



# charitní aktuality

Leden 2012

## Úvodní slovo

Za uplynulý rok se v naší Charitě udály velké změny. Asi tou největší je odchod ředitele, pana Štefana Čandy, do důchodu. Věnoval Charitě 20 let práce a přestál vše, co s sebou přináší vybudování zcela nové organizace. Byl s Oblastní charitou v časech dobrých i zlých a za to mu patří velký obdiv a dík.

Něco končí, jiné začíná... Loni jsme se museli také rozloučit s naší obětavou mladou kolegyní, která odešla na věčnost, a která se do činnosti naší Charity hluboce otiskla. I když nám stále chybí, život musí jít dál... Na druhé

straně přišli noví zaměstnanci, zavedli jsme novou službu na pomoc mladým rodinám s dětmi „Šance pro rodinu“, kterou využívá 15 rodin z celého okresu. Otevřeli jsme dvě nová kontaktní místa občanské poradny v Králíkách a Lanškrouně, takže v současnosti poskytujeme občanské poradenství v pěti městech okresu. V Lanškrouně stavíme nové centrum sociálních služeb. Snažíme se reagovat na potřeby lidí v nouzi. To se daří také díky vám všem, kdo přispíváte do Tříkrálové sbírky, z jejíhož výtěžku financujeme naše služby.

V roce 2012 oslaví Oblastní charita Ústí nad Orlicí 20 let své existence. Děkuji vám všem, kdo naši Charitu podporujete, děkuji všem zaměstnancům, dobrovolníkům, asistentům Tříkrálové sbírky a všem koledníkům, sponzorům, dárcům a příznivcům. Děkuji za spolupráci správcům farností a zástupcům městských a obecních úřadů.

Přeji vám otevřené oči i srdce, a ať je rok 2012 pro vás klidný a nadějný...

Ing. Marie Malá, ředitelka

## Tříkrálová sbírka 2012

Naše Oblastní charita pořádá Tříkrálovou sbírku od samého začátku, tedy už podvanácté. Velmi nás těší zájem široké veřejnosti, protože jej chápeme jako přízeň Charitě a její práci. V roce 2011 se vybralo rekordních 1.900.300,- Kč. Výtěžek TS je určen na charitní aktivity a celá částka se odesílá na účet Charity ČR, která si 35 % z vybrané částky ponechává na náklady spojené s organizací sbírky a na humanitární krizový fond. 65% putuje zpět na Charity, které částky vyberou, loni se nám vrátilo 1.242.407,- Kč. Z této částky věnovala Oblastní charita 5 % na zakoupení školního autobusu pro chudé děti v indickém Mansapuru. Zbylá částka byla použita v souladu se záměry na provozní náklady občanské poradny, osobní asistence a Rodinného centra Kopretina v Horní Sloupnici, na zakoupení automobilu pro charitní ošetrovatelskou službu, na výměnu oken a opravu budovy Centra pod střechou v Letohradě, na fond nových projektů. V rámci přímé pomoci bylo loni 4 žadatelům rozděleno 57.133,- Kč.

**Záměry použití 12. Tříkrálové sbírky jsou pro rok 2012 tyto:**

- provozní náklady občanské poradny, služby Šance pro rodinu a RC Kopretina Sloupnice
- na úpravu suterénních prostor pro charitní ošetrovatelskou službu v Ústí n.O.
- na materiálové vybavení charitního

- centra sociálních služeb Lanškroun
- fond na rozvoj a rozšíření nových projektů
- přímá pomoc

Tříkrálová sbírka v našem regionu patří k největším v celé diecézi. Loni koledovalo 436 skupinek a odhadem nám pomáhalo kolem 1.500 koledníků. Organizovat sbírku v takovém rozsahu je možné jen díky jim a díky našim asistentům, kteří nám pomáhají s průběhem sbírky v podmínkách jednotlivých obcí a měst. Upřímně děkujeme vám všem, kdo se jakkoliv podíliete na Tříkrálové sbírce..



## Co je žádoucí

*Jdi tiše a klidně hlukem a spěchem a buď pamětliv míru, který klid uchová.*

*Snáň se se všemi lidmi, ale nevydávej se jim.*

*Projevuj svoji pravdu klidně a jasně, naslouchej také lidem duchaprázdným a nevědomým, neboť i oni mají svůj osud. Vyhní se hlučným a agresivním lidem, neboť duchu způsobují utrpení.*

*Když se srovnáváš s druhými, mohl by ses stát zatrpklým a nicotným, neboť vždy budou lidé, kteří jsou větší nebo menší než ty.*

*Raduj se ze svých výsledků, stejně jako ze svých plánů. Zůstaň na své cestě, i když je skromná. V proměnlivém štěstí věků je to pravé vlastnictví.*

*V obchodních záležitostech buď opatrný, neboť svět je plný podvodů.*

*Buď spravedlivý, mnozí lidé s námahou sledují vysoké ideály, ale veškerý život je plný příležitostí k odvaze a hrdivosti. Buď sám sebou. Především nebuď pokrytecký a v lásce cynický, neboť přes všechnu vyprahlost a rozčarování je věčná jako tráva.*

*Přijmi s rozvahou a nadhledem přibývajících stáří.*

*Posiluj sílu ducha, aby tě při nepředpokládaném neštěstí chránil. Ale nesuzuj se myšlenkami.*

*Hodně strachu přichází z únavy a osamělosti.*

*Se zdravou mírou sebedisciplíny buď k sobě hodný.*

*Jsi dítě Univerza, stejně jako stromy a hvězdy. Máš právo zde být. I když je více nebo méně jasné, není žádných pochyb o tom, že se Univerzum rozvíjí tak, jak se rozvíjet má. Proto žij v přátelství a míru s Bohem, ať už ho chápeš jakkoliv.*

*I když máš jakékoliv trápení nebo touhu, udržuj ve zmatku života pokoj se svou duší.*

*Přes všechnu faleš, zbytečnou námahu, bezvýsledné snažení a všechny rozbité sny je přece jen svět krásný.*

*Buď opatrný a usiluj o to být šťastný.*

Max Hermann

# V září 2011 skončil odchodem do důchodu ve funkci ředitele Oblastní charity Ústí nad Orlicí pan Štefan Čanda. Při této příležitosti jsme se ho zeptali:

*S jakými pocity odcházíte? Charitě jste věnoval 20 let života, hodně energie, času a úsilí. Není Vám líto, že toto „dítě“ opouštíte?*

Líto mně to není, protože mám dobrého nástupce. Věřím, že paní Malá povede Charitu tam, kam by měla jít a přinese do ní „nový vítr“ – to, co já už jí nemůžu dát. Za těch 20 let jsem dal Charitě vše, co jsem mohl a uměl. Teď je potřeba, aby se pokračovalo dál – novým směrem a novým pohledem. Odcházím spokojený a o další osud naší Charity nemám obavy.

*Začátky Charity byly vpravdě pionýrské, neexistoval systém, vše se teprve rodilo. Jak na tuto dobu vzpomínáte?*

Začínal jsem, jako mnoho mých kolegů, jako dobrovolník ve Střediscích křesťanské pomoci organizací ozdravných pobytů běloruských dětí. Mezitím vznikla Charita v Praze a v r. 1991 se rozvinula ošetrovatelská služba. V r. 1993 vypsal Diecézní charita Hradec Králové konkurz na ředitele regionálních charit, které měly za úkol zavést činnost Charity a propagovat ji. Byl jsem na tuto pozici vybrán, takže jsem si musel doplnit vysokoškolské vzdělání. Na první tři roky jsme měli mzdu z německého nadačního projektu, a za tu dobu jsme museli vybudovat Charitu tak, aby si na sebe vydělala. V začátcích nám pomohl obchod s použitým oblečením, které jsme dováželi z Německa. Z výtěžku second handu v Letohradě jsme platili některé služby a vybudovali jsme správní středisko v Letohradě.

Začátky byly těžké. V systému, který sám podléhal různým proměnám, jsme se těžko orientovali. Panovala velká nedůvěra k Charitě jako církevnímu zařízení. Lidé se k církvím stavěli negativně... Pomalu a trpělivě jsme si museli vybudovat dobré vztahy a důvěru v naši profesionalitu.

Postupně nám byla centrálně předána ošetrovatelská služba – pilotní projekt Ministerstva zdravotnictví. Ten projekt nebyl zpočátku soběstačný, takže jsme na jeho provoz museli shánět peníze od sponzorů. Psali jsme žádosti o podporu na ministerstva, přičemž jsme neměli tušení, jak se ty projekty mají psát... Bylo to opravdu složité. Ale na druhou stranu na tu dobu rád vzpomínám, protože mezi námi panovalo velké nadšení...

*Jak se činnost Oblastní charity postupně vyvíjela?*

Nové změny a projekty obvykle přicházejí ve vlnách. Pro naši Charitu byl přelomový rok 1997, kdy jsme se hodně angažovali v pomoci



po povodních. Při této příležitosti jsme opravili dva domy v Ústí n.O., kde našli přístřeší lidé, kteří povodní přišli o bydlení. Povodně nás tehdy naučily účinně pomáhat, a toho jsme využili následně i při pomoci postiženým povodněmi na Rychnovsku a na povodí Divoké Orlice.

Dalším přelomovým obdobím byl rok 2003 se vznikem občanské poradny a asistenčních služeb. V poslední době jsou důležité služby nízkoprahových center pro mládež a mateřských center. Naše služby vždy vznikaly jako reakce na nějakou potřebu.

*Zpočátku se charitní služby orientovaly na seniory, v poslední době se ale zaměřují spíše na mladé rodiny s dětmi. Kopíruje tento vývoj také potřeby uživatelů?*

Ano. Dříve nebylo moc služeb pro seniory, proto jsme se orientovali právě na tuto skupinu, které dnes nabízíme ošetrovatelskou službu, osobní asistenci nebo denní stacionář. Na poskytování služeb starším spoluobčanům se dnes zaměřuje více organizací i samotné obce. Pro rodiny s dětmi ale taková nabídka není, a mnohdy jsou na tom hůř i finančně.. Z toho důvodu se dnes snažíme rozvíjet služby pro tuto skupinu, ve které je mnoho potřebných. Tady se Charitě nabízí velké pole působnosti. Proto jsme v r. 2011 zahájili službu sanace rodiny „Šance pro rodinu“ na pomoc potřebným mladým rodinám s dětmi. Myslím, že tímto směrem by se Charita měla dlouhodobě ubírat...

*Jak si Charita stojí na trhu poskytovatelů služeb?*

Konkurence mezi poskytovateli zdravotních i sociálních služeb je velká. Naši výhodou je, že máme více služeb, které na sebe navazují. Když přijde klient ošetrovatelské služby, můžeme mu půjčit kompenzační pomůcku, nebo přes občanskou poradnu vyhledat potřebné sociální dávky nebo příspěvek na péči, v případě potřeby zajistit třeba i duchovní péči. Máme víc možností, protože provozujeme více středisek

služeb. Bohužel je tu další fakt, že trh v této sféře není rovnoprávný – jsme závislí na dotacích, o nichž rozhodují obce. Zjednodušeně řečeno – rozhodují finance, ne potřebnost služeb. Ale to je politický problém, tak je bohužel nastaveno financování služeb.... Jinak naše vztahy s obcemi v rámci jejich i našich možností jsou velmi dobré...

*V poslední době je patrné, že balík peněz určený na provoz neziskových organizací, se neustále zmenšuje. Je možné, že Charita „zahyne“ na nedostatek peněz?*

Doufám, že Charita se udrží, protože je to velká celorepubliková organizace. Dokážeme se orientovat na trhu. Máme i vlastní zdroje financování – např. prodejnu papírnickví v Letohradě nebo Tříkrálovou sbírku, za kterou jsme všem přispívajícím velmi vděční. Máme také dobré jméno u klientů, to je pro nás důležité.

Věřím, že tento momentální nepříznivý vývoj Charity ustojí. A také doufám, že politici pochopí, jak důležitý je neziskový prostor pro celou společnost. Starost o člověka se nedá měřit penězi...

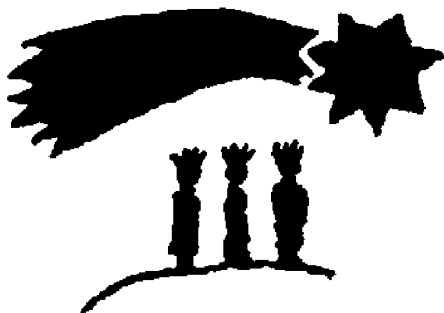
*Co byste popřál Charitě do dalších let?*

Abyste měla dobré nápady, aby se jí dařilo rozjíždět nové potřebné projekty a aby neustrnula na místě.

*Na pocity a víze jsme se zeptali i nastupující ředitelky, paní Ing. Marie Malé:*

Jaké mám pocity? Asi všechny, které existují. (smích) Není úplně jednoduché nastupovat po panu Čandovi, který stál u zrodu Charity a který z ničeho vytvořil velkou funkční organizaci. Velmi si vážím jeho práce. Vážím si také práce všech „charitáků“ a těším se na spolupráci s nimi.

Mým cílem je mít stále na mysli hlavní poslání Charity a nabízet pomocnou ruku lidem v nouzi. Přála bych si, aby Charita byla pružnou a živou firmou. Za důležitou považuji komunikaci s obcemi, farnostmi, zaměstnanci... Práce je to pestrá, dynamická, ne vždy jednoduchá. To mne přitahuje a těším se na ni.



## Tříkrálová sbírka pomáhá

Bernhard Brantzen, ředitel Diecézní charity Magdeburg, Konference „Chudoba – záležitost nás všech“ Hradec Králové, 20.10.2010:

„Chudoba je relativní pojem – neboť životní situace se utváří odlišně v Magdeburku, Hradci Králové nebo Kalkatě. Zpravidla ale vede ke stejnému výsledku: vyčlenění, neúčasti, stagnujícímu rozvoji osobnosti a rezignaci

Absolutní chudoba je u nás například: když vezou dítě v kočárku, který byl pořízen na dluh; když dítě nemůže jít na narozeninovou oslavu kamaráda, protože nemá 6 euro na dárek, který by s sebou přineslo, když se dítě nemůže přihlásit do hudebky nebo do kroužku plavání, protože nemá na zaplacení...

Kdykoli mluvím o tématu chudoby, cítím, jak velmi se mě dotýká, že v tak bohaté zemi jako je Německo, je takováto chudoba možná. I u nás se stále zvětšuje propast mezi chudými a bohatými. Asi 10 % obyvatelstva vlastní zhruba 90 % Němci vlastněného majetku, a víc jak 90 % obyvatel si musí rozdělit zbytek.“

Charitní organizace obecně se snaží různými způsoby podporovat potřebné. Ať je to formou zdravotní péče o nemocné, poskytováním přístřeší a zázemí seniorům, lidem bez domova nebo osamělým matkám s dětmi, náplní volného času pro rodiče s dětmi nebo teenagery, občanským poradenstvím atd. Jedním z (omezených) způsobů je i přímá finanční pomoc, která k lidem v nouzi putuje z prostředků, vybraných v Tříkrálové sbírce.

Nabízíme vám jeden z příběhů této pomoci:

Většinový povrchní pohled na životní okolnosti paní P. z vysokomýtska může být takový, že si za vše může sama. Faktem, který potvrzuje i praxe občanských poraden, ale je, že do její situace se může dostat každý z nás.

Celá věc začala nedoplatkem plynu ve výši 126,- Kč. Protože Paní P. o něm nevěděla, dluh lety narostl až na 15.000,- Kč, a na její byt byla proto uvalena exekuce. Ačkoliv paní P. byla v té době bez prostředků, protože musela po smrti otce vyplatit své sourozence, sehnala u známých peníze, a dluh zaplatila. Zanedlouho ale přišel další účet na 15.000,- Kč jako odměna exekutorovi. Na to už peníze neměla. V důsledku snižování stavu přišla ona i její přítel o zaměstnání. Bydlela se třemi dětmi a přítelem v bytě, který se mezitím prodal, oba byli bez práce, bez peněz a s ohromnou nejistotou, co bude dál - zítra, za hodinu. Sama o tom říká: „Když jsem se vracela domů, měla jsem strach, že budou vybourané dveře, že skončíme na ulici, sebrali mi nábytek, televizi, odpojili topení, teplá voda netekla... Asi půl roku jsme žili jen ze sociálních dávek 5.000,- na měsíc pro 5člennou rodinu. Na sociálce se mě pořád ptali, jak chci svou situaci řešit, ale já nevěděla, jak... nic se nedařilo. Docházely mi síly a nad vodou mě držely jen děti a pocit povinnosti je vychovat. Nevěděla jsem, co si počít. Zajímala jsem se i o pobyt v azylovém domě, ale to by bylo jen na tři měsíce a neřešilo by to naši situaci. Potřebovala jsem s dětmi někde zakotvit, odrazit se ode dna a začít znova...“

Paní P. i v té nejhorší době měla ale jedno bohatství – svoji kamarádku. „Stále mi dodávala sil, pomáhala mi psychicky i finančně a oslovi-

la Charitu, zda by nám mohla pomoci,“ vypráví paní P. a pokračuje: „Brzy k nám přijeli dva sociální pracovníci z Oblastní charity Ústí nad Orlicí, milí a příjemní lidé, setkali jsme se tak s Charitou poprvé.“

Sociální pracovníce Charity popisuje: „Paní P. je velká bojovnice, je zvyklá řešit si své věci sama. Ačkoliv byla s celou rodinou v opravdu těžké situaci, říkala, že jsou na tom lidi hůř než ona a jestli si vůbec naši pomoc zaslouží. Čím více nás však zasvěcovala do své situace, tím bylo jasnější, že jsme na správném místě. Společně jsme přemýšleli, jak co nejučinněji pomoci. Nejlepším řešením pro ni bylo vystěhovat se z dosavadního bytu. Jelikož ale běžná praxe při pronajímání bytu v dnešní době je složení zálohy v podobě nájmu na tři měsíce, (což v této situaci bylo pro paní P. naprosto nereálné), rozhodli jsme se poskytnout jí příspěvek ve výši zálohy na byt, který si paní P. musela najít tak, aby nadále byla schopna platit nájem z příjmů, které v této době měla.“

Díky této podpoře, kterou Oblastní charita poskytla z Tříkrálové sbírky 2011, tak paní P. brzy sehnala byt a zanedlouho i práci. V době naší návštěvy se dokonce dozvěděla, že práci našel i její přítel. Ode dna se opravdu odrazila. „Moc děkuji Charitě za pomoc, a hlavně své kamarádce – bez ní bych nevěděla, kudy kam,“ dodává paní P.

Co k tomu dodat? Z celého příběhu vysvítají přinejmenším dvě věci: Že každý člověk může projít obdobím materiální chudoby. A že má-li spřízněnou duši a dobré vztahy, vlastně nikdy úplně chudý není...

## Den charity – DĚKUJEME!

10. září pořádala Oblastní charita na farní zahradě v Ústí nad Orlicí Den charity. Den charity je celonárodní akce, kterou jednotlivé Charity organizují pro širokou veřejnost u příležitosti svátku patrona charit, sv. Vincence z Pauly (27.9.). Zábavné odpoledne bylo příležitostí, jak prezentovat naše služby a připomenout si osobnost sv. Vincence z Pauly (1581-1660). Tento světec se stal knězem z prostého pasáčka a v první polovině 17. století zakládal v Paříži a Lyonu charitativní bratrstva. Své spolupracovníky vychovával ke konání skutků milosrdné lásky a k pomoci potřebným.

Hlavním důvodem, proč jsme se rozhodli Den charity pořádat, ale byla snaha vyjádřit poděkování všem našim dobrodincům a program sobotního odpoledne jim věnovat jako malý dárek za vše, co pro nás dělají. K činnosti Oblastní charity přispívá velké množství lidí. Vedle našich zaměstnanců a jejich rodinných příslušníků to jsou dobrovolníci, dárci a sponzoři, více než 40 asistentů Tříkrálové sbírky a jejich koledníci, kterých je kolem 1.200 a mnoho dalších. Tříkrálová sbírka je díky našim asistentům a koledníkům nejrozsáhlejší v celé diecézi. Pomáhají nám zástupci farností, obcí a měst, skauti a mnoho dalších.

Upřímně děkujeme vám všem za podporu, za vaši ochotu, za to, že myslíte na druhé, děkujeme za vaši pomoc. Už si to bez vás neumí-

me představit.

První ročník se opravdu vydařil. Mohli jsme vidět taneční skupinu Deep Skillz crew, Patrika Jandejska, který předváděl točení obručemi, mladé kouzelníky, sourozence Lorencovy, všechny uchvátil nevidomý zpěvák Radek Žalud, který zazpíval čtyři muzikálové melodie a nakonec country a osvědčený Wejvrat. Počasí nám přálo a akci navštívilo kolem 150 lidí.

**Už teď vás všechny zveme na příští Den charity, který se uskuteční 8. září 2012 na stejném místě, tedy na zahradě orlickoústeckého děkanství a máme přislíbeno vystoupení skupiny TRABAND.**

Více informací naleznete koncem srpna na našem webu [www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz)



# Charitní ošetrovatelská a pečovatelská služba

## Domácí hospicová péče

Česká Třebová, Choceň, Lanškroun, Letohrad, Ústí nad Orlicí

### 20 let služby na orlickoústecku

V listopadu 1991 začala charitní ošetrovatelská služba v Ústí nad Orlicí a v Letohradě poskytovat svou péči. Odbornou zdravotní péči, která je ordinovaná lékařem a hrazená zdravotními pojišťovnami, provádějí kvalifikované zdravotní sestry v domácím prostředí nemocného. Cílem této služby je umožnit co největšímu počtu nemocných prožívat nemoc a stáří důstojně, ve svém domácím prostředí a mezi svými blízkými.

S myšlenkou domácí péče přišla před 20 lety MUDr. Marie Svatošová, která ji také pomohla prosadit na ministerstvu. Služba tedy začala jako experiment Ministerstva zdravotnictví a v orlickoústeckém okrese se o její zavedení přičinil MUDr. Petr Gorun. Péče se postupně profesionalizovala a stala se vyhledávanou mezi pacienty i lékaři:

„Je to výhodná a prospěšná služba, která v našem městě funguje naprosto bezproblémově. Jsem velmi rád, že tuto možnost máme. Lidé, mohou jít dřív domů z nemocnice, protože charitní sestry se o ně starají...“ říká MUDr. Vyčtyl, praktický lékař v Letohradě a jeho kolega, MUDr. Jiří Haltmar, dodává: „Spolupráce s charitními sestřičkami je úžasná a nesmírně nám ulehčuje práci. Výborná komunikace, prostě funguje to...“

Tato služba je prověřená a pacientů stále přibývá. To dokumentuje i vedoucí sestra v Letohradě, paní Helena Jurenková: „Zpočátku měla každá z nás 5-7 pacientů denně, dnes to je kolem 15. Začínáme v 6.30 h. odběry, po ná-

vštěvách odpoledne ještě píšeme dokumentaci a v 16.30 h začíná večerní služba. Večerní a víkendové služby už zabezpečuje jen jedna z nás. Prakticky ale fungujeme 24 hodin denně.“

U zrodu charitní ošetrovatelské služby v Ústí nad Orlicí stála vrchní sestra Anna Poláková, v Letohradě Antonie Venclová, která říká: „Zpočátku jsme byly dvě zdravotní sestry, tři ošetrovatelky a deset dobrovolnic, které docházely za nemocnými.“ A jak na tuto práci po letech vzpomíná? „Moc mě to bavilo, viděla jsem, že ta práce má smysl. Dodnes mám před očima některé pacienty. Živě si pamatuji na jednoho pána, který byl trochu ranář a svět se podle toho k němu choval. Z nemocnice se vrátil bez nohy, měl ohromný dekubit na zádech. Chodili jsme k němu několikrát denně, sloužili jsme tam i noční služby, pomáhali mu sousedi. Než zemřel, prožil velký vnitřní obrat, začal na svět pohlízet s důvěrou a stal se z něj vděčný člověk.“

Charitní ošetrovatelská služba nabízí široké spektrum zdravotnických výkonů, např. aplikaci injekcí, inzulinu, infuzí, odběry krve, kontrolu krevního tlaku, převazy, cévkování, výplachy, kyslíkovou terapii ošetrovatelskou rehabilitaci, bazální stimulaci, nácvik soběstačnosti a sebeobsluhy, sledování diabetiků, prevenci a léčbu proleženin, péči o onkologicky nemocné, o pacienty po amputacích, úrazech, endoprotézách, péči o umírající a těžce nemocné, podporu a zaškolení rodiny v péči o nemocného, nutriční výživu atd.

#### Kontakty:

Ústí nad Orlicí a okolní obce:

Petra Kaplanová, vrchní sestra

17. listopadu 69

562 01 Ústí nad Orlicí

Tel.: 465 524 715, 731 402 340

#### Lanškroun a okolní obce:

Michaela Šilarová, vrchní sestra

Nám. A. Jiráska 2

563 01 Lanškroun

Tel.: 465 532 461, 731 402 339

#### Letohrad a okolní obce:

Helena Jurenková, vrchní sestra

Na Kopečku 356

561 51 Letohrad

Tel.: 465 621 281, 731 402 338



## Regionální půjčovna kompenzačních pomůcek

Péče o nemocného člověka je fyzicky i psychicky náročná a vyčerpávající. Že jde ale o věci podstatné, o tom svědčí třeba poslední průzkum veřejného mínění agentury Stem/Mark, který vypovídá o tom, že 78 % lidí by si přálo zemřít doma a 88 % lidí je ochotno se o své blízké doma postarat. Také 88 % zdravotníků se domnívá, že pro umírající je nejlepší domácí prostředí.

V půjčovnách setkáváme s řadou krásných lidí, kteří často i dlouhé roky obětavě pečují o své blízké a snaží se jim dopřát to nejlepší. Paní, která se stará o svoji maminku popisuje: „Nejhorší jsou noci, maminka se budí, má děsivé sny, potřebuje se na posteli často otáčet a zvedat... Jsme unavení a nevyspali... No co se dá dělat? Nic!“ říká nenápadná žena, u níž bychom těžko předpokládali tak velkou sílu, s jakou léta pečuje o maminku.

Nedávno přišel do půjčovny pán, jenž se stará o ležící maminku, která si umí přejít na toaletní židli a dokáže se pomocí chodítka omezeně pohybovat po bytě. Občas ji syn vyveze na vozíku ven, mezi lidi z vesnice, které má tak ráda. Když o mamince mluvil, měl v očích slzy: „Přece ji nenechám umřít někde v ústavu! Vždyť celý život dřela jak kůň, tak se o ni postarám! Na stroji třeba spravovala prádlo pro půl vesnice a dodnes za ní lidi chodí. Kdepak – ma-





*minka ta nemá chybu...“*

Domácí péči usnadní vhodné kompenzační pomůcky, které si můžete za úhradu zapůjčit v našich půjčovnách. Zvýšený komfort pacien-

tovi i pečujícím osobám umožní např.:

- elektrické postele s příslušenstvím
- mechanické invalidní vozíky
- toaletní vozíky a židle
- antidekubitní matrace
- biolampy
- nástavce na WC
- sedačky do vany
- chodítka
- francouzské hole
- oxygenerátor
- signalizační zařízení
- cvičební přístroj Motomed

#### **Kontakty:**

#### **Středisko Ústí nad Orlicí**

Sr. Pavla Rychnovská  
ul. 17 listopadu 69  
Tel.: 731 402 314

#### **Středisko Letohrad**

Olga Tomková  
Na Kopečku 356  
Tel.: 465 620 249, 731 598 830



## **Občanská poradna**

### **Občanská poradna pomáhá lidem v nouzi**

*Současná doba s sebou přináší jevy, na které se učíme reagovat. Existuje třeba řada firem, které se živí na materiální a sociální bídě dru-*

*hých lidí nebo „jen“ na jejich naivitě či neznanosti. Tradiční model široké rodiny, kdy člověk může řešit své problémy právě v okruhu rodiny a příbuzných, často selhává. Proto hledají tito potřební oporu u kamarádů, u různých institucí anebo tápou – nikoho nemají, nevědí si rady...*

*Jednou z možností, jak řešit své potíže je návštěva občanské poradny. Zeptali jsme se Ing. Marcely Náhlíkové, vedoucí Občanské poradny v Ústí nad Orlicí, kterou provozuje Oblastní charita Ústí nad Orlicí:*

#### **S čím konkrétně můžete pomoci člověku, který za vámi přijde?**

Občanská poradna nabízí službu odborného sociálního poradenství, která je nabízena každému, kdo se ocitne v nouzi, neví si rady a není schopen svou situaci zvládnout bez pomoci. Při své návštěvě nás občan seznámí se svou obtížnou situací, my mu vyhledáme potřebné informace, navrhneme možná východiska a případně mu pomůžeme s realizací zvoleného řešení.

#### **Čeho se dotazy nejčastěji týkají?**

Řešíme otázky ze sféry majetkoprávní, pracovní, rodinné, otázky kolem bydlení, sociálních dávek, ochrany spotřebitele atd. V poslední době se na nás občané nejčastěji obracují s problematikou dluhů a exekucí, s rozvodovými záležitostmi nebo s důsledky různých předváděcích akcí.

#### **V čem vidíte hlavní výhodu pro občany, kteří vás vyhledají?**

Naše služba je bezplatná, diskrétní a ote-

vřená každému. Nikdo se nemusí bát k nám přijít.

#### **Mohla byste popsat nějaké případy, které řešíte?**

Často se na nás lidé obracují s tím, že na ulici je osloven zastupce nějaké firmy s „výhodnou“ nabídkou (např. změna operátora, nabídka pojištění, změna dodavatele elektrické energie atd.). Lidé pod tlakem a doslova na ulici podepíší nějaké dokumenty. Pak si ale uvědomí, že nově sjednané podmínky jsou pro ně nevýhodné a že žádnou změnu vlastně nechťejí. Když přijdou včas do naší poradny, dokážeme jim docela jednoduše pomoci.

Velmi časté jsou také dotazy týkající se dluhů. Občanům např. pomáháme se sepsáním dopisu věřiteli s návrhem splátkového kalendáře, podáním odporu proti platebnímu rozkazu nebo pomůžeme vyplnit a podat návrh k soudu na povolení oddlužení (tzv. osobní bankrot).

#### **Kolik občanských poraden je v současnosti v našem regionu?**

Oblastní charita Ústí n.O. má zřízenou poradnu v Ústí nad Orlicí, která má kromě Ústí nad Orlicí další čtyři kontaktní místa: Králíky, Lanškroun, Letohrad a Vysoké Mýto.

#### **Občanská poradna v Ústí nad Orlicí je v provozu od r. 2003. Jak se za tu dobu vyvíjí tematika dotazů a zájem o tuto službu?**

Nejvýraznější změnou je v posledních dvou letech prudký nárůst dotazů týkajících se dluhů, exekucí a oddlužení. Vzhledem ke stoupající informovanosti jsou dnes dotazy občanů podstatně složitější a komplikovanější než dříve. Zájem o poradenství také významně narůstá, např. v roce 2010 jsme zaznamenali téměř 50 % nárůst počtu dotazů oproti roku 2009. To svědčí o tom, že naše služba přináší lidem užitek.

*Děkujeme za rozhovor.*

## **Příběh z občanské poradny**

### **Kdyby mně v občanské poradně nepomohli, neví, co bych dělala**

Paní Eva je aktivní důchodkyně. K předváděcím akcím má nedůvěru, protože zná z televize jejich možné důsledky. Ale stalo se, že jednou se nechala zlákat nabídkou prohlídky českořebovské čokoládovny, kterou organizátoři předváděčky slibovali, a tak se poprvé v životě ocitla na předváděcí akci.

*„Nejdřív nás dvěma autobusy odvezli do Českých Heřmanic, kde akce od 8 do 19 hodin probíhala. Celý den k nám mluvil pracovník reklamní agentury, nabízeli deku, polštář, biolampu, výrobky z aloe vera a vychvalovali jejich protirakovinné účinky. Protože můj manžel, vnuk a tchyně zemřeli na rakovinu, vybavily se mi smutné vzpomínky na ně. Řečník a jeho kolegové velmi dobře pozorovali, kdo z lidí poslouchá a kdo ne. Pak nás vybrali asi deset. Nabízeli nám různé výhody, slevy na zboží, fotili nás a každého jednotlivě volali za plentu, kde s námi mluvili. Ptali se mě, jestli můžu dát měsíčně 500,- Kč na splátky.“*

Paní Eva podepsala smlouvu na zboží v hodnotě 15.990,- Kč. Po chvíli si ale uvědomila, že jednala pod určitým tlakem a že zboží nechce, a tak šla za pracovníky agentury s tím, že chce smlouvu zrušit. „Začali na mě křičet, že nejsou žádní kašpárci a že zrušení smlouvy přijde na 8.000,- Kč. Tak jsem to raději nechala být...“

Doma ale paní Eva zjistila, že jí k podpisu podstrčili i úvěrovou smlouvu na 26% úrok, takže by celkem nezaplatila 15.990,- Kč, ale 21.000,- Kč. Hned druhý den šla proto do Občanské poradny v Ústí nad Orlicí, kde jí pomohli sepsat odstoupení od smlouvy, a začít celou věc co nejdříve řešit.

*„Byla jsem z toho úplně vynervovaná,“ říká paní Eva, „nevím, jak jsem mohla něco takového podepsat, jako bych to ani nebyla já... V poradně mě ale uklidnili, že zaměstnanci podobných agentur jsou speciálně školení na to, aby člověkem manipulovali, ať si to nevyčítám. Všichni v poradně se mnou jednali tak hezky, až jsem z toho měla v očích slzy...“*

Paní Eva zboží ani neprohlížela a nerozbalené poslala zpět reklamní agentuře. Vzápětí od nich ale přišla výzva, že v určený den si přijdou pro peníze přímo k ní domů. „Ve vašem zájmu budete mezi 10-12 h. doma, vyhnete se případným sankcím,“ píše se v dopise. V Občanské poradně doporučili nereagovat, nic neplatit a nebrat věhručné telefony. Brzy nato přišel paní Evě od agentury účet na 780,- Kč za to, že věci, které jim vrátila, byly použité a znečištěné. „Tohle mi přišlo úplně nejsprostější, protože zboží jsem vůbec nerozbalovala a ihned poslala zpět,“ komentuje paní. A protože podepsala ve smlouvě rozhodčí doložku, Občanská poradna jí doporučila částku 780,- Kč zaplatit.

Nakonec všechno dobře dopadlo. Celá záležitost se vyřešila rychle. Paní Eva nemá nic a zaplatila za to „jen“ tisíc korun. Zůstala jí nezáviděníhodná zkušenost a hořkost z chování pracovníků agentury. „A moc děkuji všem z Občanské poradny v Ústí za jejich ochotu a slušnost. Jedině jim můžu děkovat, že to takhle dopadlo,“ uzavírá paní Eva.

## Domácí násilí

Jedním z témat, která se objevují v občanských poradnách je také domácí násilí. Proto nabízíme několik základních rad, jak se v případě výskytu tohoto problému zachovat.

\*\*\*

### Bezpečnostní plán pro osoby ohrožené domácím násilím

V případě náhlého útoku pamatujte především na své zdraví a život.

Ihned po útoku, jak nejdříve je to možné, volejte policii nebo někoho, komu věříte.

- **Nenechte se zavřít v části domu, kde nejsou okna ani žádný východ.**
- **Vyhnete se místnostem a objektům, kde mohou být zbraně** (koupelna, kuchyň, stodola, garáž, dílna apod.).
- **Pamatujte si důležitá telefonní čísla** – nonstop linky pro domácí násilí, policie, linka důvěry, azylový dům. Naučte své děti používat telefon a zavolat policii nebo sousedy.
- **Svěřte se důvěryhodným příbuzným či přátelům**, v jaké se nacházíte situaci.
- **Promyslete a naplánujte únikové cesty ze všech dveří a oken**, vč. těch ve sklepě a v horních patrech.
- **Promyslete přijatelné důvody**, kvůli kterým můžete během dne nebo noci odejít. „Musíte něco donést sousedům“, „Možná jste si zapoměla tašku v autě“.
- **Předem se rozhodněte kam půjdete, až se dostanete ven z bytu nebo domu.** Zjistěte si adresy míst v okolí bydliště, kde mají otevřeno nepřetržitě (policie, nemocnice, nonstop prodejna apod.).
- **Promyslete si, jak se na tato místa dostanete.** Mějte u sebe vždy peníze nebo jízdenky. Pokud máte auto, ujistěte se, že je vždy pojízdné.
- **Domluvte se s přáteli nebo sousedy na znamení, které bude signalizovat, že potřebujete pomoc.** Můžete volat z okna nebo telefonem a říct: „Došla mi káva.“ nebo „Hrozně mě bolí hlava.“ nebo „Máš ještě ten červený šátek, co sis ode mě půjčila?“ Domluvte se s nimi, aby hned po tomto signálu zavolali policii.
- **Zabalte si pohotovostní tašku s penězi, oblečením a důležitými dokumenty.** Ušchovejte si drobné na telefon, klíče od auta a od domu (nejlépe na místě mimo dům, kde se k věcem můžete rychle dostat). Možná budete z domu utíkat bez peněženky či kabelky.

Pokud jste osobou nepohyblivou, nebo máte problémy s pohybem či jste v důchodovém

věku, přemýšlejte, která místnost v domě je pro Vás nejbezpečnější.

Pokud máte malé děti, možná s nimi nebudete moci utéct. V takovém případě se pro ně co nejdříve vraťte s policií. Děti by měly vědět, kde je v domě nebo bytě bezpečné místo a jak utéct k sousedům.

**Při náhlém odchodu z domova si vezměte s sebou:**

- Průkaz totožnosti svůj a rodné listy dětí
- Průkaz o nemocenském pojištění pro sebe a děti
- Doklady o svém vztahu k bytu – nájemní smlouvu aj.
- Pracovní smlouvu, rozhodnutí úřadu práce, rozhodnutí sociálních úřadů aj.
- Rozhodnutí o svěřeni dítěte do péče
- Doklady o přístupu k účtu, svůj telefonní adresář
- Léky, brýle, lékařské předpisy, věci denní potřeby pro sebe a děti
- Policejní záznamy o dřívějších oznámeních
- Jakékoliv důkazy o fyzickém násilí (roztrhané oblečení, fotografie modřin, lékařské zprávy)

## 10 zásad když máte problémy se splácením dluhů

- 1) Dluhy se samy od sebe nevyřeší – problémy s dluhy vyřešíte jedině tehdy, pokud se jim postavíte čelem. Možnosti existují. Důležité je učinit rozhodnutí a dluhy řešit aktivně.
- 2) Pokud je to možné, **neřešte své dluhy dalším zadlužením**, ale uhrazením stávajících dluhů. Jinak se Vaše situace bude za několik měsíců opakovat znovu. „Ne-vytloukat klín klínem!“
- 3) Udělejte si ve svých dluzích pořádek - **zjistěte si, komu a kolik dlužíte, kolik splátek musíte ještě uhradit** a jaké jsou sankce za opožděné či neuhrazené splátky.
- 4) **Rozdělte si dluhy podle důležitosti** – přednost mají dluhy s vysokými pokutami za nespáčení a **dluhy související s bydlením** – nájem a energie.
- 5) Pokud pro Vás není možné zaplatit dluznou splátku, **nestyďte se věřitele o své situaci informovat** (věřitel není telepat a neví o Vaší situaci nic) a domluvte si s ním případné odložení nebo snížení částek.
- 6) Nemožnost splácet dluhy vždy řešte v rámci Vaší domácnosti, proto **o pro-**

**blémech s dluhy informujte Vaší manželku/manžela (partnera/partnerku), s kterými sdílíte domácnost.** Případné problémy mohou postihnout celou Vaši domácnost.

- 7) **Neignorujte telefony a vybírejte doporučenou poštu od věřitele** – odmítnutím komunikace s věřiteli nic nevyřešíte. Změna adresy a telefonního čísla Vám nijak nepomůže.
- 8) Sestavte si osobní/rodinný rozpočet – **omezte výdaje na minimum** snížením poplatku za kabelovou televizi, internet, telefon, omezte výdaje za cigarety, alkohol, zábavu a odložte nákup spotřebního zboží, které nutně nepotřebujete.
- 9) **Pokuste se zvýšit své příjmy** – po dobu řešení Vašich dluhů si najděte odpolední, večerní nebo víkendovou práci. Pokud máte dobrý vztah se zaměstnavatelem, informujte ho o své situaci - může se s Vámi dohodnout na zálohách, další práci, či jiné formě pomoci.
- 10) **Obraťte se na odborníky – se všemi dokumenty a dopisy od věřitelů můžete přijít do občanské poradny**, seznam občanských poraden najdete na:  
[www.obcanskeporadny.cz](http://www.obcanskeporadny.cz).

### Občanská poradna Ústí n.Orl.

Ing. Marcela Náhlíková

17. listopadu 69

Tel. 465 520 520

e-mail: [poradna@orlicko.cz](mailto:poradna@orlicko.cz)

*Provozní doba:*

Pondělí 9.00 – 11.30, 12.30 – 17.00 h.

Čtvrtek 9.00 – 11.30 h.

*Pouze pro objednané:*

Úterý 13.00 – 15.00 h.

Čtvrtek 12.30 – 16.00 h.

#### Kontaktní místo:

**Letohrad**

Na Kopečku 356, provozní doba: úterý 9.00 – 12.00 h. (každý lichý týden)

**Králíky**

Gymnázium a ZŠ, Moravská 647, provozní doba: úterý 9.00 – 12.00 h. (každý sudý týden)

**Vysoké Mýto**

Centrum sociálních služeb, B.Kohouta 914, tel. 468 003 465, provozní doba: středa 9.00 – 12.00, 13.00 – 16.00 h.

**Lanškroun**

Nám. J.M.Marků 5, radnice - zasedací místnost č. 17, provozní doba: středa 9.00 – 12.00 h. (druhou a čtvrtou v měsíci)

## Osobní asistence

*Oblastní charita Ústí nad Orlicí nabízí lidem s různými druhy postižení službu osobní asistence. Osobní asistenti pomáhají klientům žít podle svých přání a potřeb všude tam, kde se pohybují. Napomáhají udržovat nebo rozvíjet jejich schopnosti, podporují jejich sociální vztahy, samostatnost a nezávislost. Nabízíme vám jeden z příběhů osobních asistentů.*

**Levá ruka teď spí, tak píšu pravou...**

Johanka z České Třebové je po mozkové

obrně. Je omezená v pohybu, neudrží stabilitu, ale mentálně je naprosto zdravá. Poslední rok ve školce strávila s osobní asistentkou Charity, paní Michaelou Studenou. Ta se jí věnovala celým svým srdcem, vznikl mezi nimi hezký vztah a za rok ve školce udělalo děvčátko velké pokroky.

Paní Studená o tom říká: „Když Johanka nastupovala do školky, byla stydlivá, kreslila jak tříleté děcko, styděla se za to, že jezdí v kočár-

ku. Školka ale Johance hodně dala. Naučila se vybarvovat, malovat štětcem, stříhat, jíst přiborem, naučila se dopravní značky, rozpoznávat geometrické tvary, má i hudební nadání... Na konci školního roku patřila k nejlepším předškolákům. Je milá a také děti ve školce se k ní hezky chovaly.“

Paní učitelka ve školce sice vždy nabízela Johance možnost si odpočinout, kdyby na určitou činnost nestačila, ale ona se snaží dě-



lat všechno to, co ostatní děti. Řekne: Jdeme! A jde se... Nejprve za dětmi zaostávala, ale teď už dělá všechno stejně rychle jako ony. Cvičí, maluje, chodí na procházky, do divadla nebo na florbal. Paní Michaela dělá všechno s Johankou, podporuje ji v pohybu, přidržuje při rozcvičce, cvičí s ní jemnou motoriku. „Johanka má více postiženou pravou stranu, takže je orientovaná spíše nalevo, ale umí zapojit obě ruce,“ říká osobní asistentka, „když drží tužku v pravé ruce a ptám se jí, proč nepíše levou rukou, tak mi odpoví: „Když ona ta levá teď spí, tak musím kreslit pravou.“

Maminka Johanky, paní Helena, připojuje další zkušenosti: „Třeba když sedíme v šatně, zdraví nás děti i rodiče, ten rok ve školce byl prima. Jsem samoživitelka a na všechno jsem sama, takže za ten rok jsem si příjemně odpočinula. Byla jsem už hodně vyčerpaná a vyhublá...“ říká paní Helena, a těžko si představuji, jak vypadala loni, když měla o 13 kg míň. A Johankina maminka pokračuje: „Míša to s dětmi moc umí a jsem jí velmi vděčná za to, jak se dcerce věnuje... Někdy mám samozřejmě chvíle, kdy na mě jde deprese, ale pak si řeknu, že jsou na tom děti ještě daleko hůř a jdeme zase dál. Škoda, že můj příjem nestačí na to, abych si dovolila mít osobní asistentku déle. Ve školce byla Johanka jen 4 hodiny denně, na víc jsem neměla. Ale i to jí přineslo velký užitek. Míša má dobré srdce a stala se s celou svou rodinou našimi přáteli.“

Na otázku, jak se k Johance okolí obvykle chová, její maminka říká: „Ve školce se k ní všichni chovali velmi hezky, ale chodili jsme do jednoho kroužku, kde se k ní děti chovaly ošklivě. Ty děti za to vlastně nemohou, hodně záleží na rodičích, jak si s dětmi povídají, a jak jim to vysvětlí. Myslím, že různě postižené děti by měly být v kolektivu zdravých, pokud to jen trochu jde. Je to prospěšné pro obě strany. Zdravé děti se naučí respektovat nemocné děti, pomáhá jim, komunikovat s nimi a nemít před nimi ostych nebo opovržení. Postižené děti se zase od těch zdravých hodně naučí, ony je táhnout dopředu a díky nim dělají velké pokroky.“

Johanka je nyní v první třídě. I tam ji doprovází paní Michaela, která jí pomáhá objevovat a poznávat svět.

#### **Kontakt:**

Veronika Dušková, DiS.  
Oblastní charita Ústí nad Orlicí  
17. listopadu 69  
Tel. 734 769 111

## MC Mozaika Letohrad

Mateřské centrum Mozaika funguje již od roku 2004 a je určeno pro maminky a tatínky na mateřské dovolené, kteří chtějí aktivně trávit svůj čas. MC nabízí pevný program každý den v týdnu.

V pondělí probíhá oblíbené zpívančkové tvoření pod vedením Pavly Zamazalové

a Heleny Poláčkové, kde děti tančí, zpívají a také si mohou vyrobit např. papírovou myšku, motýlka nebo si jen tak něco nakreslit. Úterý a středa jsou stále vyhrazené volné herně, kam mohou docházet maminky a tatínkové s dětmi. Rodiče si zde mohou popovídat a vyměnit zkušenosti s výchovou a děti si zase rády pohrají s novými hračkami. V tyto dny probíhá zároveň v MC angličtina pro rodiče na mateřské dovolené a veřejnost pod vedením Šárky Maříkové. Pro děti je zajištěno hlídání v herně, takže rodiče mají pro učení klid a prostor.

Jednou za měsíc je čtvrtek dnem ve znamení tvořivé činnosti, vyrábí se z papíru, fima, samotvrdnoucí hmoty, vlny, dřeva a dalších materiálů. Činnost je také často tematicky zaměřena dle ročních období. Mezi nejnavštěvovanější akce tvořivé dílny patří např. výroba glycerinových mýdel, náušnic z fima, lampiónů, rámečků na fotky, zrcadel, adventních věnců nebo decoupage.

V pátek si můžete přijít zacvičit na míčích s paní Štěpánkovou. Cviky jsou vhodné nejen pro těhotné. Hlídání dětí je u cvičení opět zajištěno.

Vedle pevného programu nabízí také Mateřské centrum řadu zajímavých přednášek,

besed a akcí, které probíhají ve středečních večerních hodinách. V dalším pololetí chystáme např. kurz efektivního rodičovství, karneval, kurz partnerských vztahů, cestopisnou přednášku a pohádku pro děti, jarní burzu dětského oblečení a Den pro rodinu (dětský den).

V mateřském centru máte možnost si za malý poplatek uvařit čaj nebo kávu a dětem ohřát jídlo. Při návštěvě našeho centra obdržíte malý miniprogram s plánovanými akcemi na daný měsíc. Nadšené maminky a tatínky, babičky i dědečky pro dobrovolnou činnost uvítáme.

Od října 2011 probíhají také v Centru pod střechou zájmové činnosti: bubnování

na djembé, keramika, modeláři, paličkování, jóga, výtvarka pro předškolní děti a děti základních škol. Nově přibyl kurz kytary pod vedením Daniela Matyáše.

Přijďte se podívat do Mateřského centra MOZAIKA. Budeme se těšit na Vaši návštěvu.

PONDĚLÍ - 9:00-11:00  
ZPÍVÁNČKOVÉ TVOŘENÍ (30,-Kč)  
ÚTERÝ - HERNA MC 8:00-12:00 (20,-Kč)  
STŘEDA - HERNA MC 10:00-12:00 (20,-Kč)  
1x/měsíc ČTVRTEK - 10:00-11:30  
TVOŘIVÁ DÍLNA (cena dle materiálu)  
PÁTEK - 10:00-11:00  
CVIČENÍ NA MÍČÍCH (20,-Kč)  
**Mgr. Petra Novotná**  
koordinátorka MC MOZAIKA  
tel.: 731 402 336  
e-mail: [podstrechou@seznam.cz](mailto:podstrechou@seznam.cz)

## Nízkoprahové Zařízení pro Děti a Mládež Letohrad

Posláním „nízkoprahu“ je pomoc, podpora a zázemí dětem a mládeži v obtížné životní situaci v Letohradu a okolí. Co to ale znamená a co v našem zařízení vlastně děláme?

Nízkoprah je sociální služba. Pracujeme převážně s mladými lidmi ve věku kolem 15-ti let. Na „klubu“ jsme dva pracovníci-jeden sociální a jeden pedagogický pracovník. Během naší otevírací doby k nám může dobrovolně přijít kdokoliv, kdo něco potřebuje, nebo si chce jen něco zahrát, nemá kam jít, chce si popovídat apod. Jsme tu od toho, abychom tyto mladé lidi vyslechli a mohli jim pomoci a poradit. Pokud na jejich tráble naše síly nestačí, máme kontakty na další odborníky a můžeme je kamkoliv doprovodit. Naše služba je anonymní, to znamená, že po příchozích nechceme znát žádné osobní údaje, stačí nám pouze jméno nebo nějaká přezdívka. Na klubu máme spoustu her, trampolínu, fotbalák nebo kulečník. Tyto volnočasové aktivity nejsou náplní naší práce, ale slouží jako prostředek k navázání kontaktu s dětmi. Všechny naše služby jsou bezplatné, proto nízkoprahové zařízení-náš práh je tak nízký, že je dostupný každému zájemci, který spadá do naší cílové skupiny.

Naší prací se snažíme nejen pomáhat při řešení problémů, ale také jim předcházet. Každé 2 měsíce zaměřujeme na jedno preventivní téma. V loňském roce to byl např. Alkohol, Kontakt s policií, Facebook (zá-

vislosti, ochrana osobních údajů,..)1.pomoc (zásady, základní znalosti,..) apod. Děti také motivujeme k realizování vlastních nápadů.

Naše zařízení je členem pracovní skupiny Pražec, která sdružuje nízkoprahová zařízení z pardubického kraje. V rámci této skupiny pořádáme vždy v dubnu **Den nízkoprahových služeb** pro širokou veřejnost.

V loňském roce jsme se také díky pracovní skupině zapojili do celorepublikového výzkumného projektu České asociace streetwork. Projekt je zaměřený na rozvoj v oboru NZDM. Díky němu získáváme zpětnou vazbu od našich uživatelů a zároveň porovnání s ostatními kluby.

Na konci září jsme již 4 rokem pořádali **Den otevřených dveří** v rámci Týdne klubů od České asociace streetwork.. Již tradičně veřejnost čekal koncert, tentokrát si zde zahrály kapely **Ready Mate, Mezcal a Blaboví stromy**.

V červnu nastoupil do NZDM Letohrad na místo Elišky Novotné nový sociální pracovník- Václav Neruda.

#### **Otvírací doba NZDM Letohrad:**

Po, Út, Čt: 13:00 – 19:00  
St: individuálně podle (vaší) potřeby  
Pá: 14:00 – 18:00

Iveta Kočová  
koordinátorka NZDM Letohrad

## Ohlédnutí za příměstským táborem

I o letošních prázdninách připravil tým Centra pod střechou pro děti čtyři táborové týdny plné dobrodružství, her, tvoření a poznávání.

První tábor nesl název Po stopách Sherlocka Holmesa, kde jsme chtěli, aby se děti naučily základní techniky pátrání. Z počátku to vypadalo, že si budeme na detektivy jenom hrát, ale pak jsme si přečetli v Letohradském zpravodaji výzvu a začali jsme pátrat doopravdy, a to po zloději obrazů. Děti se jako pátrači osvědčily, však se také inspirovaly v IQ parku v Liberci. Díky získaným vědomostem děti dokázaly odhalit zamaskovaného zloděje, kterého jsme potkali v nedaleké Bažantnici. Neváhali jsme to oznámit policii. V průběhu dalších dnů jsme přišli na důležitou stopu, vypátrali jsme totiž brašnu, ve které měl zloděj ukrytou mapu k dalšímu lupu. I přes možné nebezpečí jsme se rozhodli, že místo příštího činu vypátráme.

Místo, kde měl být ukraden další obraz, jsme opravdu našli a pachatel zde byl následující den zadržen. Dětem přišel osobně poděkovat za pomoc při pátrání zástupce Policie ČR a předal jim zasloužené průkazy mladého detektiva.

Na druhém táboře jsme se vydali do Afriky. Hned zpočátku naší expedice jsme byli nuceni přejít Saharu závodem Dakar-Nairobi, který byl velmi náročný, ale do cíle jsme nakonec dorazili všichni. V průběhu týdne jsme se dostali ke Kilimandžáru, kde jsme se setkali s místními domorodci a děti se naučily bubnovat a poznávat africká zvířata. Další cesta vedla k Viktoriiným vodopádům, kde jsme si vyzkoušeli nošení nádob na hlavě. Nechyběly ani tolik dětem oblíbené hry např. zoo, ocásková nebo bu-ku-hu. Středa opět patřila výletu, tentokrát jsme navštívili zámek Častolovice a hlavně přilehlou zoo. Poslední den nás čekala přehlídka kašírovaných afrických masek, které si děti samy vyrobily.

Olympijské hry čekaly na účastníky třetího táborového týdne. Ti se rozdělili do třech týmů podle fyzické zdatnosti na Čechy, Peace a Žraloky. Týmy si vyrobily vlastní vlajky a vymyslely pokřik. Pak byly slavnostním průvodem zahájeny Olympijské hry a zapálen olympijský

oheň. Každý den na děti čekaly jiné disciplíny. Nejdříve probíhaly zimní sporty, kde se děti zúčastnily závodů psích spřežení, lyžování a slalomu. V zápětí následovaly sporty letní, ve kterých se týmy střetly v běhu, skoku do dálky, střelbě z luku a hodů na cíl. Uprostřed týdne se olympionici měli možnost odreagovat v Dolní Čermné na minigolfu. Čtvrtek patřil tvořivé činnosti-malování triček. V pátek byl bodový stav týmů nerozhodný, a tak záleželo na poslední disciplíně-závodě plachetnic. Po urputném týdenním boji se konal slavnostní ceremoniál s vyhlášením vítězů, kterým se pro tento rok stal tým Peace.

Poslední týden na děti čekala opět záhada. Před Centrem se totiž objevil tajuplný prsten a kouzelná kniha. Ocitli jsme se v Pánu prstenů. Po celou dobu trvání tábora jsme se snažili zjistit, co si s kouzelným prstenem máme počít. Naštěstí jsme odpovědi nacházeli v knize, která nám napovídala, jakou cestou se máme vydat. Prsten jsme museli bedlivě střežit, aby nepadl do rukou Gluma, který nás neustále sledoval. K ochraně prstenu nám posloužil váček ze skřetí kůže. Přestože jsme se snažili nebezpečí vyhnout, několikrát jsme byli v ohrožení. Nejvíce jsme pocítili moc prstenu v okamžiku, kdy si ho naše vedoucí nasadila na prst. Najednou se totiž z lesa vyřítil Nazgul na koni a chtěl nám ho sebrat. Naštěstí jsme se včas zamaskovali a on nás nenašel. I na výletě na Suchý vrch jsme si museli počínat opatrně. Nahoře jsme se pořádně rozhlédli, jestli našemu kraji nehrozí nějaké nebezpečí.

A opravdu jsme viděli, jak z dále přichází temné mraky. Ve čtvrtek se v knize objevila důležitá zpráva, podle které jsme pochopili, že prsten musíme v noci zničit. Sebrali jsme veškerou odvahu a vyrazili. Cesta byla strastiplná, ale hodná Elfka, která se nám zjevila, nám pomohla. Prostřednictvím zaříkadla vhodila prsten zpět do ohně Mordoru a dobro se opět vrátilo do našeho kraje.

Příští rok se těšíme na další tábory, které budou jistě opět plné záhad a tajemství, ale i poznávání, tvoření, smíchu a zábavy.

Petra Novotná, Iveta Kočová

**M**oudrost mě nečekala na vrcholu hory  
Mzvané postgraduál, ale na pískovišti  
v nedělní škole. Tohle jsem se tam naučil:  
*O všechno se rozděl.*

*Hraj fér.*

*Nikoho nebij.*

*Vracej věci tam, kde jsi je našel.*

*Uklízej po sobě.*

*Nebere si nic, co ti nepatří.*

*Když někomu ublížíš, řekni promiň.*

*Před jídlem si umyj ruce.*

*Splachuj.*

*Teplé koláčky a studené mléko ti udělají dobře.*

*Žij vyrovnaně – trochu se uč a trochu přemýšlej a každý den trochu maluj a kresli a zpívej a tancuj a hraj si a pracuj.*

*Každý den odpoledne si zdřímni.*

*Když vyrazíš do světa, dávej pozor na auta, chytni někoho za ruku a drž se s ostatními pohromadě.*

*Nepřestávej žasnout. Vzpomeň si na semínko – kořínky míří dolů a rostlinka stoupá vzhůru a nikdo vlastně neví jak a proč, ale my všichni jsme takoví.*

*Zlaté rybičky, křečci a bílé myšky a dokonce i to semínko – všichni umřou. My také.*

*A nikdy nezapomeň na dětské obrázkové knížky a první slovo, které ses naučil – největší slovo ze všech – DÍVEJ SE.*

Všechno, co potřebujete znát, tam někde je. Slušnost, láska a základy hygieny. Ekologie, politika, rovnost a rozumný život.

Vyberte si kterékoliv z těch pravidel a řekněte to složitými dospělými výrazy a vztáhněte si to na svůj život v rodině nebo práci, na svou vládu nebo svůj svět a uvidíte, že to platí. A představte si, oč lepší by byl svět, kdybychom si všichni – na celém světě – každý den ve tři odpoledne dali koláček a mléko a pak si lehli a zdřímli si s polštářkem pod hlavou. Nebo kdyby základní politikou všech vlád bylo vždycky vracet věci nazpátek a uklízet po sobě.

A stále ještě platí – bez ohledu na to, kolik vám je let – že když vyrazíte do světa, nejlepší je chytit někoho za ruku a držet se pohromadě.

Robert Fulghum

## Rodinné centrum Kopretina ve Sloupnici

Rodinné centrum Kopretina ve Sloupnici funguje již sedmý rok a je určeno pro maminky a tatínky na mateřské dovolené, kteří chtějí aktivně trávit svůj volný čas. Kromě pravidelného programu nabízí i jednorázové akce.

Do pravidelného programu patří dopolední setkávání rodičů s dětmi. Úterní dopoledne je určeno pro společné tvoření, čtvrteční dopoledne je ve znamení pohybových básniček a písniček. Ve středu odpoledne můžou maminky s dětmi přijít na „odpolední kávičku“, posedět, popovídat. Toto odpoledne vzniklo z iniciativy maminek, které navštěvovaly RC v době své mateřské dovolené, ale nyní už pracují, a po RC se jim stýská a nechtějí s ním ztratit kontakt.

V pátek v prostorách RC probíhá jeden týden výtvarný kroužek a druhý týden keramický kroužek.

Díky dobré spolupráci se ZŠ, která nám v úterý odpoledne za symbolickou cenu pronajala školní tělocvičnu, může už druhý rok fungovat taneční kroužek.

V letošním roce jsme nově otevřely výtvarné dílny jen pro maminky.

Kromě těchto pravidelných aktivit pořádá RC i jednorázové akce. Jsou to hlavně různé besedy a přednášky na téma, které si mamky sami vyberou. Dále karneval, opékání, vánoční jarmark, výlety, atd.

O letních prázdninách, kdy je RC pro maminky uzavřeno, jsou prostory využívány ke konání příměstského tábora.

Přijďte se podívat do našeho RC, těšíme se na vás.



RC Kopretina

Radka Leksová

Tel.: 731 604 601,

e-mail: leksova.radka@orlicko.cz



## Dům pokojného stáří sv. Kryštofa a Denní stacionář v Ústí nad Orlicí – Kerharticích

Dům pokojného stáří sv. Kryštofa v Ústí nad Orlicí - Kerhartice byl vybudován ze zchátralých bytů po povodni v r. 1997. Prvotní snahou bylo zajistit domov starým a zdravotně postiženým lidem, kteří při povodni přišli o bydlení.

V r. 1999 byl objekt se 17 samostatnými byty otevřen. Kromě samotného bydlení se zde zájemcům poskytuje pečovatelská a ošetrovatelská služba, pořádají se různé společné akce – besídky, táboračky, oslavy Vánoc, Velikonoc, Dne matek, společné oslavy narozenin nebo svátků. Pro obyvatele domu je k dispozici perličková koupel.

V DPS sv. Kryštofa je také provozována služba denního stacionáře, ve kterém je zajišťován celodenní dohled a péče o seniory a tělesně postižené občany. Když stacionář navštívíte, dýchne na vás příjemné prostředí a pohoda. Paní Ludmila Kovářová, která se zde klientům věnuje, se shýbá soustředěně a pozorně ke klientce. Stará paní má v ruce plyšového pejska a za sebou větší část života s jeho vítězstvími i prohrami, s radostmi i zraněními. Je vidět, že ty dvě mají mezi sebou hezký vztah, založený na respektu a úctě. Božena Vychytilová, vedoucí zařízení, popisuje práci s klienty: „Každému se věnujeme individuálně, s ohledem na jeho fyzické, psychické nebo povahové vloh. Pomáháme při podávání jídla, při chůzi, toaletě nebo oblékání, snažíme se motivovat seniory do nějaké činnosti. Někdo rád hraje karty, jiný poslouchá hudbu nebo louská ořechy. Procvičujeme paměť, motoriku, psaní, čtení nebo komunikaci. Oblíbená je prá-

ce s textilem nebo keramickou hlinou, každý den také cvičíme a chodíme ven,“ uzavírá paní Vychytilová.

Dvakrát měsíčně se v DPS sv. Kryštofa organizují setkání jeho obyvatel s klienty stacionáře, která jsou otevřena i ostatní veřejnosti. Tématy těchto setkání bývá vzpomínání nad starými fotografiemi, přednášky nebo rukodělné akce. „Někdy lidé přijdou a stačí jim, když se dívají, nechtějí se zapojit do tvoření, protože to je pro ně něco, co nikdy nedělali,“ uvažuje pracovnice stacionáře, paní Kovářová, a dodává: „netlačím na lidi, jsem ráda, když přijdou a třeba se jen dívají nebo povídají a já při tom vyrábím. Dvě naše klientky se v tvoření doslova našly. Když jsme háčkovali, jednu paní to tak zaujalo, že nám pak uháčkovala plno sněhových vloček na vánoční strom. Paní Tillingerová nám zase vyzdobila celý dům vstříhováčkami a díky své trpělivosti a šikovným prstům se vypracovala do velmi jemných detailů.“ Na otázku, kolik lidí tuto službu využívá, odpovídá: „Je pravda, že na tyto akce nechodí nejvíc lidí. Naše služby asi nikdy nebudou z nejrůznějších důvodů masové, ale spíše kapky v moři. Když však vidíme spokojené lidi, tak jsme spokojeni i my. Vidíme, že naše práce má smysl.“

A co na to sami obyvatelé, jak se tady lidem bydlí? „Já jsem tady moc spokojená, už tady jsem 10 let, mám tu vlastní cimírku a nemůžu si to vynachválit,“ vypráví jedna z obyvatel a s úsměvem dodává: „ráda čtu, cestuju, vařím, jezdím na kole a s nikým se nezlobím. Jsme tady pod jednou střechou, tak spolu mu-

síme vycházet, vidíte?..“

V Kryštofu to žije. Pořádají besídky s dětmi z mateřské školy, opékání buřtů, se svým vystoupením přijedou chlapi z Domova pod hradem Žampach. Mají za sebou třeba i pěknou zkušenost s firemním dobrovolnictvím. Už dvakrát sem po roce přijeli dobrovolníci z ČSOB Praha, aby pomohli s vymalováním chodeb.

Jsem na návštěvě v útulném bytu paní Marie. Voní to tu jako u babičky, postel zdobí háčkový přehoz, na stole je ubrus s ruční azúrou. „Já jsem toho dřív napletla, jéje,“ vzpomíná starší paní, „ale dneska o to nikdo nestojí,“ dodává s úsměvem a jdeme do kuchyně. Tam se na plotně vaří hrnc s vodou, do níž Marie hází kulaťoučké švestkové knedlíky. Sbíhají se mi sliny. „Však si se mnou dejte!“ zve mě na oběd. „Já se určitě stavím příště, teď už musím letět,“ odpovídám. Ale ona ví své: „Já vím, vy mladý nemáte čas, máte toho moc... No, já vám to nezavídím...“

„Tak nashledanou a děkuju!“ loučím se.

Na knedlíky už nedošlo, paní Marie totiž mezitím zemřela a já se trochu stydím... Tady v Kryštofu si uvědomíte, že spěch a výkon nic neznamenají. Naopak – nejdůležitější ze všeho je zastavit se a poslouchat...

### Kontakt:

DPS sv. Kryštofa a Denní stacionář při DPS Sokolská 68, Ústí nad Orlicí – Kerhartice  
Tel.: 465 522 375, 731 402 341  
e-mail: dps.ustino@centrum.cz



21. září 2011 k nám opět přijela parta lidí z ČSOB Praha, aby nám v rámci firemního dobrovolnictví pomohli vymalovat prostory DPS sv. Kryštofa v Ústí nad Orlicí.

Firemní dobrovolnictví je založeno na tom, že některé komerční firmy poskytují svým zaměstnancům benefit v podobě volna na charitu. Zaměstnanci pak zdarma a dobrovolně poskytují své schopnosti, čas nebo manuální zručnost ve prospěch neziskových organizací.

Když u nás byli loni „naši bankéři“ poprvé, loučili se slovy: „A za rok to doděláme!“ Slovo dodrželi a vedle pěti známých tváří přijelo dalších deset nadšenců. Trochu jsme se obávali, jestli zvládneme zkoordinovat 15 lidí tak, aby se cítili využiti. Ale povedlo se – díky panu malíři Petru Malečkovi, díky zaměstnancům Charity a samozřejmě díky jim samotným –

## Dobrovolníci malovali

nenáročným a vstřícným dobrovolníkům.

Tentokrát vymalovali třípodlažní schodiště s chodbami, koupelnu a dvoje toalety, jeden z bytů a spojovací chodbu.

A co je k tomuto dobrovolnictví vedlo? „Vidět za sebou kus práce... protáhnout si tělo... zpestřit všední dny...“ zaznívají odpovědi a vedoucí týmu, Martin Kubačka, uzavírá: „Děláme to rádi.“

I klienti Domu pokojného stáří vnímají tuto akci velmi dobře: „Ti, co bydleli v nevymalované části už se ptali, kdy se bude malovat u nich,“ říká Veronika Šimková, pracovnice DPS, „i nám se chodí líp do práce, když vidíme tolik příjemných barev. Máme to tady teď pěkné, připadá mi, že se na nás lidi usmívají,“ dodává.

A co na to samotní obyvatelé DPS? Když jedna klientka vyšla ze svého bytu na chodbu, usmála se a užasla: „Jé, to



je krásná žlutá! Jako sluníčko... Takovou jsem měla za mlada sukni...“

A protože se nám malování tak zalíbilo, přijeli k nám 18. října v rámci firemního dobrovolnictví další nadšenci. Tentokrát čtyři zaměstnanci Pojišťovny Kooperativa, a.s., aby nám pomohli s vymalováním prostor objektu ústecké Charity, ve kterém jsou umístěny kanceláře občanské poradny, sestřiček ošetrovatelské služby a půjčovny kompenzačních pomůcek. K našemu překvapení přijeli blízcí

sousedé z pobočky Kooperativy v České Třebové. I oni byli rádi, že mají příležitost k dobrovolnictví tak blízko. Pod vedením pana malíře Hermana nám pomohli vymalovat devět místností. A co je k dobrovolnictví vedlo? „Rádi pomůžeme... vidíme za sebou kus práce... vidíme, kam konkrétně jde naše úsilí...“ zaznívají názory...

Ústečné kanceláře neuvěřitelně prokoukly. Nejenže se nám teď chodí radostněji do práce, ale tuto příjemnou změnu oceňují i klienti, kteří naše služby vyhledávají.

Tak se zas něco hezkého podařilo. Děkuje-me!

## Adopce na dálku

Základní myšlenkou tohoto projektu je podpořit nejchudší indické děti formou příspěvku na jejich vzdělání, a zvýšit tak jejich pozdější šance na získání kvalifikované práce. Náklady na jedno dítě činí 5.000,- Kč ročně a z této částky je dítěti hrazeno školné, školní pomůcky, školní brašna a uniforma, cestovní výdaje, strava, základní zdravotní péče a tábor.

Oblastní charita tento projekt realizuje od r. 2000, v úzké spolupráci s letohradskou farností. Díky dárcům má nyní v evidenci 7 dívek a 3 hochy. Všechny děti udržují písemný kontakt, posílají vysvědčení a pozdravy všem, kdo přispěli na jejich vzdělání. Koordinace projektu se ujal náš dobrovolník, student Martin Marcínčín.

Zájemci mohou přispět do sbírky na adopci do pokladniček, které jsou umístěny v prodejně papírnickví na charitě v Letohradě a v kostelech v Letohradě, na Orlicí, v Mistrovických a v Lukavici. Sběrka bude ukončena během února 2012.

Loňský výtěžek sbírky činil 60.812,- Kč. 40.000,- Kč bylo posláno na podporu dětí, 20.812,- Kč bylo posláno na stavbu školy a domků pro chudé.

Zájemci o individuální zapojení do projektu se mohou informovat na webových stránkách Diecézní charity Hradec Králové.

## Prodejna papírnickví v Letohradě

Naše sociální projekty doplňuje i podnikatelská činnost, kterou se snažíme získat další zdroj prostředků na financování charitních služeb a projektů. V příjemném prostředí prodejny najdete kromě kancelářských, školních a výtvarných potřeb také drobné hračky, výrobky pro kreativní tvoření dětí, sezónní zboží atd. Přijďte se podívat.

**Nabízíme také služby laminování a kroužkové vazby.**

### Kontakt:

Lenka Štovičková  
Na Kopečku 356  
Letohrad  
Tel. 465 620 247, 733 755 896  
e-mail: papirnictvi@orlicko.cz

### Provozní doba:

pondělí až pátek: 7.30 – 12.00 13.00 – 17.00 h.  
sobota: 8.30 – 11.00 h.

## Fotovoltaická elektrárna

Fotovoltaická elektrárna, umístěná na střeše domu Oblastní charity v Ústí nad Orlicí v ulici 17. listopadu, je v provozu více než 12 měsíců. Celkový instalovaný výkon je 5,06 kWp. Realizací tohoto projektu došlo ke snížení emisí CO<sub>2</sub>. Oproti předpokladu se daří i vyšší výroba elektrické energie, která tak kryje spotřebu v domě, ve kterém jsou umístěny kanceláře sestřiček charitní ošetrovatelské služby, občanské poradny a půjčovny kompenzačních pomůcek. Nadprodukce je určena do veřejné sítě.

Projekt, realizovaný v roce 2010, byl spolufinancován Evropskou unií - Fondem soudržnosti a Státním fondem životního prostředí v rámci Operačního programu Životní prostředí. Jeho provoz byl zahájen 29.11.2010.



OPERAČNÍ PROGRAM  
ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ



EVROPSKÁ UNIE  
Fond soudržnosti

Pro vodu,  
vzduch a přírodu

## Sociální šatník pro Pobytové středisko v Kostelci nad Orlicí

Sbírky pro Pobytové středisko žadatelů o mezinárodní ochranu probíhají na středisku Oblastní charity v Letohradě, Na Kopečku 356, každou **první středu v měsíci (kromě ledna, února a března) od 13 do 16 hod.** Přebírání použitého šatstva nám obětavě zajišťují tři dobrovolnice, kterým jsme za tuto práci velmi vděční.

Do sbírky můžete přinést:

- zachovalé sezónní šatstvo a obuv pro mladé lidi a děti
- ložní prádlo (povlečení, prostěradla, atd.)
- nepoškozené nádobí (hrnce, talíře, hrníčky, přístroje atd.)
- hry a stavebnice pro děti
- kočárky na malé děti a kojenecké oblečení, látkové pleny
- výukové knížky pro předškoláky, slabikáře.
- pletací jehlice a vlnu
- látky a větší zbytky látek do šicí dílny



## Poznali jsme spoustu dobrých lidí...

18. června 2011 pořádali manželé Štefanovi v Květné u Lanškrouna děkovné odpoledne se mší svatou pro všechny, kdo jim pomáhali při odstraňování škod po požáru.

K nešťastné události došlo 16. února 2010 za svítání. Ve stodole, v těsné blízkosti obytného domu začalo hořet a oheň se rychle šířil i do



dalších hospodářských prostor. Díky včasnému a profesionálnímu zásahu hasičů se oheň nerozšířil na obytnou část stavení.

Bezprostředně po této události se zvedla velká vlna solidarity se Štefanovými. Byla vyhlášena sbírka ve farnosti Lanškroun a Česká Třebová, pomohla obec, Charita, ZOD, senátor Petr Šilar sehnal sponzorský dřevo na část střechy, tesaři odvedli kvalitní práci za minimální cenu... Paní Štefanová k tomu říká: „Stalo se to v úterý a už v sobotu přišla parta lidí pomoci odklízet nepořádek po ohni. Poznali jsme spoustu dobrých lidí. Všichni z rodiny, kdo mohli lezli celé prázdniny po střeše, ale opravit se jí podařilo tak rychle jen díky Bohu a mnoha obětavým lidem, kteří nám různými způsoby pomáhali. Celá ta záležitost nám hodně dala – byli jsme velice mile překvapeni z toho, jak dobří lidé v naší blízkosti žijí...“ uzavírá paní Věra s úsměvem.

V Květné u kapličky se 18. června odpoledne sešlo na 150 lidí. Někteří se mezi sebou znali, jiní ne, ale jedno měli společné: ze všech vyzařovalo něco hezkého... a všechny spojoval zájem hostitelů, kteří se živě a upřímně zajímali o každého člověka.



Jitka Horáčková, 20 let

mentálně handicapovaná klientka občanské poradny

„Člověk navštívený vánočním štěstím se raduje z věcí jednoduchých a prostých, nežehrá, nepodrobuje si druhé a rád se sám spokojí s málem.“

Věroslav Mertl

## Pokojné Vánoce a nadějný rok 2012

Oblastní charita Ústí nad Orlicí  
www.uo.charita.cz



## „Šance pro rodinu“ - sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi

Nový projekt Oblastní charity Ústí nad Orlicí „Šance pro rodinu“ má za sebou první rok své existence. Podstatou této aktivity je prevence v rodinách, ohrožených odebráním dítěte do ústavní výchovy. Sociální pracovníci Charity docházejí do rodin, kde pomáhají vytvořit takové prostředí, aby v ní děti mohly bezpečně vyrůstat. Nabízí rodinám pomoc a podporu při řešení jejich složitých situací. Snaží se učit rodiče, kteří mnohdy sami pocházejí ze sociálně slabých poměrů, jak pečovat o děti a domácnost.

Ve sféře rodinných vztahů je rok příliš krátká doba na to, aby bylo možné cokoliv hodnotit. Přesto se za tu dobu leccos podařilo - služeb sociálních pracovníků „Šance“ nyní využívá již patnáct rodin z celého území orlickoústecka, prohlubuje se spolupráce s odbory sociálně právní ochrany dětí, pracovníci se účastnili několika vzdělávacích akcí pro zkvalitnění služby a byl zaznamenán i zájem médií. Na podrobnosti jsme se zeptali vedoucí projektu, Daniely Dorčincové:

### Kolik pracovníků tento projekt v rámci Oblastní charity zajišťuje?

V současné době pracujeme v týmu o třech lidech. Spolupracujeme s patnácti rodinami, které nám ve většině případech doporučily odbory sociálně právní ochrany dětí, fungující při pověřených obecních úřadech (OS-POD). Spolupráce s OSPODy je velmi důležitá, průběžně si předáváme informace a vše konzultujeme. Nyní spolupracujeme s OS-PODy v Žamberku, Ústí nad Orlicí, České Třebové, Lanškrouně, Králíkách a Vysokém Mýtu.

### S jakými problémy obecně přicházíte v rodinách do kontaktu?

V několika případech řešíme potíže s financemi a dluhy, ze kterých často vyplývá nedobrá psychická stav u rodičů, a následně porušené vztahy s dětmi. Často se zabýváme i otázkou nevyhovujícího bydlení. Pomáháme rodičům při hledání zaměstnání. Také se setkáváme s agresivitou dětí, hyperakti-



vitou, nebo třeba s touláním se po ulicích atd. V mnoha případech narážíme na to, že si rodiče neumí zorganizovat čas, neumí si naplánovat den, mají problém s běžnými činnostmi jako uvařit nebo uklidit, a pak nemají sílu na výchovu dětí. V jednom případě také pracujeme na úpravě podmínek v rodině tak, aby se mohly děti vrátit domů zpět z dětského domova. Také spolupracujeme s rozvedenými rodiči, kde zajišťujeme podporu při styku rodičů s dětmi nebo při předání dětí.

### Dá se říci, že problémy dětí vycházejí z nepřívětivého rodinného prostředí?

Určitě ano, jenže rodiče si to často neuvědomují. Proto se snažíme dovést je k tomu, aby si tento fakt připustili, aby na sobě začali pracovat a dokázali udělat sebemenší změnu k lepšímu.

### Tato práce musí být někdy vyčerpávající, jak to snášíte?

Je to hodně náročné a často to je jako na houpačce. Jsou okamžiky, kdy si říkáme, že se věci daří, že je dobře nakročeno k pozitivní změně, a pak zas přijde nějaký pád,

pocit marnosti a beznaděje... V týmu o všem hodně mluvíme, abychom se z těchto pocitů vypořádali a našli motivaci pro další práci s rodinou.

### Co se vám za ten rok podařilo a jak vás vnímají rodiny, do kterých chodíte?

Podařilo se nám navázat kvalitní spolupráci s pracovníky OSPODu i s rodinami. Také se stále prohlubuje vzájemná důvěra mezi rodinami a námi. Několik rodin jsme navázali na pomoc odborníka (např. psychologa), ke kterému začali pravidelně docházet. Podařilo se nám přimět několik lidí k tomu, aby si vyřídili své dlouho odkládané záležitosti na úřadech, s dluhy, se zapojením elektřiny atd.

Všechny rodiny nás berou jako pomoc, máme u nich důvěru a mohou se na nás kdykoli obrátit. Občas to od lidí i slyšíme – že jsou rádi, že na jejich problémy nejsou sami, a že jsme pro ně psychickou oporou.

**Kontakt:** Daniela Dorčincová, DiS.  
Na Kopečku 356, Letohrad  
Telefon: 734 435 240  
e-mail: dorcincova.daniela@orlicko.cz

### Tento projekt můžete podpořit dárcovskou SMS:

jednorázově ve tvaru:

**DMS SANCEPRORODINU na číslo 87777**  
roční podpora:

**DMS ROK SANCEPRORODINU na číslo 87777**

Cena 1 DMS je 30 Kč, Oblastní charita Ústí n.O. obdrží 27 Kč. Při roční podpoře vám bude automaticky odečítána částka 30 Kč každý měsíc. Více na [www.darcovskasms.cz](http://www.darcovskasms.cz)  
Děkujeme.



### Příspěvkové konto: 8312460611/0100

Účel příspěvku:	var. symbol
nespecifikované účely	9100
pečovatelská služba	9250
dobrovolnická služba	9350
mateřské centrum Letohrad	9450
nízkoprahové zařízení Let.	9650
Dům pokojného stáří Ústí	9400
Občanská poradna	9451
Rodinné centrum Sloupnice	9454
Osobní asistence	9801
„Šance pro rodinu“	9452

Případným dárcům děkujeme za podporu naší činnosti. Na požádání vystavíme potvrzení pro účely uplatnění odpočtu od základu daně.

### Děkujeme těmto našim dárcům a sponzorům:

Ministerstvo práce a sociálních věcí, Ministerstvo vnitra, Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, Pardubický kraj, Evropský sociální fond, Nadace Dikové husy, Město Ústí nad Orlicí, Město Letohrad, Město Lanškroun, Město Česká Třebová, Město Jablonné nad Orlicí, Město Choceň, Město Králíky, Město Vysoké Mýto, Město Žamberk, Obec Sloupnice, Obec Orličky, Ochranný svaz autorský a mnoho dalších dárců, fyzických i právnických osob.

### Vydává Oblastní charita Ústí nad Orlicí

Na Kopečku 356, Letohrad, Tel.: 465 621 281, e-mail: [charleto@orlicko.cz](mailto:charleto@orlicko.cz)  
redakce: Iva Marková

**Děkujeme:** Jiřímu Pecháčkovi, JPG Ústí nad Orlicí, za sponzorsky provedenou grafickou úpravu, Ing. Vlastimilu Bartošovi, GRANTIS, s.r.o., Ústí n.O., za sponzorsky provedené tiskařské práce