

Úvodní slovo

Milí přátelé,

v měsíci květnu prožíváme znovu, tak jako každý rok, období rozkvětu, krásy, lásky a naděje. Když jedu na schůzku s našimi pracovníky a projíždím alejí rozkvetlých třešní, je opravdu těžké na chvíli se nezasnit a nesledovat tu náheru padajících okvětních lístků.

Příroda nám ukazuje nové začátky, přináší naději. Na duchovním setkání s otcem Petrem jsme o naději společně s kolegy přemýšleli. Zaujala mě myšlenka, že naděje není pasivní očekávání, ale aktivní hledání smyslu a cíle.

Procházíme mnoha změnami v organizaci, proměňuje se i dění ve společnosti. Světová zdravotnická organizace (WHO) odhaduje, že ve světě je 47 mil. osob s demencí a každé tři sekundy přibývá další. Prognóza je ale mnohem závažnější, odhaduje se, že do roku 2030 bude těchto osob 75 mil., v roce 2050 dokonce 132 mil. osob.

Proto v Charitě Jeseník na tyto změny reagujeme a rozšiřujeme zejména terénní služby tak, aby lidé mohli co nejdéle zůstat doma a měli zajištěnou péči. Zkvalitňujeme péči o seniory s demencí v našich domovech a myslíme i na pečující osoby a jejich nelehkou práci, pro které bychom chtěli zřídit novou službu – poradnu pro pečující. Tak nám držte palce! O onemocnění demence budeme mluvit 16. května na konferenci „Jak zvládat demenci doma.“ Jste srdečně zváni!

V tom, že můžu přispět k tomu, aby se pomáhalo lidem, kteří to potřebují, nacházím svůj smysl a naději i já, a věřím, že je nás takových v Charitě Jeseník mnoho.

Jana KOTKOVÁ
vedoucí sociálních
služeb



„Jak zvládat demenci doma“

Konference v lázních

Týmy Domácí zdravotní péče a Charitní pečovatelské služby se stále častěji setkávají s klienty s Alzheimerovou chorobou a dalšími typy demencí vyžadující specifickou péči. Konference „Jak zvládat demenci doma“ by mohla odpovědět na řadu otázek.

Charita Jeseník si pro konferenci, která se uskuteční 16. května, zvolila Zimní zahradu sanatoria Priessnitz ve stejnojmenných lázních. Bude to již podruhé, kdy se zhostí takto náročného úkolu. V loňském roce uspořádala konferenci na téma zabývající se péčí o nemocné na konci života „Umíráme, kde si přejeme?“ V minulém roce, stejně jako letos, podpořila konferenci Nadace EP Group. „Zorganizovat takovou akci je velmi náročné. Zároveň je to ale příležitost pozvat odborníky od nás i ze zahraničí, aby své know-how přinesli k nám a přiblížili problematiku péče o nemocné s Alzheimerovou chorobou a aby se mohli setkat pečující i lidé ze sociálních služeb a vyměnit si zkušenosti,“ uvedla ředitelka Charity Jeseník Helena Paschkeová. Alzheimerovou chorobou trpí v Česku

zhruba 160 tisíc pacientů. V příštích dvaceti letech jich může být až dvakrát tolik. Naše zdravotnictví, ani pobytové služby nejsou na tuto situaci připravené. Jak bude Olomoucký kraj v příštích deseti letech zajišťovat a podporovat služby pro seniory, osoby trpící demencí a pečující osoby, o tom bude hovořit Petra Hemžská z Krajského úřadu Olomouckého kraje.

Do Jeseníku zavítá i místopředsdkyně Slovenské Alzheimerovy společnosti Mária Wirth. Jako lektorka Validace podle Naomi Feil bude mluvit o přínosech této metody a odpoledne povede i workshop.

Architektka Anežka Příhodová ve svém příspěvku přiblíží, jak se dá člověku s demencí usnadnit život drobnými úpravami domácího prostředí. V odpoledním workshopu ukáže, jaké by mohlo být bydlení ve stáří. O své zkušenosti s péčí o blízkého s demencí se podělí dvě pečující rodiny.

Účast přislíbil i psychiatr Jan Kubánek, který povede v odpoledním bloku podpůrnou skupinu pro pečující.

 **Nadace
EP Group**

Co nás čeká v květnu...

- **Návštěva farmy** čeká uživatele Denního stacionáře Šimon
- **Světový den her** čeká klienty Charitního domu sv. Anežky
- **Svátek sv. Zdislavy** oslaví v Domově pokojného stáří sv. Hedviky
- **Sázet do záhonů** budou v Domově pokojného stáří sv. Františka
- **Výlet na Lesní bar** připravuje Centrum pomoci sv. Martina

Čtěte dál...

- **Tradice ovládly domovy** (str. 2)
- **Anežka se dočká výtahu** (str. 3)
- **Rozhovor** (str. 5)
- **Z mého pohledu** (str. 7)
- **Duchovní zamyšlení** (str. 8)

Tradice ovládly domovy



Velikonoce jsou nejvýznamnějším křesťanským svátkem, protože oslavují zmrtvýchvstání Ježíše Krista. Tyto svátky navazují na staré lidové oslavy příchodu jara. Dny plné tradic ovládly i naše domovy, kde si svátky užili klienti i pracovníci.

Už dlouho před největšími svátky jara bylo v našich domovech pěkně rušno. V rámci aktivizací vyráběli klienti při procvičování jemné motoriky různé dekorace pro zkrášlení domovů.

V Domově pokojného stáří sv. Františka vyseli klienti s předstihem osení. S pomocí aktivizační pracovníce si upekli velikonočního beránka. A protože slunečné a teplé

počasí lákalo obyvatele domova ven, pustil se jeden klient i do pletení pomlázek, s nimiž potom mohli pánové vyšlehat ženy, aby krásně omládlly.

Pašijový týden s tradičními zvyky si užili i klienti Domova pokojného stáří sv. Hedviky. V aktivizační dílně si s předstihem vyzkoušeli různé techniky barvení vajčiček, připomněli si velikonoční zvyky a tradice,

které dodržovaly jejich rodiny. Na Velikonoční pondělí panovala v domově veselá nálada. Velkou radost udělal klientkám pečovatel pan Handák, který v duchu tradice obešel s pomlázkou klientky i kolegyně.

Velikonoce se vším, co k nim patří, měli i klienti Charitního domu sv. Anežky. Před samotnými svátky si senioři v rámci aktivizací ozdobili věnce vyfouknutými vajčičky, upekli si i velikonočního beránka a s pomocí cibulových slupek obarvili vajčička. Díky zručnosti sociální pracovníce Lucie Skřítkové se klienti pustili i do pletení pomlázek. Pánové pak s nimi na Velikonoční pondělí vyšlehali ženy a přes mladé proutky jim předali zdraví a sílu. Slavnostní den vyvrcholil společným obědem, po kterém nechyběla voňavá káva a sladký beránek.

Atmosféra blížících se Velikonoc byla cítit i v Centru pomoci sv. Martina, kde Lýdie Uhlířová učila ukrajinské ženy péct české jídáše. Při tvarování těsta bylo dost času na povídání o velikonočních zvycích, které jsou na Ukrajině naprosto odlišné od českých. Po 40 dnech půstu nastává pro Ukrajince Velký týden. Na Zelený čtvrtek vstávají před východem slunce, aby se očistili ve studené vodě. Poté pečou pasku. O Velikonoční neděli přinášejí do kostela jídlo k požehnání a pak zamíří na hřbitov, kde se setkávají rodiny a obdarovávají se jidlem.

Pomoc do vyplavených rodin

Podpora lidem, kterým v září 2024 zničila povodeň obytnou část domu, pokračuje. Ze sbírkového účtu Charity ČR zamířily do rodin další desítky tisíc korun.

Na sbírkovém účtu Charity ČR se sešlo celkem 158 milionů Kč. Z nich se hradil především nákup vybavení a přímá finanční pomoc zaplaveným rodinám v jednotné výši 50 tisíc korun. V druhé vlně provedli zaměstnanci Charity Jeseník ve své lokalitě podrobné dotazníkové šetření v 300 rodinách. „Překvapilo nás, že 45 lidí finanční pomoc odmítlo. Peníze chtěli nechat těm,

kdo jsou v těžší situaci, lidem s demolicemi a bez plnění z pojišťoven. Myslí si, že už dostali dost podpory, mají pojistná plnění.“ uvedla Adéla Raifová, vedoucí Centra pomoci sv. Martina. Do 221 domácností v dubnu putovalo celkem 9 864 000 korun. Nejvyšší podporu obdrželi především senioři, samoživitelky nebo rodiny s malými dětmi. Další informace o pomoci najdete na str. 6.



Kalendárium

- **2019** – Ve vlčickém zámeckém parku se konal první společný piknik obyvatel Vlčic a klientů Domova pokojného stáří sv. Františka, kteří se sem po dobu rekonstrukce domova přesídlili.
- **2020** – Pandemie Covid 19 přinesla zákaz návštěv i v našich domovech. Díky projektu „Tablet od srdce“ mohli klienti své milované vidět a slyšet prostřednictvím tabletů.

Stalo se ...

Záchranáři ve stacionáři

Obrovský zážitek mají za sebou uživatelé Denního stacionáře Šimon. V rámci projektu „Ten dělá to a ten zas tohle“ za nimi přijeli záchranáři i s krásnou sanitkou. Měli byste vidět tu radost v očích uživatelů, když řidič Aleš Kadlec otevřel dveře sanitky a oni si mohli sednout za volant, lehnout si na lehátko nebo si nechali změřit tlak od zdravotní sestry Hany Diblíkové.



Anežka se dočká výtahu



Zastaralá plošina sloužící k přepravě z Charitního domu sv. Anežky do přízemí Vývažovny AVE si o výměnu říkala dlouho. Sen pracovníků Charitního domu sv. Anežky mít bezpečný lůžkový evakuační výtah se letos na podzim stane skutečností.

Po archeologickém průzkumu staveniště, který je před zahájením prací u památkově chráněných objektů povinností, si prostor převzala stavební firma. Nejpozději do konce září by měly být veškeré práce v Charitním domě sv. Anežky, který poskytuje služby seniorům s Alzheimerovou chorobou a dalšími typy demencí, hotové. Domov bude mít nejen nový výtah, celá budova bude

bezbariérově upravená. „Už dlouho se snažíme a pracujeme na tom, aby naše budovy splňovaly potřebné standardy a klienti se u nás cítili dobře a nebyli omezeni na pohybu,“ uvedla ředitelka Charity Jeseník Helena Paschkeová.

Nového výtahu se nemohou dočkat nejen pracovníci, ale i klienti Charitního domu sv. Anežky, kteří kvůli stavebním pracím

zůstanou bez svého dvorku. Do přízemí se nyní dostávají díky schodolezu, s který se musely pečovatelky naučit pracovat. „Výtah je pro nás velmi důležitý, protože výrazná část našich klientů je se sníženou nebo dokonce s žádnou mobilitou. Zdravotní stav klientů není dobrý a postupem času se zhoršuje, stejně tak i pohyblivost. Výtah je pro normální fungování domova velmi důležitý. Díky němu zlepšíme podmínky jak klientům, tak i pečovatelkám, a my je chceme v jejich už tak náročné práci podporovat,“ uvedla vedoucí domova Monika Buzková.

Výstavba výtahu a bezbariérové úpravy si vyžádají částku přesahující 6,4 milionů korun. S financováním pomohlo Charitě Jeseník Ministerstvo práce a sociálních věcí, které na tuto investici uvolnilo částku ve výši 4 milionů korun. Další 1,5 milionů korun přidal Olomoucký kraj. Na zlepšení životních podmínek klientů se výrazně podílí i všichni občané Jesenícka, kteří přispěli do Tříkrálové sbírky. Z letošní rekordní vybrané částky šlo na dlouho plánovanou investici 653 tisíc korun. Sumou ve výši 17 tisíc korun podpořila stavbu výtahu i firma Doke Stroke s.r.o. Část svého výtěžku Tříkrálové sbírky nám na podporu po zářijových povodních pošlou i některé Charity. Všem moc děkujeme.



Modelky ukážou krásy šatníku

Centrum pomoci sv. Martina nebude chybět na letošním ročníku Fashion Day, který pořádá obec Vlčice. Návštěvníkům představí modely ze sociálního šatníku.

Centrum pomoci sv. Martina bude na Fashion Day vidět díky speciální módní přehlídce. Vždyť, jak lépe představit sociální šatník? V modelky se promění několik dobrovolnic a ženy z ukrajinské komunity, které v obci žijí. Modelky předvedou, že i když je sociální šatník určený pro lidi v tíživé sociální situaci, jsou v něm velmi pěkné kousky oblečení. „Jsou to všechno dary od lidí a všechny věci

jsou v dobrém stavu. V poslední době se na nás obrací i lidé, kteří přišli o své oblečení při povodni a čeká je třeba pracovní pohovor, na kterém se potřebují dobře prezentovat a my jim velmi rádi pomůžeme,“ dodala Raifová. Na vlčickém Fashion Day chce vedoucí více zviditelnit i celé Centrum pomoci sv. Martina, aby lidé, kteří potřebují pomoc věděli, s čím se mohou na pracovníky obracet.



Stane se ...

Domov rozvoní bez

Příslloví praví: „Před heřmánkem smekni a před bezem klekni“. A právě skvělé vlastnosti bezu černého, který už naše babičky považovaly za magickou bylinu a lék proti devíti nemocem, se rozhodli využít v Domově pokojného stáří sv. Hedviky. V aktivizační dílně chtějí z květů připravit bezový sirup. Zpracovat by chtěli i šerík a z květů vyrobit voňavou esenci a mast.



Máj pod třešní

1. máj je lásky čas, a tak v Domově pokojného stáří sv. Františka připravili pro své klienty posezení pod rozkvetlou třešní. Budou si povídat o svých láskách a vzpomínat, jak v mládí slavili tento den, který patří odedávna lásce. Už staří Keltové měli svůj svátek Beltain a díky veršům Karla Hynka Máchy vnímáme 1. máj už desítky let jako svátek zamilovaných.



Jak zvládat demenci doma

16. 5. 2025

Priessnitzovy léčebné lázně a.s., lázeňský dům Priessnitz, Zimní zahrada

09:00–09:30

Prezence účastníků, zahájení

09:30–09:45

Úvodní slovo

Mgr. Bc. Zdeňka Blišťanová, starostka Města Jeseníku

09:45–10:15

Vytváříme most do světa demence – metoda Validace Naomi Feil® v praxi

U člověka trpícího demencí je důležité se zaměřit hlavně na jeho chování, které je odrazem jeho životních zkušeností, traumat a nenaplněných potřeb. Porozumění nedovypráveným příběhům pomáhá těmto lidem najít znovu sami sebe.
Mgr. Mária Wirth PhD., lektorka, místopředsedkyně Slovenské alzheimerovské společnosti

10:15–10:45

I prostředí může pečovat – úpravy domácího prostředí lidí s demencí

Jak lze i drobnými úpravami domácího prostředí podpořit samostatnost a bezpečnost člověka s demencí, usnadnit mu orientaci v prostoru a podpořit jeho návyky a důstojnost.
Anežka Příhodová MSc., lektorka a spoluzakladatelka projektu Alzheimer Café

11:00–11:30

Co nás čeká v budoucnu – v horizontu 10 let

Aktuální stav a prognózy související s nárůstem počtu osob trpících demencí. Zajištění a podpora služeb pro seniory, osoby trpící demencí a pečující osoby ze strany Olomouckého kraje; projekty a další aktivity v této oblasti.
Mgr. Petra Hemžská, referentka pro plánování sociálních služeb, Krajský úřad Olomouckého kraje

11:30–12:00

Příběhy pečujících osob

Je možné doma zvládnout péči o blízkého s demencí? Jaká úskalí to pečujícím přináší? Co je nejtěžší? A co naopak tato péče dává?
O své zkušenosti se podělí dvě pečující rodiny

12:00–13:00

Přestávka na oběd

13:00–14:30

Workshopy

S Angličanem anglicky, ale jak s člověkem s demencí??? Jaký jazyk se musíme naučit?

Mgr. Mária Wirth PhD.

Bydlení ve stáří. Jaké by mohlo být?

Anežka Příhodová MSc.

Podpůrná skupina pro pečující

MUDr. Jan Kubánek, psychiatr a rehabilitační lékař, PLL a.s. Jeseník

14:30–15:00

Závěrečné slovo

Mgr. Helena Paschkeová, ředitelka Charity Jeseník

Záštitu nad konferencí převzala starostka Města Jeseníku Mgr. Bc. Zdeňka Blišťanová.

Nutné přihlášení předem do 8. května 2025 / Vstup zdarma

Registrujte se na <https://forms.office.com/e/B2k63qihPM> nebo přes QR kód

Tel: 605 597 329 | Email: michaela.markova@jesenik.charita.cz



„Rodina mě činí šťastnou,“ říká zdravotní sestra a máma osmi dětí Růžena Nagyová

Občas dostane člověk od života pořádně naloženo. Zatímco jednoho by to zlomilo, jiný se s osudem statečně pere, a ještě dokáže kolem sebe šířit dobrou náladu. Jako například Růžena Nagyová, žena s laskavými očima, s níž jsem si povídala o životních zvratech a štěstí.

Jste zdravotní sestrou v Domově pokojného stáří sv. Františka. Co vás přivedlo k tomuto povolání?

Směřovala jsem k tomu odmalička, kdy jsem si hrála na sestřičku a doktorku a píchala panenkám injekce. Pak se tím směrem vydali i bratři, kteří jsou lékaři. Původně jsem chtěla studovat na dětskou sestru, ale u nás byl ten obor na tři roky zavřený, tak jsem šla na všeobecnou zdravotní sestru a nelituji toho. Tohle povolání bych si vybrala vždy.

V čem vás práce zdravotní sestry naplňuje?

Mám ráda lidi a čím jsem starší, tím jsem si jistější, že má tato práce smysl. Je jasné, že když má člověk bolest, tak nemůžete čekat, že vám bude děkovat, ale pozná, že mu chcete pomoci. Tato práce je radost. Je to o lásce. Zažívám to i jako máma nemocné dcery. Víím, že nám chtějí zdravotníci pomoci, a tak chci tu lásku dávat lidem dál.

Pocházíte ze Šumperku. Jak jste se dostala na Jesenícko?

Po těžké zkušenosti z prvního vztahu, kde bylo i domácí násilí. Dostala jsem od života za uši. Trvalo to dlouho a já byla bezradná. Styděla jsem se někomu svěřit a pak se i bála něco říct, protože mi partner vyhrožoval, že mě zničí, že vyhodí barák do luftu, že se zabiju v autě, protože nedovolí, aby přišel o syna, že má plno známých. Ale nechci mu nic zazlívát. Odešla jsem kvůli němu od Boha, žili jsme spolu na psí knížku. Věděla jsem, že chci Boha zpátky, ale nešlo to. Neměla jsem sílu. Díky Bohu, který mi poslal do cesty dobré lidi, poslal mi kamarádku, které jsem se otevřela, když na mě viděla modřiny. Když se odstěhovala do Javorníku, pozvala mě sem a říkala, že přece bývalý přítel nebude jezdit takovou dálku, aby mi dělal zle. Poslechla jsem ji a pak jsem dostala od Charity Jeseník práci a byt v Bílé Vodě a už jsem tu 24 let. K bývalému partnerovi ale necítím nenávisť, ale o to více miluji svou rodinu a vážím si, co mám.

V Bílé Vodě jste potkala i svého manžela. Co vás na něm upoutalo?

Zpočátku vůbec nic. Můj manžel byl vdovec s tříletým synem a dělal v Charitě údržbáře. Po zlé zkušenosti jsem nechtěla žádného muže ani vidět. Myslela jsem si, že mě chtějí jen využít a zničit. Rok a půl to na mě zkoušel, ale já jsem byla, ač věřící, pyšná a odmítala jej. Pak se to zlomilo

a narodila se nám Lucinka. Hned po porodu mi paní primářka vysvětlila, že Lucinka má Fallotovu tetralogii, tedy vážně nemocné srdce a musí být okamžitě převezena do Brna a pak do Motola na operaci. Mně s ní nechtěli pustit, abych nezačala krváčet, ale já chtěla být se svým dítětem, a tak jsem podepsala revers, přijela domů a s batohem na zádech jsem vyrazila vlakem za ní. Manželovi jsem říkala, že se mnou být nemusí, že se o dceru postarám sama. Nechtěla jsem, aby se mnou byl z lítosti a já pro něj byla přítěží.



Vy jste prostě nevěřila, že vás může někdo milovat. Proto spolu máte další děti, aby vás o tom přesvědčil.

Smích. Byla jsem spálená životem. Nedůvěra se dovede na člověku podepsat. Nechtěla jsem, aby mě trpěl jako chudáčka. Manžel říkal, že přece není žádný grázl a Lucinka je i jeho. Poznala jsem v těžkých chvílích, že se o něj mohu opřít, a tím si získal i mou rodinu a přátele a já jsem šťastná.

Dovolím si zeptat se, jak je na tom Lucinka teď?

Je to moc špatné. (slzičky) Člověk o tom ale mluvit musí, protože to je život. Jsou maminky, co o své děti přišly. Já mám Lucinku 19 let. V roce a půl nám málem umřela. Při osmihodinové operaci ji udělali celkovou korekci srdce, ale není to dobré. Pak nám lékaři opět říkali, že umírá, ale Lucinka to zvládla. Jen nevím, kolik nám Pán Bůh dá ještě času. Bohužel se u ní nepodařilo rozšířit plicnice a je zázrak, že má dosud dost kyslíku. Podle lékařů je tam někde únik, díky

kterému je okysličená, ale neví kde.

Pokud vím, tak máte i nemocného manžela. Jak to všechno zvládáte? Kde berete sílu chodit do práce, být mámou, a ještě se usmívat.

Manžel vždy těžce pracoval. V minulosti několikrát spadl z koně, z vlečky, neřešil to a teď má problémy s páteří. Kde беру sílu? Pokud je člověk spokojený a naplněný, tak sílu má. Je třeba věci přijímat, protože hlavou zeď neprorazíš. Také jsem polevila jsem z nepodstatných věcí. Ano, jsou chvíle, kdy člověk padá, pak se musí zastavit, protože to hrozí zhroutením, ale našťastí mám fajn děti a lidi kolem sebe.

Pracujete v domově se zvláštním režimem. Jak zvládáte situace, kdy klienti odchází? Kde berete sílu věnovat se klientům s úsměvem?

Když měla Lucinka špatné období, nechtěla jsem se vracet do zdravotnictví a vidět klienty umírat. Pak se mi ozvala paní Tomášková (bývalá vedoucí domova) a vysvětlila mi, že v domově mám práci přes cestu a mohu si odběhnout domů nebo si Lucinku brát s sebou na sesternu. Můžu jí dát život zdravého člověka a pomáhat jí nenápadně. V naší práci je důležité nebýt bez citu, ale zároveň se nehroutit. Zkušenosti s Lucinkou mě utvrdily v tom, že je důležité najít si pro člověka čas. Víím, že spoustu věcí nemůžu vyřešit, ale mít člověka rád a podat mu pomocnou ruku v pravý čas, když to potřebuje, i na úkor vlastního, je strašně důležité, a to mě činí šťastnou.

S manželem vychováváte osm dětí. Co vás naplňuje na tom být mámou? Co pro vás slovo MÁMA znamená?

Láska, radost, pokoj, budoucnost, naděje, spokojenost, štěstí, naplněnost, klidný odchod ze světa, když přijde můj čas. A také být silná a nehroutit se z hloupostí.

Děkuji za rozhovor.

Růžena Nagyová – medailon

Zdravotní sestra v Domově pokojného stáří sv. Františka v Javorníku.

Narodila se v Šumperku jako nejmladší ze čtyř dětí. S manželem vychovávají osm dětí. Největší láskou je její rodina, kterou miluje nadevše. Ve volných chvílích ráda běhá, plave. Má ráda turistiku a cestování. Když má čas, přečte si nějakou dobrou kriminálku nebo pohádky.

POMOC PRO OBĚTI POVODNÍ



DLUHOVÉ PORADENSTVÍ PRO OBĚTI POVODNÍ VAROVÁNÍ PŘED PŮJČKAMI

V souvislosti s nedávnými povodněmi je nutné upozornit na rizika neuváženého zadlužování, která mohou nastat při sjednávání rychlých nebankovních půjček na pokrytí výdajů spojených s opravami a obnovou poškozeného majetku.

Člověk v tísní nabízí pomoc lidem se zmapováním dluhů, navrhne možné řešení dluhové situace.

Člověk v tísní, o.p.s. - TÝM POVODNĚ
Lipovská 325/17, 790 01 Jeseník

+ 420 720 943 598; +420 739 320 222
info.povodne@clovekvtsni.cz



MATERIÁLNÍ A POTRAVINOVÁ POMOC PRO OBĚTI POVODNÍ

Charita Jeseník nabízí materiální pomoc – potraviny, nářadí, hygienické prostředky, oblečení a další životně důležité věci.

Charita Jeseník, 28. října 887/1, Jeseník
Tel.: +420 733 510 684

Provozní doba:
pondělí: 9:00 - 12:00 hod. 13:00 - 16:00 hod.
středa: 9:00 - 12:00 hod. 13:00 - 16:00 hod.
čtvrtek: 9:00 - 12:00 hod.



ZAPŮJČENÍ VYSOUŠEČŮ, TOPIDEL, TLAKOVÝCH MYČEK (VAPKY)

Charita Jeseník a Diakonie ČCE budou i v nadcházejícím období nabízet k zapůjčení VYSOUŠEČE, TOPIDLA, TLAKOVÉ MYČKY (VAPKY) v rozsahu odpovídajícímu skladovým zásobám.

Diakonie ČCE +420 737 005 656

Charita Jeseník +420 737 886 274



PRO BONO ARCHITEKTI (služby architektů bezplatně nebo za sníženou cenu)

Poradenství a služby obětem katastrof a jinak znevýhodněným osobám, komunitám a organizacím (stavební projekty, odborné odhady škod, doporučení k obnově či výstavě nemovitosti odolné vůči povodním).

Více informací na www.cka.cz/komora/tema-CKA/architekti-pro-bono



PSYCHOSOCIÁLNÍ SLUŽBY A KRIZOVÁ INTERVENCE

Bezplatné konzultace s interventem probíhají v pracovní dnech v době 8:00 - 16:00, příp. dle domluvy. Koordinátorkou psychologické pomoci je **Petra Vrbová, kontakt 739 320 222.**

Možnost telefonických konzultací zdarma přes terapeutickou linku Sluchátko.
Kontakt: + 420 212 812 540, www.linkasluchatko.cz.



DOBROVOLNICKÁ POMOC JESENICKU

Pomoc při odstraňování škod po povodni získáte nebo nabídnete zde:
www.dobrovolnicijesenicko.cz.



Skloubit práci i rodinu



Květen patří ženám. Na prvního máje by měla každá žena dostat polibek pod rozkvetlou třešňí. Druhou neděli mají svátek všechny maminky a v pondělí 12. května si celý svět připomíná Mezinárodní den zdravotních sester a ošetrovatelství.

Zdravotní sestry jsou páteří zdravotnického systému. Bez jejich neustálé obětavé práce a empatie by nebylo možné zajistit kvalitní péči ani pro klienty Charity Jeseník. Naše zdravotní sestry působí na domovech a prostřednictvím Domácí zdravotní péče jezdí přímo domů za klienty, kteří by jinak museli být hospitalizováni, dojíždět do nemocnic nebo být umístěni v sociálním zařízení. Starají se i o paliativní pacienty a

k tomu jsou to mámy, manželky, babičky. Jak se jim daří skloubit tohle náročné povolání s péčí o rodinu? „*Za pomoci druhých a vzájemné spolupráce rodiny. Člověk také musí umět vypnout. Mě třeba uklidňuje práce na zahradě*“, uvedla máma tří dětí Marcela Ďurišová. Dobrá organizace času je zásadní i pro vrchní sestru z DPS sv. Hedviky Lucii Šebestovou, která si váží podpory manžela a prarodičů. Na práci v domově si cení

domácího prostředí, kdy má více času na klienty. I když v práci cítí velkou psychickou zátěž. „*Stavy klientů se většinou nelepší, naopak se zhoršují a dochází zde často k úmrtí. I přesto jsem zde spokojená, a to i díky kolektivu. Mám skvělé kolegyně, se kterými dokážeme najít řešení tak, aby byli naši klienti spokojeni*“, uvádí Lucie Šebestová.

I Hana Klásková vede své čtyři děti odmalíčka k samostatnosti, aby v práci mohla být plně pro klienty. „*Naštěstí mám oporu v týmu a velmi mi pomáhá supervize*“, uvedla zdravotní sestra, která doprovází své klienty i na poslední cestě. Důležitá je podle ní sebepeč. „*Auto je moje zóna bezpečí, kde si třídím myšlenky, a kde se mohu i vyplakat. Když odsud vycházím, zavírám pomyslné dveře a otevírám nové, když vcházím ke klientovi, abych mu mohla pomoci a byla tu celá pro něj. Při odchodu opět dveře zavírám. V autě mám otevřené okénko, aby mohlo vše špatné pryč. Přijíždím domů a opět zavírám pracovní věci v autě a doma se plně věnuji rodině*“, prozradila Hana Klásková.

Nejmladší posílou týmu Domácí zdravotní péče je Lenka Repová. Svého rozhodnutí pečovat o nemocné a umírající nelituje. „*Práce je náročná psychicky i fyzicky. V době, kdy se blíží konec života, musíme volit vhodná slova, a ne na všechny otázky známe odpovědi, ale vždy jsme tu pro klienta a jeho rodinu, kterou je třeba také opečovat*“, dodala Lenka Repová.

Z mého pohledu

Způsob, jak projevit lidskost

Tento měsíc, 11.5. se slaví Den matek. O den později Mezinárodní den sester a ošetrovatelek. A hned 15.5. je Den rodin. Já jsem momentálně dcera, matka a babička. Jako dcera navštěvuji své rodiče, za kterými dojíždím 46 km. Jejich zdravotní stav se v poslední době dost zhoršil. Špatně se pohybují, což ještě komplikuje to, že bydlí ve 4. patře bez výtahu. Občas potřebují zavést k lékaři do Jeseníku, nebo do Krnova, naštěstí se se švagrem střídáme v doprovodech. Když byla moje maminka v mých letech, byla už v důchodě. A mohla se věnovat sobě, mně a mé sestře. A také vnoučatům. Dnešní doba je však taková, že se musíme snažit skloubit péči o rodiče, děti, vnoučata a při tom ještě chodit do práce. A to je někdy dost náročné. Hlavně časově. Aby mohla přijet vnučka na prázdniny, musím si vzít dovolenou. Jinak to nejde.

V Domově pokojného stáří sv. Františka pracuji už 28 let. A hodně let jako pečo-

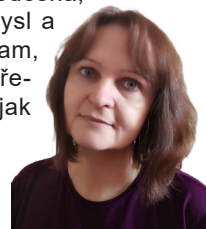
vatelka, což mi teď pomáhá s péčí o rodiče. Člověk se za ty roky hodně naučil. A vývoj pomůcek, jak hygienických, tak kompenzačních, šel velmi dopředu. Jsou dostupné, což je velká pomoc. Pro mě je stále nejdůležitější to, aby rodiče mohli zůstat doma. Ve svém prostředí. Ale jak to všechno zvládnout? Jak věnovat stejný čas rodičům, dětem, vnoučatům, sobě? A ještě chodit do práce. Je to těžké. Nejdříve pečujete o své děti, o rodinu. Potom pečujete o rodiče, vnoučata. A při tom celou dobu i o klienty v domově. Je velké štěstí, když při této práci máte kolem sebe i někoho, kdo pečuje o vás. I když jsou to třeba jen drobnosti. A podporuje vás také psychicky.

V květnu je také Mezinárodní den zdravotních sester a ošetrovatelek. Pro mě i pečovatelka. Když jsem začínala jako pečovatelka, neměla jsem vůbec ponětí, co tato práce obnáší. Ale všechno přišlo tak nějak přirozeně. Bavilo mě to a naplňovalo. Když byli mí dva synové ještě

malí, občas za mnou chodili do práce. Mělo to pozitivní vliv na ně i na klienty. Mého staršího syna to ovlivnilo tak, že po škole pracoval v ústavu pro mentálně postižené a teď už několik let pracuje v Praze v domově pro seniory. A chodí tam s ním i Barunka, jeho dcera, moje vnučka. Tak snad nám vyrůstá další generace pečovatelek.

Práce pečovatelky je naplňující povolání, ale občas to odnese i zdraví, což bohužel potkalo i mě. Je to i psychicky náročné, a proto by si pečovatelky a pečovatelé zasloužili větší uznání. Pečovat o druhé není jen práce – je to poslání. Jsem přesvědčená, že tato práce má smysl a skutečně pomáhá tam, kde je to nejvíce potřeba. Je to způsob, jak projevit lidskost.

Jana Šubrtová
provozni



Duchovní zamyšlení

Květen měsícem Panny Marie.

Jaký je smysl existence lidstva? Pro nás jako křesťany je to především příběh spásy. Dějiny vztahu mezi Bohem a člověkem. V těchto dějinách spásy sehrála Panna Maria zvláštní roli. Byla to ona, kdo zvláště očekával splnění mesiášských slibů. Čekala tiše, pokorně, ve svém srdci. A proto mohla Maria důstojně přijmout Božího Syna, který touží trvale přebývat v samém nitru člověka. V živém srdci, které miluje Boha a poslouchá Ho tím, že každý den plní Jeho vůli. Takové bylo srdce Marie, která věděla, že je to Boží vůle, souhlasila, že se stane Kristovou Matkou.

Nám to po dvaceti staletích už nepřipadá divné ani neobvyklé, ale pro ni, tehdy v Nazaretě... uvěřit, že bude Matkou Božího Syna, to jistě nebylo snadné a jednoduché. Ona věřila. Její příbuzní, kteří ji viděli doma vykonávat běžné denní povinnosti, si pravděpodobně nepředstavovali, že její velikost převyšuje všechna ostatní stvoření. Vede takový obyčejný, jednoduchý život. Stejně jako ostatní ženy v Nazaretu. Žádné slasti, žádné zázraky; vždy skromná, prostá, plná bdělé lásky, citlivá k potřebám druhých lidí.

V měsíci květnu, který je zvláště zasvěcen Marii, hledme k ní a učme se ji napodobovat. „**Maria uchovávala to vše ve svém srdci a rozvažovala o tom**“. Matka Boží, která je Bohu nejbližší a vždy se k Němu obrací v neporušené svatosti, pro nás může získat tím více. Vložme své prosby a poděkování do jejích rukou. Prosme ji, aby získala milosti, které potřebujeme, abychom mohli důvěřovat Bohu jako ona. V tomto čase prosme za církev, zvláště za nového papeže.

P. Mgr. Tomasz Jan Salaga, SDS
Farnost Javorník, Uhelná, Travná, Zálesí

Poděkování

Ovečky potěšily seniory

Rádi bychom poděkovali paní Blance Lucové ze Šumperku, která miluje háčkování. Seniorům z Charitního domu sv. Anežky věnovala celé „stádo“ roztomilých oveček, které našim klientům udělaly velkou radost. Paní Lucká obdarovala klienty Charity Jeseník podruhé. V říjnu loňského roku předala háčkové ovečky v sousedním Domově pokojného stáří sv. Hedviky. Moc za naše seniory děkujeme. Tvorbu této dámy si můžete prohlédnout na fb stránce „Plyšáci made by Lucky.“



Krátce

Týmy se vzdělávaly ve Validaci podle Naomi Feil

Pracovníci DPS sv. Hedviky, DPS sv. Františka, Charitního domu sv. Anežky a Odlehčovací služby sv. Zdislavy se pod vedením jediné certifikované lektorky Validation@Naomi Feil-Teacher pro Českou a Slovenskou republiku Máriou Wirth ponořili do tajů Validace. Vzdělávání v této unikátní metodě, která se zaměřuje na zlepšení komunikace s osobami trpícími demencí, podpořil Výbor dobré vůle – Nadace Olgy Havlové. Cílem Validace je vcítit se do prožívání dezorientovaných osob, akceptovat je takové, jací jsou a vyjadřovat jim úctu, což může zmírnit stres a nervozitu. Pod vedením Márie Wirth se pracovníci do-

movů učili, jak prostřednictvím empatického naslouchání akceptovat pohled seniora s demencí na realitu. Jak rozklíčovat různé projevy. Jak pracovat s fázemi dezorientace. Zaměřili se i na verbální a neverbální techniky v jednotlivých fázích nemoci a další specifika, aby mohli hledat cesty a propojovat jeho svět v minulosti se současností. V loňském roce se s touto metodou seznámily v rámci dvoudenního semináře týmy Charitního domu sv. Anežky a Domova pokojného stáří sv. Františka.

VDV
VÝBOR DOBRÉ VŮLE
Nadace Olgy Havlové



Za podporu vzdělávání

Díky podpoře Nadace ČEZ se stávající i noví vedoucí mohli pustit do manažerského vzdělávání. V rámci projektu „Sdílené hodnoty a leadership“ je čekají čtyři jednodenní a jeden dvoudenní workshop s pěti tématy: time management, vedení týmu, motivace zaměstnanců, vedení porad, komunikace s podřízenými. První z workshopů, který již proběhl, se zaměřil na to, jak se charitní hodnoty projevují v běžné praxi organizace.

NADACE ČEZ



Lidem za pomoc

Velké poděkování si zaslouží každý, kdo se v sobotu 26. dubna zapojil do celostátní Sběrky potravin. Týmu Centra pomoci sv. Martina se v supermarketu Lidl podařilo od dárců získat celkem 528 kilogramů trvanlivých potravin a drogerie, které pomohou lidem v tíživé životní situaci.