vždy přinesly mnoho radosti. **Projekt zvířecích návštěv je realizován za pomoci Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Ježíškova vnoučata** a my za něj moc děkujeme.



Pět měsíců za námi...



Odlehčovací služba sv. Zdislavy má za sebou pět měsíců poskytování služby. Za tu dobu pomohla deseti pečujícím, aby si mohli odpočinout. Také dostala několik zpětných vazeb, většinou kladných, a zároveň odhalila nedostatky, které je potřeba řešit.

Pět měsíců poskytování odlehčovací služby sice není dlouhá doba, ale po prázdninách se nabízí malé ohlédnutí. Z deseti klientů, kteří zatím službu využili, ji už jeden využil podruhé a další klientka už má taky domluvený opakovaný pobyt. To ukazuje, že se jim ve službě líbilo a rodině to pomáhá nebát se o službu opět požádat. Pečující si tak mohou domluvit dovolenou nebo třeba

navštívit děti a vnoučata, které bydlí daleko a vidí se s nimi málo. To jsou jedny z nejčastěji uváděných důvodů, proč službu oslovili. A taky si odpočinout.

A jak se klienti ve službě, která je součástí prostor domova pro seniory, adaptují? „První den většinou chtějí jít na pokoj, ale další dny už jí ve společné jídelně, chtějí být ve společnosti,“ říká sociální pracovnice

Anna Kettnerová. Délka pobytu je nejčastěji deset dnů a tyto delší pobyty jsou podle sociální pracovnice pro adaptaci klienta lepší. Někteří se tu potkají se známými, kteří jsou v domově pro seniory, což jim taky pobyt ulehčí.

Klientům je poskytována nasmlouvaná péče a samozřejmě jsou jim nabízeny různé volnočasové aktivity. Do těch se většina klientů ráda zapojuje. „Hodně rodin oceňuje, že je u domova zahrada a že tady klienti mohou trávit čas,“ říká Anna Kettnerová. „Jedna pečující říká, že doma nemají takové možnosti. Bydlí v bytovce ve druhém patře a musí požádat souseda, aby jí pomohl ze schodů, aby se babička mohla dostat na zahradu.“

Samozřejmě se objevují také nedostatky, které služba průběžně řeší. Například chybí internet na pokojích, což znemožnilo manželskému páru pravidelné videohovory. I když se to vyřešilo jiným způsobem, je jasné, že tento nedostatek je potřeba napravit. Přesto mají i zaměstnanci ze služby dobrý pocit. Že se klienti chtějí vracet, nebo že se s nimi loučí se slzami v očích, je pro ně známkou, že službu dělají dobře.

Od září dochází v Odlehčovací službě sv. Zdislavy ke změně sociální pracovnice. Anna Kettnerová přechází na Domov pokojného stáří sv. Františka do Javorníku, odlehčovací službu bude mít nově na starosti Jana Palečková.

Další kolo smyslovky už běží

Vzdělávání v konceptu Smyslové aktivizace začalo už v srpnu, ale během září čekají účastníky hned dva běhy. Hodnoty konceptu tak budou naplňovat další zaměstnanci.

Další kolo vzdělávání, konkrétně Level 1 konceptu Smyslové aktivizace, se rozjelo už na konci srpna. V září pak proběhnou další dva běhy, kdy na posledním dvou-denním setkání budou probíhat smyslové aktivizace vedené přímo účastníky vzdělávání. To u nás již tradičně lektoruje paní Lenka Olivová, se kterou přinášíme rozhovor na straně 4 a o konceptu se tam

můžete hodně dozvědět. Vzdělávání, které probíhá ve Vidnavě, se účastní celkem patnáct zaměstnanců Charity Jeseník, většinou z Charitních domovů.

Za možnost proškolení další zaměstnance v tomto konceptu **děkujeme Výboru dobré vůle – Nadaci Olgy Havlové**, který vzdělávání finančně podpořil. Městu Vidnavě pak děkujeme za pronájem prostor.



Stane se ...

Takhle chutná čokoláda

V Charitním domě sv. Anežky využívají rádi chuťových podnětů k aktivizaci klientů. A spojí to se sezónním ovocem či zeleninou, nebo typickými dobrotami pro dané období. Nebo s oslavou Mezinárodního dne dané pochutiny, jako třeba právě čokolády. Ta svůj den slaví 13. září. Co však v domově chystají, drží zatím pod pokličkou. Ale určitě si tam každý tu svou oblíbenou přichuť najde.



Další zastavení: Jeseník

O prázdninách uživatelé Denního stacionáře Šimon poznávali Javorník a Vidnavu, v září je pak čeká další město, tentokrát Jeseník. A zatímco o prázdninách si vyhledávali informace spíše sami, ohledně zajímavostí Jeseníku se budou moci zeptat přímo paní starostky. Návštěvy představitelů měst jsou ve stacionáři oblíbené a uživatelé si pro paní starostku určitě připraví všetečné dotazy.

„Smyslovka si našla nás,“ říká lektorka Smyslové aktivizace Lenka Olivová.

Když jsem paní Lenku Olivovou poprosila o rozhovor, věděla jsem, že pokud kývne, bude to pro mě velmi obohacující. A opravdu jsem po našem rozhovoru odcházel naprosto rozzářená a nabitá. Mluvily jsme spolu hodinu a celý rozhovor se nám do Okénka nevešel, i když jsme mu dali víc prostoru. Proto pokud byste si chtěli přečíst víc, najdete ho celý na našem webu v článku [Smyslovka si našla nás](#).

My vás známe jako lektorku Smyslové aktivizace, ale vy jste především ředitelka Domova pro seniory Tovačov. Řeknete nám něco o vašem domově, velkém domově – proti našim?

Proti vám je veliký, to je fakt. My máme 150 klientů, provozujeme dvě služby – domov pro seniory má od letošního roku kapacitu (jenom) 30 míst a domov se zvláštním režimem, právě pro klienty s demencí a Alzheimerovou chorobou, má 120. Pět oddělení je pro klienty s demencí a jedno je pro seniory. My jsme s tou cílovou skupinou domova se zvláštním režimem, to znamená klienti s demencí a obzvláště Alzheimerova typu, začali pracovat v roce 2011. 1. července jsme otevřeli první oddělení, kapacita byla 22 míst. Bylo to jedno oddělení na popud toho, že naši klienti senioři se dožívali čím dál vyššího věku, tím pádem se dožili i demence a my jsme je neměli kam poslat. Anebo i když měli, tak nám to přišlo nelidské, že u nás je tolik let a najednou jenom proto, že dostal demenci, ho máme poslat někam jinam. Tak jsme si říkali, přece se to musíme naučit – pečovat i o lidi s demencí. A je pravda, že z té kapacity 22 míst jsme tehdy téměř dvě třetiny zaplnili našimi klienty, zbývající klienti přišli z venku. To byl takový pozvolný rozjezd a učili jsme se za pochodu, co to znamená pečovat o klienty s demencí. Následně jsme každé dva roky otevřeli další oddělení a tak se postupně navyšovala kapacita domova se zvláštním režimem na úkor kapacity domova pro seniory. Je to docela náročné. Navíc jsme se zapojili do projektu Nadačního fondu Abakus, a tak se poslední 2 roky učíme poměrně intenzivně zavádět paliativní péči do každodenního života. Nejenom to, že se někde vzděláme, ale že se to promítne i do plánů péče. Že se naučíme zpracovávat plány péče pro závěr života, že se naučíme komunikovat s rodinou tady to téma, protože to dlouho bylo téměř tabu. Na přelomu roku 14/15 jsme objevili Smyslovou aktivizaci, takže tu taky úspěšně zavádíme do praxe. A v následujícím roce jsme začali zavádět do praxe Biografický model péče. To jsou všechno nádherné koncepty, které nám zkvalitňují službu, svým způsobem i usnadňují život a péči, ale... (smích). Za cenu vysokých nákladů v podobě času, energie, financí na vzdělávání a na ty související změny a tak, takže vždycky je to něco za něco, ale je to obrovský přínos. Dneska už bych nešla tou cestou znovu, že

chci všechny koncepty péče v domově, abychom byli nejlepší a všechno uměli, protože je to velká zátěž pro pečující. Stačí vybrat si jeden koncept a ten dělat dobře a do detailů.

Na vašich stránkách máte větu, že rodina klienta je velmi důležitá a že vy vlastně prostřednictvím služby pomáháte pečovat o jejich seniory. Daří se vám udržovat ten kontakt s rodinou?

Jak s kterou rodinou, pochopitelně. Je to hodně závislé na tom, jaké vztahy měli v rodině před tím, než přišli klienti k nám. Ale je prav-



da, že už nemáme tolik strachu říct té rodině: „Bez vás to nejde.“ Jsou věci, které udělat můžeme, a jsou věci, které dělat nemůžeme. Nebo nedokážeme, protože vás nezbytně nutně potřebujeme. Co se daří – zapojovat rodinu už ze začátku do toho, aby připravili pokoj před nástupem klienta, což vnímáme za hodně důležité. Už i ty rodiny začínají chápat nebo vnímat význam toho, proč mají donést ty věci toho seniora, zvláště když je to člověk s demencí. Proč nemají nakupovat nové oblečení, ale donést klidně to otrhané, obnošené, co ten člověk nosil doma. Že by to oblečení jinak nepoznal. Že mají vzít i povlečení. Vždycky byly vtipné otázky: „Vy jako nemáte svoje povlečení?“ Máme, ale ten váš tatínek nebo maminka ho neznají. Jak já mu řeknu, že to je jeho postel, když na ní bude povlečení, které on nezná, nepozná. A na základě takových drobných situací z běžného života jsme si uvědomili, že s rodinou nikdo nemluví a nepracuje, když ten jeho blízký

onemocní demencí. Doktoři říkají „Jo, je to demence, pravděpodobně Alzheimerova typu.“ Povykládají prognózu, případnou léčbu, ale ona de facto vlastně žádná moc není, dále rodině říkají i ty důsledky, jak ve finále ten člověk nebude vůbec vědět, kdo je, jak nepozná nikoho z rodiny, že se to bude jenom zhoršovat a tak dál. Ale co má dělat ten rodinný příslušník? On neví. Jak si má vysvětlit ty projevy svého blízkého? Neví. Kolikrát při jednání se zájemcem o službu nebo spíš s jeho rodinou jsme my suplovali takové to základní poradenství, co naprosto chybí.

Vy jste zmínila, že to povědomí o demenci a Alzheimerově chorobě ve společnosti moc není, nebo spíš o tom, jak se starat, pečovat...

Jak spolu komunikovat.

Ano. Co myslíte, kudy vede cesta, aby se toto trochu změnilo?

Pro nás, co máme třeba pobytovou službu pro klienty s demencí, tak si myslím, že je velká výzva udělat si čas na rodiny a vysvětlit jim projevy nemoci. Proč najednou je maminka vulgární, když za života neřekla křivého a nepěkného slova? Vysvětlit jim, že to patří k projevům nemoci, že to můžou zhoršovat třeba některé léky nebo vyprovokovat, nebo některé situace na oddělení a tak dál. Proč bere cizí jídlo, vždyť ona nikdy nekradla? Takové z našeho pohledu třeba i situace, které nás nenapadne komentovat, když je najednou ta rodina vidí a je toho účastna, neví, co s tím má dělat. Kolikrát přišel nějaký příbuzný a říká „Tak já jsem přišel za mamkou na návštěvu a ona se mě ptá, kde je její syn? A vždyť to jsem já a ona se mě ptá.“ Říkám: „No jo, ale ona už je v tak hluboké demenci, že ona už si vás třeba pamatuje jako malé dítě a vy tam přijdete jako dospělý člověk, tak se vás ptá, kde ten syn je. Protože ona už neví, že vy jste dospělý, protože ona už je v jiné etapě svého života.“ Takže tu základní osvětu můžeme dělat, když na ni budeme mít prostor, čas. Myslím si, že hodně by mohla pomoci média s tímto tématem, ať už rozhlas, televize. Nejenom, že jsou krásné filmy, na kterých je to vidět, co se s člověkem s demencí děje, ale i tematicky zaměřené krátké spoty. Aby prostě když se něco takového stane, tak ten příbuzný věděl, že nemá smysl toho nemocného tahat k sobě do reality a vysvětlovat mu tu skutečnost, tu současnost, že musí jít za ním a do jeho reality a tam s ním být a tam to s ním prožít. Co by byla cesta, co by pomohlo, asi nemám odpověď. Snaha každého z nás, kdo jsme se s tou nemocí potkali a víme, jaké jsou projevy, že můžeme poradit. Samozřejmě vzdělá-

vání, jenomže pro ty laické pečující nic moc není. Kdyby třeba byly krátké online programy. Chybí podpora i pro takovou oblast, aby si pečující mohli odpočinout. Taky si myslím si, že hodně velký dluh máme k dětem a ve školství, že tam by ten prostor taky byl. Aby vůbec už ti mladí věděli, co to je za onemocnění, jak se k takovému člověku potom chovat, jak mu třeba účinně a efektivně pomoci. Ať už se ztratí někde venku a nemůže trefit domů, anebo v dopravě – neumí si koupit lístek, neumí se v obchodě obsloužit. Aby tady nevznikal prostor pro negativní jevy, jenom z nepochopení, neporozumění, strachu a já nevím čeho.

Jak jste se dostali ke smyslové aktivizaci?

Byla jsem na začátku roku 2014 na konferenci, kterou pořádala asociace Palma, a byly tam představovány koncepce péče, které jsou u nás aktuálně dostupné. A byla tam bazálka, biografie, byla tam smyslovka, kinestetika, snoezelen, validace a další metody péče. A tam jsem to vůbec zaznamenala poprvé, kdy jsem si říkala: „Ty jo, ta smyslovka, to musí být úplně úžasný.“ Pak vyšel článek asi v sociálních službách a říkám si: „To by stálo za to!“ V té době jsme psali projekt na vzdělávání a dali jsme si to do projektu. Tehdy jsem si myslela, že je to koncept volnočasových aktivit, tak jsem poslala na školení aktivizační pracovníky. Říkala jsem si super, budou mi aktivizovat úplně jinak, podle smyslovky. Aktivizační přijeli hned z těch prvních dvou dnů, nadšení, oči navrch hlavy a teď mi to začali vykládat. A paní ředitelko, to není jen pro aktivizační pracovníky, to je i pro pečovatelsky, protože... Uvědomila jsem si, že nebude stačit, že mám vzdělané čtyři pracovníky pro 150 klientů. Ještě před podáním projektu jsme tedy zahrnuli sedmnáct zaměstnanců do vzdělávání v konceptu Smyslové aktivizace, do Levelu 1. To byly naše začátky. Sice ne, že bychom úplně hned pochopili, o co šlo, ale mně se to neuvěřitelně líbilo a myslím si, že smyslovka si našla nás, ne my smyslovku. (smích) V roce 2014 jsme se jeli podívat do Prachatic ve 3 termínech třemi autobusy, protože jsme chtěli vidět na vlastní oči, že něco takového je možné, že se dá pracovat jinak, že se dá myslet jinak a že se péče i aktivizace dají dělat jinak. A že je můžou dělat i pečovatelé a nejenom aktivizační pracovníci. To byl takový přelomový rok. V roce 2015 jsme se začali intenzivně vzdělávat a zároveň tu smyslovku zavádět do praxe...

A teď už ji máte teda zavedenou...

No... Smyslová aktivizace je vlastně způsob myšlení, úhel pohledu. Tím, že je postavená na hodnotách, tak je to samozřejmě o hodnotách každého jednoho z nás. Základ smyslové aktivizace tvoří asistovaná péče, lidský, laskavý přístup postavený na úctě, respektu a lásce. Nemusíme dělat žádné velké věci, nemusíme dělat nové věci. Učíme se pracovat s biografií klienta, abychom ho dobře

poznali, abychom věděli, koho máme před sebou, abychom pro něj tu péči ušili na míru, a to bez znalosti jeho životního příběhu samozřejmě nejde. Ale to, co já vnímám jako absolutní základ smyslové aktivizace, jsou právě hodnoty, postoje, úhel pohledu. A to, že je to asistovaná, podporovaná péče. Potom to všechno – tedy volnočasové aktivity – už je navíc, taková ta třešnička na dortu. Takže jestli máme smyslovku zavedenou, tak vždycky do té míry, do jaké míry je ten náš zaměstnanec člověkem. (smích) Do té míry máme zavedenou smyslovku, protože stojí a padá s každým jedním z nás. To nejde dělat hodinu denně, dvě hodiny denně, prostě pokud ty hodnoty nežijí, tak je do své práce nedokážu promítat od rána, kdy tam přijdu, až do večera, kdy odejdu. Protože únava, protože stres, protože nepohoda, protože něco se uděje. To nejde hrát, to nejde předstírat, to nejde dělat třeba jenom v té volnočasové aktivitě – teď si vezmu klienty a teď se k nim budu chovat nějak v rámci aktivity, která probíhá, a pak je ani nepozdravím, ani jim hezky neodpovím, nedám jim pozornost, čas a prostor, možnost volby. Když mi klient řekne „Ne“, tak je to NE. A já to mám respektovat a ne říct „Ale prosím vás, stejně máte demenci, tak co a pojďte! A teď půjdete ven, teď půjdete dělat toto a teď tamto.“ Takhle se to nedá. Takže v tom je ten základ, v těch hodnotách.

Na smyslovce se mi líbí, že má hodně věcí z praxe, mně samotné to hodně otevřelo oči, jak ten člověk s demencí některé věci vnímá, jak se cítí. To byl vždycky takový ten aha efekt. Tohle kdyby si rodinní pečující mohli zažít, tak by jim to určitě hodně pomohlo.

Ano, to je ten její velký přínos, že otvírá oči, že ukazuje jiný úhel pohledu. Že výuka na základě cvičení vás nechá prožít, co asi ten člověk prožívá. Uvědomit si potom to AHA a je to opravdu to velký AHA, tak takhle to on má, tak takhle on to vnímá, proto to dělá. Pak už ho nesoudím, když vím, proč to dělá. Že dokážu víc porozumět situaci toho nemocného člověka. Hodně silný je film „Den, který zmizel z kabelce“, na tom je to velmi krásně ukázáno a dlouho zůstává v paměti. Zachyceno je půl roku života člověka s demencí, jak se vyvíjí to onemocnění, jak ztrácí postupně dovednosti, schopnosti, kompetence. I ty chyby pečujících jsou tam vidět. Tak to nám hodně otevře oči a ukáže „Tohle přeci nechci, aby zažíval ten můj klient nebo ten můj rodinný příslušník.“ Co je moc hezké na smyslovce, protože je postavená na hodnotách, že obrací pohled nejenom na klienta jako člověka, kým byl, než onemocněl, a kým ještě je, i když je nemocný, ale že obrací pohled i k nám samotným, jako pečujícím a učí nás dávat význam a důraz i sami sobě. I tu péči, laskavost, lásku, úctu i respekt sám sobě. A samozřejmě manažery učí, aby viděli nejen to, že klient je důležitý, protože díky němu máme práci a peníze, ale že není důležitějšího člověka, než je ten pečující, protože to je on, kdo pečuje, a kdo buď přinese poho-

du, nebo nepohodu. Uvědomit si, jak je důležitý ten můj pečující, co pro něj můžu udělat. Protože zase my manažeri jsme povinni připravit podmínky pro práci našich zaměstnanců. A když já jako manažer rozhodnu, že chci mít v domově koncept Smyslové aktivizace nebo jakýkoliv jiný, musím vědět, co to obnáší, jaký to bude mít dopad do praxe, jaké nároky jsem pak naložila na zaměstnance a já jim musím připravit podmínky, aby to mohli dělat. A když nebudu rozumět tomu, co po nich chci, tak jim ty podmínky nepřipravím. To je na smyslovce moc fajn, že neupírá pohled jenom na klienta, ale i na zaměstnance a i tomu manažerovi může ve spoustě věcí otevřít oči a ukázat, že to může být třeba i jinak.

Jak odpočíváte?

Jak odpočívám? Jezdím na koloběžce, podle počasí, to je hodně velký relax. Když to nejde, tak skládám básně, nebo písničky. K některým si zvládnou složit i doprovod, některé mi musí ozvučit a oživit partner. (smích) Takže to jsou takové dva největší způsoby odpočinku.

A jednou za čas se vypravíte na nějakou pouť...

Ano, jednou za čas se vypravím na nějakou pouť anebo na pobyt do tmy. Bylo potřeba. I to je způsob hodně hluboké očisty a návratu k sobě. Ale říkám si, že je lepší se do toho stavu, kdy člověk třeba potřebuje tu tmou, vůbec nedostat a zavčas opečovat sám sebe. Už se učím pracovat i s tím musím – nemusím. A že si nakládám vlastně sama – všechna břemena, zátěž, práci a tak dál. A učím se hledat takovou tu životní lehkost a prožívat ji. Konec konců od toho jsme tady, abychom byli šťastní a užiteční. A přesně v tomhle pořadí – nejprve šťastní a pak užiteční. To říká dalajláma, to není z mojí hlavy. Jsou to věci, které se učím taky za pochodu a někdy na základě těžké životní zkušenosti, a když na něco přijdu včas, než dojde k nějaké těžké životní zkušenosti, tak pak je to úplně výhra. Jo, život je fajn.

Děkuji za úžasný a přínosný rozhovor.

Lenka Olivová – medailon

Původní profesí zdravotní sestra, následně sociální pracovníce. Od roku 2008 ředitelka Domova pro seniory Tovačov. Celoživotně nadšená obdivovatelka života.

Osobní motto:

„Člověk je na světě pro člověka.“
„To jsem ještě nedělala, to mi určitě půjde.“

Pochopila, že důležitou součástí péče a všech činností je to, co člověku sami ze sebe přinášíme, tedy hodnoty, kterými žijeme a kterým věříme. Laskavost. Vstřícnost. Úcta. Respekt. Láska.

5. CHARITNÍ

P U T

...putujeme do Javorníku

sobota 1. října 2022

- 14:00 – mše svatá v kostele Nejsvětější Trojice v Javorníku
- následuje společné posezení na zahradě Domova pokojného stáří sv. Františka s možností prohlídky domova

Přijďte s námi společně strávit první říjnovou sobotu a oslavit svátek patrona Charity sv. Vincence z Pauly.

Slavit budeme aktivitami



21. září je Mezinárodní den Alzheimerovy choroby. V našich domovech, kde se na tuto cílovou skupinu klientů zaměřují, si tento den připomenou různými aktivitami.

Demence a jeden z jejích typů, Alzheimerova choroba, je ve společnosti stále častěji skloňována se strachem, jestli vás tato nemoc nepotká. Většinou je spojována se stářím, ale objevuje se i v dřívějším věku. Krátkodobá paměť selhává, to, co člověk právě prožil, se neukládá do dlouhodobé paměti a nemůže to tedy vyvolat zpět. A tak se ptá znovu a znovu na stejné věci a slyší „Ale na to ses už ptal.“ A tak co – stáhne se

nebo se začne bránit, že ne, co si to vymýšlíme... Možná tyto situace znáte. To jsou počátky onemocnění, kdy si nemocný začne možná uvědomovat, že se něco děje, ale často neví, jak s tím naložit. A často to vnímá rodina, která to sice nejdříve bere na lehkou váhu, protože „zapomínání k jeho věku patří“, ale později to začne být stále častější a objevují se změny chování a tak začnou vše řešit.

Krásně je toto téma zpracované v knize „Deník ze života s Alzheimerem“, kde je spousta skvělých praktických tipů pro zvládnání různých složitých situací. A těch se v průběhu života s tímto onemocněním vyskytuje opravdu hodně a některé by vás ani nenapadly.

Bohužel často v tom rodina zůstává sama a neví si rady, jak o tom mluví Lenka Olivová v rozhovoru na předchozích stranách. Také v našich domovech, kde o lidech s demencí a Alzheimerovou chorobou pečují, se setkávají s rodinami, které jsou v péči bezradné. Čekají od zařízení, že se tam jejich blízký „zlepší“, ale on se většinou zhorší, protože tato nemoc je nevléčitelná a ani sebelepší zařízení s tím nedokáže nic udělat.

Co ale udělat můžeme, je dobře o lidech s touto nemocí pečovat. Přístupovat k nim s respektem, úctou a láskou, jak nás vede koncept Smyslové aktivizace. Koncept, který nám ukazuje, jak se člověk s demencí cítí, a učí nás chápat projevy nemoci. Který nás učí nepřebírat zodpovědnost, ale podporovat člověka v činnostech, které ještě zvládá. A naopak hledat smysluplné aktivity, které mu připomenou, že tohle uměl, zná, ví, jak na to.

A právě spoustu smysluplných činností a také aktivity na procvičení paměti si v rámci Mezinárodního dne Alzheimerovy choroby chystají v Charitním domě sv. Anežky a Domově pokojného stáří sv. Františka. Určitě to bude příjemně strávený den nejen pro klienty, ale i pro zaměstnance.

Z mého pohledu

Náš domov tak bude mít „SMYSL“

Když jsem před pěti lety nastupovala do Domova pokojného stáří sv. Františka jako pečovatelka, netušila jsem, jak moc budu muset být v téhle profesi flexibilní. Přišlo první stěhování kvůli rekonstrukci staré budovy v Javorníku. Ve Vlčicích na zámku jsme se docela rychle zabydleli. Moc se mi tam líbilo. Mít práci kousek od domu, je vážně paráda. Během těch dvou let jsme se začali postupně měnit na zařízení zaměřené pro klienty s Alzheimerovou chorobou a klienty s pokročilou demencí. A na vše nové je třeba se připravit.

Mezi ostatním vzděláváním mě nejvíc oslovila Smyslová aktivizace. Její koncept je totiž pro mě přirozeně lidský, vychází z každodenního života a nabízí tak trochu jiný přístup k těmto lidem. Nejde jen o přípravu na samotné aktivizace, kde klienti zjistí, co ještě zvládnou, přijdou dávno zapomenuté vzpomínky, projeví se

emoce a vy s tím musíte umět pracovat a nechat je prožít jejich radosti i smutky. A znova jsme se stěhovali. Byla to příležitost vytvářet domov takový, jaký bychom ho sami chtěli. Dělal mi radost podílet se na zabydlování jak nás, tak hlavně klientů. Moc ráda na to vzpomínám. Byl to čas plný nápadů, vzájemné podpory a spolupráce. Bohužel dorazil covid a najednou bylo vše jinak. Nastoupily obavy, smutek ze zmařených životů, strach z toho, co nás ještě čeká. Sotva jsme se s tím naučili žít, přišla válka na Ukrajině. Nezbývá než doufat v dobro a naději.

Většina našich klientů žije ve světě, kde tyto současné problémy nemusí řešit. Mají svůj vlastní. My musíme být jen připraveni vejít tam a sdílet ho s nimi. Pokud ovšem oni budou ochotni nechat nás do něj vstoupit. A přesně o tomhle „smyslovka“ je. Naučila mě, že jen ČAS, který jim věnujete, vám pomůže pochopit jejich

potřeby. Je důležité se umět zabavit a naslouchat, pohlédit a obejmout, nebo jen tak si s někým posedět a držet se za ruce. Oddělit profesní část od té osobní je další zatěžkávací úkol. Jak nemáte myslet na klienta, kterého znáte tzv. „od hlavy po paty“. Nelámat si i doma hlavu s tím, jak mu pomoci, aby se necítil v nepohodě, když přijde nemoc, úraz, nebo rodinné starosti. Pomalu se vám zabydlí v srdíčku. A věřte nebo ne, zůstanou tam velmi dlouhou dobu i poté, co odejdou navždy. V současné době prochází tímto školením další naše pečovatelky. Věřím, že budou tuto zkušenost využívat a náš domov tak bude mít „SMYSL“.

Jana Hružková
pečovatelka Domova
pokojného stáří
sv. Františka



Duchovní zamyšlení

Mít ve svém srdci Boha, který je s námi spokojen

Rodina je dána mimo jiné vztahem dětí a rodičů. Od početí na tomto světě, v posmrtném životě, doslova na věky věků. Tento vztah kromě mnoha jiných věcí je dán dodržováním čtvrtého přikázání.

Porušování a nenaplnění čtvrtého přikázání má úplně stejný dosah jako hřích proti pátému přikázání, šestému přikázání, sedmému přikázání... Vrah, cizoložník, zloděj, lhář. Úplně stejně vypadá v Božích očích člověk, který nectí svého otce a matku. Který je od dětských let jen využíval a nakonec, když už z nich nic nemá, na rodiče zapomene a odhodí je.

Čti otce svého a matku svou, abys dlouho žít byl a dobře ti bylo na zemi. Jediné přikázání, které má zaslíbení: dlouhý život a k tomu ti ještě bude dobře. Člověk nemusí být zpovědník a psycholog, aby každý den nevnímal lidi okolo sebe, jak jim není dobře. Může to mít mnoho příčin. Ale jeden důvod, na který zapomínáme, je nenaplnění byť jen jediného přikázání z Desatera. Za svoji bezcitnost nejen k rodičům, ale obecně ke starým a nemocným, nebudou lidé trestáni až u Božího soudu. Bezcitnost nese na tomto světě to, že člověku není dobře. Proč je tolik nespokojených náctiletých, třicetiletých, padesátiletých? Ztratili úctu a vděčnost a milé srdce ke svým rodičům.

Toto přikázání nás vrací k myšlení o rodičích, mluvení s rodiči, čas věnovaný rodičům, peníze, které nečekáme od rodičů, ale my jim je dáváme, a hlavně, až jsou nemohoucí, abych je nenechal jen sourozencům, ale také já jim obětoval svůj život.

Piši o tom, protože jsem potkal o prázdninách několik známých, kterým viditelně bylo dobře, byli spokojeni. Samozřejmě mne zajímala příčina. Nu mají rádi své rodiče a věnují jim čas, péči, peníze... Ani si to neuvědomují, ale mají ve svém srdci Boha, který je spokojen s nimi. Naplnili čtvrté přikázání v míře vrchovaté. A odměnu už mají na této zemi.

P. Mgr. Miroslav Kadlec
farost Vidnava, Bernartice,
Kobylá nad Vidnavkou



Poděkování

Za snadnější vstup

Pečovatelky Domova pokojného stáří sv. Františka by touto cestou rády poděkovaly údržbáři domova, panu Petru Mayerovi, který vyrobil nájezd do dveří, aby mohli snadněji vozit klienty na nádvoří a do zahrady. Práh u dveří sice není vysoký, ale pojízdná křesla, která jsou pro klienty pohodlnější, jsou nízká a přejezd přes práh jedna pečovatelka sama nezvládla. Teď s nájezdem to jednoduše přejezdě a ani záda pak nebolí. **Moc děkujeme!**



Hledáme kolegu/kolegyni

Aktivizační pracovníce v sociálních službách

Popis pozice:

- přímá práce s uživateli služeb, kteří trpí demencí nebo Alzheimerovou chorobou
- aktivizace klientů, vymýšlení a organizování různých aktivit, které jim zpříjemní den
- pomoc při vytváření plánů péče, zpracovávání a vedení potřebné dokumentace

Požadavky:

- středoškolské vzdělání (min. vyučen)
- akreditovaný kurz pracovníka v sociálních službách podmínkou
- trestní bezúhonnost, zdravotní průkaz
- organizační a komunikační schopnosti, spolehlivost, flexibilita
- ochota pracovat v církevní organizaci v souladu s jejím posláním
- dobrá znalost práce na PC

Nabízíme:

- práce na celý úvazek (možno i na zkrácený)
- zaměstnanecké výhody (příspěvek na obědy, dovolená 6 týdnů apod.)

Místo výkonu: Charitní dům sv. Anežky, Vidnava

Termín nástupu: 1. 10. 2022

Kontaktní osoba: Mgr. Monika Buzková – tel.: 584 452 537, 605 597 342
e-mail: monika.buzkova@jesenik.charita.cz

Žádosti se strukturovaným životopisem zasílejte do **15. 9. 2022** na výše uvedený e-mail, nebo poštou na adresu: Charitní dům sv. Anežky, Mírové nám. 68, 790 55 Vidnava. Do předmětu e-mailu nebo na obálku uveďte „výběrové řízení“.

Zaslané materiály se uchazečům nevracejí, po skončení výběrového řízení budou skartovány, maily vymazány. Charita Jeseník si vyhrazuje právo výběrové řízení zrušit nebo místo neobsadit.

Krátce

Florbalisti ve Vidnavě

Po covidové pauze si zase našli cestu do naší Vývařovny AVE v rámci svého soustředění ve Vidnavě mladí florbalisté. Vývařovna mládeži z FBK Jeseník zajistila celodenní stravování, aby měli dostatek času na sportování a novou sezónu zahájili v plné síle.

