



**Charita  
Jeseník**

# OKÉNKO

## Úvodní slovo

### Milí přátelé,

máme tady prosinec, poslední měsíc v letošním roce a v mé mysli zní slova známé písničky od Jaroslava Uhlíře a Zdeňka Svěráka: „Je prosinec a vrabec prosí, mějte lásku v duších...“ a já se k tomuto přání nyní připojuji a prosím: „Mějte lásku v duších.“

V období adventu by bylo skvělé, kdybychom alespoň trochu zpomalili to hektické tempo. Je to přece čas radostného očekávání příchodu Spasitele, období duchovní přípravy na Vánoce, čas pro zamyšlení a pro projevování dobročinnosti.

Letošní rok byl pro většinu z nás plný výzev, očekávání, přání, snů a cílů. Mám tu čest být vedoucí Denního stacionáře Šimon a v červnu se nám k jeho 25. narozeninám podařilo uskutečnit v jesenické kapli úspěšný „Koncert pro Šimona“. Zároveň jsme Jesenicku představili náš první stolní kalendář na nadcházející rok, který si stále můžete zakoupit například v knihkupectví Domeček v Jeseníku. Ke konci října firma FORTEX STAVBY s.r.o. dokončila výstavbu nové budovy pro stacionář, kterou jste si mohli na konci listopadu prohlédnout při slavnostním otevření. Tato nová budova není jen dárkem k narozeninám pro Šimona, ale můžeme ji považovat za největší vánoční dar, který jsme letos v naší Charitě obdrželi.

Děkuji nejen kolegům, klientům, uživatelům stacionáře, rodinným příslušníkům, ale i vám všem příznivcům naší Charity Jeseník. Ať vám rok 2024 přinese mnoho úspěchů, radostných okamžiků s vašimi blízkými, naplnění vašich plánů a rozhodně méně stresu. Přeji vám také štěstí, zdraví a spokojenost.

Krásné Vánoce a šťastný nový rok!

**Marta NOSKOVÁ**  
vedoucí Denního  
stacionáře Šimon



## Máme být za co vděční

**Naše krásné hory zasypal první sním a s bílou peřinou za okny jsme vklouzli do adventního času. Je to doba milého očekávání příchodu Spasitele, duchovní přípravy na Vánoce, doby rozjímání, dobročinnosti, bilancování. V Charitě Jeseník máme mnoho důvodů být vděční.**

Když se ohlédneme zpět, můžeme říci, že rok 2023 byl pro Charitu Jeseník velmi náročný, ale i plný radosti. Podařilo se nám zrealizovat řadu projektů, které pro nás byly obrovskou výzvou. Nic z toho by se ale nestalo, kdybychom neměli skvělý tým lidí, kteří připravili a zdůvodnili potřebnost podpory jednotlivých projektů. A že jich nebylo málo. Tím nejvýznamnějším a nejnákladnějším úkolem letošního roku je výstavba Denního stacionáře Šimon na Seifertově ulici v Jeseníku v hodnotě 73 milionů korun, který bychom nezvládli uskutečnit bez evropské dotace a bez pomoci Olomouckého kraje, firem a řady dárců.

Díky dotacím se nám podařilo částečně obnovit vozový park, který toho na našich horských cestách opravdu hodně zažil a zejména zdravotní sestry a pečovatelky ne-

jednou trnuly, aby při cestě za klienty nezůstaly někde stát. Vždyť nejstarší vůz má už patnáct let. Pečovatelky se díky 95% dotaci z Evropské unie dočkaly tří hybridních vozidel. S pomocí dotačních peněz Nadace Agrofert a Olomouckého kraje jsme mohli koupit další tři auta i sestřičkám z Domácí zdravotní péče pro oblast Vidnavska, Mikulovicka a Žulovska. Bezpečného vozu pro rozvoz obědů se dočkali i ve Vývařovně AVE. Tak spoustu šťastných kilometrů bez nehod.

Díky výborně připraveným žádostem jsme s pomocí dotace z Ministerstva zdravotnictví mohli nakoupit potřebné vybavení a pomůcky pro paliativní pacienty. Evropské dotace z IROPu nám umožnily nakoupit nábytek a další vybavení pro Odlehčovací službu sv. Zdislavy tak, abychom klientům zajistili důstojné prostředí pro jejich pobyt u nás. Z evropského fondu jsme čerpali prostředky i na nákup vybavení pro Denní stacionář Šimon a Charitní pečovatelskou službu.

Rok 2023 se chýlí ke konci a my v Charitě Jeseník již pracujeme na tom, abychom mohli zlepšovat služby i v roce následujícím.

## Co nás čeká v prosinci...

- **Mikulášská nadílka** pro děti od seniorů Domova pokojného stáří sv. Hedviky
- **Vánoční cukroví** si upečou klienti ve všech domovech Charity Jeseník
- **Dárečkování** si užijí uživatelé i zaměstnanci Denního stacionáře Šimon v Jeseníku
- **Poslední canisterapii** budou mít klienti v Charitním domě sv. Anežky
- **Vánoce, dárečky** a štedrovečerní večeře čeká všechny klienty našich domovů

## Čtěte dál...

- **Být dobrým vedoucím** (str. 2)
- **Další pomoc nemocným** (str. 3)
- **Stacionář je požehnan** (str. 4)
- **Rozhovor** (str. 7)
- **Duchovní zamyšlení** (str. 10)

# Být dobrým vedoucím



Práce vedoucích není vůbec jednoduchá. Každý dobrý šéf by měl umět své lidi motivovat, i jim poskytnout konstruktivní kritiku, když je to nutné. Díky projektu společnosti Mila už v Charitním domě sv. Anežky ví, že je třeba znát i své limity.

Vedoucí Charitního domu sv. Anežky, Monika Buzková, se o spolupráci se společností Mila pokoušela prostřednictvím projektu Ježíškova vnučata už loni. Do finále ale nepostoupili. O vedení a podporu od profesionálů, jejichž cílem je zvýšit prestiž pečovatelské profese a zlepšit podmínky pro její výkon tak, aby bylo dobře seniorům i pečujícím, je totiž velký zájem. Ročně

Mila spolupracuje pouze s osmi domovy, odkud čerpá příklady dobré i špatné praxe a na oplátku nabízí nový úhel pohledu, jak v případě potřeby dělat práci jinak a lépe. K tomu pořádá kurzy pro leadery i pečovatele. Po absolvování kurzu Jak být dobrým vedoucím a nezbláznit se z toho se vedoucí Monika Buzková jen utvrdila v tom, že zkušenosti odborníků z Mily mohou posu-

nout službu na kvalitativně vyšší úroveň. Žádost proto podala znovu a uspěla. „Pro nás je důležité udržet si kvalitu péče, na kterou jsme byli vždy pyšní. Pro Milu jsme zase byli zajímaví tím, že jsme v pohraničí,“ uvedla Monika Buzková.

Spolupráce s Milou dospěla do finále a podle paní Buzkové jí rady odborníků v mnoha směrech otevřely oči. „Hodně se mi líbí jejich koncept *Namaste care*, který je zaměřený na vnímání potřeb a jejich naplňování u klientů s demencí i pečujících. Líbí se mi, že se snaží zvednout prestiž pečujících,“ uvedla Monika Buzková. Podle ní je přínos Mily zejména v tom, že čerpají zkušenosti z praxe, a k tomu spolupracují s ministerstvy. Během schůzek řešila vedoucí fungování služby, problematiku nabírání nových zaměstnanců, ale i organizační záležitosti. „Jsem opravdu ráda, že jsem měla možnost konzultovat věci z práce a díky tomu si nastavit hranice v osobním i pracovním životě. Naši zaměstnanci se často odvolávají na svá práva, ale uvědomila jsem si, že je po nich potřeba více vyžadovat odpovědnost za jejich práci,“ uvedla vedoucí. Po domluvě s vedením Charity Jeseník chystá změny v organizaci. „Péče je náročnější, a pokud chci udržet kvalitu péče, musíme na tom zapracovat,“ dodala Monika Buzková, která zastává funkci vedoucí i sociální pracovnice.

## Vstoupit do příběhu života včas

„Kdyby vám zbývaly tři měsíce života, co byste si dopřáli první, druhý a co třetí měsíc?“ Tato otázka zazněla v úvodu přednášky *Smrt zblízka očima sestry*.

Právě úvodní otázka, kterou položila zdravotní sestra z Domácí zdravotní péče Hana Klásková, rozproudila mezi posluchači v sále budovy Soudu v Javorníku živou diskusi. Většina se shodla v tom, že by chtěli být se svou rodinou. I další otázky vtáhly návštěvníky do debaty a k zamyšlení nad tím, co prožívají klienti paliativní péče, kterou DZP poskytuje. Hana Klásková vysvětlila,

na jakých principech péče o umírající spočívá, jak mohou pomoci pacientovi i pečujícím. „Když vstupujeme do příběhu, o kterém víme, že má omezený čas, potřebujeme vědět, v čem, s kým a jak klient žije. Zjišťujeme jeho přání a potřeby,“ uvedla Hana Klásková. Spolu s vedoucí Domácí zdravotní péče Radkou Trunečkovou se shodly, že nejdůležitější bývá odpuštění a smíření.



### Kalendářium

- **V roce 2018** dostali uživatelé Denního stacionáře Šimon díky dotaci z Nadačního fondu Agrofert předčasný vánoční dárek v podobě nové senzorické místnosti.
- **V roce 2019** se pracovnice Vývařovny AVE opět zapojily do sbírky Arcidiecézní Charity Olomouc a již počtvrté poslaly vánoční dárky pro Aničku na Ukrajinu.

### Stalo se ...

#### Šimon dělal pelmeně

Až na Ukrajinu zavedl v listopadu uživatelé Denního stacionáře Šimon celoroční projekt Světem smyslem. O krásách své rodné země přišla tentokrát popovídat paní Natálie Udod, která v Šimonu pomáhá jako dobrovolnice. Společně s uživateli a pracovníci připravila tradiční jídlo zvané pelmeně s osmaženou cibulkou, na kterém si všichni pochutnali.



# Další pomoc nemocným



**Sestřičky z Domácí zdravotní péče Charity Jeseník rozhodně nezhálí. I když mají práce až nad hlavu, nepřestávají se vzdělávat, aby svým pacientům mohly nabídnout další služby a uchránily je od dojíždění na ošetření do nemocničních zařízení.**

Dobrou zprávu mají zdravotnice pro pacienty, kteří nemohou přijímat potravu ústy a jsou odkázáni na sondu. Sondy zavádí lékař přes břišní stěnu přímo do žaludku, kam se přivádí umělá výživa nebo mixovaná strava. Po absolvovaném školení z PEGu (perkutánní endoskopická gastrostomie) v Olomouci zvládají sestry kromě péče o katetr, dohledu nad medikací i

zásah v případě vypadnutí sondy. Jedná se o akutní zákrok, který se musí stihnout do hodiny, jinak se vstup do žaludku uzavře. Asi není od věci připomenout, že nejčastějšími pacienty jsou onkologicky nemocní a dojezdová vzdálenost do Fakultní nemocnice v Olomouci je delší. Naše sestry tak opět postoupily výše v záchraně životů. Nově se umí Charitní zdravotní sestry po-

starat i o pacienty, kterým selhávají ledviny a musí dojíždět na dialýzu. Kdo má v rodině takto nemocného člověka, ví, že v tomto případě jde všechna legrace stranou. Člověku se změní svět a tři dny v týdnu tráví cestováním do nemocnice, kde je tři až pět hodin připojen na dialýzu. Díky novému přístroji to jde ale i jinak.

„Byla jsem na besedě Fresenius, která zajišťuje zmenšeninu ledviny. Vše se ovládá tabletem a člověk se sám naučí pracovat s přístrojem, který mu čistí krev. Nás přizvali ke spolupráci, protože pacienti se nemohou sami píchnout do speciální šantové spojky,“ uvedla vedoucí Domácí zdravotní péče Radka Trunečková.

Co to znamená pro pacienty na Jesenicu? Díky novému přístroji a proškoleným zdravotním sestrám mohou zůstat v klidu doma. Dialýzu sice musí v týdnu podstoupit pětkrát, namísto tří návštěv v nemocnici, ale proces trvá jen dvě a půl až tři hodiny. V nemocnici tráví pacienti tři až pět hodin. Navíc jim ubude cestování. Obrovským bonusem je minimalizace rizika infekce, pokud člověk zůstává v domácím prostředí. Pacient je tak lépe připravený na transplantaci. „My si vůbec neumíme představit, co zažívá člověk čekající na transplantaci ledviny. Co musí a nesmí jíst a pít. Jak je diskvalifikován z činností, které jsou pro zdravého člověka naprosto běžné,“ dodala Radka Trunečková.

## Své vánoční přání má i Rozárka

**V Městském informačním centru v Javorníku se rozsvítil Vánoční strom splněných přání, jehož cílem je rozzářit úsměv seniorům Domova pokojného stáří sv. Františka.**

Splnit klientům domova jejich přání je velmi jednoduché. Stačí si vybrat kartičku a pak ji i s dárkem vrátit do 20. prosince zpět. Letos je mezi přáními nový prosebník – kočička Rozárka. Tato černá krasavice dělá seniorům společnosti už řadu let. Přišla ještě do starého domova, na dva roky se s klienty odstěhovala do Vlčic a pak se s nimi přestěhovala do zrekonstruovaného domu.

„Myslím si, že Rozárka je také obyvatel našeho domova. Péče o ni nás všechny, kteří se o ni staráme, stojí nemalé peníze. Proto jsme napsali přáníčko a požádali o zakoupení dárku v podobě granulí, kapsiček. Za každou pomoc dopředu děkujeme,“ uvedla koordinátorka péče Jana Nepožítková. Městu Javorníku a všem, kteří myslí na seniory, dopředu velmi děkujeme.



### Stane se ...

#### Věvec zdobí jídelnu

Blížící se Vánoce budou v Domově pokojného stáří sv. Hedviky ohlašovat zapálené svíce na adventním věnci. Ten si seniory vyrobili společnými silami v aktivizační dílně, která se rozvoněla chvojnami, šiškami, sušenými citrusy. Tvoření si klienti zpříjemnili povídáním o vánočních zvycích a vzpomínáním, jak s dětmi připravovali své domovy na svátky.



#### Egypt uzavře rok 2023

Poznávání světa v rámci projektu Světem smyslem se blíží do finále. V prosinci čeká uživatele Denního stacionáře Šimon poslední zahraniční cesta. Při přednášce se tentokrát společně přesunou do proslulého Egypta. Dozví se spoustu zajímavostí o této zemi, které v dávných dobách vládli faraoni, jejichž hrobky nás nepřestávají fascinovat.

# Stacionář je požehnan



**Příroda se převlékla do zimní krásy a stala se skvělou kulisou pro slavnostní otevření Denního stacionáře Šimon. Novotou vonící budovu dostal stacionář jako dárek ke svému 25letému výročí. Požehnat mu přijel i biskup ostravsko-opavský Martin David.**

Vedení Charity Jeseník začalo s myšlenkou na nový stacionář pracovat již před pěti lety, kdy nechalo zpracovat projekt na bezbariérovou budovu. „V roce 2018 jsme podali žádost o dotaci a uspěli jsme, ale čekalo nás velké rozhodování, zda se do tak rozsáhlé investice pustíme. Výrazně narostly ceny materiálu, což ovlivnilo cenu stavebních prací a rozpočet celé investice. Za to, že tady dnes můžeme stát, chci velmi poděkovat našemu zřizovateli Biskupství ostravsko-opavskému, že realizaci zaštitili a podpořili,“ uvedla Helena Paschkeová a zdůraznila, že Charita Jeseník by se do investice za 73 milionů korun nemohla pustit bez podpory všech, kteří přispěli. „Poděkování patří Ministerstvu pro místní rozvoj, které zprostředkovalo dotaci ve výši 50 milionů korun z IROPu. Dále Olomouckému kraji, mnoha firemním i soukromým dárcům. Také občanům Jesenicka, kteří přispívali, a věřím, že ještě

přispějí, v rámci Tříkrálové sbírky. Na závěr nechci zapomenout na Boží požehnání a pomoc v opravdu těžkých chvílích,“ dodala ředitelka Paschkeová.

Ředitel Diecézní charity ostravsko-opavské Lukáš Curylo vysekl Heleně Paschkeové poklonu. Přirovnal ji k Šimonovi, kterému je stacionář zasvěcený. „O Šimonovi se hovoří, že byl horlivce. Paní ředitelka je příkladem horlivce, protože sveřepě chodila za námi a přemlouvala nás a pak jsme přemlouvali biskupství. Bez její horlivosti, až bych řekl tvrdohlavosti, bychom tady dneska možná nestáli,“ prohlásil Lukáš Curylo.

Následně se své role zhostil biskup ostravsko-opavský Mons. Martin David. Před požehnaním budovy pochválil vedení Charity Jeseník za dílo, které se povedlo během pouhého roku a půl přivést v život. „To není malá věc, co se povedlo tady v Jeseníku a předtím v Javorníku. Jsou to

projekty, které stály paní ředitelku, a nejen ji, mnoho bezesných nocí. Veliké díky za dokončení tohoto krásného projektu,“ uvedl biskup David. Při slovech z evangelia sv. Matouše připomněl, že i dnes používáme slovo království. Jedním takovým je podle něj i stacionář. „Budou tady ti, kteří potřebují pomoc a zároveň zde budou ti, kteří pomáhají. Bude tady kousek Božího království, o kterém Ježíš hovoří,“ dodal otec biskup, který se při prohlídce živě zajímal o techniku a principy péče s tělesně postiženými. Velmi jej překvapilo, jak snadno se manipuluje s kolejnicovým závěsným systémem, s jehož pomocí bude o tolik snazší přesun klientů z postele nebo vozíčku do vany, na toaletu a dalších částí objektu. Na chvíli si odpočinul i v závěsné síti, kterou miluje klient Honza, mladý muž s poruchou autistického spektra, a právě v síti nachází uklidnění.

S novým stacionářem se seznámili i návštěvníci slavnostního otevření. Průvodce s odborným výkladem jim dělali zaměstnanci stacionáře. Ve druhém podlaží, které je určené výhradně pro uživatele, zaujala návštěvníky nejvíce hydromasážní vana. Prohlédli si i místnost pro aktivizaci, pracovní terapii a rehabilitaci. Ve třetím si mohli v senzomotorické místnosti vyzkoušet vodní postel s vodním světelným válcem a optickými vlákny sloužící k uklidnění těla i mysli uživatelů, či si prohlédnout cvičný byt. Velké poděkování patří všem, kteří se podíleli na slavnostním otevření Denního stacionáře Šimon, ať už šlo o zaměstnance, kteří se postarali o krásnou výzdobu prostor, či Vývařovně AVE za skvěle připravený raut. Atmosféra by nebyla tolik slavnostní, kdyby prostory nerozezněly svým kulturním programem Jesenické žesť. Díky daru Jana Dani má stacionář i vlastní trezor na klíče. V neposlední řadě je třeba poděkovat stavební firmě FORTEX STAVBY s.r.o. ze Šumperka, která zvládla dokončit stacionář v šibeničním termínu.





# TŘÍKRÁLOVÁ SBÍRKA 2024

## Každá koruna pomáhá



Koledující Tři králové vám přinášejí radost a Boží požehnání. Prosíme, podarujte tyto vyslance Charity Česká republika, pomůžete tak lidem v nouzi!

## Děkujeme.

Příspěvt můžete:

- koledníkům při tradičním koledování
- do kasiček umístěných v obcích a městech (seznam míst najdete na webu Charity Jeseník)
- přes **ONLINE KOLEDU**
- přímo na účet: 66008822/0800, variabilní symbol Charity Jeseník: 777988008
- přes **QR kód**



QR Platba

Výtěžek sbírky bude použit na dofinancování nové budovy Denního stacionáře Šimon v Jeseníku

**DĚKUJEME**

# „Vánoce budou u rodičů,“ má o svých plánech na svátky jasno Václav Uhlíř

Rok se nám přehoupl do finále. Příroda se schovala pod sněhovou peřinu, doma jsme na adventním věnci zapálili první svíčku, a co nevidět zde budou nejkrásnější svátky v roce, na které se všichni těšíme. V Charitě Jeseník v tuto chvíli vrcholí přípravy na Tříkrálovou sbírku, kterou opět povede Václav Uhlíř.

## Jak jste se dostal k práci koordinátora Tříkrálové sbírky?

Pracoval jsem v Bílé Vodě v Unitě a pekl hostie. Když táta odcházela do důchodu, pozval na rozloučení i paní ředitelku Helenu Paschkeovou a ta mi nabídla práci. Měl jsem pocit, že pokud to nevezmu, zůstanu navždy v Bílé Vodě, kde je sice fajn, ale nic moc se tam neděje. Dvakrát za sebou to bylo dobré, ale bylo načase posunout se dál a tak jsem v říjnu loňského roku vyrazil do Charity. Naštěstí jsem měl kolem sebe strašně milé a vstřícné lidi, kteří měli bohaté zkušenosti a moc mi pomáhali. Navíc, většina koledníků jsou věřící a se spoustou z nich se znám. O to byl vstup do nové práce snazší.

## Zkuste vysvětlit, v čem spočívá práce takového koordinátora Tříkrálové sbírky.

Je to o kontrole všeho. Je potřeba zajistit, aby v každé obci byli koledníci, aby byly nachystané kasičky, koruny, cukr a další materiál. Je nutné připravit i doprovodné akce – konkrétně fotografickou a výtvarnou soutěž s tématem Palác Tří králů. Jsem zvědavý, jestli malíři půjdou tradiční cestou a nakreslí zámek jako z pohádky nebo téma pojmu moderněji a namalují třeba vilu. Určitě bych se nebránil tomu, kdyby šli cestou fantasy nebo se zadání chopili futuristicky a nakreslili třeba vesmírnou loď. Fantazii se meze nekladou. Také musíme pro koledníky vybrat film jako poděkování za jejich práci. To by člověk nevěřil, jaký je to boj vybrat film, který se bude líbit malým dětem, pubertákům i rodičům a zároveň bude v souladu s křesťanskými hodnotami a bylo to něco nového.

## Tříkrálová sbírka prošla velkým vývojem. Byly doby, kdy lidé koledníky odmítali a zamykali se před nimi. Dnes se lidé naopak na koledníky těší, vítají je, mají pro děti nachystané sladkosti. Mít na dveřích napsaný vzkaz od koledníků je in. Vidíte to podobně?

Když jsem začal koledovat, bylo mi 9 a problémy jsem moc nevnímal. Pro nás bylo srandovní vidět, jak jdeme k domu, kde se svítí a jakmile jsme přišli blíž, rychle zhasli a jen se hýbaly záclony. Tehdy jsme si upravili koledu a zpívali: "My tři králové jdeme pryč, nedostali jsme od vás nic." Je pravda, že doba se změnila a jsem tomu rád. Účet sbírky je transparentní. Lidé ví, jak se finance rozdělují, a kam jde výtěžek. Z Tříkrálové sbírky se stala tradice.

## Nyní trochu odbočím. Začal nám adventní čas, blíží se konec roku a člověk bilancuje, co se mu povedlo nebo nepovedlo v soukromém a pracovním životě. Jak to máte vy?

Chtěl bych víc pečovat o své zdraví a zapojit do svého života více sportu, protože mám sedavou práci v kanceláři a k mým koníčkům patří hlavně čtení a počítač. Mám rád přírodu, takže bude více výletů a procházek.



Což částečně vyřešilo to, co se mi povedlo. Na pěší pouti jsem se setkal s dívkou, která se mi moc líbí a ona je hodně aktivní, takže teď začínáme chodit i na skály. Už jsme byli i v Adršpachu. Doteď jsem se tomu vyhýbal, přestože moji sourozenci od dětství horolezčí. Je zvláštní, že jsme se potkali až na pouti, přestože zná zbytek mojí rodiny, jen ne mě a moji nejstarší sestru, která je v Brně.

## Předpokládám, že je také věřící a chodí bosky, jako vy.

Chodí bosky, ale je konvertitka. Byla nevěřící a teprve ji čeká křest. Tvrdí, že ji k víře dovedlo lezení.

## Potkala vás láska. Začali jste společně žít. Takže vás čekají nové Vánoce?

Nové pro mě určitě budou, ale domluvili jsme se, že je strávíme u mých rodičů, kde na Štědrý den pokaždé přestěhujeme celý obyvatel, aby bylo místo na stromeček. Pak se pokoj zavře a dovnitř se jde až večer. Přes den máme lehký oběd, jako ovesnou kaši nebo se úplně postíme.

## Počkejte, neříkejte, že nemáte hlad. Na snídani třeba kakao a vánočku? Co cukroví?

Je to na rozhodnutí každého. Ale klidně jsme

se postili až do večera. A cukroví? To je až na Vánoce.

## Jak u vás probíhá Štědrý den?

Přes den jsme si s mamkou zpívali, někdo dobaloval dárky, četli jsme si. Po poledni jsme připravovali večeři. Maso u nás nikdy moc nejelo, takže míváme bramborový salát a různé druhy smažených sýrů. Teď v poslední době, když jsme velcí, tak je i kapr nebo losos a každý si vezme, na co má chuť. Pro nás je hodně důležitá mše a záleží na tom, kdy se koná. Když byla později, tak jsme si rozbalili dárky a pak v novém oblečení šli do kostela.

## Psali jste jako děti dopisy Ježíškovi?

Samozřejmě. Napsali jsme si dopis a dávali je rodičům ke kontrole a pak je spálily v krbu, aby šlo přání nahoru. Jsme věřící, ale nikdy si nepamatuji, že bych věřil, že mi přinese dárky Ježíšek. Možná je to i tím, že jsem skoro nejmladší, takže v době, kdy mě to mohlo zajímat, tak sourozenci už to měli vyřešené a mezi dětmi se tohle rychle rozkřikne.

## Vzpomenete si, jaký dárek vám udělal největší radost?

Mám rád praktické dárky, takže asi oblečení, knížky. Vždy jsem měl rád, když jsem si mohl dárky hned vyzkoušet. Když jsem jeden rok dostal spacák, tak jsem si jej hned dal vedle postele a spal v něm.

## Ted' budete mít první Vánoce se svou přítelkyní. Máte už pro ni dárek?

Něco už se klube, ale jsem spíš chuligán a typ člověka, který shání dárky o adventu a 90 % z nich seženu až den před Vánoci. Naštěstí mám sestru, která ráda vymyslí, čím koho obdarovat a rád se složím na dárek, který dotyčnému udělá opravdovou radost.

## Co by pro vás bylo nejlepším dárkem?

Určitě klidné prožití Vánoc. Pokud se podaří, že budeme všichni spolu, bude to ideální.

Děkujeme vám za rozhovor.

## Václav Uhlíř – medailon

Je čtvrtý z pěti dětí. Po gymnáziu zkoušel v Brně studovat ekonomii a knihovnictví, ale nakonec se vrátil domů do rodných Vlčic a pod vedením svého otce pekl v Bílé Vodě hostie. Když dostal nabídku na práci v Charitě Jeseník, neváhal ani minutu. Už druhým rokem působí jako koordinátor Tříkrálové sbírky, má na starosti začínající dobrovolnictví a dárcovství. To, co pro něj, jako pro malého, bylo zábavou, se mu stalo profesí.



Charita Jeseník vyhlašuje 17. ročník

## VÝTVARNÉ A FOTOGRAFICKÉ SOUTĚŽE

na téma

# „Palác tří králů“

*aneb královské bydlení napříč věky*

### Výtvarná soutěž:

- kategorie: I. do 7 let                      II. 8 - 12 let
- výtvarné práce odevzdávejte **do 31. ledna 2024** na ředitelství nebo na střediscích Charity Jeseník anebo v knihkupectví Domeček v Jeseníku
- práce musí být na zadní straně označena těmito informacemi: **jméno, příjmení, věk autora a kontakt** (třeba na rodiče, školu), abychom mohli případného vítěze dohledat

### Fotografická soutěž:

- není věkově omezena
- fotografie posílejte **do 21. ledna 2024** na e-mail [tk@jesenik.charita.cz](mailto:tk@jesenik.charita.cz)
- o nejlepší fotografii rozhodne veřejnost na facebooku Charity Jeseník

Zapojením se do soutěže a zasláním obrázku či fotografie soutěžící souhlasí s jejich zveřejněním a dalším využíváním pro potřeby Charity Jeseník.



# Výběr ze tří druhů menu



**Štědrý večer patří k nejkrásnějším večerům v roce. Stromeček je nazdobený a všichni se těšíme na to, až usedneme ke stolu se svými milovanými. V charitních domovech se všichni zaměstnanci snaží, aby krásný večer plný pohody zažili i naši klienti.**

Pokud vztahy v rodinách fungují a zdravotní stav klientů to dovolí, odjíždí na svátky ke svým blízkým nebo alespoň přijíždí příbuzní za svou babičkou, dědečkem, aby společně strávili nějaký čas. Bohužel, většina seniorů zůstává i na Vánoce v domovech. O to více se jim věnují naši zaměstnanci a starají se, aby se klienti necítili osamoceni.

Tak, jako se doma připravujeme na svátky

a krásíme naše přibytky, stejně se dekorování s dostatečným předstihem věnují i v našich domovech. Vždyť vyzdobit několikapatrový dům s pěknou řádkou pokojů dá pořádně zabrat. Charitní domovy ve Vidnavě i v Javorníku již dýchají vánoční atmosférou. Výzdoba nechybí ani na nádvořích. V Domově pokojného stáří sv. Hedviky si senioři nazdobili adventní věnce i vánoční stromečky a v aktivizační

dílně si z papíru vyrobili andělky, které při věšení na Andělský stromek doprovodil každý klient svým tajným přáním a myšlenkou na milovanou osobu.

Vánoce si asi málokdo z nás dokáže představit bez sladkého cukroví. Linecké, vanilkové rohlíčky, pracny, to jsou tradiční druhy, které nesmí chybět na žádném svátečním stole. Díky Vývařovně AVE, kde kuchařky připraví tři druhy základních těst, se do pečení mohou pustit i v domovech. Aby nabídka byla na štědrovečerním stole pestřejší, upeče si každý domov i svá vlastní cukroví. „Moc se na to všichni těšíme. Už jsme s klienty udělali perníčky, takže to u nás pěkně voní,“ uvedla koordinátorka péče Charitního domu sv. Anežky Věra Kroutilová.

A jak bude vypadat Štědrý den v našich domovech? Všichni zaměstnanci se snaží, aby byl co nejvíce pohodový. K příjemné atmosféře pomůže jistě i dobré jídlo. Na oběd se budou podávat šulánky s mákem a štědrovečerní večeře bude opravdu štědrá. Vývařovna AVE připravila nabídku ze tří druhů menu. Klienti si mohou vybrat, zda si k bramborovému salátu dají smaženou rybu, kuřecí řízek nebo kuřecí přírodní plátek. Samozřejmě nebudou chybět dárečky. Svůj balíček si rozbalí každý senior. Ježíšek pamatuje i na ty, kteří rodiny nemají nebo na ně jejich blízcí zapomněli.

## Krátce

### Péče nezná kalendář

Pracovnice Charitní pečovatelské služby, stejně jako Domácí zdravotní péče nebo pracovníci v našich domovech slovo „svátky“ moc neznají. Ne, že by byly nepřetržitě v práci, i když občas mohou nabýt takového pocitu. Jen jejich povolání se neptá, zda je pondělí, neděle nebo Štědrý den. Prostě mají službu nebo onemocní kolegyně a musí vyrazit za svými klienty s úsměvem na tvářích, slovy útěchy a někdy i pohlázením, když je třeba. Vlastní starosti musí nechat za dveřmi. Před Vánoci vypuká v řadě domácností úklidové šílenství a i na pečovatelskou službu se obrací klienti s žádostí o generální úklid. To ale není úkolem naší služby. Pečovatelky nejsou uklízečky. Jejich hlavním posláním je pomoc a podpora s úkony o vlastní osobu, jako je hygiena, příprava a podání jídla, oblékání, nákupy, praní, odvoz k lékaři, doprovod na úřady či péče o domácnost.

Charitní pečovatelská služba rozšířila svou provozní dobu:

Pondělí až pátek od 7:00 do 18:00

Víkendy dle domluvy

## Z mého pohledu

### Vánoce už vnímám jinak

Vánoce by měly být svátky klidu a míru, ale někdy to tak prostě nevypadá. Období před Vánoci vidím spíš jako hodně hektické. Všichni někam spěchají, nakupují a honí se za tím, kdo bude mít ten nejkrásnější stromeček, vánoční výzdobu, nejlepší fotku u stromečku. Ale Vánoce nejsou jen o hmotných dárcích. Jsou hlavně o klidu a míru, o smíření. Máme si vážit toho, že se máme a jsme zdraví.

Když jsem byla malá, Vánoce byly vždy krásné a ráda na ně vzpomínám. Vyba-vují se mi tradice, které jsme dodržovali (pečení cukroví, rozkrojení jablíčka, šupiny pod talíř, nejíst celý den maso, abych viděla zlaté prasátko...) a na tu krásnou atmosféru.

Dnes vnímám Vánoce trochu jinak. Jelikož jsem maminka tří dětí, snažím se udělat jim je takové, jaké jsem mívala já, i když v dnešní uspěchané době je to trochu náročnější. Je doba sociálních sítí, kde děti vidí, jak to mají jejich kamarádi, jak slaví v bohatých rodinách a kdekoli

na světě. Naštěstí mé děti nejsou až tak náročné. Jako máma se jim snažím dělat radost, protože vidět šťastné plamínky v jejich očích, je krásný pocit.

Letošní Vánoce ale budou jiné, než jsme byli zvyklí. Bude to poprvé, kdy s námi ke stolu neusedne milovaný tatínek a dědeček, který zvonil zvonečkem, a my se pak všichni sešli u stromečku, zpívali koledy a rozbalovali dárky. Stále mne to bolí, ale vím, že život jde dál a krásné vzpomínky zůstanou. Také jsem po mateřské nastoupila do práce, tudíž nezbyvá moc času. Přesto se snažím být s rodinou co nejvíce, protože jsou pro mne tím nejdůležitějším v životě. Všem lidem přeji krásné a pohodové Vánoce a šťastné vykročení do Nového roku 2024.

**Vladislava Koisová**  
koordinátorka péče  
Domova pokojného  
stáří sv. Hedviky



## Duchovní zamyšlení

## 800 let od postavení prvního betléma (1223 – 2023)

První živý betlém je spojován se svatým Františkem, který jej nechal postavit u vesnice Greccio v Itálii roku 1223, aby rozjímал o pokoře a chudobě Spasitele. (První betlém v českých zemích byl postaven v Praze 1562). Svatý František nechal u jeskyně postavit jesle se senem. Nevíme, zda v jeslích ležela nějaká soška Jezulátka nebo živé dítě, ale víme s jistotou, že tam byl přivázán vůl a osel. Dokonce postavy Marie a Josefa u těch prvních jesliček asi nebyly, takže můžeme říci, že první zde byl vůl a osel. Dvě němé tváře, o kterých se nám nikdo ze čtyř evangelistů nezmiňuje. Jak se zde dostaly?

Je to ohlas na proroka Izajáše 1,3: „Vůl zná svého hospodáře a osel jesle svého pána, mne však Izrael nezná, můj lid je nechápavý.“ – U Izajáše jde o to, že i ta nemá tvář je svému hospodáři vděčná, zná jej a ví, že je v jeho péči. Člověk bohužel zapomíná, že Bůh o něm ví, je v jeho péči a nemusí se bát. Dnes, když se řekne vůl a osel, tak všichni víme, co tím dotyčný chce říci. V pojetí svatého Františka byly tyto němé tváře především hlubokými symboly ponížení, pokory a malosti v tomto světě.

Protikladem vola a osla, těch dvou pokorných strážců lásky, je krutý král Herodes, který dal povraždit betlémská nemluvňátka a stává se symbolem sobectví, násilí a ziskuchtivosti. Zároveň v něm můžeme vidět, kam až vede zpuštění dnešních vůdců, když umírají tisíce lidí v různých válkách současného světa.

Takže příběh o jeslích, volku a oslu i o Herodovi se nás ptá: Jak my sami, zde a dnes, putujeme do betléma a k jeslím? S pokorou a láskou, nebo s pýchou a sobectvím? Těmi nejdůležitějšími „jesličkami“ je srdce každého člověka, kde se Spasitel chce narodit. Tak přeji všem čtenářům charitního okénka nejen radostné a požehnané Vánoce, ale také srdce plné lásky a pokory. A do nového roku hodně zdraví a Božího požehnání.

P. Mgr. Stanislav Kotlář  
děkan



## Poděkování

## Za několikerou podporu

Děkujeme Olomouckému kraji za finanční podporu ve výši 200 tisíc korun na opravu střechy Charitního domu sv. Anežky. Rovněž děkujeme za dotaci ve výši 350 tisíc korun na dofinancování nákupu dvou vozidel pro zdravotní sestry, které poskytují paliativní péči a umožňují tak prožít lidem závěr svého života v domácím prostředí. Dále děkujeme za dotaci ve výši 39 tisíc korun na další vzdělávání v paliativní péči.



## Krátce

## Stromy plní vánoční přání

Města Javorník a Vidnava připravila i letos pro klienty charitních domovů stromy splněných přání. Díky dárcům tak nikdo ze seniorů nezůstane na Vánoce bez dárečku.

Lidé, kteří mají otevřená srdce, mají možnost vybrat si přáníčko a udělat tak opuštěným seniorům radost. Vedoucí Domova pokojného stáří sv. Hedviky Jaroslava Švecová má k dárcům jednu velkou prosbu. Pokud se rozhodnete splnit přání, přijďte osobně a darujte našim seniorům i chvíli svého času. Vykouzlením úsměvu na tváři obdarujete i sami sebe. Vždyť Vánoce jsou o sdílení radosti. Jsou to dny, kdy si vážíme toho, co máme, a pomáháme těm, kteří to potřebují.

Tímto bychom chtěli poděkovat všem, kteří si i v hektickém čase příprav na Vánoce najdou chvíli na návštěvu našich seniorů.



## Krátce

## Naše adventní věnce na stůl na Ukrajině neznají

Vánoční stůl bez adventního věnce? To si těžko umíme představit. Tento zvyk ale na Ukrajině neznají. Ženy, které utekly z Ukrajiny před válkou, se na jesenické faře učily vyrábět adventní věnce a procvičily se i v češtině.

Poslední listopadový den bylo na faře pěkně živo. Křesťanské společenství Jeseník, Římskokatolická farnost Jeseník a Charita Jeseník připravily společně ukrajinsko-české setkání, při kterém Lydie

Uhlířová ukazovala triky, jak na to. „Před Vánoci dáváme věnec na dveře, jako vy. Na slavnostně vyzdobeném stole míváme jen dvě svíce. Nazdobený věnec na stole neznáme. My nemáme advent,“ usmála se Alla Ostapenko a společně s kamarádkou přemýšlela, do jakých barev dekoraci oblékne.

Při zdobení věnců si ženy povídaly i o zvycích a zjišťovaly, nakolik jsou naše národy rozdílné. Zatímco u nás chodí Mikuláš s čertem a andělem a kromě sladkostí nadělují zlobivým dětem i uhlí, přichází za dětmi na Ukrajině svatý Mikolaj, který jim dává pod polštář sladkosti. U nás se děti těší na Štědrý den, na Ukrajině si musí počkat. Tady nosí dárky děda Mráz až šestého ledna.

