

Úvodní slovo

Milí přátelé,

když jsem dostala úkol napsat úvodní slovo, dlouho jsem přemýšlela, co vlastně napíšu? Jaké téma zvolit? Květen je měsíc, kdy se slaví svátek práce, osvobození a také láska.

Ne že by mi byla práce cizí, snad mohu se skromností říci, že spíše naopak, přesto bych se tady raději zmínila o lásce. Nedávno jsem slyšela, že v dnešní uspěchané době je problém jakási nedomazlenost dětí. Ženy chodí do práce, zastávají role manažerek, živitelek a večer bývají unavené, nezbyvá jim energie na trávení času se svými dětmi. Tak raději zapnou televizi, strčí dítěti do ruky tablet nebo peníze a sní o chvíli odpočinku. Přitom dítě jen vyžaduje pozornost mámy, polibek na čelíčko, pohlázení, pevné objetí a vlídné slovo, prostě jednu z podob lásky.

Zkusme se tedy zamyslet, zda věnujeme nejen dětem, ale i partnerovi, rodičům a všem blízkým či přátelům alespoň chvilku pozornosti. Rozhodneme se pro pohodlné investování našeho času do zbytečnosti nebo povrchní zábavy? Nebo se rozhodneme jinak? Jestliže investujeme náš čas a pozornost do rozvíjení schopnosti milovat, jsme na dobré cestě rozvinout v našich životech množství skutečné a hlavně nezištné lásky. A to nám pak samo od sebe přinese do života štěstí a další dobré věci.

Mnoho lidí si zvolilo podmíněčnou lásku z nevědomosti, strachu či pohodlí. Jak to máte vy? Já mám našťastí kolem sebe lidi, kteří si zvolili nezištnou lásku, která nic nechce, jen miluje.

Přeji všem krásný máj, lásky čas.

Jaroslava ŠVECOVÁ
vedoucí Domova
pokojného stáří
sv. Hedviky



Máme místo k setkání

Také letos se pracovnice Charitní pečovatelské služby rozhodly uspořádat pro své klienty společné setkání. Termín byl jasný docela brzy, jen vhodné prostory se hledaly déle. Dalším oříškem bude náplň setkání, protože návrhů se nakonec sešlo víc a bude potřeba se opět společně domluvit.

Loňské setkání klientů Charitní pečovatelské služby proběhlo v Kavárně u Verčí ve Vidnavě. Letos se ho pracovnice rozhodly uspořádat v Javorníku, odkud mají také nejvíce klientů. Ovšem najít vhodné místo pro setkání byl velký oříšek. Kde najít prostor, který je bezbariérový, toalety v blízkosti a zároveň, kde by se všichni cítili dobře? Nakonec padla volba na místnost v budově Městského informačního centra v Javorníku. Sice to znamená, že připravíme něčeho dobrého, vaření kávy a obsluha bude na týmu služby, ale to zase není takový problém. Děvčata jsou na improvizaci zvyklá, flexibilita je jedna z jejich zásad.

Přemýšlení o náplni setkání také přineslo mnoho podnětů a ještě se jimi budou zabývat. Loňské setkání zpestřilo vystoupení dětí ze Základní umělecké školy ve Vidnavě a také vstup agentury Anděl strážný. Ale jak poznamenala Žaneta Kargerová, to nejlepší přišlo, když si společně sedli do kruhu a povídali si. „Paní vedoucí je poprosila, ať řeknou, odkud jsou, případně, co je sem přiválo a něco o sobě. A když tak dopovídali, tak někdo z nich navrhl, ať jim taky řekneme něco o sobě. Trošku nás to zaskočilo, ale je to přece samozřejmé, my o ně pečujeme, víme o nich hodně a oni o nás toho moc neví.“ „Kolikrát si myslí, že jsme místní a byli překvapení, odkud jsme, nebo kde jsme se třeba narodily,“ doplňuje vedoucí služby Hana Netopilová a dodává: „Myslím, že na tom programu zase tolik nezáleží, i když určitě ho něčím zpestříme. Pro naše klienty je často nejvíc přínosné, že se setkají s někým, s kým se třeba dlouho neviděli, a že si společně popovídají.“

Co nás čeká v květnu...

- **Společné setkání stacionářů** tentokrát v Centru sociálních služeb v Jeseníku
- **Diecézní pouť Charit** letos v Městečku Milosrdenství v polských Branicích
- **Plánované setkání klientů** Charitní pečovatelské služby v Javorníku
- **Oslava svátku patronky** Odlehčovací služby sv. Zdislavy ve Vidnavě
- **Kácení máje** spojené s bleším trhem v Domově pokojného stáří sv. Františka

Čtěte dál...

- **Přednáška vrchol oslavy** (str. 2)
- **Jaké to bude s MILOU?** (str. 3)
- **Rozhovor** (str. 5)
- **Dívám se na to teď jinak** (str. 7)
- **Duchovní zamyšlení** (str. 8)

Přednáška vrchol oslavy



Oslava deseti let Charitního domu sv. Anežky měla spíše komorní formu a byla pro zvané hosty. Podvečerní přednáška už byla určena veřejnosti a nabídla vhled do problematiky onemocnění demencí a především náročnosti péče o lidi s touto nemocí.

Oslava 10. výročí Charitního domu sv. Anežky proběhla v úzkém kruhu pozvaných hostů a začala již tradičně mší svatou v kostele sv. Kateřiny Alexandrijské ve Vidnavě. Při ní Otec Miroslav požehnal obraz sv. Anežky, který domov dostal jako dar ke svému výročí. O hudební doprovod mše svaté se postarala Marie Grabarczyková a pan Josef Kubáň, kterým touto cestou velmi

děkujeme. Poděkování se dostalo na závěr také Otci Miroslavovi od vedoucí Charitního domu sv. Anežky, paní Moniky Buzkové, za jeho duchovní podporu domova od jeho počátku.

Po mši svaté se většina účastníků přesunula do Kavárny u Verči, kde všechny přítomné přivítala ředitelka Charity Jeseník, paní Helena Paschkeová. Ta zavzpomínala

na začátky služby a připomněla podporu města Jeseníku a Komunitního plánování na Jesenícku. Také poděkovala všem vedoucím, které službu během jejich deseti let vedly, nebo se o její vznik zasloužily: Michaela Hutníkové, Marii Dobošové, Jaroslavě Švecové a Monice Buzkové. Stejně tak ředitelka poděkovala všem pracovníkům domova a popřála službě vše dobré do dalších let. Podpory a poděkování za vznik této služby, v té době jediné v našem okrese, se pak Charitě Jeseník dostalo také od některých přítomných hostů. Pak už následovalo společné posezení a povídání u kávy a občerstvení připraveného Kavárnou u Verči a Vývařovnou AVE. Prostory byly doplněné o fotografie z Charitního domu sv. Anežky od Jany Šubrtové.

Zakončením oslavy pak byla přednáška pro veřejnost „Otevřeně o demenci“, které se zhostila paní Lenka Olivová, ředitelka Domova pro seniory Tovačov. Přítomné velmi poutavě provedla tématem péče o lidi s demencí a jak to zvládnout. Na mnoha příkladech z praxe ukázala úskalí a náročnost péče o lidi s tímto onemocněním, stejně jako zdůraznila potřebu péče o pečující. Prostor byl také na dotazy a nahlédnutí do materiálů týkajících se problematiky demence. Přednáška měla velmi kladnou odezvu a my touto cestou paní Lence Olivové děkujeme za obohacující přednášku a budeme se těšit na podzim v Javorníku.

Děti připravený ovocný salát

Spolupráce s dětmi ze Základní školy Javorník se v Domově pokojného stáří sv. Františka daří. Tentokrát bylo tématem setkání zdraví, zdravé jídlo a spousta ovoce.

Domov pokojného stáří sv. Františka ožil začátkem dubna dětským smíchem a štěbetáním, když ho navštívila děvčata z výtvarného kroužku paní učitelky Dzubákové. Ta tentokrát připravila pro klienty vitamínovou bombu v podobě ovocného salátu. Pro jeho přípravu použila různé druhy ovoce: kiwi, jablka, pomeranče, mandarinky, banány, hrozny a dokonce i ananas. Ovoce

oloupala, očistila, nakrájela a smíchala. Výsledný salát nabízela a nabrala všem, kdo chtěl. A nezůstalo jen u přípravy salátu – za asistence jedné z klientek připravily dívky také tři krásně nazdobené ovocné mísy. Rádi bychom touto cestou poděkovali těmto šikovným děvčatům a paní učitelce Dzubákové za pěkný a zdravý nápad a těšíme se na příští návštěvu.



Kalendárium

- **V roce 2013** vyjeli klienti Denního stacionáře Šimon na výlet na Dlouhé stráně. Cestou stihli ještě navštívit ZOO park a muzeum v Rapotíně a dát si oběd v restauraci Losín ve Velkých Losínách.
- **V roce 2020** – v době pandemie – jsme získali na naše domovy tablety díky projektu „Tablet od srdce“. Naši klienti tak mohli být ve spojení se svými blízkými alespoň touto cestou.

Stalo se ...

Takové anglické počasí

Celoroční projekt Denního stacionáře Šimon zavedl klienty opět na sever Evropy, tentokrát do Velké Británie. Na besedu přišla paní Kristýna Mechová, která pracovala rok a půl jako au-pair v Manchesteru. Všichni bedlivě poslouchali její zážitky z této země, venku bylo zrovna typicky anglické počasí, a tak nikdo na závěr povídání nepohrdl anglickým černým čajem s mlékem a sušenkami.



Jaké to bude s MILOU?



Úspěch ve vyhlášené výzvě Nadačního fondu Českého rozhlasu a jeho Ježíškových vnučat přinese Charitnímu domu sv. Anežky několikaměsíční spolupráci s organizací MILA, z. s., která jistě povede ke zlepšení kvality péče v této službě.

Žádost o zapojení do spolupráce s organizací MILA, z. s. přes Ježíškova vnučata napsala vedoucí Charitního domu sv. Anežky, paní Monika Buzková, už loni. I když neuspěla, neodradilo ji to zkusit to letos znovu. A podařilo se. Teď je čeká sedmdesát hodin provázení ze strany MILA, z. s. Že nevíte, o kom tu píšeme? Organizace MILA, z. s. vznikla v roce

2018. Tehdy pořádali vzdělávací kurzy pro nevládní organizace. Zakladatelka, paní Simona Bagarová, v té době působila jako dobrovolnice v domově seniorů a setkání s nedůstojnou a nekvalitní péčí ji natolik zasáhlo, že se rozhodla s tím „něco udělat“. Dnes se tato organizace zaměřuje na podporu domovů pro seniory, ale výrazně také bojují za zvyšování prestiže pečova-

telské profese a zlepšování podmínek pro ni. Vychází z přesvědčení, že jedině tam, kde jsou spokojení pečující, mohou být spokojeni i klienti.

Abyste si udělali obrázek, citujeme z jejich webových stránek, jaký byl MILÍ rok 2022:

- Dotkli jsme se života 400 pečujících v 8 městech po celé České republice.
- Uspořádali jsme 8 kulatých stolů s 80 lidmi a jednu konferenci Jiskříme pro odbornice a odborníky napříč pečovatelskou profesí.
- Vytvořili jsme 6 systémových doporučení pro lepší podmínky pečujících, na kterých budeme následující roky pracovat.
- Kniha Hořim je nyní také jako audiokniha a eknih.
- Natočili jsme podcastovou sérii o pečovatelské profesi a připravili manuál pro pečující.
- Tým MILA v roce 2022 tvořilo 10 lidí.

Dost práce na tým v deseti lidech, co myslíte? A když si přečtete odezvy zaměstnanců z podpořených domovů v loňském roce, řeknete si, že Charitní dům sv. Anežky má opravdu štěstí. My v Charitě Jeseník jsme za tuto podporu rádi a těšíme se, že bude mít přínos i pro ostatní naše služby. Kdo ví, třeba budeme brzy psát o spolupráci MILA, z. s. s dalším domovem.

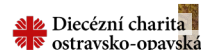
Kdyby vás zajímala tato úžasná organizace, tady je odkaz na jejich web: <https://www.mila.je/>.

Diecézní pouť Charit v Brančích

Každoroční Diecézní pouť Charit se letos koná v Brančích, v Městečku Milosrdství. Na toto kouzelné místo v Polsku, kde se můžeme inspirovat dílem biskupa Josefa Martina Nathana, se Diecézní pouť Charit vrací po deseti letech.

Diecézní pouť Charit proběhne letos 24. května v polských Brančích. Tamní Městečko Milosrdství vybudované biskupem Nathanem bude jistě pro zaměstnance, klienty, duchovní a přátele Charity inspirativním místem. K účasti na pouti však určitě láká také její program. Tradiční zahájení bude mší svatou, kterou

v bazilice Svaté Rodiny bude celebrovat biskup Mons. Martin David. Následuje přednáška Dr. Jana Larische s názvem „Svědkové milosrdné Boží lásky: biskup J. M. Nathan a blahorečený R. Henkes“. Návštěvníci budou mít také možnost komentované prohlídky muzea J. M. Nathana, chráněných dílen a baziliky Svaté Rodiny.



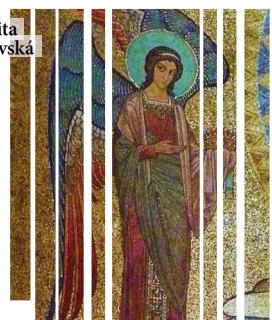
Diecézní charita opatovsko-opavská

vás srdečně zve na

**DIECÉZNÍ
POUŤ
CHARIT**

24. 5. 2023

Branice



Stane se ...

Připomenutí sv. Zdislavy

Díky nové službě si na konci května připomeneme další českou svätici. Svůj sväték totiž slaví patronka Odlehčovací služby, sv. Zdislava. Tato služba funguje už přes rok a je tedy dobré ohlédnout se a trochu bilancovat. Co se podařilo, kde máme ještě rezervy, kolika klientům a rodinám jsme touto službou pomohli? I takto je možné pojmout oslavu svätku patronky služby.



Bleší trh i pro veřejnost

Na konec května plánují v Domově pokojného stáří sv. Františka kácení máje spojené s bleším trhem. Loni se tato akce vydařila a tak ji letos chtějí zopakovat a rozšířit. Plánují totiž pozvat na bleší trh i veřejnost. Chtějí podpořit trend nevyhazování sloužících věcí a na svém bleším trhu nabídnou nejrůznější použité předměty, věci, oblečení... Chybět nebude samozřejmě i malé občerstvení.

KONCERT

PRO DENNÍ STACIONÁŘ ŠIMON

čtvrtek 8. června 2023
od 16:00

Vystoupí:

žáci SZUŠ – taneční, s.r.o.
pod vedením Mgr. Zuzany Fritscherové

žáci ZUŠ Javorník pod vedením Víta Hanulíka, DisArt

Jesenické žestě pod vedením Mgr. Františka Mecha

prezentace Denního stacionáře Šimon,
který slaví 25 let

Klášterní kaple Panny Marie
Jeseník

Výtěžek bude použit na dofinancování
stropního kolejnicového závěsného
systému v nové budově Denního
stacionáře Šimon

Vstupné dobrovolné

občerstvení zajištěno



„Našla jsem se, baví mě to,“ říká o práci pečovatelek v terénu Žaneta Kargerová

Když jsem Žanetu Kargerovou poznala, hned jsem věděla, že má pro práci pečovatelky všechny předpoklady. Líbilo se mi na ní, že pokaždé než něco řekla, dobře si to rozmyslela, ale pak to byla perla. O to větší radost jsem měla, když mi kývla na rozhovor, z kterého jsem odcházela nabitá pozitivní energií. Prošly jsme její začátky, bavily se o doprovázení klientů i o jejich rodinách, ale také o tom, jaký mají tým, co je na jejich práci náročné a bez čeho si svůj život nedovede představit.

Co tě přivedlo od Charity Jeseník?

To byla taková shoda náhod nebo osud. Koupili jsme si domeček a oba s manželem jsme byli na živnosti a já si říkala: „Hypotéka, zadlužení až do důchodu, co kdyby se někomu z nás něco stalo, kdo nás bude živit? Ať aspoň jeden z nás má takový jistý příjem.“ Přemýšlela jsem, co by mě bavilo a já tu pečovatelku mám asi nějak v sobě. Předtím jsem dělala pedikúru, jezdila jsem taky k lidem, do domácností, takže na to jsem byla zvyklá a pak mě právě napadla Charita. Podívala jsem se na volná místa a zrovna hledali pečovatelku. Říkám: „Ty jo, to je dobré. Ale dám tomu ještě čas, nebudu plašit.“ A mezitím mi Terka (pracovnice z jednoho Charitního domova – pozn. red.) napsala, jestli nevím o někom, kdo by to šel dělat, že je to celkem akutní. To už jsem si řekla, že to je signál – dívala jsem se na to, mám tu myšlenku a ta Terka mi psala... Tak jsem hned volala vedoucí, paní Netopilové, druhý den jsme si daly schůzku a na Silvestra jsem se šla podívat do terénu a pak jsem hned nastupovala.

Na Silvestra?

To tak vyšlo. Paní vedoucí volala Pavle (kolegyni z pečovatelské služby – pozn. red.), jestli ten den jede a za kým. To tam byli zrovna takoví náročnější klienti, hygieny, výměna inko pomůcek. To jsem si říkala, že to asi nedám. Ale vůbec nic to se mnou neudělalo. A za týden už jsem byla v Charitě.

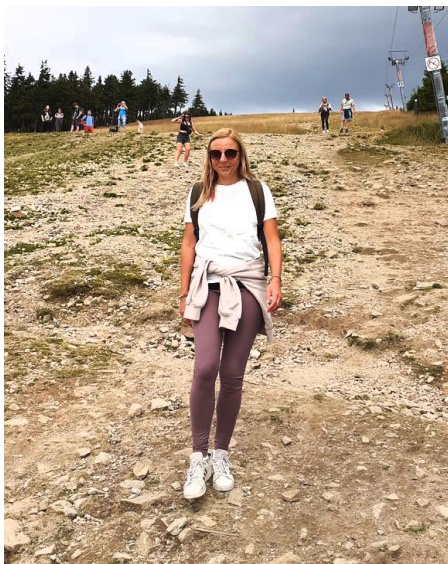
Jaké byly začátky?

První měsíc jsem jezdila s Pavčou, tak to bylo fajn. Hodně mě naučila, ukázala. I ona říkala, že ve dvou je to fajn, taková podpora, když něco nevíš, protože jinak jsme tam na všechno samy. Opravdu jsem ale měla na začátku strach, že to nedám. Kdyby mi někdo před pěti lety řekl, že toto budu dělat, tak ani náhodou! Ale asi jsem se našla, bavilo mě to a baví.

Co je podle tebe náročné na pečovatelské službě?

Je to hlavně o tom, že jsi tam opravdu sama, musíš se sama rozhodnout. Jasně, můžeš zavolat paní šéfově nebo kolegyni. Ale jsou situace, kdy si řeknu, že kdybychom tady byly dvě, už bychom si pomohly.

Třeba jsem našla klienta, imobilní pán, který se skulil z postele. Nic se mu nestalo. Ale on silný pán, já taková drobnější, no, nechceš být před ním hysterická... Nakonec jsme si s pánem poradili, zvládli jsme to spolu, ale kdybychom tam byly dvě, bylo by to jednodušší. Ale nikdy se nestalo, že bychom si neporadily – počkej, musím raději zařukat. (smích)



Stalo se ti, že už jsi někoho doprovázela doma při umírání?

Stalo se mi to před rokem. Syn volal, že by potřeboval pomoc, že maminka jde domů zemřít. Takže jsem tam chodila a ze začátku byla paní hodně snaživá. Ale po víkendu, když jsem přišla, tak to byl úplně pád dolů, paní jen ležící a to mě docela zlomilo. Ještě v pátek jsem tam byla, byly jsme spolu ve sprše a najednou... Pak už jsme tam chodily s další kolegyní, protože paní byla i hodně bolavá, tak se vše muselo dělat hodně opatrně. V pátek jsme tam byly naposledy, to už paní nepila, nejedla, už jsme tam u ní jen seděly, držely ji za ruku a to mě hodně posunulo. Taková hodinka, kdy jen potichu sedíš a někoho držíš za ruku, ti dá mnohem víc, než když třeba zametáš.

Jaká je spolupráce s rodinou?

Jak u koho. Já vždycky říkám, že s tou rodinou je to nejtěžší. Klient to chce takhle a rodina: „My víme, že děda to chce takhle, ale my to chceme tak.“ A to je složité. Ale

ne se všema. Taky na nás někdy hodí to, co by mohli nebo měli dělat oni. Třeba dcera je tam na víkend, nechá tam nepořádek, však pečovatelka přijde a uklidí. To si nás trošku pletou se služkami.

Máš pocit nedocenění ze strany rodiny?

Někdy ano, když mám být upřímná.

A z okolí, co ti říkají tví známí?

Ti jsou naopak na mě pyšní: „Žany, to je posláný.“ Vůbec se nestydím, že dělám pečovatelku.

Jaký máte tým?

Tým je úplně úžasný. Myslím, že si hodně rozumíme. Ale jestli mám být upřímná, tak je to možná tím, že jsme každá na tom svém úseku a vidíme se jen občas na poradách, že jsme si vzácné.

Máš jen svůj rajon nebo víc přejíždíš?

Jezdím ze Žulové do Vápenné, Javorníku, Staré Červené Vody, Bílého Potoka, Velké Kraše. Na cestě strávím hodně času. Když se pak někdo podívá na ten report, tak si řekne: „Ona má jenom šest lidí, to je na pohodu.“ Ale u toho strávíš hodinku, pak přejezd, u toho tři čtvrtě hodiny, zase přejezd... Ten čas pak hodně utíká. A měsíčně najezdím zhruba 750 kilometrů.

To je hodně. Nebýváš pak už unavená?

Víš, my pečovatelky to máme tak, že pořád pečujeme. V práci, doma a někdy už je toho moc. A to je na té práci nejtěžší, umět vypnout, vyčistit hlavu. Já chodím s pejskem na procházky, zacvičím si jógu, to mi pomáhá.

Bez čeho si svůj život nedovedeš představit?

Bez rodiny. Moje děti, to je velká náplň, já jsem hrozná kvočna. (smích) Pak ty procházky, jógu ráda cvičím a čtu. Ale to večer, když už je klid. A maluju podle čísel, to je úplný relax, to doporučuju.

Děkuji za rozhovor.

Žaneta Kargerová – medailon

Narodila se v Jeseníku. Má manžela, dva syny a pejska, se kterým dělá skoro denně procházky, a to i za každého počasí. Má ráda přírodu, jógu, četbu knih a různé aktivity. Říká, že by den měl mít více hodin, aby mohla vše stihnout.



ROK 2023 S CHARITOU JESENÍK

Koledujeme pro Šimona

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

Vystavujeme povedená díla

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

Přednášíme o Domácí hospicové péči

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

Oslavujeme 10 let Charitního domu sv. Anežky

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

Podporujeme setkávání

Už **4. setkání klientů Charitní pečovatelské služby** plánují pracovnice v květnu. Vždyť už se klienti ptali, kdy bude zase nějaké příště.

Hrajeme kuželky

Domov pokojného stáří sv. Hedviky uspořádá v červnu svůj tradiční **Kuželkový turnaj**, na který pozve zástupce z okolních domovů. Kdo si letos odveze zlatou kuželku?

Koncert pro stacionář

Benefiční koncert pro Denní stacionář Šimon uspořádají podporovatelé této služby a proběhne **v Kapli ve čtvrtek 8. června 2023**. Přijďte podpořit dobrou věc a ještě si odnést malý kulturní zážitek.

Putujeme do Jeseníku

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

Otvíráme se veřejnosti

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

Přestřiháváme pásku

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



Dívám se na to teď jinak



Někdy je dobré se ohlédnout za tím, co se podařilo, i když v tu chvíli jsme to tak třeba nevnímali. Jako vedoucí Charitní pečovatelské služby, paní Hana Netopilová, která v následujícím článku popsala loňskou inspekci v jejich službě. Svým stylem.

Chystám se na šetření do terénu, máme nového klienta v Uhelné. Potom zkratkou do Vidnavy na poradu s děvčaty. Jejída, zapomněla jsem termosku s čajem, dopoledne bude dlouhé, vracím se.

Zvoní mi mobil, že by si to paní nakonec rozmyslela, říkám si. Nemluví a jen poslouchám, na druhém konci telefonu mi někdo sděluje, že je z MPSV a že přišly na inspekci pečovatelské služby. Hlavou mi proběhlo všechno to, co jsem si říkala,

že je potřeba udělat, ale proto, že nebyl čas nebo se mi nechtělo, jsem neudělala. Očima přeletím kancelář, sakra, proč jsem si v pátek neuklidila krabice s dodanými rukavicemi, a co ty roztahané šanony? Bože, nevím, co mám dělat dřív. No nic, asi jim půjdu otevřít, potom zajdu na vedení a oznámím, že máme nečekanou návštěvu. Hlava mi nefunguje, a i když si říkám, že co se tak hrozného může stát, chovám se jako naprogramovaný robot.

Jsem sociální pracovník a vedoucí pečovatelské služby. Dělam to, co se od této pozice očekává, nemyslím, že by to bylo něco jiného než to, co mám v náplni práce, jen je potřeba pochopit smysl a uvědomit si význam svého počinání. Nejen to, jak vedu středisko, jaký jsem sociální pracovník, ale i to, jak děvčata pečují, mohou posoudit naši klienti, rodinní příslušníci nebo nějaký nestranný odborník, a to se právě teď stalo. Ano, jistě, jsou věci, které se daří dělat dobře a jiné je potřeba ještě doladit, ale teprve až oprávněná kritika nebo dobře míněná rada vás upozorní na to, že by se dalo dělat něco jinak a možná i lépe. Teprve až potom si vezmete ponaučení pro příště a chyby se snažíte neopakovat. Takže taková kontrola může být dobrým návodem pro zvýšení kvality naší služby.

Po třídním maratónu jsem si udělala pořádek nejen v kanceláři, ale i sama v sobě. Najednou se na chod pečovky i na věci kolem dívám tak nějak jinak, kolegyně Monika mi řekla, že s nadhledem. Možná je to nadhled, možná něco jiného, já opravdu nevím, ale jsem ráda, že to, čím jsem se řídila doposud, se mi vyplatilo. Vytvořit zázemí pro pečovatelky, být alespoň tak dobrým učitelem, jakého jsem měla já, zároveň si osvojit umění naslouchat, jednat s lidmi a komunikovat je totiž základem každé firemní kultury, protože je-li spokojený zaměstnanec, je spokojený i klient.

Krátce

Co je to Mindfulness?

Pracovnice Charitní pečovatelské služby se účastnily školení s názvem „Mindfulness (všímavost) jako cesta k osobnímu štěstí a spokojenosti“. Využily pozvání Pečovatelské služby Soužití 2005 z Mikulovic, která tento kurz vzdělávací agentury Seduca pořádala. A jestli si říkáte, o čem to tak mohlo být, třeba vám pomůže, co nám k tomu napsala vedoucí služby, paní Hana Netopilová: „Myslela jsem, že Mindfulness je všímaví si toho, jak se chovají ostatní, ale opak je pravdou, i když o všímaví to je. Je to vnímání svých pocitů, které se u nás projeví v dané situaci, je to všímaví si toho, v čem je nám dobře nebo naopak, a hlavně je to o užití si těchto okamžiků. Bez zbytečného vracení se do minulosti i bez obav z toho, co bude zítra. Nedělat věci automaticky, stereotypně, jak jsme naučení, zvyklí, ale udělat si čas na prožití stávající chvíle, činnosti nebo i celého procesu. V klidu a beze spěchu nechat na sebe působit vnější vlivy a uvnitř to prožít po svém.“

Z mého pohledu

Naladit se už u dveří

Těžko se mi začíná... Začátky jsou vždy těžké. Jak v nové práci, tak v nové profesi. Jsem v Charitě Jeseník zaměstnána bezmála pět let jako pečovatelka v terénu. Pro mě bylo a je pořád nejtěžší navázat dobrý vztah s rodinou našeho klienta. Pracuji profesionálně, absolvuji různá školení na dané téma. Ač řádně připravena, vyzbrojena znalostmi, vždy je ve mně malá duše, když vcházím do domácnosti. Napadají mě různé otázky, které může rodina i klient klást. Různé situace, které mohou nastat. Klient je rád, že mu mohu pomoci s tím, co už sám nezvládne, ale v očích rodiny jsem jak pod lupou. Někdy to je manžel/manželka, někdy to jsou děti klienta. Jsem si vědoma, že vstupuji do osobního prostoru, do jejich domácnosti. Ale aby klient mohl co nejdéle zůstat doma, je potřeba i spolupráce jeho rodiny.

Každá domácnost je jiná, někdo je víc na pořádek, jiný zase ne. Někteří klienti mají doma psa nebo kočku. Někdy je potřeba

psa zavřít do jiné místnosti, aby péče mohla proběhnout.

Už při zazvonění u dveří se musím naladit na jejich notu, respektovat jejich zvyklosti i nálady...

Ke klientům, ke kterým chodím denně, je komunikace snazší. Denní kontakt je znát a postupem času se stávám součástí rodiny, jak mi někteří klienti říkají „však si tu lžičku vytáhněte, víte, kde je, však jste naša“. Neubráním se úsměvu. Je to pro mě pocta, že si mé péče a mě cení, že mám takovou důvěru. Během těchto pěti let, co pracuji v Charitě Jeseník, mám za to, že svou práci dělám dobře. Odměnou jsou mi spokojené úsměvy klientů.

Pavla Macíková
pečovatelka
Charitní pečovatelské
služby



Duchovní zamyšlení

Měsíc květen – měsíc máj

Měsíc květen patří k nejkrásnějším měsícům v roce. Všechno venku rozkvétá a voní, slunce začíná více hřát. Pro katolické křesťany je květen měsícem Panny Marie, Matky Boží. Všichni si druhou neděli májového měsíce vzpomeneme na své matky.

Matka je pro člověka velmi důležitá. Nejen, když je dítětem, ale i v dospělosti. Vy, kteří máte matky naživu, nezapomínejte na ně, navštěvujte je, děkujte jim za vše, co pro vás udělaly. Slovem i činem jim prokazujte vděčnost a lásku.

Vy, které vás matka na tomto světě opustila, vzpomínejte na ni v modlitbách. Když člověk pohřbívá svou matku, do hrobu pohřbívá i kus svého srdce. Ztrátou matky ztrácíme svůj domov. Ztrácíme místo, kam se můžeme vrátet, kde na nás někdo čeká.

Ale nejsme sami. V nebi máme nebeskou matku, Pannu Marii. K ní se máme utíkat ve svých starostech, obavách a bolestech. Ona s námi dokáže mít soucit, neboť držela v náručí mrtvého Syna. Pán Ježíš ji z kříže učinil Matkou nás všech.

Nejsme tedy sami, stále nad námi bdí nebeská matka.

Máme také naději, že se jednou setkáme i s mámou, kterou jsme ve smrti ztratili. Bude to radostné setkání, které nikdy neskončí.

I při všech potížích a strastech života tedy máme budoucnost plnou naděje

P. Mgr. Ing. Jiří Urbánek
farář Mikulovice, Písečná,
Široký Brod



Poděkování

Za polohovací pomůcky

Zaměstnanci Domova pokojného stáří sv. Františka by touto cestou rádi poděkovali panu Petru Hoškovi za darování různých polohovacích pomůcek, které jsou velkou pomocí při péči o klienty. **Děkujeme!**



Nejen za milou návštěvu

Z návštěv Terapeutické komunity Harmonie v Domově pokojného stáří sv. Františka je už pěkná tradice. Klienti komunity přichází několikrát ročně, s ledačím vypořádáním, nebo prostě jen přijdou potěšit klienty domova. Stejně jako před Velikonočními, kdy přinesli drobné dárky, ale tím největším byl čas strávený společně zpíváním, hrou na klavír a kytaru a povídáním. **Děkujeme.**



Krátce

Čarodějnice na Hedvice

V Domově pokojného stáří sv. Hedviky jste v pátek 28. dubna mohli místo personálu potkat několik úžasných čarodějnic. Blížila se filipjakubská noc a bylo potřeba využít hezkého dne a především dostatku personálu a pálení čarodějnic si společně s klienty užít. A taky je pěkně rozveselit. Koho by nepobavilo, když vám oběd naservíruje krásná čarodějnice s kocourem na rameni? Nebo potkáte jinou, ve které poznáte vedoucí domova. Celý den byl tak na domově slyšet smích a dobrá nálada vydržela až do večera. Aby ne, když bylo na odpoledne naplánováno opékání špekáčků. Nechybělo ani sladké pohoštění a zpestřením pro klienty byla možnost nazdobit stužkou menší břízku, kterou poté vztýčili jako májku domova. U ohně samozřejmě nechyběla hudba, špekáčky se pomalu opékaly, voněly do dálky a všichni si ten okamžik užívali. Děkujeme personálu domova za dobrý nápad a skvělé převleky!



Májku nazdobily děti

Využití poslední pátek v měsíci dubnu k postavení májky se rozhodli v Domově pokojného stáří sv. Františka. Tradiční místo pro ni (studna na nádvoří) už bylo připraveno a přálo také počasí. Sice bylo ještě chladno, ale sluníčko svítilo. A další Sluníčko přišlo s májkou vypomocet. Tedy, děti z Mateřské školy Sluníčko v Javorníku. Májku krásně barevně nazdobily, a že se jim to povedlo! Před jejím vztýčením stihly ještě využít zahradu domova – pohoupat se na houpačce, zaběhat si, zacvičit nebo si zahrát hry. Pak už bedlivě sledovaly, jak se taková májka staví, a všem za dobře odvedenou práci nakonec zatleskaly.

Odpoledne pak na domově patřilo čarodějnicím a společnému opékání špekáčků. Pak přišlo na řadu pálení čarodějnice, kterou vyrobily pečovatelky domova. Doufaly, že když ne Morena, tak snad tato upálená čarodějnice pomůže zahnat chladné dny a bude už teplo. Vždyť už bude květen!



Prohlídka minipivovaru

V rámci teambuildingu navštívili zaměstnanci správy Charity Jeseník Minipivovar Kolštejn v Branné. A nechyběla ani ochutnávka jejich piv – Dolmena a Brana.

