



Ať život dává hojnost nebo nouzi, vždy je důvod k vděčnosti.

židovské přísloví

## ÚVODNÍ SLOVO

Zdravím vás, milí čtenáři Charitních aktualit. Zdá se mi, že to není tak dávno, kdy jsme pootevřenými dveřmi s očekáváním nahlíželi, co přinese rok 2016. Dnes vám již mohu říci – byl plný práce, hledání možností a zdrojů, radostí i starostí, papírování i stavební dřiny a plný příprav na rok 2017. Zaznamenáváme rostoucí zájem o služby péče i prevence. V Letohradě jsme oddělili pečovatelskou službu od zdravotní. Můžeme tak lépe vyhovět žádostem o tyto služby. Máme vytvořený specializovaný tým hospicové péče. V budově Charity v Ústí nad Orlicí proběhly vnitřní i vnější stavební úpravy a zvětšil se tak prostor pro zázemí služeb. Změny se dotkly i prostranství před Domem pokojného stáří v Kerharticích.

Důležitým krokem bylo podepsání Dohody s Hasičským záchranným sborem Pardubického kraje o součinnosti při provádění záchranných prací při mimořádných událostech.

A na co jsme se připravovali? Chceme realizovat přístavbu k Centru pod střechou v Letohradě. V únoru se chystáme otevřít novou službu v Králíkách, a to sociálně terapeutické dílny. Stále hledáme možnosti, jak rozšířit a obnovit náš vozový park. Rádi bychom opravili fasádu na budově v Ústí nad Orlicí. A jsou i další plány. To všechno by však nešlo bez lidí, bez jejich poctivé práce, trpělivosti a snahy.

Upřímně děkuji všem, kteří naši Charitu podporujete. Vážím si toho, že kolem sebe máme spoustu dobrých lidí, kteří jsou

připraveni – často nenápadně – pomáhat. Děkuji všem zaměstnancům, dobrovolníkům, asistentům Tříkrálové sbírky a všem koledníkům, dárčům, sponzorům i příznivcům. Děkuji za spolupráci zástupcům městských a obecních úřadů, správcům farností.

Papež František vyhlásil tento rok Rokem milosrdenství. V září byla svatořečená Matka Tereza z Kalkaty. Její přístup k životu je pro nás vzorem. Italský spisovatel a režisér Pier Paolo Pasolini po setkání s Matkou Terezou vyjádřil své dojmy zvoláním: „Matka Tereza, když se dívá, vidí!“ „*Dívání*“ je spjato s očima, „*vidění*“ závisí na srdci. Přeji nám všem, abychom „*viděli*“ po celý rok 2017.

Ing. Marie Malá, ředitelka

## TŘÍKRÁLOVÁ SBÍRKA 2017

*Přijměte Vy i Vaši koledníci (opravdu velice působivě vystupující děvčátka) velkou úctu, vážnost a poděkování za Tříkrálovou koledu. Ve chvíli naslouchání zpěvu přednesenému s takovým entuziasmem mládež, se tak neúprosně ubíhající čas zastavil. Bylo možné srovnat si myšlenky a uspořádat pořadí významu životních hodnot. Koledující děvčátka byla úžasná, velice dojemná svým vystoupením. Prosím, sdělte jim naše uznání. Velice děkujeme.*

Augustoví, Ústí nad Orlicí.

Dobročinnou Tříkrálovou sbírku pořádá Charita ČR již posedmnácté a její výtěžek je určen především na **podporu charitních služeb v našem regionu**. Oblastní charita Ústí nad Orlicí zaměstnává cca 120 lidí a v celém okrese poskytuje už 25 let více než desítku služeb lidem všech generací.

Našími klienty jsou mladí i staří - lidé čelící nemocem a zdravotním potížím, chudobě, samotě apod. Stabilní rodina je základ životní jistoty každého člověka, a právě podpora rodiny je jedním z hlavních cílů naší práce. I tento ročník Tříkrálové sbírky podpoří dárčí naše služby na Orlickoústecku:

- Domácí specializovanou hospicovou péči
- Pečovatelskou službu
- Rodinná centra
- Sociálně-aktivizační služby pro rodiny s dětmi
- Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež
- Občanskou poradnu
- Zařízení pro osoby bez přístřeší

Ve sbírce za rok 2016 se v orlickoústeckém okrese vybralo 2.439.598,- Kč. 65 % výtěžku použila Oblastní charita v souladu se záměry zejména na zajištění domácí hospicové péče, pečovatelské služby, automobil pro pečovatelky a další charitní služby. Další podíl z výtěžku je určen na projekty Diecézní charity HK (15 %), na zahraniční humanitární fond CHČR (10 %), na režii TS (5 %) a projekty CHČR (5 %).

„*Máme právo brát a povinnost dávat,*“ tak formuloval své životní krédo prof. MUDr. Josef Koutecký, zakladatel české dětské onkologie. Až nám v lednu budou koledníci zpívat „*štěstí, zdraví vinšujem*

*vám...*“, můžeme se **nechat obdarovat** jejich přáními. Naše společnost patří k té, která se může rozdělit s těmi, kdo v životě neměli takové štěstí. Proto nám i tentokrát koledníci nabídnou možnost **přispět** prostřednictvím organizací Charit potřebným.

*Bližší obecné informace k Tříkrálové sbírce najdete na [www.trikralovasbirka.cz](http://www.trikralovasbirka.cz), regionální informace k TS a k činnosti Oblastní charity naleznete na [www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz)*

*Pokračování na str. 2*



Tříkrálová sbírka je největší celostátní dobrovolnická akce, Charita ČR je pověřena její organizací.

Oficiální veřejná sbírka je řádně povolena Magistrátem Města Prahy. Pokladničky jsou pečetěny a rozpečetovány za přítomnosti zástupce obecních/městských úřadů a zástupců Charity (asistentů TS). O každé pokladničce a jejím obsahu je veden úřední záznam (výčetkový list).

Veškerá dokumentace je po sbírce uložena na Diecézní charitě Hradec Králové. Výtěžek TS je rozdělen dle schválených záměrů použití.

Každá skupinka koledníků TS má u sebe zapečetěnou pokladničku se znakem Charity ČR, průkaz vedoucího skupinky, na kterém je číslo shodné s číslem pokladničky, a občanský průkaz, kterým se v případě potřeby prokazuje.

## 25 LET POMÁHÁME

**V r. 2017 si připomeneme čtvrtstoletí existence naší organizace, a to je důvod k ohlédnutí. Na její začátky i na pocity při pohledu zpět jsme se zeptali Štefana Čandy, který stál u zrodu této organizace, a do r. 2011 dělal jejího ředitele:**

Hned po revoluci 1989 vznikala při farnostech Střediska křesťanské pomoci, což byl takový předchůdce Charity, který vznikl proto, abychom mohli přijmout na ozdravné pobyty běloruské děti. Vyhlásili jsme v kostele, kdo by byl ochotný vzít si domů na dva měsíce děti na pobyt, a zájem byl ohromný. V září 1991 přijelo prvních 49 lidí. Celkem proběhlo v Letohradě v letech 1991-1997 šest takových pobytů, na kterých se vystřídal 200 lidí, převážně dětí. Naopak my jsme v r. 1994 a 2000 jeli do Běloruska navštívit rodiny dětí, podívat se, jak tam žijí. Byl nás pokaždé plný autobus a vždy jsme se dočkali nesmírně srdečného přijetí. U nás se děti dopoledne vždy učily se svou učitelkou, odpoledne a o víkendech jsme pro ně připravovali programy. Jejich zdravotní stav se za ty dva měsíce skutečně velmi zlepšil. MUDr. Vyčtyl jim dělal na začátku a na konci pobytu odběry krve a výsledky byly překvapující. Kromě zdravotního zlepšení a navázání přátelství s Bělorysy měly tyto pobyty přínos pro farnost. Byli jsme dobrá parta, která táhla za jeden provaz, pravidelně jsme se scházeli na faře, organizovali program, předávali jsme si informace a zkušenosti, jaké kdo má problémy s dětmi, zažili jsme legraci. Tato parta pak stála u zrodu Charity v Letohradě a byla jí často nápomocna

dobrovolnickou pomocí.

Další prvopočáteční aktivitou byl sociální šatník, který jsme zakládali v r. 1993 kvůli běloruským dětem, protože neměly moc oblečení, ale i pro místní lidi. Začínali jsme v bývalé hospodě u Štovičků. Ošacení jsme dováželi z německé Charity, třídily ho ženy-dobrovolnice právě z řad té party rodin, které přijaly běloruské děti. Tehdy byli lidé hladoví po pěkném oblečení, asijské zboží tu ještě nebylo, takže výdělek byl takový, že jsme za něj koupili dům u nádraží, kde má teď Charita sídlo, opravili ho a ještě z toho dotovali ošetrovatelskou službu, která nebyla zpočátku výdělečná.

**Vedle ozdravných pobytů stála na začátku Charity i ošetrovatelská služba...**

Ano, střediska této služby vznikala z ústředí v Praze na popud MUDr. Svatošové jako pilotní projekt Ministerstva zdravotnictví. Myšlenka domácí péče byla tehdy převratná a v našem okrese se o zavedení této služby zasloužil MUDr. Petr. Gorun. U nás v Letohradě a Ústí vznikla v r. 1991 střediska ošetrovatelské služby jako druhá v republice, hned po Praze.

**Kdy došlo k oficiálnímu založení místní Charity?**

V r. 1992 byla Biskupstvím královéhradeckým založena Diecézní charita Hradec Králové. Ta potom zakládala další oblastní a farní charity, a dala oficiální ráz činnosti, která už na různých místech fungovala. Ředitel Diecézní charity, Petr Šeba, pracoval v Německu a přinesl sem i své zkušenosti z dobrovolnické práce v tamní Charitě. Vložil do našich nových organizací řád a systém, zavedl právní náležitosti,

IČO, registrace, domluvil na pedagogické fakultě projekt na vzdělávání regionálních ředitelů. Mezitím bylo vyhlášeno výběrové řízení na regionální ředitele, kam jsem se přihlásil a vybrali mě. Tři roky jsem byl placený z projektu a za tu dobu jsme museli vypracovat takový systém služeb, který by nás uživil. Bylo to náročné. Nedalo se stavět na žádných předchozích zkušenostech, vše se budovalo od nuly. Dělal jsem ředitele Farní charity v Letohradě a v Ústí nad Orlicí a měli jsme dohled i nad ostatními sedmi Charitami v okrese. Zaváděli jsme normy, daňový systém, účetnictví, začal fungovat dotační systém. První žádosti o dotace – to byla doba, kdy jsem myslel, že toho nechám. Termín podání se blížil, nikdo nevěděl, jak postupovat, nebylo koho se zeptat, navzájem jsme se ještě neznali. Ale nakonec jsme to nějak udělali. Taky tenkrát to vše nebylo tak přísné, chyby se daly opravit, to už dneska nejde. Jednotlivé Charity převzaly činnost ošetrovatelské služby, probíhala velmi náročná jednání se zdravotními pojišťovnami, a postupně se činnost rozšiřovala. Na začátku nebylo jen nadšení, ale i velká nedůvěra v Charitu jako církevní organizaci. Mnozí na nás koukali skrz prsty, ale mnozí nám fandili, kupodivu i dost komunistů. Byla to zajímavá doba...

V r. 2003 se všechny farní charity v okrese transformovaly do Oblastní charity Ústí nad Orlicí.

**Jak by se dala ta doba devadesátých let charakterizovat?**

Byla doba nadšení. Po revoluci se otevřely nové možnosti. Lidé byli hladoví po cestování, poznávání, chtěli něco zažít, vidět, chopili se nových příležitostí, podnikání. V lidech byla velká energie, chuť něco změnit, pomáhat...

**Co vás jako muže motivovalo vstoupit do sektoru sociálních služeb?**

Pracoval jsem na dráze a tam mě to ne bavilo, protože nebylo moc co dělat. Hodně mě ovlivnila právě pomoc běloruským dětem. Toužil jsem po změně, takže to, že jsme dokázali zorganizovat pobyt pro 200 dětí, jsem vzal jako výzvu. No a určitě k tomu přispěla i zděděná povaha po mamince a zkušenosti z dětství. Naše rodina se přistěhovala v 50. letech ze Slovenska a řada lidí nás tady nepřijala. Některé věci z té doby si nesu dodnes. Víím, co to je, když člověkem opovrhují, a budu mít vždycky ohled na člověka, který nebyl přijat většinou. Školu jsem doslova protřpěl. Někteří učitelé mě ponižovali, tak jsem chodil za školu. Pamatuji, že v 7. třídě mě učitelka pravidelně vyvolávala na stupínek, dala mně písanku pro první třídu a já z ní musel na tabuli opisovat písmenka. Děti se mi samozřejmě smály. Tyto dětské zážitky měly určitě vliv na moji touhu pomáhat slabým.

Když se dnes dívám zpětně na to své rozhodnutí, říkám si, že to bylo holé šílenství. Měli jsme pět dětí, manželka nepracovala, já opustil práci a šel do naprosté nejistoty, začali jsme přestavovat dům a do toho jsem chodil do školy. Měl jsem ale v manželce velkou podporu a to mi dodávalo jistotu. Ale i když ta doba byla velice náročná, byli jsme nadšení ze svobody a z nových možností, a tu energii na všechno jsme dostali.

**Další etapou, kdy Charita vešla v obecné povědomí, byly povodně v r. 1997 a 2002.**

Tyto povodně zaskočily svým rozsahem a ničivými důsledky úplně každého. Zvedly mezi



lidmi také ohromnou vlnu solidarity. Charitu postavily před nutnost rychle a účinně na tuto situaci reagovat, a opět se vyrovnat s něčím, s čím neměla zkušenosti. V r. 1997 nás zasáhly povodně na Tiché Orlici a Třebůvce. Nejhorší to bylo v UO-Kerharticích, kde několik lidí přišlo o bydlení. Tehdy jsme se ihned zapojili do pomoci. Diecézní charita získala z Německa vysoušeče a sanační omítky. Jezdili jsme do postižených oblastí, se starosty jsme vytipovávali lidi, kteří na tom byli nejhůř a u nich dělali sociální šetření. Vyškolili jsme partu zedníků, kteří prováděli sanační omítky, půjčovali jsme vysoušeče. Dělali jsme poradenství, říkali lidem, co a jak mají dělat, že mají otlouct zdivo, vyškrabat zdivo mezi cihlami, jak větrat atd. V Ústí jsme měli zřízený sklad nábytku, kde jsme soustřeďovali nábytek a spotřebiče od občanů, kteří je chtěli darovat postiženým lidem, a dále nábytek, který jsme obdrželi od partnerských Charit z Německa, a ten jsme dávali lidem, kteří o něj přišli. Dále jsme pořádali humanitární materiálové i finanční sbírky, poskytovali jsme přímou pomoc na nákup nejnnutnějšího vybavení atd. Při té příležitosti jsme v Kerharticích dostali od Perly dvě staré bytovky a přestavěli je za podpory Města Ústí na Dům pokojného stáří sv. Kryštofa. Peníze jsme získali z konta Povodně, něco z německých Charit, žádali jsme na různé nadace atd. Nakonec se povedlo, že jsme opravili oba domy, (v r. 1999 první dům a o rok později druhý), v nichž se otevřelo 17 bytů pro staré a zdravotně postižené občany z okolí, kteří povodní přišli o domov. Během obou povodní v r. 1997 a 2002 jsme také do postižených oblastí vyslali asi 20 dobrovolníků, kteří pomáhali lidem s úklidem a odklizením trosk. Povodně

nám jako Charitě pomohly - lidé se o nás dozvěděli, získali jsme dům, ve kterém jsme mohli zprovoznit další službu. Zjistilo se, že Charita umí pomoci.

#### **Podle jakých měřítek jste volili druh poskytovaných služeb?**

Charita je pružnější než státní organizace, proto by měla reagovat na potřeby doby. Musí dělat to, co je nutné, po čem je poptávka. Měli bychom poukázat na nějaký jev, zavést službu (a pak ji třeba opustit), sledovat dění, přicházet s novými tématy a projekty, být příkladem. V začátcích to byla pomoc seniorům, protože chyběly domovy pro seniory, zaváděla se terénní péče, aby mohli staří lidé dožít doma.

#### **Poukázat, pomoci, odejít - to je trochu nedvěčné pro medializaci Charity. Ačkoli Charita je velmi pracovitá, mediální obraz je jiný...**

Ano, je to trochu chyba ústředí Charity. Několik má mediální propagaci jako prioritu, v Charitě to tak není. Možná to je škoda, ale zase je za námi vidět práce. Tím se můžeme chlubit. V televizi nejsme, ačkoli děláme víc než jiné humanitární organizace - to je fakt. A propagace je nutná.

#### **Nepřispívá k tomu i fakt, že CHČR je napojena na mezinárodní síť Charit, takže pomoc ve světě je ekonomičtější, ekologičtější, ale také hůře propagovatelná? Když třeba po zemětřesení v Nepálu pomáhá tamním lidem místní Charita, bude to naše média těžko zajímat, ačkoli se na této pomoci podílí i Charita ČR.**

Většinou lidé objeví Charitu až v momentě, kdy ji sami potřebují. To je nejlepší propagace - někdo nás potřebuje. Když např. rodina, která má doma nemocného dědečka, vidí, co

prakticky obnáší práce sestřiček a co jim to přináší, pochopí, co je Charita. No, a když takový člověk, který potřebuje naše služby, je někdo, kdo může ovlivnit okolí, tak to je dvojnásob dobré.

#### **Co vás napadne, když se ohlédnete zpět?**

Mám z Charity dobrý pocit. Vidím, že její práce má smysl, protože účinně pomáhá u nás i v cizině. A to mé rozhodnutí tenkrát před 25 lety bylo dobré... Charita má profesionalitu. Někdo má představu, že jsme ti, co jen sedí u postele a drží pacienty za ručičku, ale tak to není. Vidím, že v Charitě pracují kvalitní lidé, kteří jsou na profesionální úrovni a neustále se vzdělávají. Mám z toho opravdovou radost...

\*\*\*

#### **A naopak pohled dopředu nám nastíní současná ředitelka, Ing. Marie Malá**

Charita je dnes profesionální organizací a má své poslání. Chceme se zaměřovat na to, aby se naše služby vyznačovaly nejen profesionalitou, ale i lidským přístupem, nasloucháním člověku, pozorností, vnímáním potřeb konkrétního člověka i potřeb doby.

Čím dál víc je zřejmé, že rodina je základ. Velkým předpokladem pro růst zdravého, sebevědomého člověka je právě úplná funkční rodina. Při práci s jednotlivci se ukáže, že rodina dokáže často zafungovat i jako záchranná síť. Většina našich služeb je vykonávána v domácnostech, aby člověk mohl zůstat doma mezi svými až do konce svého života, a další naše služby posilují vztahy v rodině. Rádi bychom i nadále kladli důraz právě na podporu rodin a tradičních životních hodnot.

## PŘEDSTAVUJEME

Tříkrálová sbírka v našem okrese patří k nejrozsáhlejším v kraji. Probíhá ve více než devadesáti obcích a dělat ji v takovém měřítku je možné jen díky vzácným lidem, kteří sbírku organizují v místě svého bydliště. Zpravidla to jsou nesporně činní lidé, a pomoc s TS je jen špičkou ledovce toho, co dělají spolu se svými rodinami pro druhé lidi.

Každý z nich je také pozoruhodná osobnost s mnoha zájmy a profesemi. Dnes vám představujeme dva z našich asistentů:

### **Pokud děti budou znát příběhy svých předků, lépe pochopí dějiny**

*Paní Mgr. Martina Krsková je učitelka a asistentka TS dělá od r. 2004 v Chocni a okolních obcích. Na 2. stupni ZŠ Svatopluka Čecha v Chocni učí český jazyk a dějepis, tento školní rok je také třídní učitelkou v deváté třídě.*

**Při vaší škole pracuje historický kroužek, který vedete. To dnes není úplně obvyklé zaměření zájmových aktivit. Proč zrovna ten?**

Práci v historickém kroužku chápou jako příležitost, jak dětem přiblížit regionální dějiny. Žáci díky práci na projektech získávají vztah k místu, kde žijí, zajímají se o historii vlastní rodiny. Pokud děti budou znát příběhy svých předků, lépe



*Paní učitelka (vlevo) s kolegy a žáky historického kroužku*

pochopí české a světové dějiny.

#### **Povězte něco o práci historického kroužku - čím se děti zabývají, co zkoumají? Bavi je to?**

V rámci historického kroužku se zabýváme historií Chocně v určitém časovém období. Již jsme zpracovávali projekty týkající se Chocně za 1. i 2. světové války a zajímali se o středověké hrady v okolí Chocně. V letošním roce se zaměřuje na Chocně v období 1. republiky.

Myslím si, že práce na těchto projektech žáky baví, protože na historický kroužek chodí ve svém volném čase a na projektech pracují

i mimo školu. Každoročně dosahují úspěchů na festivalu vědy a techniky a výsledky jejich práce jsou kladně hodnoceny i veřejností v Chocni.

#### **Historický kroužek stál na jaře 2016 u organizace výstavy k 1. světové válce v Chocni a za tvorbou publikace k ní. Zaujalo to děti?**

Práce na projektu „Chocně a Velká válka“ probíhala celý školní rok. Nejprve se žáci seznámili s životem za 1. světové války a poté se zaměřili na situaci v Chocni.

*Pokračování na str. 4*

Sháněli informace v literatuře, pročítali městské kroniky, vyhledávali informace ve Vojenském historickém archivu, prostřednictvím Choceňského zpravodaje žádali veřejnost o pomoc při shánění dobových dokumentů a předmětů. Někteří lidé na tyto výzvy zareagovali a díky nim se podařilo nashromáždit zajímavé materiály. Zjištěné informace byly pro žáky překvapivé, neboť netušili, jak velký dopad měla 1. světová válka na život v našem městě.

Práce na publikaci a výstavě se uskutečnila také ve spolupráci s pěti paměťovými institucemi, které žákům pomáhaly a poskytovaly jim odborné konzultace. Konkrétně se jednalo o Orlické muzeum v Chocni, Technické muzeum v Brně, Státní oblastní archiv v Zámrsku – Státní okresní archiv Ústí nad Orlicí, Městskou knihovnu Choceň a Železniční muzeum v Cerekvici nad Loučnou.

#### Jaký byl o výstavu zájem?

Výstava byla hojně navštěvovaná jak žáky základních škol, tak veřejností. Celkově výstavu zhlédlo přes 700 návštěvníků.

#### Co nejvíc zaujalo vás?

Osobně mě překvapilo, kolik „pokladů“ se skrývá v rodinných archívech a sbírkách, kolik materiálů potomci účastníků 1. světové války stále uchovávají.

Domnívám se, že pro žáky byly nejzajímavější příběhy obyčejných lidí. Osudy vojáků, kteří na frontě prožívali těžké chvíle. Příběhy matek, jež často neměly co dát dětem k jídlu a vymýšlely, jak nahradit nedostatek potravin. Právě skrze tyto konkrétní příběhy je možné dětem více přiblížit naše dějiny a přivést je k zájmu o ně.



## Tradice betlémářství v rodině

Pan **Miroslav Kada** dělá asistenta TS v Řetově, Řetůvce a Přívratu od r. 2005. I on je velice aktivním člověkem. K jeho zálibě – betlémářství – ho přivedla tradice v rodině. Od malička pomáhal tatínkovi při stavění malovaného orlickousteckého betléma, dlouhého 1,7 m. Poté, co si začal vydělávat, začal navštěvovat malíře Jiřího Knapovského a od něho si figurky kupoval a rozšiřoval otcův betlém. Když se oženil, své figurky si vzal, aby se staly základem jeho vlastního betléma, který je po 20ti letech velký 4,6 x 1,1 m.

*„Se stavbou začínám začátkem prosince. Nejdříve se postaví dřevěná kostra, na ní se vytvaruje z polystyrenu a dřevitých třísek terén, který se pokryje mechem. Postupně zapichujeme figurky, kterých je okolo 900 kusů. Postavu Ježíška zapichujeme až na Štědrý večer.*

*Máme čtyři děti ve věku 20,18,16 a 11 let, všechny mi od malička pomáhají. Když psaly Ježíškovi dopis, co si přejí na Vánoce, na prvním místě byly vždy figurky do betléma. A protože se Ježíšek snažil, dnes má každý v betlémě své figurky. Syn Jiří začal zkoušet malovat a nyní již jsou jeho figurky tak zdařilé, že je s hrdostí dávám do betléma. Jsem rád, že rodinná tradice betlémářství bude pokračovat dál.“*

## CHARITNÍ OŠETŘOVATELSKÁ SLUŽBA

\*\*\*

## DOMÁCÍ SPECIALIZOVANÁ HOSPICOVÁ PÉČE

*Poslední dva měsíce tatínkova života byla pro mě největší škola a jedna z nejkrásnějších věcí v životě. Všichni byli na svých místech – rodina, lékaři, sestry z Charity...*

*Zdeněk Štěpánek, syn hospicového pacienta*

Špičková odborná péče o umírající pacienty a jejich blízké zohledňuje všechny čtyři dimenze člověka: tělesnou, psychickou, sociální i duchovní. Zdevastovaná společnost se v hospici postupně uzdravuje. Nemocní, jejich blízcí a všichni, kdo kolem projdou, tváří v tvář smrti, přehodnocují hierarchii svých hodnot, ujasňují si, co má v životě trvalou hodnotu, co pomijí, a dávají si do pořádku vztahy.

*Marie Svatošová,  
zakladatelka hospicového hnutí*

## Když něčí místo u stolu zůstane prázdné

*Manžel paní Aleny Majvaldové zemřel v r. 2013 – měsíc od zjištění diagnózy. Bylo mu 52 let. Za půl roku zemřela i její maminka, o kterou se spolu se svými sourozenci starala více než dva roky. Zeptali jsme se, jak vidí toto těžké životní období z odstupu.*

Rok 2013 pro nás nezačal šťastně. Maminka měla úraz hlavy, když upadla doma v koupelně a z nemocnice se vrátila jako úplně jiný člověk. Já byla po operaci štítné žlázy, a manžel Láďa podstoupil vyšetření žaludku. Našli mu nádor, a hned ten den musel do nemocnice. Chtěli ho operovat, ale z neznámých příčin začal upadat do bezvědomí a selhávaly mu orgány. Operace nebyla možná, protože jeho stav to nedovoloval. Jezdila jsem za ním do nemocnice každý den, celý měsíc. Mezitím jsme se také starali o maminku. Láďa po měsíci zemřel. To byl pro mě šok. Některé chvíle zpočátku byly hrozné, nemohla jsem spát, takže jsem musela na čas brát i léky na uklidnění. Ptala jsem se, proč zrovna já? Neunesu to, jsem slabá...

#### Co vám pomáhalo překonat prvotní šok?

Rodina, knížky, lidé, sousedi, práce... Četla jsem např. Vyhoštěnou smrt od Jiřiny Šiklové, ta knížka mi hodně pomohla. Sourozenci a sousedi mě brali na procházky, mluvili jsme pořád dokola o tom jednom. Nešlo myslet na nic jiného, cítila jsem se podvedená a osamocená, měla jsem strach, jak to půjde všechno dál. Snažila jsem se chodit mezi lidi, i když to bylo

těžké. Pro všechny šel život dál - bavili se o počasí, o penězích, o politice, ale mně to všechno přišlo pomíjivé a malicherné, zbytečné se o tom bavit. Jednou mi Láďova maminka řekla, že když zemřel její manžel, bylo to hrozné, a to ještě nevěděla, že přežije i svého syna... Ano, to se pak člověk zarazí, a uvědomí si, že by mohlo být ještě hůř... Postupně jsem si začala všimnout, kolik je kolem mě vdov, mladých vdov. Když jdeš po vesnici, uvědomíš si, že v každém baráku je nějaká starost nebo trápení. Celá naše rodina si žila do té doby nádherně, a dokud něco nepříjde, tak to člověk bere jako samozřejmost. Ale žádná samozřejmost to není. Láďa měl úžasný vztah s našimi dvěma syny, nikdy na ně nezvyšil hlas, všemu rozuměl a kluci se ho mohli na cokoli zeptat. Důležitý byl jistě i pohřeb. Přišlo tam hodně lidí a já jsem si uvědomila, kolik lidí mělo Láďu rádo. Pro mě to byla ohromná vzpruha a zdroj síly. Byly okamžiky, které mi nesmírně pomáhalo. V den pohřbu mě v kostele objala paní Hoffmannová, která také přišla brzo o manžela, nebo každou neděli docházel za maminkou Vladimír Tomek, který nás vždy velmi podpořil. I když jsem prožívala dlouhé chvíle, které mě stlačovaly k zemi, byli vždy také lidé a okamžiky, které mi sílu dodávaly.

#### Čas všechno zahojí?

Ačkoli se tomu bráním, dodnes je ve mně občas prázdnota a beznaděj. Čas je velmi důležitý. Všechno se totiž musí prožít. Člověk přece ví, že spousta lidí je na tom hůř než on, ale teprve až to sám prožije a pocítí, tak to pochopí, uklidní se a pocítí vděčnost. Tohle si dopředu neumíme představit, to je prostě nutné přijmout, když to

přijde. Dodnes ale mám momenty, že si sáhnou v posteli na polštář vedle a říkám si, jestli to je pravda? Synové to také prožívali těžko, plakali a říkali, že se s tím nikdy nesmíří... Kdoví, jak to prožívají děti? A asi nejhorší to bylo pro maminku mého muže...

#### **Péče o nemocnou maminku vás tedy v té nejhorší době zaměstnávala.**

Ano, střídali jsme se se sourozenci, sepsali jsme ranní, odpolední a noční služby - nás je celkem šest, takže to šlo. Musím říct, že nás to znovu stmelilo. Každý z nás už měl dávno děti, vnoučata, ale takto jsme se začali zase u maminky scházet - jako dřív na buchtu. Maminka nás stmelovala. Vyrostla jsem v krásné početné rodině, a to mě nese celý život. Maminka byla dlouho velmi vitální. Ještě v 84 letech si vzala žebříček, pomodlila se, aby nespadla, a už myla okna. Až teď si uvědomuji, co to pro člověka znamená, když za ním někdo zajde. Když jsem docházela za maminkou, a už chtěla navěčer odejít, ona mně třeba řekla: „Ještě počkej, dáme si párek,“ a na chvilku mě ještě zdržela. Pak mi za to strašně děkovala. Až teď vidím, co to pro ni znamenalo. Dodnes se mi těžko sedá samotné ke stolu. Stůl není jen kus nábytku, ale místo setkání. A když něčí místo u stolu zůstane

prázdné, člověk si uvědomí spoustu věcí. Každý okamžik je cenný.

#### **Jak se cítíte dnes?**

Byla jsem péčí o maminku dost zaměstnaná, takže jsem to všechno ani nevnímala. Až po smrti maminky - teď to je rok, co zemřela - mám pocit, že se vyrovnávám se smrtí manželovou. Vidím, že nic není samozřejmé a je třeba vážit si každé minuty, kdy jsme spolu. Každý den si na Ládu vzpomenu a něco se stále vrací. Chodím zase do práce, to mi velmi pomohlo. Kluci už jsou samostatní, mám vnučku. Až teprve teď se to všechno obrušuje... Jsem ráda, že tady Láda byl 52 roků, a že jsme mohli být spolu. Rádi jsme cestovali tady po okolí, takže když se teď vracím třeba na Hedeč nebo jiná místa, vybaví si mi přesně ta situace, kdy jsme tam byli. To mě naplňuje. Člověk se zpomalí. Na cestě, po které chodí třeba dvacet let, najednou uvidí jednotlivé stromy, ale někdy vidí naopak jen mlhu... Hodně mi pomáhají sourozenci, volají mi, jezdím s nimi na výlety a mohu k nim kdykoli zajít. Takže i když je člověk sám, tak nikdy není úplně sám. Musí se to tak vzít. Tak to je. Když byl manžel v nemocnici, říkal, že se těší na jaro. Nedočkal se ho. A já až dnes můžu říct, že i když to tady je bez něj velmi těžké, stejně tu je krásně...



Setra Kaplanová u pacienta, ilustrační foto.

## **ODPŮLDNE V CHARITĚ**

„Dobrý den,“ ozval se v telefonu zralý ženský hlas a nejspíše pokračoval: „vybíráte u vás použité šatstvo?“

„Ano, můžete ho přivést příští středu, a nebo pokud máte zrovna cestu kolem, stavte se kdykoli,“ odpovídám.

„Dobře. ...Víte... potřebujeme se těch věcí z různých důvodů rychle zbavit... Minulý týden měla vnučka autonehodu, kterou nepřežila... jsou to věci po ní... pěkné oblečení pro mladé dívky... Stavila bych se příští týden po pohřbu, ještě se vám ozvu...“ uzavřela paní telefonát a rozloučily jsme se.

Do týdne přišli. Byli tři a každý nesl jednu krabici od banánů plnou strojení. Babička, maminka a bratr nesli své dary. Oblečení s vůní nejbližšího, jedinečného člověka. Nejcennější, co jim zbylo. Zrovna přšelo. Šli tiše. Každý sám se svou tíhou. Každý sám se svou netušenou a nevyžádanou silou.

Podáme si ruce. „Ano, ty věci použijeme pro potřebné lidi... jistě... nebojte se... hodně síly...“ Blekotám. Nevím, co říct. Nejde nic říct. Rozpačité pohledy.

Neuplyne ani hodina a do půjčovny přijde jiná paní - zaplatit měsíční nájem elektrické postele pro svou 95letou matku. Ta stará žena umírá. Už několik měsíců. Slabé srdce, chorá mysl, dekubity už nelze vyléčit. Její 70letá dcera je u ní ve dne v noci. Sama. Vypustila ze svého života manžela, děti, vnoučata, kamarádky, zahrádku a slouží své matce, která - jemně řečeno - vděčností neplývá. Vyčerpaná. Už nedokáže o ničem jiném mluvit než o matčiných obtížích... Obětavě pracuje a dokola dělá naučené stereotypní věci, které nemají velký užitek. Stále je na svém místě a stále jde dál.

Jan Čep kdysi napsal: „V lidech je cosi velkého a rytířského, ochota přijmout tragiku života; vědomí, že život je posvátný a slavný... Slepota denního zvyku nás vede k tomu, že jsme až příliš často náchylní pokládat za samozřejmé věci, z kterých by nás pojala závat, kdybychom se nad nimi pozastavili.“ /M

## **Službu hospicové péče podpořila Tříkrálová sbírka 2016**

#### **KONTAKTY:**

##### **Ústí nad Orlicí:**

Petra Kaplanová, tel. 731 402 322  
vrchní sestra, tel. 735 168 871  
Marta Přívratská,

##### **Česká Třebová:**

Renata Prokopcová, tel. 731 402 330

##### **Chocẽ:**

Zuzana Morávková, tel. 731 402 332

##### **Lanškroun:**

Gabriela Smoláková, tel. 731 402 339

##### **Letohrad:**

Helena Jurenková, tel. 731 402 338

## **REGIONÁLNÍ PŮJČOVNA KOMPENZAČNÍCH POMŮCEK**

*Máme od vás půjčenou postel a ten váš technik, který ji převezl, to je miliónovej člověk s velkým srdcem. Všechno mi v klidu a trpělivě vysvětlil. Chodí k nám i sestřičky, mají úžasný přístup k manželovi. Jsem šťastná, že si můžeme ty pomůcky půjčit, a že se tak mohu o manžela doma postarat.*

*M.D. Česká Třebová, klientka půjčovny*

### **MUSELA JSEM OPUSTIT NAIVNÍ PŘEDSTAVY**

*Anička (24), má z půjčovny kompenzačních pomůcek zapůjčenou polohovací postel pro svou maminku (53), která má přes dvacet let roztroušenou sklerózu. Anička se svou babičkou se o ni starají. Naučila se svou životní situaci přijmout, a chce dát okolí na vědomí, že i v takových*

*životních obdobích mohou mladí lidé dobře obstát...*

Mamka onemocněla, když mi byly dva roky, vlastně ji nepamatuju zdravou. Ještě než jsem nastoupila do školy, zemřel její otec - můj děda - který byl pro ni velkou oporou. Do první třídy se mnou ještě mamka chodila. Museli jsme vyrážet brzo, protože chodila s hůlkou, a za větrného nebo deštivého počasí to pro ni bylo obtížné. Když mně bylo dvanáct, byla mamka už na invalidním vozíku. Pořád chodila po doktorech, to ještě fungoval taťka. Když mi bylo osmnáct, taťka od nás odešel - našel si jinou paní. Zbyly jsme na péči o mamku samy s babičkou, sourozence nemám. Babička měla tehdy ještě dost sil, tak jsem brala její péči jako samozřejmost a babička to skutečně také dlouho zvládala. Teď ale už fyzicky nemůže, je jí 77 let. Maminčin stav se zhoršil, postupně jsme ji přenášeli na postel

a toaletní židli, začali jsme shánět zvedák, a do toho si mamka zlomila nohu v krčku. Takže teď je v LDN, a na víkend si ji beru domů, kde se o ni s babičkou staráme.

**Anička studuje 4. rokem psychologii a sociologii v Brně, a má tam i přátele. Víkendová cesta domů vede nejdřív do LDN, kde maminku vyzvedne a přiveze na dva dny domů. Doma ji polohují, protože už to sama nedokáže a má proleženiny, dávají jíst a pít, obstarají hygienu atd. Babičku už sice bolí záda, ale stále zvládne svou dceru nakrmit, uvařit a povídat si s ní. Aniččin svět je trochu jiný než svět většiny jejich vrstevníků.**

Musela jsem opustit své naivní představy. Chtěla jsem zachraňovat svět a být oceněna za to, že udělám něco dobrého... A najednou je člověk postaven do situace, kdy musí zareagovat velmi nezištně, pokorně a bez pozornosti okolí. Třeba se musíte postarat o někoho z rodiny. Nikdo o tom neví. Nikdo to nevidí. Hodně ve mně rezonuje báseň od Ivana M. Jirouse, která končí slovy: „Jedni bojují za lidská práva, ti druzí zatím, ti svým bližním perou posraná prostěradla.“ Ano, vždycky jsem si myslela, že budu dělat velké věci pro lidstvo, ale nakonec jsem dostala jiný úděl. A je sporné, co je přínosnější... Někdy to zvládám, a někdy vůbec ne. Provázejí mě stále otázky a pochybnosti. Někdo mi radí: „Dej mamku do ústavu, máš svůj život,“ jiný zas: „Nech školy a věnuj se mamce pořádně.“ Musela jsem si najít svoji cestu a obhájit ji sama před sebou. Dělam, co můžu. Každý by to řešil jinak. Já to dělám takhle. Každý si tohle dilema musí vyřešit sám v sobě, když se s tím potká. Kdybych se věnovala jenom mamce a zapomněla na partnera, tak mamce vezmu možnost mít vnoučata a vidět, že rodina pokračuje

dál. Nebyla bych pak zahofklá? Kde bych brala energii? Zároveň tu naši rodinnou situaci beru jako šanci ukázat světu, že existuje množství lidí, kteří se doma o někoho starají. Že spousta lidí má velké trápení, které nedává na odív. A že můžeme být pro společnost obohaceni, i když nespĺňujeme tu masku dokonalosti, která na nás všude dotírá.

Maminka má pořád lidem co dát. Z ekonomického hlediska to už sice nejde, ale pořád je pro okolí bohatstvím. Je velmi moudrá a pokorná. Mohla by na nás mít o hodně větší nároky, ale snaží se nám vše ulehčit. Určitě se jí často stýská, ale nedává to najevo a nechává mi prostor pro vlastní život. V LDN kouká celé dny z jednoho okna a říká, že nejzábavnější chvíle jsou, když na stromě venku uvidí veverku. Vidím, že řada lidí je na tom ještě hůř než mamka, mají třeba mentální problém, změní se jako člověk. Mamka je pořád mamka...

**Podobné situace donutí člověka dříve dozrát. Máte jiné starosti i radosti než kamarádi. Je to tak?**

Kamarádi se dělí na dvě skupiny: ta první neví nic, nezajímá je to a neřeší to. Ti druzí mi řeknou: „Hele, my to nedokážeme pochopit, pro nás to je nepředstavitelné, ale budeme rádi, když to s námi budeš chtít sdílet.“ To mě povzbuzuje a drží nad vodou. Snaží se o pochopení. Kolikrát se mně stalo, že když jsem začala mluvit o tom, co prožívám, mnozí se mi svěřili se svým trápením... Řada vrstevníků ale žije opravdu jinak, a někdy jim to závidím. O víkendech se baví, pracují, zakládají rodiny, plánují cesty, chodí na brigády. Snažím se s tím vyrovnávat, a nemyslet si, že mně něco uniká...

**Trochu jiný svět, trochu jiná vnitřní zahrada... Nad čím uvažujete a jak vnímáte to, co prožíváte?**

Vážím si toho, co můžu. Když jdu třeba na procházku, uvědomuju si, že to je dar, nikoli samozřejmost. Můj život se zrychlil – mám školu, partnera, mamku a věci, které kolem toho musím zařizovat. Těžko hledám vnitřní klid. Srovnat si, co bych chtěla dělat. Na druhé straně se určitým způsobem zpomalil – setkávám se s pomíjivostí těla, s naší konečností. To je bolestné... ale i obohacující. Dnes už vím, že s něčím můžu pohnout, a s něčím ne. Nejsem tak zranitelná jako dřív. Ale samozřejmě jsou okamžiky, kdy sedím, brečím a nemůžu. Pak se zvednu, začnu něco dělat a ono to přejde. Nemám čas přemýšlet, litám do školy, k partnerovi, domů. Někdy funguju jako robot, ale funguju. A to je to nejdůležitější.

\*\*\*

*Zapůjčením vhodné kompenzační pomůcky se pacientovi i pečující rodině usnadňuje domácí ošetřování. Nabízíme polohovací elektrická lůžka, antidekubitní matrace, chodítka, invalidní vozíky, toaletní židle, koncentrátory kyslíku atd. Podrobný seznam včetně provozní doby a ceníku najdete na [www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz)*

#### KONTAKTY:

##### Letohrad

Marie Macháčková,  
tel.: 731 598 830, 465 620 249

##### Ústí nad Orlicí

sr. Pavla Rychnovská, tel.: 731 402 314

##### Lanškroun

Věra Štefanová, tel.: 733 611 556

## PEČOVATELSKÁ SLUŽBA

### Pořád se na něco těším

Přijíždíme na návštěvu za klientkou pečovatelské služby, která v květnu 2016 prodělala mozkovou příhodu. Tehdy doznal život temperamentní dámy značných trhlin. Paní Chaloupková ale na to nebyla sama. Rodina se zajímala o možnosti, co udělat, aby maminka mohla co nejdříve opustit nemocniční prostředí. Převoz do LDN rodina odmítla, a rozhodla se o maminku postarat doma. Na doporučení svého známého syn kontaktoval Charitní pečovatelskou službu a byly mu nabídnuty možnosti Oblastní charity. Z půjčovny si rodina zapůjčila potřebné pomůcky a elektrickou polohovací postel. Mezitím se slíbený týden propuštění do domácí péče přiblížil, a paní Chaloupková se vrátila domů.

Od července sem docházejí pečovatelky spolu se zdravotními sestřičkami, které zde provádějí ošetrovatelské úkony. „Zpočátku jsme sem chodily ve dvojici, abychom zvládly paní přesunout na toaletní křeslo a umýt na posteli. Její pohyb byl značně omezený, dokázala pohnout jen jednou rukou a jednou nohou. Sama se hodně snaží, pokroky jsou opravdu znát.“ říká Veronika, vedoucí pečovatelské služby, a pokračuje: „Dnes – po tříměsíčním pobytu doma – se postaví, přejde s chodítkem z pokoje do kuchyně, a díky sedačce

do vany se stalo snadným i koupání – už není třeba dvou lidí, kteří by paní vytáhli z vany, ale stačí jeden na dopomoc, protože hydraulická sedačka ji sama vyveze z vany.“

Vcházíme do pokoje, kterému vévodí elektrické polohovací lůžko. Paní Chaloupková sedí na toaletním křesle vedle postele a pečovatelka Monika jí maže nohy Alpou, která jí uleví od bolesti. Po chvíli jí podá míček, aby po něm klientka řapala ploskami, a stimulovala tak chodidla, do kterých se pomalu vrací cit. V televizi běží zprávy, na stole je řada krabiček od tablet, sklenka s vodou a fotka, na níž je paní Chaloupková obklopena pečovatelkami, které ji minulý týden vyvezly do Kauflandu na nákup. Byl to ohromný zážitek, protože po třech měsících strávených doma mezi čtyřmi stěnami se dostala zase ven. „No to byla přepadovka, už ani nevím, co



Paní Chaloupková s pečovatelkami na cestě do Kauflandu

jsme koupili," směje se paní, „přijelo šest pečovatelek, vrhly se na mě, ustrojily, snesly na vozíku dolů ze schodů a jely jsme nakupovat. Tátu jsme nechaly doma, ten musel držet kasu. Ale byla to paráda a hodně jsme se nasměly...“ dodává klientka a spiklenecky mrkne na svého manžela, který sedí opodál.

Paní Chaloupková si s pomocí pečovatelek bere chodítko a pod jejich dozorem dělá poslední dnešní úkol – přejde z pokoje do kuchyně, kde pozdraví papouška Filipa, a zase se vrátí k posteli. Dnes prošla jistě, bez zaváhání, takže sklídí velkou pochvalu. „Já se musím snažit, dyť chci jít zase na koupi,“ komentuje svůj výkon paní, „a tady s děvčaty jsem nadměrně spokojená“. Pak už ji Monika jen uloží, obloží polštáři, aby nevznikly proleženiny, a další den je u konce:

„Chodíme sem moc rády, paní i pán jsou usměvaví, rodina funguje ideálně, mají mezi sebou moc hezké vztahy, takže se moc hezky pracuje i nám,“ říká pečovatelka.

Asi se moc nehodí říct o člověku, který je pár měsíců po mrtvici a nemůže chodit, že je vitální. Ale paní Chaloupková rozhodně je. A kde bere svůj optimismus? „No třeba tady z táty... nebo koukám ven, na zahradu... pořád se na něco těším. Těším se na nákupy do Polska a na tátu - že mně na ty nákupy přispěje! Rodina stojí za mnou a při mně, to je ohromný. Mám hodný děti a vnoučata... Jo, pořád je na co se těšit. Bejt nespokojená? - To já neznám!“ uzavírá 75letá paní s jiskrou v očích a živoucím, radostným naturelem.

## Pečovatelkou službu podpořila Tříkrálová sbírka 2016

### KONTAKTY

Ústí nad Orlicí: Veronika Šimková,  
Tel. 731 402 341

Letohrad: Bc. Marie Maříková,  
Tel. 734 769 711

## OBČANSKÁ PORADNA

Občanská poradna je místem bezplatné, nezávislé pomoci. Oblasti poradenství jsou různorodé, ale v současné době je nejběžnější dluhová problematika.

### MÁM DLUHÝ A CHCI JE ŘEŠIT, CO MÁM DĚLAT?

Úraz, rozbitá pračka, ztráta zaměstnání, rozvod, ... Do dluhové pasti člověk sklouzne velmi snadno.

#### Udělejte si ve svých dlužích pořádek

Pokud se Vám dluhy stále nabalují a nevíte, jak z toho ven:

- Zjistěte, komu a kolik dlužíte.
- Snažte se najít smlouvy, upomínky, soudní rozhodnutí či exekuční příkazy a jiné dokumenty ke svým dluhům.
- Věřitelům zašlete písemnou žádost o upřesnění dluhu, případně je navštivte osobně
- U soudu si písemně požádejte o výpis exekuce a občanskoprávních řízení vedených na Vaše jméno.
- Dluhy si rozdělte podle důležitosti. Především hradte dluhy související s bydlením, abyste nepřišli o střechu nad hlavou.

#### Komunikujte s věřiteli

Dluhy se samy nevyřeší, není dobré před nimi utíkat. Nejlepší je s věřitelem komunikovat narovinu, o své složité finanční situaci ho informujte.

- Přebírejte si poštu, reagujte na upomínky a výzvy k zaplacení.
- Pokud měníte bydliště, změnu adresy nezapomeňte nahlásit všem věřitelům.
- Platte dohodnuté splátky. Pokud na ně nemáte, požádejte o snížení splátek a navrhněte jinou výši. Pokud z vážného důvodu nemůžete platit ani snížené splátky, požádejte o dočasný odklad splátek.

#### Svoje dluhy řešte

Své dluhy platte dobrovolně. Pokud po vás dluh bude věřitel vymáhat, výrazně se vám to prodraží.

- Sestavte si rodinný rozpočet, omezte výdaje na minimum a snažte se zvýšit své příjmy. Pokud vám měsíčně chybí peníze, zkuste požádat o dávky (sociální, invalidní důchod, podporu v nezaměstnanosti,...).
- V žádném případě své dluhy neřešte dalším zadlužováním. Z dluhového kolotoče bývá velmi těžké se dostat. Jestliže na dluhy sami nestačíte, zvažte, jestli můžete o pomoc požádat rodinu. Pokud vám přijde dopis od soudu nebo exekutora, reagujte. Pokud si sami nevíte rady, navštivte odborníka.
- Jednou z možných cest, jak se dostat z dluhové pasti, je oddlužení, tzv. osobní bankrot. Pokud máte zájem nejen o informace o oddlužení, neváhejte navštívit naši občanskou poradnu.

Každý se může ocitnout v obtížné životní situaci. Většina situací má řešení, jen je potřeba toto řešení hledat. Občanská poradna Vám k tomu nabízí bezplatnou pomoc a podporu.

Tel.: **734 281 415** (denně v provozní době)  
465 520 520 (Ústí nad Orlicí, záznamník)  
468 003 465 (Vysoké Mýto)  
e-mail: [poradna@orlicko.cz](mailto:poradna@orlicko.cz)  
[www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz), [www.obcanskeporadny.cz](http://www.obcanskeporadny.cz)

#### Pondělí:

Ústí n.Orl., ul. 17. listopadu 69 9 – 12 h.,  
13 – 16 h.

Česká Třebová, staré nám. 77 9 – 12 h.

Úterý: Králíky, Moravská 647 9 – 12 h.

Středa: Vysoké Mýto, Plk. B. Kohouta 914  
9 – 12 h.

Čtvrtek: Ústí nad Orl. 9 – 12 h., 13 – 16 h.  
Letohrad, Na Kopečku 356 9 – 12 h.

Pátek: Lanškroun, Havlíčkova 1129 9 – 12 h.

## OSOBNÍ ASISTENCE

„Láska začíná péčí o ty nejbližší, ty doma.“ –  
Matka Tereza

Začíná to většinou telefonem, vždy mě potěší, když mohu někomu pomoci. Někdy však musím zájemce zklamat. Proč? Protože nevědí, co děláme...

Co je to osobní asistence? Mnoho lidí se mě ptá, co si může pod tím představit. Jsme něco jako taxisloužba? Vozíme děti do školy, dovezeme je domů? Ne, to není naše práce. Pomáháme seniorům a lidem se zdravotním postižením, pokud to jim to jejich zdravotní stav nedovoluje, aby to zvládli sami, s těmito činnostmi: pomoc s oblékáním a při pohybu, pomoc při přípravě jídla a pití, pomoc s hygienou, pomoc v domácnosti, pomoc při jednání s úřady...

Naše služba je terénní a vyžaduje pravidelné setkávání. Péči poskytujeme v domácnosti klienta, nebo tam, kde potřebuje. Pokud máte ve svém okolí někoho blízkého, kdo potřebuje pomoci, rodiče, příbuzné, můžete se na nás s důvěrou obrátit. Jsme profesionální tým, s lidským přístupem ke klientovi.

#### Kontakt:

**Marie Maříková**  
mail: [osobni.asistence@seznam.cz](mailto:osobni.asistence@seznam.cz)  
tel: 734 769 711

## CENTRUM POD STŘECHOU

Už dlouho mně imponuje a zajímá Vaše práce ve STREETU. Je super, že tu je něco pro mládež, která neví co s volným časem nebo nemá takovou podporu v rodině. Poslední dobou mě začal trochu zajímat dětský vývoj, puberta a různé souvislosti – např. ocitnutí se na šikmé ploše, kriminál, rodina, životní styl lidí. Často přemýšlím, co udělat proto, aby třeba stát kladl větší důraz na tuto problematiku nebo jen prostě ukázat něco těm mladým, kteří nemají přirozený vzor v někom dospělém.  
Mladý tatínek

Služba byla podpořena  
z Tříkrálové sbírky 2016





## Pod střechou se vejde celá rodina

Centrum pod střechou v Letohradě provozuje Oblastní charita Ústí n.O. a občanům nabízí své služby už 13 let. Zařízení je otevřeno pro celou rodinu. Dopoledne přicházejí do **Rodinného centra** (RC) Mozaika maminky s malými dětmi – pohrát si, popovídat, zazpívat, zacvičit, předat zkušenosti, poznat nové lidi nebo se přímo aktivně zapojit do organizace pravidelného programu. Některé maminky tu naleznou prostor pro seberealizaci, navázání nových přátelství a vztahů. „Měli jsme tu paní, která k nám začala chodit cvičit na míčích v době svého druhého těhotenství,“ říká vedoucí RC Petra Jarošová. „Pak ale přestala, protože měla rizikové těhotenství a vrátila se k nám po porodu. Postupně k nám měla větší a větší důvěru, takže jednou se nám svěřila, že ji v době těhotenství opustil manžel, že se cítí zoufalá, osamělá a zklamaná. Potřebovala kontakt s jinými lidmi. Hodně jsme s ní mluvili. Paní začala využívat i další služby RC jako jógu nebo vzdělávací akce, a po čase jsme ji nabídli konzultaci s psychologičkou, která je součástí našeho týmu. Po dvou letech docházení na konzultace i na další programy k nám do Centra se jí podařilo dostat se z nejhoršího. Chlapečkovi budou brzo tři roky, takže začne chodit do školky. No a my doufáme, že se s nimi budeme na různých našich akcích potkávat i nadále,“ uzavírá Petra Jarošová příběh, jakých jsou kolem nás desítky. Příběh obyčejné lidské blízkosti, sounáležitosti a snahy pomoci.

Kolem stovky rodin navštěvuje pravidelný program RC. Jednorázových akcí jako pochod světýlek, karneval, promítání nebo besídek se účastní další stovka rodin. Rodinné centrum zajišťuje také **hlídání dětí**.

Odpolední hodiny jsou v Centru pod střechou vyhrazeny lidem bez rozdílu věku, kteří se chtějí stále učit a poznávat něco nového. **Zájemové kroužky** (výtvarka, jóga, fotokroužek, modeláři) vedou jak zaměstnanci Charity, tak i osvědčení lektori nebo dobrovolníci. Oblíbený a vyhledávaný je také **příměstský tábor**, který navštěvuje každoročně kolem 120 dětí. Čtyři týdny plné her, poznání i zábavy, kdy rodiče nemusejí mít o své děti starost, protože my je zaměstnáme nabitým programem. Připravujeme také zcela nové programy na **podporu partnerských vztahů** a řešení jejich krizových úseků.

Své zázemí v Centru pod střechou najde každé odpoledne i mládež, která potřebuje podporu, prostor pro seberealizaci. V **Nízko-prahovém zařízení pro děti a mládež „Street“** jim odborní pracovníci pomáhají s učením, ale

i s orientací v hodnotách, ve vztazích atd. Zařízení navštěvuje stabilně více než stovka klientů. Každoročně prezentují pracovníci Streetu svoji práci i v základních školách, aby děti věděly, kam můžou přijít. A právě díky spolupráci se školami, se na nás obrátila např. 7letá slečna vietnamské národnosti: „*Dívka měla potíže s učením a hyperaktivitou,*“ říká vedoucí Streetu Lenka Doubravová, „*Rodiče neuměli česky, v rodině mluvili pouze vietnamsky. Dívka k nám chodí každý týden, procvičujeme učivo z českého jazyka a matematiky. Začleňováním do her a programu Streetu se holčička také nenásilně začleňuje do kolektivu. Našla zde už nové kamarády, na které se těší... a to těší i nás.*“

Filozofii Centra pod střechou je pracovat s rodinou, podporovat **tradiční rodinné soužití** a setkávání generací, nabídnout prostor pro individuální rozvoj člověka i pro společné akce. Najdete k tomu zde vhodné podmínky a ochotné lidi. Zázemí Centra pod střechou (herna, prostor pro besedy, kuchyňka, sociální zařízení) je možné si také pronajmout na různé soukromé akce, oslavy apod.

### ZPÁTKY DO MINULOSTI, ANEB JAK TO BYLO NA PŘÍMĚSTSKÝCH TÁBORECH

I loni o prázdninách se pořádaly v Centru pod střechou čtyři týdny letních příměstských táborů s různým zaměřením. První byl tematicky zaměřen na Olympijské hry, a to zejména proto, že celé prázdniny probíhaly přípravy na skutečné Olympijské hry v Brazílii. První den tohoto tábora probíhala olympijská příprava, podle které jsme pak rozdělovali děti do týmů, které byly nazvány podle různých zemí světa. Za vybrané státy pak soutěžily v různých disciplínách celý týden. Díky výletu si naši olympionici mohli vyzkoušet i netradiční sporty jako lukostřelbu nebo lezení na horolezecké stěně. Tábor Tajuplný ostrov nám umožnil společně s dětmi probádat novou neobydlenou část uprostřed moře, na které ztroskotala naše posádka.

Podle nalezené mapy z láhve jsme měli za úkol najít velký poklad. Společně s jednotlivými kmeny táborových účastníků jsme tak mohli postupně dojít až do cíle a najít ztracený poklad. S druhou polovinou naší cesty přes zdánlivě opuštěný ostrov nám pomáhal Hutlata Mutlata, dosud jediný objevený domorodec.

Třetí tábor byl výtvarně-pohybový. Každý den jsme malovali nebo vyráběli různé věci. Společně jsme pak za celý týden mohli stihnout vytvořit domácí barevné týdky, pomalovat boty a kšiltovky nebo si vyzkoušet nejrůznější pokusy. A když už jsme měli výtvarky dost, odložili jsme štětce, nazuli tenisky a šli jsme hrát hry do lesa, na louku nebo i pod střechu našeho centra. Nepromeškali jsme ani interaktivní výtvarnou výstavu v Kostelci nad Orlicí.

Poslední tábor nesl název Ekologický. Učili jsme se třídít odpad, hráli jsme hry a soutěžili v různých činnostech a hrách, které se alespoň okrajově týkaly přírody. Ve středu jsme si udělali výlet na farmu Jangelec, kde na nás čekal indiánský program, a děti se mohly svést na koních. Další den jsme navštívili farmu v Letohradě, kde jsme se dozvěděli, jak se vyrábí kozí sýr.

I přes to, že program byl již předem připravený do poslední chvíle, vždy když se na nás usmálo sluníčko, sbalili jsme plavky a šli jsme se podívat na místní koupaliště. Tábory jsme si s dětmi jako každý rok užili a už teď se těšíme na další v roce 2017.

*Za táborový tým Centra pod střechou:  
Romana, Lenka, Petra*

### KONTAKTY:

Centrum pod střechou,  
Taušlova 714, 561 51 Letohrad,  
e-mail: podstreichou@seznam.cz  
RC Mozaika: Petra Jarošová,  
Tel.: 731 402 336  
NZDM Street: Bc. Lenka Doubravová,  
Tel.: 731 420 344  
Facebook: NZDM Street-Letohrad  
Facebook: Rodinné centrum Mozaika Letohrad

## Centrum pod střechou bylo podpořeno z Tříkrálové sbírky 2016

## RODINNÉ CENTRUM KOPRETINA SLOUPNICE

Stejně jako v letech předešlých i v roce 2016 byla činnost RC Kopretina orientována především na malé děti od narození do šesti let, a to formou dopoledního setkávání maminek, a dále na děti školního věku, formou zájmových kroužků.

Dopolední setkávání maminek na mateřské dovolené s dětmi bývá pravidelně každou středu. V průběhu roku 2016 navštívilo v rámci dopoledního setkávání RC Kopretinu celkem cca 18 maminek a 20 dětí. Program dopoledního setkávání je vytvářen s ohledem na zúčastněné děti a na jejich věk. Nabízí se možnost výtvarného tvoření, zpívání, hraní her a dětem je k dispozici herna s hračkami. Pro maminky je zde prostor pro povídání o dětech, o vaření, atd.

Každé pondělí se konal v centru přírodovědný kroužek zaměřený na chov domácích mazlíčků. Kroužek byl rozdělen na dvě skupiny – „Hrátky se zvířátky“ (pro předškolní děti) a „Chovatelský kroužek“ (pro školní děti), které vedla Marcela Pavelková. Děti měly v kroužku

možnost naučit se starat o domácí mazlíčky. V RC Kopretina je ZOO koutek s morčaty, křečičky, rybičkami a vodní želvou. V rámci kroužku také děti chodily na exkurze k různým chovatelům, do zverimexu, apod.

Každé úterý odpoledne vedla paní Helena Dolečková „Kroužek tanečních a pohybových her“ v tělocvičně ZŠ. Kroužek je určen dětem předškolního a mladšího školního věku. Děti



*Spolupráce při stavbě silnice*



z kroužku měly již tradičně na jaře taneční vystoupení na Setkání důchodců v Sokolovně ve Sloupnici, kde vždy sklízí velkou pochvalu.

Poslední hodinu v červnu měly děti závěrečné vystoupení pro rodiče v tělocvičně ZŠ Sloupnice.

Páteční odpoledne bylo vždy věnované výtvarnému tvoření, kdy se střídaly dva kroužky: v sudý týden „Dívčí dílnička“ - pro děvčata od 9 let pod vedením Moniky Hebkové a v lichý týden kroužek „Šikovné ručičky“ – pro děti od 5 do 9 let, který vedla slečna Kateřina Klusoňová. V obou kroužcích se kromě malování tvořilo z různých materiálů – filcu, vlny, látky, kůže, fimo hmoty, šperky z korálků, děti si vyzkoušely

i ubrouskovou techniku a odnesly si z kroužku spoustu pěkných výrobků a dárečků.

Na závěr školního roku se v RC Kopretina jako každý rok uskutečnilo závěrečné setkání na dvorku, a to pro maminky s malými dětmi i pro děti ze zájmových kroužků, při kterém se opékaly párky, hrály soutěže a došlo i na zpívání s kytarou.

Během letních prázdnin se v prostorách RC Kopretina konal opět 14ti denní příměstský tábor pro školní děti, a s ním spojený celodenní výlet nejen pro táborové děti, ale i pro rodiče s mladšími dětmi a ostatními zájemci ze Sloupnice – tentokrát do ZOO Praha.

**RC Kopretina bylo podpořeno z Tříkrálové sbírky 2016**

Závěr kalendářního roku se v RC Kopretina vždy zakončuje společným tvořením dekoračí, ozdob a dárečků na prodejní předvánoční jarmark v restauraci U Labutě, pořádaný Mateřskou školou Sloupnice ve spolupráci s RC Kopretina.

Poslední pátek před Vánoce se v centru setkáváme k tzv. „Vánoční besídce“ - posezení maminek s ochutnávkami cukroví a dalších dobrot i s výměnou receptů, rad a zkušeností.

#### KONTAKT

Horní Sloupnice 270  
tel.: 731 604 601



## SOCIÁLNĚ-AKTIVIZAČNÍ SLUŽBY PRO RODINY S DĚTMI SOCIÁLNÍ REHABILITACE

### V rodině je základ

*Oblastní charita Ústí n.O. provozuje v Lanškrouně v Havlíčkově ulici od r. 2013 Centrum sociálních služeb. Svě místo zde našly především služby pro rodiny s dětmi včetně šesti nájemních bytů pro lidi v krizi. O práci v Centru nám vypráví jeho vedoucí, Eva Ježková:*

**Vysvětlete nám činnost služeb pro rodiny, které v Centru nabízíte.**

Sociálně aktivizační služba je služba pro rodiny, ve kterých jsou narušeny jejich základní funkce. Docházíme přímo do domácností klientů, pomáháme rodičům (zejména maminkám) s praktickými činnostmi – např. hospodařit s penězi, postarat se o domácnost, pečovat o dítě, doprovázíme je na úřady, k lékaři apod. spolupracujeme každý rok s třemi desítkami rodin z celého okresu.

„Sociální rehabilitace“ je služba pro rodiny i jednotlivce, kteří potřebují naučit určité samostatnosti a nezávislosti na dalších osobách či institucích. Učíme klienty např. nácvik telefonního rozhovoru nebo se vyvarovat dalším dluhům apod.

#### **Jak jsou využívány nájemní byty?**

Byty sociální rehabilitace slouží k přechodnému bydlení (zpravidla na 1 rok) osobám, které se ocitly v těžké životní situaci. Zájem o tyto byty roste. Cílem je, aby se klienti, co nejdříve osamostatnili. Proto jim pomáháme i s hledáním vlastního bydlení.

**Můžete nám říci nějaký příběh, který by dokumentoval, co vaše práce s rodinami obnáší?**

Pracovali jsme třeba s maminkou, která měla dvě děti, a sama měla psychické potíže. Jedna z dcer chodila do školy, mladší nastupovala do první třídy. Vždy, když přijde nenadálá situace, psychický stav maminky se zhorší, takže naší úlohou bylo podporovat ji v době nástupu dětí do školy. Ta paní byla samoživitelka, otec dětí neplatil výživné. Neuměla s penězi dobře hospodařit, často se stávalo, že peníze na celý měsíc utratila během čtrnácti dnů a pak už jí nezbylo skoro nic. Museli jsme proto rozvrhnout peníze tak, aby vedle nutných pomůcek do školy zbylo i na běžný chod domácnosti. V září platila paní

dětem třídní fondy, kroužky, družinu, obědy, školní pomůcky. Do toho se také objevily dluhy. Pomohli jsme jí domluvit splátkové kalendáře a začít splácet, doprovodili jsme ji např. na městský úřad (dluh za platbu odpadů), na vodárenskou společnost, či domluvily schůzku na pobočce RWE. Následně jsme zavedli „obálkový systém“, tzn. na každý dluh jednu obálku a každý měsíc peníze rozdělíme na nutné výdaje včetně rezervy na roční vyúčtování. Snažíme se, aby se tento systém paní naučila používat.

Jelikož psychický stav maminky je jako na houpačce, stále se jí snažíme povzbuzovat v tom, co dělá dobře. Jsou dny, kdy nevládne jít ani zaplatit složenku. Když jí ale doprovodím, cítí se jistější a postupně se učí zvládat starost o děti, o sebe i domácnost. Občas nám říká: „když přijдете, je nám vždy o kousek lépe“, a to nás potěší.

**Jak se vám daří naučit dospělého člověka třeba hospodařit s penězi nebo být vytrvalý a důsledný ve výchově dětí?**

Naše služba je dobrovolná, tzn. že klient s naší spoluprací souhlasí. Nejdůležitější je navázat vztah. Když lidé vidí, že nám mohou věřit, a že je bereme jako partnery, pochopí, že to s nimi myslíme dobře a snaží se.

#### **Vaše práce musí být psychicky náročná**

To někdy je. A také není moc vidět. Když totiž naučíte někoho třeba dělat s dětmi úkoly, nakoupit si nebo chodit pravidelně do práce, tak pro většinu lidí to je naprosto normální věc, nad kterou není třeba se pozastavovat. Ale pro toho človíčka, který se to naučí, to je záchrana. Ano, velmi často je to běh na dlouhou trať, rychlá a zázračná řešení neexistují. Ale ta práce a trpělivost se vyplatí.

**Je podle vás užitečné dávat lidem, kteří hospodaří s málem, materiální věci?**



*Klienti při prázdninovém tvoření*

V rámci služby to neděláme. Nabízíme našim klientům partnerský vztah a pak se s nimi zamyslíme, jak bychom mohli jejich problémy společně řešit. Naším cílem je, aby se rodiny staly samostatné a zodpovědné za svůj život. Někdy lidem bohužel otevře oči až pád na samé dno, a až to je pro ně ta zásadní motivace ke změně. Ale jsou samozřejmě situace, kdy se materiální pomoc poskytuje. Tyto situace jsou řešeny individuálně přes naši organizaci a vždy se také provádí sociální šetření, aby se předešlo případnému zneužití.

#### **Jak vás rodiny kontaktují?**

Z větší části nás kontaktují pracovníci orgánů sociálně-právní ochrany dětí, kteří rodinu znají a také nás s ní seznámí. Občas nás kontaktují učitelé, lékaři nebo psycholog. Samozřejmě nás mohou kontaktovat i samy rodiny, a v tomto případě bývá spolupráce neefektivnější.

#### KONTAKT

Centrum sociálních služeb,  
Havlíčková 1129, 563 01 Lanškroun  
Bc. Eva Ježková, DiS., vedoucí, tel. 734 281 416  
e-mail: centrum.lan@orlicko.cz



**Služby „Šance pro rodinu“ a Sociální rehabilitace byly podpořeny z Tříkrálové sbírky 2016**

## SLUŽBY PRO OSOBY BEZ PŘÍSTŘEŠÍ

Oblastní charita provozuje dvě zařízení, ve kterých se mohou lidé bez přístřeší umýt a vyměnit si oblečení – Nízkoprahové denní centrum v Lanškrouně a sociální sprchu v Ústí n.Orl. Obě zařízení jsou potřebná a hojně využívána. Klienti postupně získávají návyk umýt se před návštěvou lékaře nebo úřadu, před pracovním pohovorem atd. V NDC Lanškroun je navíc poskytováno sociální poradenství – sociální pracovnice u klientů zjišťují, zda pobírají sociální dávky, na které mají nárok, ptají se na možnost pomoci ze strany rodiny, zjišťují kapacity ubytoven, pomáhají těm, kdo si aktivně hledají práci atd.

### NÍZKOPRAHOVÉ DENNÍ CENTRUM LANŠKROUN

#### KONTAKT:

Lanškroun, Havlíčkova 1129

Bc. Eva Ježková, DiS., vedoucí, tel. 734 281 416

e-mail: centrum.lan@orlicko.cz

#### Provozní doba:

pondělí: 8.00 - 14.00 hod.

úterý: 8.00 - 14.00 hod.

středa: ZAVŘENO

čtvrtek: 8.00 - 14.00 hod.

pátek: 8.00 - 14.00 hod.

### SOCIÁLNÍ SPRCHA ÚSTÍ NAD ORLICÍ

#### KONTAKT:

Ústí nad Orlicí, 17. listopadu 69

tel. 731 402 314

#### Provozní doba:

Pondělí: 10 – 14 hod.

Středa: 10 – 14 hod.

### Služby pro osoby

#### bez přístřeší

jsou podpořeny z Tříkrálové sbírky



### ZPRÁVA

Františka je pohledná mladá žena, holka krev a mlíko. Vysoká hrdá postava, bystrý praktický úsudek, smysl pro humor. Má se k práci, vždyť je ze statku...

Když se zasměje, každý hned pookřeje. Její srdečný smích je jak líbezná zvonkohra, přirozený jako když dítě hladíte po vláskách, radostný jako když náhle uslyšíte milovaný hlas...

Sedí v kanceláři, kterou má označenou jménem a telefonem, a do níž tu a tam zavítají i bezdomovci. Někteří brblají, někteří chtějí dvacku na pivo nebo vyměnit oblečení, někteří při čaji vypráví báchorky, někteří se zlobí a nadávají, někteří poděkují... Nakonec jdou všichni dál.

Jednou se ozvalo nejisté zaklepání. Mladší muž, který vešel, působil unaveně a byl cítit močí. Nechtěl si sednout, jen požádal o spodní prádlo a kalhoty. Když mu Františka dávala obnošené šatstvo, plaše se pousmál. Pak hned rychle odešel...

Asi za hodinu přišla Františka tato sms: „Jste krásná!“

Dárek od bezdomovce...

/M

## SOCIÁLNÍ ŠATNÍK

Dobrovolnice přebírají věci, které lidé už nepotřebují a přinesou je během pravidelných sbírek, pořádaných Oblastní charitou. Po vyřídění slouží věci dále klientům našich služeb:

- sociálně potřebným rodinám s dětmi
  - lidem bez domova
  - klientům Pobytového střediska žadatelů o mezinárodní ochranu v Kostelci nad Orlicí.
- Tyto sbírky zajišťuje cca 6 dobrovolnic, které na nich odpracují ročně kolem 160 hodin.

### Letohrad

Na Kopečku 356, tel. 734 769 713

Každou první středu v měsíci od 13 do 16 hod.

### Lanškroun

Havlíčková 1129, tel. 733 611 556

Každý první čtvrtek v měsíci od 9.30 do 15.30 hod.

### Přijímáme:

Použitelné a čisté šatstvo, obuv, ložní prádlo, nádobí, dětské pleny

## DOBROVOLNÍCI

V naší činnosti nám pomáhá řada dobrovolníků, bez jejichž přispění by některé aktivity nemohly být vůbec uskutečněny.

- S Charitním plesem v Letohradě nám pomáhá cca 60 dobrovolníků (kuchyň, výzdoba, tombola atd.)
- Provoz RC Koptina Sloupnice je částečně zajištěn dobrovolnický, několik maminek se zde stará o chod a program celého centra.
- Se sbírkami a tříděním šatstva nám pomáhá cca 6 dobrovolnic
- V Rodinném centru Mozaika nám dobrovolníci částečně lektorují volnočasové aktivity, další pomáhali s organizací příměstského tábora, s úklidem a hlídáním dětí.
- Dvě dobrovolnice nám vyčistily pokladničky po Tříkrálové sbírce.
- Jedna dobrovolnice pomáhala s provozem sociální sprchy v Ústí n.O.
- Na největší akci - Tříkrálové sbírce - se podílí řádově 1500 koledníků a 70 asistentů a další desítky jejich spolupracovníků pomáhají s organizací sbírky v místě svého bydliště.

**Vše je pro nás neocenitelná pomoc a velmi za ni děkujeme.**

## ADOPCE NA DÁLKU

*V loňském ročníku sbírky se v kostelech letohradské farnosti a díky individuálním dárcům vybralo 80.494,- Kč na podporu vzdělání dětí z nejhudších částí Indie.*

Protože v březnu 2016 ukončil jeden student své středoškolské vzdělání, snížil se počet podporovaných dětí na dvanáct – jedenáct z oblasti Belgaum a jedno z Bangaloru. Vybrané finanční prostředky byly použity na zaplacení nákladů na další rok studia těmto dětem (60.000,- Kč). Zbývajících 20.494,- Kč bylo zasláno jako jednorázový příspěvek pro děti, které jsou bez dárce. Jedná se o děti, které jsou již ve vyšších ročnících školy, a z nějakého důvodu o svého dárce přišly.

Projekt Adopce na dálku má pro indické děti velký význam. Vzdělání jim umožní sehnat v budoucnu kvalifikovanou práci. Internátní škola, která byla vybudována díky českým dárcům, poskytuje dětem kvalitní vzdělání. Dětem, které nemají rodiče, se stala domovem, získají zde kamarády, mají možnost lékařské péče. Pět tisíc Kč ročně tak může zásadně změnit život jednoho dítěte v Indii.

Děkujeme za podporu všem, kdo přispěli na tento projekt.

Více informací k projektu v Letohradě najdete na: [www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz) a ke koordinaci projektu Adopce na dálku: [www.hk.caritas.cz](http://www.hk.caritas.cz)

## EKONOMICKÁ ČINNOST

### Prodejna papírnickví Letohrad

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.

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.

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

## CHARITNÍ PLES

Zveme Vás na XXI. Charitní ples **4. února 2017** v 19.30 h.  
v Orlovně Letohrad-Orlice.

Výtěžek z plesu bude určen na opravu  
střechy budovy správního střediska v Letohradě

Vstupenky si rezervujte na tel. 465 621 281 nebo e-mail: [charleto@orlicko.cz](mailto:charleto@orlicko.cz)

## UDÁLOSTI 2016

**Leden** – Tříkrálová sbírka se znovu setkala s pozitivním přijetím a překonala dosavadní rekord, do 524 pokladniček se v okrese vybralo 2.439.598,- Kč.

- ukončen projekt ERA pomáhá regionům „Sestra v akci v autě“ s výsledkem 115.500,- Kč na pořízení nového auta pro charitní sestry.

- V projektu Společně za úsměv Obchodního družstva Konzum - Jsme tu doma bylo vybráno 3.401,- Kč na vybavení nových prostor Občanské poradny v Ústí nad Orlicí

**Únor** – Charitní ples. Výtěžek z jubilejního 20. plesu v Letohradě ve výši 83.199,- Kč byl věnován na opravu střechy správního střediska v Letohradě.

- Dvě benefiční představení Jaroslava Duška „Čtyři dohody“ v Letohradě a Ústí nad Orlicí. Pořadatelé akcí a účinkující věnovali výtěžek 60.000,- Kč na domácí hospicovou péči.

- Setkání asistentů Tříkrálové sbírky v DPS sv. Kryštofa

- Setkání rodin hospicových pacientů v Ústí n.O.

**Březen** – předvelikonoční zastavení pro zaměstnance s panem farářem Václavem Vackem

- Setkání rodin hospicových pacientů v Letohradě

- Při Velikonočních obřadech ve farnosti Letohrad byli oceněni čtyři zástupci Charity za pomoc druhým

**Duben** – účast na Veletrhu sociálních služeb v Ústí n.Orl.

- Jarní sbírka šatstva v Letohradě

**Květen** – pečovatelská služba v Letohradě se osamostatnila oddělením od ošetrovatelské služby

- Děti ze ZŠ v UO-Kerharticích navštívily a obveselily klienty DPS sv. Kryštofa.

**Červen** – studenti ŠŠUP v Ústí n.O. vyrobili naši Charitě propagační videospot, který je umístěn na informačním panelu na náměstí v Ústí n.O.



**Prázdniny** – příměstské tábory v Letohradě a Sloupnici

**Září** - burza filantropie v Ústí n.O.

- Účast na Veletrhu sociálních služeb v Žamberku

- DEN CHARITY v DPS sv. Kryštofa

- Integrovaná setkání v Ústí n.O.

**Říjen** – podzimní sbírka šatstva v Letohradě

**Prosinec** – setkání zaměstnanců

## Udělat radost babičkám je pro děti velké povzbuzení

Kerhartická základní škola obnovila spolupráci s obyvateli Domu pokojného stáří sv. Kryštofa, která byla navázána na samém začátku, tedy v r. 1999.

„I když se zrušil denní stacionář, nechtěli jsme přijít o návštěvy dětí, a tak jsme oslovili místní školu,“ říká vedoucí DPS, Veronika Šimková. A její snaha se setkala s pochopením: „Chtěla jsem dát dětem v rámci výuky českého jazyka příležitost ke komunikaci se staršími lidmi,“ vysvětluje paní učitelka Šimková, „naučit je neformálně a přirozeně reagovat na konkrétního člověka, který třeba hůř slyší, přizpůsobit mu tempo řeči, mluvit zřetelně, přemýšlet o tom, jak se vyjádřit a hlavně poslouchat.“

Děti zde o Vánocích zpívaly koledy a v létě před prázdninami se přišly pochlubit vysvědčením. Babičky a dědečkové si pro ně zase nachystaly svá krasopisně psaná vysvědčení, staré učebnice, sešity, a dokonce si pro děti připravily příklady k počítání. „Děti měly pro každý případ napsané otázky, na co se mohou

zeptat,“ říká paní učitelka, „ale po prvopočátečním ostychu bariéry rychle opadly.“ Najednou tu byl někdo, kdo má čas, a tak se vyprávělo.

„Překvapilo nás, jak rychle mezi sebou děti a senioři navázali kontakt a jak živě se zajímali jeden o druhého. Bylo to určitě přínosné pro obě strany,“ dodává Veronika Šimková, „naši klienti úplně pookřáli, děti jim dodaly optimismu.“

Záměr paní učitelky se tedy podařil. Udělat radost babičkám a dědečkům je pro děti totiž velká motivace. A děti jsou opravdu pilné – v květnu zpívaly a tančily v DPS ke Dni matek, v červnu pozvaly děti klienty DPS na oplátku k nim do školy, kde zahrály a zazpívaly slavný muzikál Dracula, a v září připravily pro širokou veřejnost program ke Dni charity. Vystoupení dětí jsou vždy krásná, plná radosti, opravdovosti a energie mládí, a tím se každý rád nechá dobrovolně „nakazit“. Děkujeme dětem a paním učitelkám a těšíme se na další spolupráci.

*Děti na návštěvě v DPS*

## ERA POMÁHÁ REGIONŮM



## Nové auto pro sestřičky

Loni na jaře vyjely sestřičky za svými pacienty v novém autě. Díky projektu ERA pomáhá regionům, do něž se zapojilo třináct dárců včetně samotné ERY (Michal Vyhnálek, Teddies s.r.o., Žamberk, Forez s.r.o., Ostrov, Obecní úřad Jehnědí, CK daňová kancelář, Mgr. Ing. Dagmar Christophová, Rychnov nad Kněžnou atd.), díky sdružení Spousti Ústí n.Orl., herci Jaroslavu Duškovi a dvěma jeho benefičním představením i dalším dárcům se podařilo shromáždit potřebné finanční prostředky a zakoupit auto osvědčené značky Škoda.

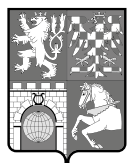
Naše sestry mají každoročně v péči více než 1.600 pacientů v okrese. Automobil je pro ně nepostradatelný pracovní prostředek, který jim umožňuje dostat se i do hůře dostupných míst v okrese a rozšířit službu o nové pacienty.

Všem jmenovaným dárcům i těm, jejichž identifikaci neznáme, děkujeme. Vážíme si této podpory, která nám umožňuje konkrétně pomáhat.



## Burza filantropie

V září 2016 proběhl v Ústí nad Orlicí další ročník burzy filantropie, aktivity založené na spolupráci sektoru podnikatelského, neziskového a veřejné správy. Projekt Oblastní charity „Teplo pod kontrolou“ získal podporu ve výši 51.500,- Kč. Částka je určena na zateplení a opravu budovy v Ústí n.O., kde má sídlo charitní ošetrovatelská služba a domácí hospicová péče, občanská poradna, půjčovna kompenzačních pomůcek a sociální sprcha pro osoby bez přístřeší. Na projekt Oblastní charity přispěl Konzum Ústí n.O. - sdružení Jsme tu doma, Pardubický kraj, Město Ústí n.O., firmy IVECO Czech Republic, a.s., Medesa, s.r.o. Polička a Ecos Choceň. Děkujeme za podporu.



Design • Scan • Sazba • Osvět  
Jiří Pecháček  
Třebovská 109, 562 03 Ústí nad Orlicí  
tel.: 737 174 915  
e-mail: pechacek.jp@gmail.com

**Příspěvkové konto:**  
**831240611/0100**



## Na Dni charity se potkaly všechny generace

Pracovníci Domu pokojného stáří sv. Kryštofa v Ústí n.O.-Kerharticích připravili 16. září pro své klienty i širokou veřejnost zábavné odpoledne. Nejdříve přišly diváky potěšit děti z místní základní školy. Za dva týdny nacvičily a s velkým zaujetím předvedly pásmo písniček a tanců. Děti vystřídal kejklíč Vojta Vrtek a svými kousky vykouznil úsměv na všech tvářích. Oblíbený Šedousbend pak hrál dlouho do večera. Po celé odpoledne měli návštěvníci možnost prohlédnout si dva nájemní byty, klienti DPS připravili prohlídku bylinkové zahrádky i se zasvěceným výkladem a ukázkou ručních prací. Bylo to radostné, prosluněné odpoledne, na němž se s naprostou přirozeností setkali lidé všech věkových skupin.

## DĚKUJEME ZA PODPORU V ROCE 2016

Ministerstvo práce a sociálních věcí  
Ministerstvo vnitra  
Pardubický kraj  
Evropský sociální fond  
Město Ústí nad Orlicí  
Město Letohrad  
Město Lanškroun  
Město Česká Třebová

Město Králupy  
Město Vysoké Mýto  
Město Žamberk  
Obec Sloupnice  
Obec Dolní Čermná  
Obec Lukavice  
Obec Orličky



**Lékárna U Kosmy a Damiána  
Letohrad**

*Podrobný seznam dárců najdete na našich webových stránkách [www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz)*



Třebovská 109, ÚO Hylváty  
tel.: 465 525 741  
e-mail: [grantis@grantis.cz](mailto:grantis@grantis.cz)  
[www.grantis.cz](http://www.grantis.cz)

## TISK NÁS BAVÍ

LETÁKY, PLAKÁTY, TISKOPISY, POZVÁNKY, VIZITKY,  
PROSPEKTY, ČASOPISY, BROŽURY, KNIHY,  
DIGITÁLNÍ TISK,  
OFSETOVÝ TISK DO FORMÁTU A2.

Vydává Oblastní charita Ústí nad Orlicí

Na Kopečku 356, 561 51 Letohrad, tel.: 465 621 281, [www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz), e-mail: [charleto@orlicko.cz](mailto:charleto@orlicko.cz), číslo účtu: 831240611/0100, redakce: Iva Marková. Za tiskařské a grafické práce děkujeme: Jiřímu Pecháčkovi a Ing. Vlastimilu Bartošovi, GRANTIS, s.r.o., Ústí nad Orlicí.