



Leden 2019

Vydává Oblastní charita Ústí nad Orlicí

www.uo.charita.cz

Ročník XVII.

ÚVODNÍ SLOVO

Milí čtenáři Charitních aktualit, v životě člověka se střídají chvíle radosti a smutku, pohody a starostí, napětí a úlevy. Je bohatství mít někoho, s kým se o to vše může člověk podělit.

Předkládáme vám další číslo Charitních aktualit, kde se můžete dočíst o našich službách i reakce z vašich dopisů. Velmi si vaši zpětné vazby vážíme. Je pro nás odměnou a povzbuzením v další práci.

Děkuji všem pracovníkům, dobrovolníkům, dárcům, obcím, farnostem, všem, kteří dílo Charity podporujete. Uvědomuji si, ko-

lik krásných lidí kolem sebe máme. Naplňuje mne to radostí a optimismem. Buďme vnímaví k dobru, které je v nás a kolem nás, i když ze zpráv v mediích máme dojem, že převažuje ta druhá strana.

V uplynulém roce jsme si v pracovním koloběhu dopřáli krátká zastavení v Koučink akademii České Libchavy. Díky panu Štěpánkovi jsme si mohli tyto kurzy dovolit. Uvědomili jsme si co znamená a jak cenná je spolupráce, které hodnoty jsou pro nás ty nejdůležitější...

Na závěr jeden úplně obyčejný příběh: Jeden pán se vrátil do obchodu, ve kterém ráno nakupoval. Přistoupil k prodáváči a řekl mu: "Promiňte, že ruším, ale dnes ráno jsem vám dal tisícikorunovou bankovku a vy jste se spletl, když jste mi vrátil nazpět." Prodáváč odpověděl: „Je mi líto, pane, ale měl jste to říct hned, teď už je na to příliš pozdě!“ Zákazník na to: „Všiml jsem si toho bohužel až teď. Ale vůbec mi to nevadí. Přišel jsem vám vrátit stokorunu, kterou jste mi dal navíc.“

Požehnaný rok 2019 Vám přeje

Marie Malá, ředitelka

TŘÍKRÁLOVÁ SBÍRKA 2019



Dobročinnou Tříkrálovou sbírku pořádá Charita ČR již podevatenácté a její výtěžek je určen především na **podporu charitních služeb v našem regionu**. Oblastní charita Ústí nad Orlicí zaměstnává cca 140 lidí a v celém okrese poskytuje více než desítku služeb lidem všech generací.

Služby Oblastní charity využívají mladí i starší - lidé čelící nemocem a zdravotním potížím, chudobě či samotě. Také stabilní rodina je základem životní jistoty každého člověka, a právě její podpora je jedním z hlavních cílů činnosti Oblastní charity. V tomto ročníku Tříkrálové sbírky podpoří dárci tyto charitní služby na Orlickoústecku:

- Sociálně terapeutické dílny
- Stavební úpravy Centra pod střechou a činnost jeho služeb
- Pečovatelská služba
- Domácí hospicová péče
- Rodinná centra
- Sociální rehabilitace
- Zařízení pro osoby bez příštěší
- Dar na realizaci humanitárních projektů v zahraničí
- Přímá pomoc lidem v nouzi

Ve sbírce za rok 2018 se v orlickoústeckém okrese vybralo do 586 pokladniček celkem 2.895.811,- Kč. 65 % výtěžku použila Oblastní charita v souladu se záměry zejména na zajištění domácí hospicové péče, sociálně terapeutických dílen 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 %).

Dávání a brání je principem každého života. Až budou v lednu u našich dveří koledníci zpí-

vat „šťěstí, zdraví *vinšujem* vám...“, můžeme se jejich přáním nechat obdarovat. Zároveň i tentokrát nabídnou možnost přispět prostřednictvím Charity potřebným.

Bližší regionální informace k TS a k činnosti Oblastní charity naleznete na www.uo.charita.cz a v časopise Charitní aktuality. Obecné informace k Tříkrálové sbírce najdete na www.trikralovasbirka.cz

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.



Oblastní charita Ústí n.O. poskytuje v okrese patnáct služeb a všechny mají společného jmenovatele: podpora rodiny

Rodina jako záchraná sít

Rodina má ve společnosti zcela nezastupitelné místo. Oblastní charita Ústí nad Orlicí sílí své služby právě na podporu rodiny a všech jejích členů bez ohledu na věk.

Klima ve společnosti není pro rodinu ideální, proto je třeba znovu objevit její nezastupitelnou hodnotu a krásu. V běžném životě totiž přispívá k pocitům spokojenosti především naše nejbližší rodina. Podpora rodiny je také jedna z nejvyšších priorit Oblastní charity Ústí n.O. „Ve všech službách, které poskytujeme, se setkáváme s lidmi, kteří volají po pozornosti okolí a potřebují pomoc. Často vidíme, že když rodina dobře funguje, a některý z jejích členů se ocitne v životních nesnázích, plní úlohu záchrané sítě.“ říká ředitelka Marie Malá a dodává: „naše služby se zaměřují na všechny věkové kategorie – od kolébky až po hrob.“

Nabízené služby

Rodičům s malými dětmi slouží dvě rodinná centra a mládeži Nízkoprahový klub. Pracovnice terénní služby Šance pro rodinu zajíždí přímo do ohrožených rodin v celém okrese, kde učí rodiče konkrétním dovednostem a převzetí zodpovědnosti za chod rodiny.

V občanské poradně se setkáváme s neblahými vlivy, které rodiny ohrožují - např. dluhy, exekuce, rozvody, neplacení výživného atd. Následky většinou nesou ženy s dětmi, které často nemají nikde dovolání. Hodně lidí naivně a nerozvážně naletí lákavým nabídkám rychlých půjček, které slibují zaručené štěstí, a přivedou tak rodinu do vážných problémů. Rychlé štěstí ale neexistuje, štěstí pramení spíše z letitého budování vztahů, věrné péče o rodinu a trpělivé práce na pracovišti.

Nemocným je určena charitní ošetrovatelská služba a půjčovna kompenzačních pomůcek. Domácí hospicová péče pomáhá rodinám, kte-

ré se starají o nevléčitelně nemocné příbuzné. Zdravotně handicapovaným lidem slouží osobní asistence, pečovatelská služba či sociálně terapeutické dílny. I zde je pečující zázemí rodiny velmi důležité pro spolupráci s těmito službami.

A konečně: i lidem, kteří domov nemají, poskytujeme v našich zařízeních možnost hygieny, výměny oblečení a snažíme se jim pomoci, aby se vrátili zpět do samostatného života.

Charita podporuje rodinu

Budovat rodiny je důležité i přes různé těžkosti, které život přináší. Vytváření bezpečného zázemí domova na základě vzájemné lásky je důležitý vzorec pro životní postoje dalších generací.

Charita podporuje tradiční model rodiny s jeho hodnotami zodpovědnosti, slušnosti, ohleduplnosti a nabízí k tomu své služby.

Naprostá většina těchto služeb je spolufinancována z Tříkrálové sbírky.

PÉČE O NEMOCNÉ

Brala jsem to, jak to přišlo...

Anna Barnetová (1946) z Letohradu dosloužila sedmi lidem do konce jejich života. Lidem, kteří nebyli většinou z rodiny, ale potřebovali, aby jim byl někdo nablízku a postaral se o ně. Nic takového dopředu neplánovala. Prostě jí tato životní výzva přišla do cesty, a ona ji následovala. Viděla starého člověka, viděla, že jí někdo potřebuje...

První setkání se smrtí prožila už jako 8letá dívka, když po úraze elektřinou zemřel ve 38 letech její tatínek. Maminka pak zůstala s pěti dětmi sama. Později se Anna vdala a Barnetovým se narodily tři děti.

Prvního pacienta ošetřovala celých 15 let, od r. 1990. „Pan H. byl manželův známý, a když ovdověl, prosil mě, jestli bych mu nepomohla s domácími pracemi. No tak jo, a začala jsem s úklidem. Bylo to fajn, ledaskdy mě bral s sebou na výlety, na návštěvy. Říkal, že jsem jeho pečovatelka, a že musím s ním. Starala jsem se mu o domácí zvířectvo, zahrádku, sekli jsme zahradu kosou. Postupně jsem ještě přibrala docház-

ení pro obědy, když nemohl, a pak jsem pro něj i vařila. Když se zdravotně zhoršil, bydlel tady u nás doma. No a poslední rok, to už byla intenzivní péče ve všech směrech. Mytí, jídlo, oblékání. Měl Alzheimerovu chorobu, tak jsem ho musela i zamykat a hlídat, aby neutekl ven. Pořád by utíkal do práce... K poslednímu už to s ním bylo zlé. Poslední týden mně chodila pomáhat sestra z Charity s mytím. Byl pořád velmi zpocený. A jednou jsem ho takhle chytila na sednutí, abych ho převlíkla, a on mně umřel v náručí. V poledne ještě tak krásně jedl, měl svíčkovou, a večer zemřel.“

V čase této péče zemřela v r. 2002 maminka paní Barnetové a v témže roce chodila vypomáhat s péčí o starou paní Ch. O šest let později zemřel i manžel František. V roce 2010 následovala péče o pana Václava a po jeho smrti i starost o jeho paní. Denní návštěvy u ní doma a později třikrát v týdnu v Albertinu v Žamberku, kam dojížděla až do jejího skonu na kole. „Paní mně vždycky říkala: To je tak krásný, když za mnou přijdeš. Ty jsi moje zlato!“

Následovalo sedm let s panem S.: „Oba jsme byli vdovci a on se mě jednou ptal, jestli bychom spolu mohli kamarádit. No tak jo. Říkala jsem si, že už je starý a bude třeba potřebovat jednu obsluhu. Tak jsme se začali kamarádit a už mně to zůstalo. Tři roky to bylo pěkný, jezdili jsme na výlety, návštěvy, pracovali jsme spolu. Pak měl operaci a po ní trpěl úporným průjmem. Čtyři roky jsem ho ošetřovala s tím průjmem... Postupně chřádl. Nejdřív jsem za ním jezdila třikrát týdně, pak každý den. Poslední den ráno jsem spěchala, abych ho mohla dát do pořádku, protože měl přijet pan farář. S panem farářem si pěkně popovídali, a odpoledne v klidu zemřel.“

A jak jí to napadlo starat se o lidi až do konce? „Mě to ani nenapadlo, to ke mně přišlo samo. Prostě se objeví člověk, zeptá se, jestli mu můžu s něčím pomoci... a je to. A mně nedělá problémy pracovat. Těšilo mě, že to mohu pro toho člověka vykonat, a že se mnou byli všichni spokojení... O každého jsem se starala, jako kdyby byli moji.“

Charitní ošetrovatelská služba

Ústí nad Orlicí:

17. listopadu 69, tel. 731 402 340,
chos.uo@uo.hk.caritas.cz

Česká Třebová:

Hýblová 63, tel. 731 402 330,
chos.ct@uo.hk.caritas.cz

Choceň:

U Koupaliště 1902, tel. 731 402 332,
chos.chocen@uo.hk.caritas.cz

Lanškroun:

nám. A.Jiráskova 2, tel. 731 402 339,
chos.lan@uo.hk.caritas.cz

Letohrad: Na Kopečku 356, tel. 731 402 338,
chos.let@uo.hk.caritas.cz

Pečovatelská služba

Letohrad:

Na Kopečku 356, tel. 734 769 711,
chps.let@uo.hk.caritas.cz

Službu poskytujeme na území obcí: Letohrad, Šedivec, Mistrovice, Nekoř, Verměřovice, Dolní Čermná, Horní Čermná

Ústí nad Orlicí:

Sokolská 68, tel. 731 402 341,
chps.uo@uo.hk.caritas.cz

Službu poskytujeme na území obcí:

Ústí nad Orlicí, Oucmanice, Mostek, Navsávky, Orlické Podhůří, Libchavy, Hrádek, Jehnědí, Sudislav nad Orlicí, Velká Skrovnice, Sudslava, Seč, Podlesí, Sopotnice.



Půjčovna pomůcek

Ústí nad Orlicí, Ul. 17. listopadu 69,
tel. 731 402 314,

e-mail: pujcovna.uo@uo.hk.caritas.cz

Letohrad, Na Kopečku 356, tel. 731 598 830,

e-mail: pujcovna.let@uo.hk.caritas.cz

Lanškroun, Havlíčkova 1129,

tel. 733 611 556,

e-mail: pujcovna.lan@uo.hk.caritas.cz

PÉČE O UMÍRAJÍCÍ

Domácí hospic ALFA-OMEGA

Život každého člověka má svůj počátek i konec. Zrození je obrovský dar, radost. Narodil se nový člověk a nese svoje dary tomuto světu. Charitní Domácí hospic ALFA-OMEGA je pomocí na druhém konci příběhu, při umírání. Jsme tu

pro pacienty a jejich nejbližší, kteří vědí, že nemoc je neléčitelná, že se přiblížil konec života. A stejně jako při zrození nejsme sami, ani umírat by člověk neměl o samotě, ve strachu a bolestech.

Ježíš řekl v Knize Zjevení 22,13: „ Já jsem Alfa i Omega, první i poslední, počátek i konec.“

Domácí hospic ALFA-OMEGA nabízí pomocnou ruku tam, kde život končí. Jsme natažená dlaň. Dlaň, která pohladí, uklidní a pomůže ... dokončit příběh jednoho života.

Za mraky vždycky svítí slunce

Rozhovor s Renatou Prokopcovou, vrchní sestrou Domácího hospice ALFA-OMEGA.

Jak jste se dostala k hospicové péči?

Po mateřské dovolené jsem začala pracovat v Charitě, předtím jsem byla na interně v orlické nemocnici. Už tam jsem vnímala, že odchody lidí jsou mi něčím blízké - že bych si přála, aby lidé neumírali sami, ale v nemocnici to nešlo uskutečnit. Když jsem přišla na Charitu do ošetrovatelské služby, setkala jsem se s umíráním v domácím prostředí. Snažili jsme se, aby lidé odcházeli v klidu a smíření, a tak jsme před čtyřmi lety došli až k hospicové péči a snaže vytvořit specializovaný hospicový tým

Váš pracovní tým zahrnuje několik profesí. Jste sehraní?

Ano, v týmu máme zdravotní sestřičky, lékaře, sociální pracovníci a psychologku. Jsem velmi vděčná za všechny spolupracovníky. Všechny sestřičky vnímají velký význam hospicové myšlenky nejen ve službě pacientům, ale i v šíření této myšlenky na veřejnost - každý člověk by měl mít možnost umřít doma. Některá z děvčat sama prožila odchod blízkého člověka v rodině. Prožitek to byl tak silný, že je nasměroval k této službě. Také tým našich lékařů je úžasný. A všichni dohromady máme stejnou touhu - pomoci lidem dobře zemřít - zemřít doma mezi svými blízkými a šířit myšlenku domácího hospice mezi lidi.

Přicházíte denně do kontaktu se smrtí, což je velmi náročné. Jak odpočíváte a jak se snažíte nevyhořet?

Asi každý v pomáhajících profesích si projde obdobím euforie. I my. Byly jsme přesvědčeny, že musíme pomoci každému, až k vlastnímu sebezničení. Jenže takhle to nejde. Odpočinek je velmi důležitý pro každého. Pomáhá nám, že se můžeme vystřídat se sestřičkami ošetrovatelské služby, tedy nejezdíme jen k umírajícím. Mezi službami mají děvčata dostatečné volno. Pomáhají nám supervize a intervize s interní psychologkou, kde řešíme problémy pacientů i vlastní emoce.

Co považujete za kvalitní odpočinek?

To je podle povahy. Já si nejlepe odpočinu sportem - tělo se unaví, a hlava si odpočine. Mám v sobě hodně energie a potřebuju se fyzicky vybit, takže běhám, jezdím na kole nebo chodím do posilovny.

Jiná děvčata v týmu potřebují relaxovat v leže s knížkou, jiná jedou na výlet... Už v sobě nemáme, ani já ani mé kolegyně, pocit, že jsme nezastupitelné. Když je potřeba, zavolám, předám práci a na dva dny vypnu...

Co je pro tuto práci vedle kvalitního odpočinku ještě důležité?

Člověk musí mít v sobě potřebu a ochotu pomáhat. Musí být psychicky vyrovnaný a umět komunikovat - není to jen práce s pacientem, ale s celou rodinou a okolím. Musí to být člověk, který umí nést emoce druhých lidí, ale nenosí si je domů.

Jezdíte k pacientům a jejich rodinám, navázete s nimi určitý vztah. Jak se pak vyrovnáváte s jejich odchodem? Jak se vyrovnáváte obecně s tím, že člověk je smrtelný?

Jsem věřící a vycházím z toho, že život nám byl dán od Pána Boha a může kdykoli skončit. Nevěřím, že život smrtí končí. A to, co se snažíme dělat v hospici - aby lidé zemřeli vyrovnaní, smíření a s minimální bolestí, to si přeju i sama pro sebe. Každý máme svůj odměřený čas, a pokud v něm budeme žít tak, abychom ten čas využili, abychom nezakopali svoje hřivny, ale dál se rozvíjeli, pak víc dělat nemůžeme, a můžeme být spokojení.

Co je pro dobrý odchod ze života důležité?

Dobré je už to, když člověk ví, že konec přichází. Spousta lidí zemře náhle, třeba při autonehodě, a nemá možnost se rozloučit. Naši pacienti ale vidí, že jejich čas je vyměřen. Vidí, že mají kolem sebe rodinu, se kterou se můžou

rozloučit, poděkovat, vyříkat, co nebylo řečeno, usmířit rozhádané, v klidu vše ukončit.

A setkáváte se s tím často?

Ve většině případů lidí, které máme v péči, se to tak děje.

Zasáhla vás něčí smrt víc než jiná, a proč?

Ano. Odjakživa jsem chtěla být zdravotní sestřičkou a dodnes jsem šťastná, že jsem si to vybrala. Mám pár pacientů, kteří mě provázejí dlouhé roky, a nikdy na ně nezapomenu, i když už jsou dávno po smrti. Vyprávěli mi své příběhy, problémy, dokázali se na smrt připravit, smířit se, a ještě u toho rozdávat ze své osobnosti druhým. Dávali i při umírání. Tohle všechno mi ukázali, a pomohli mně tak v nasměrování mého vlastního života.

Co vám pomáhá a drží vás nad vodou v těžkých chvílích?

Díky víře vím, že někam patřím a někam směřuji. Důležité je mít rodinu a přátele. Přátel si velmi vážím, a pak také koníčky a zájmy. Já mám štěstí, protože jsem od přírody optimista. Věřím a vždycky jsem věřila, že ať člověk prožívá jakékoli trápení, vždycky bude líp. Moje krédo je že: za mraky vždycky svítí slunce... a jednoho dne znovu vyjde...

Kdybyste měla shrnout to důležité o domácí hospicové péči, co by to bylo?

Jsem velmi vděčná Charitě, že se podařilo v našem okrese tuto službu zřídit a postupně se daří krůčky vpřed i v legislativě. Přála bych si, abychom udrželi stabilní tým, a nemuseli odmítat pacienty. Aby se terénní domácí hospice rozšířily po celé republice, a aby hospicová myšlenka pronikla do řad mladých lidí. Časem bych ráda v hospici rozšířila i dobrovolnictví.

Velké poděkování patří všem lidem, kteří nám jakkoli pomohli, kteří stáli u zrodu této myšlenky a rozvíjeli ji, a zejména Charitě, že jsme mohli vzniknout a v dobách kdy to bylo těžké, jsme dostali důvěru a maximální podporu. Prioritou paliativní péče nikdy nebude zisk, ale pomoc.

Můžou vás zájemci o hospicové myšlenky kontaktovat? Jistě. Kdokoli se chce něco dozvědět, může se stavit přímo u nás v sídle služby, na Charitě v Ústí nad Orlicí, nebo zavolat. Každý je vítán.

Děkujeme za rozhovor.



Poděkování

Milé sestřičky, přijměte poděkování za vaši péči o mého tatínka. Díky vám táta zemřel v pohodlí domova a já jsem se s ním za ty týdny a měsíce sblížil víc než za celý život. „Netrpěl“, přestože tuším, že člověk, který umírá, nemůže netrpět. Do posledního dne se snažil dělat, že se ho to netýká. Ještě ráno myl nádobí. Pouze díky vám mohl poslední dny prožít doma a jsem přesvědčen, že také proto s námi byl o několik týdnů, možná i měsíců déle. V ústavu nebo nemocnici by to s jeho povahou mělo mnohem kratší trvání. Nebýt vás, tak nemůžu vzpomínat na to, jak rychle schovával popelník, když jste zazvonily. Po vašem odjezdu jsem ho hledal někdy i hodinu, protože už nevěděl, kam ho schoval. Každý den chtěl něco

dělat, vytapetoval celou chodbu a zase když jste zazvonily, rychle se převlékl do tepláků a v posteli dělal jakoby nic. Rád na to vzpomínám, než mi dojde, že se to už nikdy nebude opakovat.

Byla to s ním dřina. Prášky na spaní jsem mu nedával, protože po nich nemohl ani stát. Jenže ležet taky nechtěl, a tak jsem s ním byl u televize většinou až do rána. Ve dvě ráno byl schopný usnout vestoje, opřený o zeď nebo přehozený přes křeslo. Když jsem ho vzbudil, tak se hádal, že nespál a že takhle odpočívá běžně. Přesvědčit ho, aby si lehl, se mi podařilo většinou kolem třetí až čtvrté ráno. Proto vaše ranní návštěvy byly někdy takové hektické. Některé dny to byla vážně dřina, ale i tak bych se klidně staral další měsíce.

Ale je to život a vše jednou skončí. Takhle se to snažím brát a vím, že mě to mnoho naučilo. Je mi smutno, když vzpomínám. Jsem na sebe naštvaný, že jsme spolu s tátou netrvali víc času už dřív. Zároveň jsem vděčný za to, že lidem dáváte takovou možnost, jakou jsme měli my – být se svými nejbližšími až do poslední chvíle.

Mockrát děkuji všem sestřičkám a lékařům za péči, kterou jste tátovi věnovali. Rád bych zvlášť poděkoval sestřičce, která u nás byla poslední den a se vším pomohla, když táta skočil. Obdivoval jsem její profesionální přístup. Vaše práce a lidskost jsou neocenitelné. Přinášíte oživení v době umírání – a to není práce pro každého... Děkujeme!

J.B., 25 let

Klub ALFA-OMEGA

Oblastní charita otevírá prostor pro setkávání lidí, kteří se vyrovnávají se ztrátou blízkého člověka.

Chceme tímto podpořit rodiny našich pacientů. Když je v rodině těžce nemocný člověk, veškerá pomoc a péče se soustřeďuje hlavně na něj. Po úmrtí pacienta však mnozí pečující lidé zůstávají osamoceni, a potřebovali by prožité okamžiky a novou situaci s někým sdílet.

Ztráta blízkého člověka je pro pozůstalé vždy bolestná. Prožívají ve svém životě pocity, které neznají a nedá se na ně zcela připravit. Udělali významný skutek pro své blízké, kteří s nimi mohli zůstat až do konce života. Sami ale potřebují tyto prožitky zpracovat a odpovědět si na otázky: „Bylo vše správné? Proč se to stalo? Co bude teď se mnou?“

Tyto zkušenosti jsou nepřenosné. Je však velmi užitečné sdílet je s těmi, kteří nám rozumí,

protože podobnými zážitky sami prošli. Mluvit a naslouchat je hojivé. Naše společnost vytěsnila z veřejného prostoru smrt, její projevy i prožívání smutku. Svůj zármutek často potlačujeme a skrýváme. Klub ALFA-OMEGA otevírá prostor, kde si žal můžeme dovolit – místo, kde je možné o těchto věcech mluvit, pochopit je a třeba i pomoci druhým, kteří jsou na začátku truchlení. Prožitek ze ztráty může lidi spojovat.

Klub ALFA-OMEGA nabízí pravidelná setkávání lidí, kteří ztratili blízkého člověka. Skupina je otevřená všem, kdo potřebují sdílet prožité. Jednou měsíčně se scházíme v Klubu u stolu s kávou nebo čajem nad tématy kolem umírání, zármutku či odpuštění. Každý se zapojuje do té míry, do jaké sám chce.

Klub ALFA-OMEGA

Čas: od 15:30 do 17:30 hod

Místo: Oblastní charita Ústí nad Orlicí, ulice 17. listopadu 69

Termíny v roce 2019:

10. ledna, 14. února, 21. března, 11. dubna, 9. května, 13. června

Domácí hospic ALFA-OMEGA,

Ústí nad Orlicí: 17. listopadu 69

Renáta Prokopcová, vedoucí sestra,

tel. 735 168 871, hospic@uo.hk.caritas.cz

Bc. Martina Procházková, sociální pracovnice,

tel. 731 402 331

e-mail: martina.prochazkova@uo.hk.caritas.cz



Domácí hospicovou péči podporuje Tříkrálová sbírka

DOPROVÁZENÍ

Proč stáří není to hlavní?

„Pro starého člověka je důležité najít motivaci, radost ze života. Nestačí jen, aby měl jídlo a čisto, ale aby měl důvod, proč ráno vstát a začít něco dělat. I ve vysokém věku musí mít stále obsah života - ať už se učí anglicky, cvičí nebo něco dělá. Mít smysl, něco, proč je člověk na světě – to je ve stáří stěžejní.“ Říká Jan Lorman z o.s. Život90.

Jak by se měl člověk na stáří připravit?

Je třeba se připravovat programově na to, co budu dělat, ale i prakticky. Kde budu žít? Kolik budu mít peněz? Kolik vlastně chci mít peněz? Je také potřeba upravit byt, připravit se na pohybové potíže, vyhodit vanu a nahradit ji sprchovým koutem, vyhodit koberečky a další nesmysly, které mohou být příčinou úrazů. A samozřejmě je důležité vyladit vztahy, neničit je. Jakmile nemám dobré vztahy, jsem sám, a co teď? Prázdný. Příprava je důležitá, ale většina české populace se nepřipravuje. Nejen na stáří, ale ani na stárnutí blízkých. Stává se, že nám zavolá rodina, že z nemocnice použijí maminku a oni nevědí, co mají dělat. Jsou zaskočení, že je potřeba péče. Je to ale naprosto běžná situace, a všichni bychom ji měli očekávat.

Máte pocit, že lidé v západních kulturách na stáří nebo na smrt nemyslí? Že takové otázky vytěsňují?

Myslím, že tady v Česku vytěsňujeme stáří a s tím logicky i smrt. Když se podíváte na vztah ke stáří a na to, jak je společnost připravená na podporu starým lidem, tak vidíte, že se staří lidé ocitají na existenciální periferii. Jak to je možné? Proč to není mainstream? Proč není stáří to hlavní? Všichni tam přece míříme, tam by měl být cíl našich životů v té zralosti. Pořád si myslíme, že výkon ve středním věku je to nejdůležitější, ten smysl, proč tu jsme. Ale teprve na konci života víme, o čem ten život je. To je ten důležitý okamžik, který se nemá prošvihnout. Proto by měl člověk umírat mezi svými, a ne ve špitále, protože teprve na konci je schopen říci, o čem ten život je.

(Nový prostor 518/2018)

Pokud máte v rodině seniora a potřebujete pomoci s péčí o něj, můžete využít naši službu osobní asistence nebo pečovatelskou službu. Osobní asistent k vám pravidelně dochází a kromě základních pečovatelských úkonů

může vašeho blízkého doprovodit třeba na procházky, k lékaři apod.

Nabízené služby:

- Pomoc při osobní hygieně, zajištění stravy a dalších běžných úkonů péče o vlastní osobu
- pomoc při chodu domácnosti (nákupy, úklid, praní atd.)
- zprostředkování kontaktů s okolím (doprovod k lékaři, na různé akce, na úřady, do obchodu atd.)

Osobní asistent pomáhá s tím, co člověk kvůli svému zdravotnímu stavu nezvládne sám. Cílem služby je umožnit klientům vést život podle svých přání a potřeb, a zůstat přítom ve svém domácím prostředí.

Osobní asistence

Letohrad: Na Kopečku 356,

tel. 734 769 711,

osobni.asistence@uo.hk.caritas.cz

PORADENSTVÍ

Občanská poradna

V Občanské poradně se v poslední době množí dotazy klientů spojené s podomním prodejem elektřiny či plynu.

I když je v mnoha městech a obcích podomní prodej zakázán, stále se najde dost lidí, kteří podomním prodejcem své dveře otevřou a podlehnou jejich nátlaku.

Podomní prodej představuje riziko zvláště pro zranitelné skupiny osob, zejména pro osamělé žijící seniory.

JAK SE NENAPÁLIT PŘI PODOMNÍM PRODEJI

1. NEPOUŠTĚJTE K SOBĚ DOMŮ NEZNÁMÉ OSOBY

Nikoho cizího nepouštějte do bytu či domu. Vyžadujte prokázání totožnosti od všech osob a jejich totožnost si následně ověřte u firmy, která je k takovému úkolu zmocnila.

V případě pochybností informujte o pohybu podezřelých osob obecní/městský úřad či státní/obecní policii. Stejně postupujte v případě, kdy je v obci zakázán podomní prodej.

2. NIKOMU NEUKAZUJTE ŽÁDNÉ DOKLADY

Pokud nejste pevně rozhodnutí o změně dodavatele, neukazujte nikomu žádné doklady o stávajících dodavatelích energií, o vyúčtování energií, nepředkládejte doklady SIPO, ani osobní doklady.

3. PŘEMÝŠLEJTE O TOM, K ČEMU SE CHCETE ZAVÁZAT

Při uzavírání smlouvy o sdružených službách dodávky elektřiny nebo plynu řádně zvažte, zda uzavřete smlouvu na dobu určitou nebo neurčitou. Obojí má své výhody i nevýhody.

4. NEŽ PODEPÍŠETE, DŮKLADNĚ PŘEČTĚTE

Nevěřte slibům podomního prodejce. Nejste-li si jisti nabídkou, nepodepisujte nic na místě, nechte si čas na rozmyšlenou a proberte nabídku se svými blízkými, např. příbuznými. Nechte se pod pohrůzkou výhodnosti nabídky v určitém časovém období přinutit k podpisu, kterého byste později litovali.

Dále je třeba pamatovat na stávající smlouvu a zjistit dobu ukončení platnosti této smlouvy s dodavatelem tak, aby se předešlo pokutě, většinou z důvodu nedodržení sjednané doby smlouvy.

5. KDYŽ UŽ JSTE PODEPSALI

Pokud jste smlouvu podepsali a své rozhodnutí chcete změnit a záležitost vyřešit bez sankcí, můžete u smluv uzavřených mimo obchodní prostory (u Vás doma, po telefonu nebo internetu) od uzavřené smlouvy odstoupit nebo smlouvu vypovědět. Odstoupení od smlouvy je v tomto případě možné ve lhůtě 14 dnů ode dne jejího uzavření. Bez sankcí můžete výpověď podat ve lhůtě do 15 dnů od zahájení dodávky elektřiny nebo plynu.

6. POKUD NEJSTE SPOKOJENI S POSTUPEM OBCHODNÍKA

V případě, kdy nejste spokojeni, můžete se obrátit na Energetický regulační úřad (e-mail: podatelna@eru.cz, tel. 564 578 666).

Služby občanské poradny jsou poskytovány bezplatně, jsou určeny všem lidem, kteří se dostali do nepříznivé sociální či životní situace, nebo jim taková situace hrozí, situaci neumi sami řešit a potřebují pomoc.

Informace o provozní době a kontakty na občanskou poradnu najdete na www.uo.charita.cz nebo je získáte na telefonu 734 281 415.

Nebojte se proto na nás obrátit, rádi se vám budeme věnovat.

Tel.: 734 281 415, 465 520 520

e-mail: poradna@uo.hk.caritas.cz

Provozní doba:

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

Česká Třebová, Hýblova 63
9 – 12 h.

Úterý: Králíky, Moravská 647
9 – 12 h.

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

Čtvrtek: Ústí nad Orl., ul. 17 listopadu 69
9 – 12 h., 13 – 16 h.
Letohrad, Družstevní 815
9 – 12 h.

Pátek: Lanškroun, Havlíčkova 1129
9 – 12 h.

UPLATNĚNÍ PRO OSOBY S POSTIŽENÍM

Sociálně terapeutické dílny Miriam v Králíkách mají za sebou první rok provozu. Služba pro občany s tělesným a mentálním handicapem vznikla z podnětu lidí, kteří sami takovou službu potřebovali a postrádali. Projekt financně podporuje Město Králíky, Pardubický kraj a

MPSV. Oblastní charita projekt dofinancovává z Tříkrálové sbírky a darů.

Hlavním cílem STD je obnova a rozšíření pracovních dovedností, sebeobsluhy a udržování kontaktu se společností. Výrobky z dřevařské

a výtvarné dílny je možné zakoupit přímo v dílnách v malém obchůdku.

Za rok práce se podařilo mnohé. Pracovníci podnikají se svými klienty výlety, navštěvují přednášky, divadla, výstavy, místní loutkářku nebo keramickou dílnu. Chodili dokonce kolelovat na Tříkrálovou sbírku. A nad tím vším vládne příjemná rodinná atmosféra.

V pohraniční oblasti okresu Ústí nad Orlicí s omezenými pracovními příležitostmi se tak díky spolupráci subjektů státní a neziskové sféry podařilo najít smysluplnou činnost pro občany s handicapem. Za tuto možnost jsou vděční i rodiče: „Syn je tady velice spokojený a já jsem ráda, že našel uplatnění. Vidím na něm, jak je šťastný, že něco dokáže. Je na své výrobky velmi pyšný.“



Sociálně terapeutické dílny Miriam

Příční 352, Králíky, tel. 734 780 387,
e-mail: dilny@uo.hk.caritas.cz



Službu podporuje
Tříkrálová sbírka

POMOC LIDEM BEZ DOMOVA

Charitní sociální sprchu jsme navštívili v květnu, v jednom běžném provozním dni. V krátké době jsme tu potkali tři klienty. 70letý muž chodí do sprchy každý týden: „Je to dobrý, že to tady je, člověk se rád umyje... kampak bych jinak šel? Přece nemůžu chodit furt špinavej.“ Vzápětí přišla 57letá paní, i ona si službu pochvalovala: „Když se můžu umýt, je mi mnohem líp. Připadám si zase jako člověk...“ A do třetice přišel mladý, 36letý muž, který nám sdělil, že je na ulici čtvrtý měsíc, a rád by si našel práci a bydlení. „Zde v sociální sprše jsem potře-

a jsem naprosto spokojený. Vím, že tady mě nevyhodí.“

Sociální sprchu má na starosti sestra Pavla Rychnovská, členka Společnosti sester Ježíšových. Každého klienta uvede, vysvětlí pravidla služby, podá ručník, mýdlo, novým klientům ukáže prostory sprchy, kde se klient může umýt a v přílehlé místnosti odpočinout na židli. Když je třeba, nabídne za symbolický příspěvek výměnu ošacení. Naučila klienty, aby ctili daná pravidla a aby si po sobě sprchu umyli. Řada z nich sem chodí opakovaně. A někteří se tu a tam i svěří. Jednu z nejhezčích zkušenos-

tí z loňského roku popisuje sr. Pavla: „V Tesco jsme měli na jaře projekt, kdy mohli zákazníci hlasovat pomocí žetonů za nákup pro jeden ze tří projektů. Naše Charita tam měla projekt na hospicovou péči. A jeden z klientů sociální sprchy mi řekl, že vždycky, když tam jde na nákup, vhodí nám tam žeton - „Když vy pomáháte mně, tak já pomůžu vám...“ říkal. Možná i díky jeho hlasům náš projekt tehdy opravdu vyhrál...“

Tento klient pěkně shrnul nejen celý princip fungování společnosti, ale i fakt, že v životě často nemůžeme úplně přesně říct, kdo komu vlastně pomáhá.

Člověk musí hlavně chtít

Jednoho květnového dne jsme se my, pracovníci Nizkoprahového denního centra vydali na předem domluvenou prohlídku Prahy. Prohlídka byla nevhední tím, že naším průvodcem se stal místní bezdomovec. Protože v Centru sociálních služeb v Lanškrouně poskytujeme službu Nizkoprahové denní centrum, máme k tématu bezdomovectví velmi blízko. Chtěli jsme více nahlédnout do života člověka na ulici, a to se nám opravdu podařilo.

S panem Jirkou jsme se plni očekávání sešli na tramvajové zastávce. Bylo chladno a v tu chvíli už velmi silně pršelo. Právě to dodávalo našemu nevšednímu zážitku tu pravou atmosféru.

Pan Jirka nás provedl okolím Petřína. Zavedl nás na místa, kam se běžný turista nepodívá. Také nám ukázal, kde několik let sám přebýval. Celou dobu prohlídky povídal a byl otevřený veškerým našim otázkám. Dozvěděli jsme se celý jeho životní příběh od dětství až po současnost. Do Prahy přišel studovat, po studiích už tam zůstal. Jirka je vystudovaný jaderný inženýr. Byl úspěšným podnikatelem, oženil se, založil rodinu. V době, kdy se mu dobře dařilo, si

našel milenkou a odešel kvůli ní od rodiny. Poté následoval krach firmy, ztráta práce, rozvod. Jak už to tak bývá, následovaly i problémy s alkoholem. Nakonec skončil jako bezdomovec - na ulici je již 12 let.

Pan Jiří nám poutavě vyprávěl o svých nejhorších zážitcích, které na ulici zažil. Mnohdy mu šlo o život, přišel o mnoho kamarádů, o kterých se během prohlídky často zmiňoval.

Jeho život však nabral nový směr ve chvíli, kdy se náhodou setkal s pracovníky sociálního podniku Pragulic. Ti mu pomohli dostat se z nejhoršího - spolu s ním zařídili doklady totožnosti a nástup do azylového domu. Tam nyní přebývá a pracuje na zlepšení své situace. Sám ale říká: „Je to běh na dlouhou trať. Nemůžete chtít po člověku, který žije roky na ulici bez jakýchkoliv povinností, aby začal najednou 8 hodin denně pracovat.“ Čím déle člověk na ulici žije, tím menší je pravděpodobnost, že se někdy zvládne vrátit do běžného života. Životní hodnoty a pracovní návyky lidí se změň. Bezdomovectví se tak pro některé může stát způsobem života, který nechťejí opustit. Jiří je ale

na dobré cestě, protože si uvědomuje, že: „Člověk musí hlavně chtít.“ A my jsme si díky této zkušenosti i díky nevládnému počasí uvědomili, jak je důležité mít svůj domov, místo soukromí, klidu a bezpečí.

Někdy se člověk dostane do těžké životní situace, kterou vlastními silami nezávládně řešit. Právě pro tyto osoby existuje v Oblastní charitě Ústí nad Orlicí služba Nizkoprahového denního centra. Tato služba je určena lidem v nepříznivé sociální situaci, kteří potřebují pomoc při zajištění základních potřeb. Mají zde možnost hygieny (využití sprchy, WC, holení, dostanou k dispozici mýdlo a šampon). Dále nabízíme pomoc při zajištění stravy (ohřátí jídla, které si přinesou, zalití polévky, popřípadě v individuálních případech můžeme jídlo poskytnout). Klientům také poskytujeme sociální poradenství v jejich těžké sociální situaci a podporu při řešení jejich problémů. Snažíme se povzbuzovat jejich sebedůvěru a motivovat je k řešení své stávající situace. Další činností naší Charity je šatník, ze kterého klientům můžeme poskytnout ošacení.



Nizkoprahové denní centrum pro osoby bez přístřeší

Lanškroun: Havlíčkova 1129,
tel. 734 281 416,
css@uo.hk.caritas.cz

Otevřeno:

V pracovní dny kromě středy: 8 - 14 h.

Sociální sprcha

Ústí nad Orlicí: 17. listopadu 69,
tel. 731 402 314

Otevřeno:

Pondělí: 10 - 14 h.

Středa: 10 - 14 h.

PODPORA RODINY

Maminka dává oporu svým dětem. I ona se musí mít o koho opřít.

V anketě jsme se zeptali několika maminek z Rodinného centra Mozaika (RC) na otázku:

Co pro vás znamenají návštěvy RC?

1. Můžeme se podporovat, protože všichni řeší podobné problémy. Syn je v RC šťastný, rozvíjí se jeho dovednosti a komunikace. Dříve jsem RC nedokázala ocenit, ale na mateřské dovolené si vážím toho, že nejsem izolovaná od společnosti.

2. Od ženy na mateřské se očekává, že všechno zvládá, jako by se matkou narodila. Největší nápor na ni je, když má nastoupit do práce a zvládat vše jako „superžena“. V RC mohou sdílet společné problémy, starosti i radosti. Vidím, že i ostatní jsou na tom stejně.

3. Společná setkávání pro mne znamenají uvolnění, odreagování se, sdílení zkušeností, pomoc při řešení problémů. Ženy na MD se často podceňují, okolí je často zařadí, že rozumí pouze „čůrání a kakání“.

4. Do RC mě přivedl pocit samoty a nevyužitelnosti při MD. Nalákal mě pestrý program. Vnímám to zde jako prostor pro sdílení zkušeností,

výměnu názorů. Mám zde možnost probrat co mě zajímá, trápí, v čem si nejsem jistá. Na mateřské jsem se setkala i s názory, že mám dostatek času, tak mohu zařizovat spoustu věcí pro ostatní, protože jsem doma a „nudím se“. Pokud jsem chtěla říci svůj názor, reakcí bylo často: „ty nic nevíš, protože jsi doma. Starej se o děti.“ Mé sebevědomí klesá.

5. RC je pro mě odpočinek a vytrhnutí z každodenního kolotoče. Syn si vyhraje s dětmi, učí se samostatnosti. Je to pro mne čas a prostor rozebrat různá témata s ostatními. Setkala jsem se s negativním pohledem na ženu na MD a to zejména od mužů. Vnímají to jako odpočinek a nicnedělání. Od žen je postoj opačný, MD vnímají jako velmi náročné období života s dětmi i se svým partnerem. Chybí osvěta na toto téma a propojení těchto dvou světů.

6. V Centru jsem poznala spoustu báječných žen a ujistila se, že zpravidla všechno, co se řeší v naší rodině, se řeší i jinde. Společná setkávání pro mne znamenala informaci, že není třeba se z problémů hned hroutit.

7. Sdílená radost dvojnásobná a sdílené neštěstí poloviční....

8. Vůbec se nedívám tomu, když žena na MD nestihá. Každé ženě, která využije možnost být

naplno s dětmi doma, to moc přeji a vnímám to jako výhodu. Čas je úžasná investice do dětí, pokud se dobře „promění“. Já jsem se svou investicí spokojená a na MD budu navěky vzpomínat jako na nejlepší část svého života. Hlavní disciplínou byl time management – sladění potřeb dětí i rodičů, provozu domácnosti, alespoň minimální společenský život. Bylo docela těžké přijmout, že není čas ani kapacita, aby vše klouzalo hladce. Dlouho mi trvalo pochopit, že nelze být současně „matkou roku“, skvělou manželkou, sebevědomou a upravenou ženou, uklízečkou, pradelnou, kuchařkou.... A když už jsem na ten titul sahala, ukázalo se, že je to na úkor mě samotné. Tady mi hodně pomohlo Setkávání (svěpomocná skupina RC). Chyběly mi babičky. Úplně chápu všechny mámy, které jsou nonstop s dětmi a mají vyčerpání muže – kolikrát je z toho člověk zoufalý. Opět mi útočiště poskytl Mozaika.

Hodně času mi mou vlastní vinou vzal internet. Částečně kvůli práci, ale částečně byla prostě ta možnost. Dnes to vnímám jako plýtvání.

Takže ze strany „poučeného“ okolí: Žena na MD má velký dar – možnost být s dítětem doma, učit ho, ovlivňovat, vybírat mu z pestré nabídky aktivit třeba v RC. Je neuvěřitelně flexibilní. Přesto by neměla být robotem, vždy a za všech okolností vše zvládnout, pokud potřebuje pomoc, měla by si o ni říct a měla by pamatovat také sama na sebe a pečovat o svou spokojenost.

Rodinné centrum Mozaika

Letohrad, Centrum pod střechem, Taušlova 714, Tel. 731 402 336, podstrechou@uo.hk.caritas.cz

Rodinné centrum Kopretina

Sloupnice 326, tel. 731 604 601

Ve Streetu pomáhají – třeba s doučováním

V únoru nás oslovila patnáctiletá Nikola a poprosila o pomoc při plnění školních povinností. Chodila do deváté třídy a v červnu měla končit základní školu. Bála se, že to nedovede, jelikož ji ve škole trápila matematika. Nikola se o nás dozvěděla od kamaráda, který do Streetu chodil. Vzhledem k tomu, že neměla jiné možnosti a ani finanční prostředky zajistit si doučování, oslovila nás. Po prvním rozhovoru jsme si nastínili situaci a vymezili, co od sebe očekáváme. Společně jsme se domluvili, že bude chodit jednou týdně na doučování a že si donese potřebné materiály a pokud bude chtít, i domácí úkoly. Nikola byla zpočátku velmi rozpačitá, spíše poslouchala, nechala si věci vysvětlovat a mluvila až po oslovení pracovníků. Po pár setkáních se

však osmělila a začala se zapojovat aktivněji. Doptávala se na věci, které jí nebyly jasné, sama bez pomoci se snažila přijít na řešení a plnila zadané domácí úkoly. Snažili jsme se Nikole doučování zpřístupit a ukázat jí, že to nemusí být jen nuda, takže jsme do setkání zahrnuli i hry, klubové aktivity, povídání. Bylo na ní vidět, že se na další doučování těší. Odměnou pro nás byla zpráva, že zdárně dokončila základní školu a po prázdninách nastupuje do prvního ročníku střední školy. Také nás ubezpečila, že i tam bude matematika, takže za námi zase přijde. Jsme rádi, že nám Nikola důvěruje, a že jsme jí ve Streetu mohli pomoci.

Lucie Hlásecká

Aby rodiny dobře fungovaly, potřebují společný čas, střechem nad hlavou, práci a své místo na světě, kde by mohly zapustit kořeny.

Základní úloha rodiny je dvojí: je to role útočiště – tedy místa, kde je každý přijímán takový, jaký je. Kdykoli přivítáme nový přírůstek do rodiny, ostatní mu uvolní prostor, má právo na existenci. I otcové a matky jsou rádi v rodinném kruhu, aby si odpočinuli od nároků života, který žijí jinde. V rodině se nebojíme, že nás bude někdo soudit, každý můžeme být tím, kým jsme. Komunikujeme, můžeme vyjadřovat své emoce a dělit se o ně.

Druhou rolí rodiny je pak stát se „trampolínou“, od které se členové odrazí, aby šli do světa setkávat se s ostatními lidmi. Když jsme v klidu a pohodě, můžeme se vydat za dobrodružstvím. Pokud se ale rodina necítí být ve společnosti přijímaná, nemůže hrát zároveň obě tyto role. Buď bude pouze útočištěm, a pak se bez podnětů zvnějšku přestane rozvíjet, anebo nebude dostatečně pevná a výzvy zvenčí ji zničí.

Antoine Renard, KT

Nížkoprahové zařízení pro děti a mládež

Letohrad, Centrum pod střechem, Taušlova 714, tel. 731 420 344, podstrechou@uo.hk.caritas.cz

Šance pro rodinu – sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi

Šance pro rodinu - sociální rehabilitace

Lanškroun, Centrum sociálních služeb, Havlíčkova 1129, Tel. 734 281 416, e-mail: css@uo.hk.caritas.cz

Lidské činy neurčují podmínky, ve kterých člověk žije, ale rozhodnutí, která vykoná.

Viktor Frankl

STÁŘÍ A MEZIGENERAČNÍ DIALOG

Ve společnosti přibývá seniorů, dožít se stáří má dnes šanci většina lidí. Rodina může starým lidem nejen pomáhat, ale také od nich mnoho přijímat. Tradice ukazuje, že aktivní přítomnost seniorů v rodinách posiluje mezigenerační dialog, přináší množství oboustranných vý-

hod zvláště ty nejmenší učí chápat širší obrysy lidského života. Děti by se měly naučit, že i velmi starý člověk potřebuje zažívat lásku, útěchu, doteky a milosrdenství. Důležitý je také dialog nad aktuálními problémy společnosti, ochota vyslechnout druhé i tehdy, kdy bych rád dělal

něco jiného, a v neposlední řadě podání ruky, objetí, pohlázení, doprovázení, výpomoc při jídle či drobných hygienických úkonech. Mezigenerační vztahy jsou pro lidskou pospolitost nenahraditelné.

Jak se žije v Domě pokojného stáří sv. Kryštofa?

Zeptali jsme se vedoucího DPS Ladislava Biena a vedoucí pečovatelské služby Pavlíny Šelepové:

Senioři mají v nájemních bytech zajištěn veškerý servis, a zároveň soukromí. Pečovatelská služba v domě nabízí zájemcům např. pomoc při osobní hygieně, koupání, přípravě jídla, úklidu, praní prádla, doprovodu, atd.

„Snažíme se zprostředkovat lidem různé aktivity,“ uvádí Ladislav Bien, „mají zde bylinkovou zahrádku, můžou navštívit přednášky, besedy, čtení, díky kontaktům s místní školou a základní školou sem pravidelně přicházejí děti potěšit seniory písničkami, tancem nebo divadelními scénkami. Nabídka je pestrá a záleží už jen na nich, co využijí.“

V DPS sv. Kryštofa jsou klienti mezi svými – mají podobná témata k hovoru, podobné zážitky a vzpomínky. Aby společné soužití dobře fungovalo, jsou v domě nastavena pravidla, která obyvatelé respektují. Co ale nejvíc potřebují lidé v obou typech služby, to je sociální kontakt – popovídat si s někým o počasí, o zdraví, o tom, co se děje ve městě nebo v politice...

„Práce v terénní pečovatelské službě nám přináší určitý nadhled,“ říká Pavlína Šelepová, „někteří z našich klientů jsou i přes svá omezení radostné osobnosti, které umí rozdávat dobrou náladu i kolem sebe. Jedna paní je takové naše sluníčko a říká nám - Bejt smutnej a nic nemít, to si ani



Pán Bůh nežádá...“

V současné době má ústecká pečovatelská služba v terénu kolem 30 klientů a zájemců stále přibývá.

„Někdy je naše práce hodně náročná. Ale když

vidíme spokojené klienty a víme, že naše pomoc je vítaná a potřebná, když vidíme, že rodina má zájem a ještě nám třeba poděkují, tak to je pro nás největší odměna,“ uzavírají oba vedoucí.

Poděkování

Vážení,

ještě jednou Vám i celé Vaší skvělé partě chceme poděkovat za všechno, co jste pro nás udělali. Je to o to cennější, že jste sami v těžké časové tísní. Nejsm si zcela jist, jestli si úplně uvědomujete, co vaše práce a hlavně obrovské nasazení, které předvádíte, znamená pro vaše klienty. Pokud je na světě spravedlnost, tak se to musí někde projevit. S velkými díky a vděkem rodina C.

Dům pokojného stáří sv. Kryštofa s pečovatelskou službou Ústí n. Orl.

DPS: Sokolská 68, tel. 465 522 375, 730 804 220, e-mail: dps@uo.hk.caritas.cz

Pečovatelská služba:

465 522 375, 731 402 341, chps.uo@uo.hk.caritas.cz

Pečovatelskou službu poskytujeme na území obcí: Ústí nad Orlicí, Oucmanice, Mostek, Nasavrky, Orlické Podhůří, Libchavy, Hrádek, Jehnědí, Sudislava nad Orlicí, Velká Skrovnice, Sudslava, Seč, Podlesí, Sopotnice.

Co je stěžejní ve výchově dětí

Zajímaly nás názory starších manželů důchodového věku:

Jak kotvit děti a předávat jim poselství bezpečného přístavu rodiny?

- Soustředit svoji pozornost na děti, zajímat se o ně. Dát dětem svůj čas (mít na ně čas), na každé dítě, nejen na děti, které si o pozornost dokážou říct a mezi sourozenci si ji vybojovat
- Mít děti rád a dávat jim to najevo
- Pochvala dětem
- Výchova příkladem
- Sebeovládání rodičů (nervy na uzdě)
- Být důsledným, držet nastavené hranice
- Dobrá komunikace v rodině

- Udržovat soukromí rodiny a jejich intimitu
- Jednotný rodičovský výchovný postup
- Neřešit spory s partnery přes děti
- Dohled na školní povinnosti dětí, spolupráce se školou
- Uvádění dětí do společenství dalších rodin, širšího společenství příbuzných, komunity
- Budování mezigeneračních vztahů
- Podpora dětí, aby si našly své společenství přátel a kamarádů
- Výchova k vděčnosti, pořádku ve vlastních věcech, k práci (odpovědnost dětí za malé úkoly), výchova k pomoci druhým lidem
- Humor a milosrdenství

//JF



Jestliže prostřednictvím některého člověka bylo na světě trošku víc lásky a dobroty, trošku víc světla a pravdy, pak měl jeho život smysl.

Alfred Delp

Službu podporuje
Tříkrálová sbírka

SOCIÁLNÍ ŠATNÍK

Sbírky šatstva se konají:

Letohrad, Na Kopečku 356, každou první středu v měsíci od 13 do 16 hod.

Lanškroun, Havlíčkova 1129, každý první čtvrtek v měsíci od 9.30 do 15.30 hod.

Přijímáme použitelné a čisté šatstvo, obuv, ložní prádlo, nádobí, dětské pleny.

Přijatá věci přebírají dobrovolnice a po vytrídění slouží dále v našich službách:

- Klientům Pobytového střediska žadatelů o mezinárodní ochranu v Kostelci nad Orlicí
- sociálně potřebným rodinám s dětmi
- lidem bez domova

DOBROVOLNÍCI

V naší činnosti nám pomáhá řada dobrovolníků, bez jejichž přispění by se některé aktivity vůbec neuskutečnily.

- S Charitním plesem v Letohradě nám pomáhá cca 60 dobrovolníků
 - Provoz RC Kopretina Sloupnice je částečně zajištěn dobrovolníky, několik maminek se zde stará o chod a program centra.
 - Se sbírkami a tříděním šatstva nám pomáhá cca 6 dobrovolnic
 - V Rodinném centru Mozaika nám dobrovolníci lektorují volnočasové aktivity, pomáhají s organizací příměstského tábora, s úklidem a hlídáním dětí.
 - Dvě dobrovolnice nám vyčistily pokladničky po Tříkrálové sbírce.
 - Na největší akci - Tříkrálové sbírce - se podílí řádově 1800 koledníků, 80 asistentů a další desítky jejich spolupracovníků pomáhají s organizací sbírky v místě svého bydliště.
 - Dobrovolnice, paní Vrbická, nám pomáhá s fundraisingem a shání finanční prostředky na provoz domácího hospice ALFA-OMEGA
- Vše je pro nás neocenitelná pomoc a velmi za ni děkujeme.**

PRODEJNA PAPÍRNICTVÍ LETOHRAD

V příjemném prostředí prodejny najdete kromě kancelářských, školních a výtvarných potřeb také hračky, výrobky pro kreativní tvoření dětí nebo dekorativní předměty.

Kontakt

Na Kopečku 356, Letohrad, Tel. 465 620 247, 733 755 896

e-mail: papirnictvi@uo.hk.caritas.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.

ADOPCE NA DÁLKU 2018

Oblastní charita ve spolupráci s letohradskou farností a dalšími jednotlivci podporuje vzdělání chudých indických dětí formou Adopce na dálku V dalším ročníku sbírky se v kostelech letohradské farnosti a díky dalším individuálním dárčům vybralo 87.289,- Kč na podporu vzdělání dětí z nejchudších částí Indie.

Ze sbírky bylo 60.000 Kč použito na zaplacení dalšího roku studia pro dvanáct dětí z oblasti diecézí Belgaum a Bangalore, zbývajících 27.289,- Kč bylo zasláno jako jednorázový příspěvek pro pět dětí z projektu, které jsou momentálně bez dárce.

V listopadu 2017 navštívili zástupci hradecké Diecézní Charity obě lokality v Indii, aby se potkali s místními partnery a koordinátory projektu. Setkali se s desítkami absolventů projektu, někteří z nich jsou nyní univerzitními studenty, z jiných se stali strojní inženýři, učitelky, účetní, řidiči nebo švadleny. Zástupci české Charity navštívili např. školu a dívčí internát v Belgaum nebo několikapatrovou školu a kostel sv. Josefa v Mansapur. Všechny tyto vzdělávací projekty i konkrétní stavby, které slouží dětem i k obec-

nému dobrému soužití místních obyvatel, byly realizovány díky české podpoře – ať už z diecézní charity HK, z Tříkrálové sbírky nebo formou projektu Adopce na dálku. Potěšitelné je, že absolventi Adopce na dálku si svého vzdělání váží a sami chtějí pomáhat lidem v nouzi.

Oblastní charita a Letohradská farnost jsou do projektu zapojeny od r. 2000 a za tu dobu podpořily dlouhodobé vzdělání více než 30 dětí, krátkodobě 13 dětí, jednorázově bylo přispěno jednomu chlapci z projektu na léčbu leukémie, dále na stavbu školy, internátu a domků pro chudé. Za 18 let je tedy za letohradskými farníky vidět kus dobré práce a plná třída vystudovaných dětí. Možná to budou právě ony, kdo v budoucnu přispěje k lepšímu životu nejchudších lidí v Indii.

Děkujeme za podporu všem, kdo přispěli na tento projekt.

Více informací k projektu v Letohradě najdete na: www.uo.charita.cz a ke koordinaci projektu Adopce na dálku: www.hk.caritas.cz, FB: [adopce.dchhk](https://www.facebook.com/adopce.dchhk)

POZVÁNKA

CHARITNÍ PLES

Zveme vás na XXIII. Charitní ples **2. února 2019** v 19.30 h. v Orlovně Letohrad-Orlice
Rezervace vstupenek na tel. 465 621 281 nebo e-mail: sekretariat@uo.hk.caritas.cz

VYPRÁVĚNÍ STARÉHO VLKA ANEB PRAVDA O KARKULCE

Divadlo Koňmo

4. února 2019 v 18 h. v Orlovně Letohrad-Orlice

Srdečně zveme nejen všechny koledníky a pomocníky s Tříkrálovou sbírkou, ale i ostatní milovníky loutek a pohádek.



DOBŘÝ ČIN

Někde na východě republiky dopravovali zajatce režimu z místa na místo – v nákladních vagoncích, jejichž dveře byly obehnané ostnatým drátem. Vlak se zastavil na stanici a z vagonů se ozývalo volání po vodě. Seběhli se místní obyvatelé a ve sklenicích, džbánkách a škopcích přinášeli vodu. Ozbrojená SNB bránila v přístupu k vagonům. Obyvatelé se rozložili, a jedna žena udeřila člena SNB do tváře. Policie ustoupila, vězňové dostali pít. Napojit žízňivého – to je dobrý čin. Dobrý čin – to jsou dvě stará slova, v dnešních zmatcích skoro zapomenutá slova. Ale když je člověk slyší, je mu, jako kdyby z mrazu se dostal k teplým kamnům. Dost často se, myslím, naskytne situace, kdy člověk má na vybranou: pomoci nebo nepomoci nešťastnému. Jestliže se ocitnete na takové křižovatce, prosíme vás, pomozte. Je již dosti otupělosti ve světě, a proto je i možno, že se ně-

kdo zeptá: proč bych měl dělat dobré činy? Tato otázka je totožná s otázkou, zda lidstvo má kráčet vzhůru nebo klesat dolů. Když vidíme někoho, kdo se topí v řece – kdo je tak nepřírozený, že zůstane stát nehybně? Ale ti lidé, kteří v zadrátovaných vagoncích jsou odváženi neznámou kam a trpí žízni, to jsou také tonoucí lidé, co by byli jiného? Otevřít vagon, strhat ostnatý drát – to musí vykonat větší síly než je síla jedincova. Ale pokud se týká vás, každého osobně, nejde tu o víc než o sklenici vody, která může být podána, nebo nepodána.

Lidé uvedli svět do nepořádku. Lidé, jen lidé, ho zase mohou spořádat – nejen velkými, ale také malými činy. Existuje hlavní otázka: jaký svět chcete mít? Potom existuje vedlejší otázka, zda člověk si může říci: ačkoli to také chci, mám právo k tomu nijak nepřispět. Všechny naše činy mají své následky. Surovost, lhostejnost

i dobrota jsou nakažlivé. Ačkoli všichni se můžeme cítit slabými, přece, když něco uděláme ráno, můžeme očekávat, že večer to bude mít na někoho vliv, že se nějaká struna rozezvucí.

Přesto, že vláda nyní vyučuje, že duše není nic jiného než povrchní sbírka dojmů, vyvolaných hmotným okolím, věřím, že člověku je dán vnitřní hlas, kterému stačí naslouchat. Zastav se a mysl, zastav se a oddej se citu – to je nejspolehlivější cesta k dobrému činu. Vnitřní hlas, který se nejlépe ozývá v tichu a samotě, zachoval v sobě všechna stará příkázání lidské povahy.

Ferdinand Peroutka, 1953

Naučil jsem se, že odvaha neznamená absenci strachu, ale vítězství nad ním. Statečný není ten, kdo se nebojí, ale ten kdo svůj strach překoná.

Nelson Mandela

DŮVĚROU V ŽIVOT PROTI STRACHU

(z rozhovoru s Ladislavem Heryánem)

Brzy si připomeneme 30 let od pádu komunismu. Ale nejsme pořád spíš na cestě ke svobodě? Co nám v této fázi putování nejvíc chybí?

Aby člověk mohl svobodu a demokracii ocenit, musí mít určitou míru hmotných prostředků a úroveň vzdělání. Po revoluci naši zemi převálcovala vlna rychlých zbohatlíků, divoký kapitalismus, který s polovinou společnosti totálně zametl. Z toho, co jsme nabyl, těžší dnes jen někteří, zatímco jiné tato vlna uzavřela v jejich světě, z něhož se nemají šanci nikdy dostat. Takže nemají žádné velké perspektivy, žijí v sociální pasti. Výsledkem je, že tito lidé mají strach a volí nějaké zachránce, kteří jim nalžou, že je z těch pastí dostanou. Nebo si volí lidi, skrze které se druhé polovině společnosti mstí. Naše společnost je takto rozryta. To, co nám chybí, je jakási sociální spravedlnost a vzdělání, abychom neměli strach ze světa kolem nás.

V závěru knihy „Stopařem na této zemi“ jste napsal, že skutečnými demony dnešní doby nejsou Putin, Trump, Babiš nebo Zeman, ale právě strach. Co lze proti němu dělat?

Právě to zmíněné vzdělání je nejdůležitější – školy by měly být naší „svatyní“, měly by děti odmalicka vzdělávat a dobře připravit na život. Ze srabu, ve kterém naše společnost je, neexistuje jiná cesta, než skrze vzdělání nových generací. To znamená učit děti důvěře v život a vybavit je, aby se ho nebály. Je to právě strach před životem, který způsobuje, že je společnost uzavřená, že má strach ze všeho cizího. A pak je také důležité pro vznik zdravé občanské společnosti, aby si lidé vyzkoušeli, že když spolu něco tvoří, tak to potom také funguje. Komunisté nás totiž naučili žít uzavřeni ve svém vlastním baráku a o nic se nestarat.

Jan Paulas, KT

CIVILIZACE ŽIVOTA BERE SMRT VÁŽNĚ

Když přijde řeč na evropské hodnoty, politici začnou zeširoka o toleranci a lidských právech a o našem způsobu života, který si nesmíme dát vzít. Co přesně znamená „naš způsob života“, těžko říct. Snad je řeč o moravském vínu, s kterým na billboardech politici tak rádi pózuji. Nebo (dosadme si sami) o moravských klobáskách, s kterými se straničtí reprezentanti rovněž rádi fotografují. Nebo o naší specificky české zábavě. Jenže ani tolerance, ani mlhavě pojatá lidská práva, ani feminismus, ani naše české Babovřesky nejspíš nejsou tou myšlenkou, pro kterou by stálo za to zemřít. Nejsou dokonce ani ideou, pro kterou by stálo za to žít.

Aby si člověk konečně užil?

Důvod je paradoxní: naše Evropa nebere vážně fakt vlastní smrti. Vědomí smrti a vědomí smyslu jsou myslím spolu propojeny. Naše civilizace, která si za svůj cíl vytkla štěstí a to, aby si člověk konečně trochu užil, civilizace oplývající i na zpravodajských serverech recepty a jídlem a sexem (v obou případech tak anebo ještě i jinak) a v péči o zdraví a sportem a zábavním průmyslem a vůbec vším, co podráždí nervová zakončení, a popisem, co ještě úžasného život přináší – tato civilizace zároveň a překvapivě vyniká dramatickým nárůstem depresí, pocitem ztráty životního smyslu, braním drog, voláním po eutanazii, asistovanými i neasistovanými sebevraždami, potraty a celkovým pohrdáním životem.

Eutanazie duše

Civilizace, která popírá fakt smrti, nebo se alespoň neobtěžuje na ni myslet, je civilizací eutanazie duše, po které přichází logicky eutanazie

těla. Zábavní útěk před smrtí totiž končí v náručí té smrti, před kterou se původně prchalo. Naším pacientům nejprve řekneme, že v užívání je konečný smysl věcí, nejprve provedeme vraždu duše – a pak je necháme bezmocně na nemocniční posteli a prodlužujeme jejich umírání těla dál a dál. Logicky se ptáme, proč a zda to všechno dává vůbec smysl. Jistě, že nedává. Popření smrti je popřením života samotného. Proto v Evropě už nejsou mučedníci, jen sebevrazi. Naopak civilizace, která bere smrt vážně, je paradoxně civilizací života. Ví, že počet mých dnů na této zemi je konečný a že se musím velmi snažit, abych je směnil za něco nadčasového.

Štěstí vedlejší produkt úkolu

Intenzivní vědomí vlastní smrti je nejsilnějším impulsem života. Přijetí smrti je znakem civilizace života, přijetí smrti je přijetím života, jsou zde mučedníci, avšak nikoli sebevrazi. Francouzský spisovatel Fabrice Hadjad píše přesně: kultura odmítající smrt je kulturou smrti, kultura přijímající smrt je kulturou života. Civilizace, která nemá štěstí za konečný cíl života, její paradoxně nachází, když štěstí přichází jakoby z boku, ze zadu, nečekáno – jako vedlejší produkt přijetí úkolu. A dodejme, že v protestu, že tento svět není svět, jaký by mohl být, a že pokud určité dobré projekty nepřivedeme k životu my, pak nevzniknou vůbec – v tomto vzepětí, kdy na první místo evropských hodnot dám vědomí, že svět má smysl, že stojí za to směnit svůj čas a energii a za jeho nápravu, dostává na jedinou své místo i to moravské víno, i ta zábava i vánoční odpočinek.

Marek Orko Vácha

Naděje je stav ducha, který dává smysl našemu životu

Každé lidské utrpení se týká každé lidské bytosti

Václav Havel

SOCIÁLNÍ PRÁCE MUSÍ BÝT LIDSKÁ

Účinná pomoc lidem bez domova není jednoduchá. Přístup k lidem však nespočívá v povinném penzu vzdělání, ve znalosti problému a terénu, ve věku protagonistů, charakteru zařízení, výši platu, ve veřejném závazku řídit se zákony a předpisy. Rozdíl je v pohledu na člověka. V tom, koho já jako pomáhající jsem schopen před sebou uvidět. Dívám-li se na klienta s lhostejností a nevšímavě, spatřuji v něm pouze prostředek, který je nezbytný k výkonu mé práce a obdržení výplaty. Avšak vidím-li před sebou člověka v jeho plné důstojnosti, dokážu ho milovat láskou k bližnímu. Onou láskou, o níž Lévinas píše: *Láska bez Eróta, bez sebezalíbení, tj. láska poddaná neboli odpovědnost za bližního, za jeho osud čili bratrství. Či jinak: Nelhostejnost k druhému, odpovědnost za něj, tímto vztahem se z člověka stává „já“ – nevyhnutelně označené, jedinečné, nezaměnitelné a v tom smyslu svobodné... A člověk před námi, je-li takto milován, vyrůstá, cítí zájem o sebe a roste ke svému lidství.*

Ze způsobu pohledu na člověka vyvstává i možné odsuzování toho druhého. Je nejméně namáhavé při práci s lidmi ustrnout v pohodlném „udělání si názoru“ na člověka či skupinu lidí. Ovšem toto „spravedlivé“ zařazení člověka do šablony, bere pomáhajícímu schopnost o lidech přemýšlet, být na ně zvědavý a efektivně s nimi pracovat. Kolektivní posuzování lidí je nebezpečné. Psycholog Viktor Frankl o něm píše: *Při posuzování lidí vede kolektivismus k tomu, že místo odpovědných osob vidí jen typ a místo osobní odpovědnosti jen vázanost člověka na typ. (...) Hodnotíme-li člověka jako typ, nemusíme si s jednotlivým případem vůbec lámat hlavu, a to je velmi pohodlné.* Odsuzování

druhých je sice jednodušší, i my sami jsme však odsuzováním zneschopnění někomu pomoci. Sami se jím i lidsky okrádáme, neboť setkání s druhými nás obohacuje, posunuje výš.

*Člověk pomáhající, pracovník v sociálních službách je přizván k životu druhých lidí, do intimity jejich prostoru. Pokud se prochází spolu s klientem ohleduplně a citlivě v zahradách života, do nichž byl pozván, může být druhými také velmi obohacen. Náš pohled na člověka se zpětně odráží ve způsobu jednání s ním, v naší řeči, v rozhovoru. Slovem můžeme pozvednout i zabít. Měli bychom si toho být vědomi. Anselm Grün v knize „Kdybych měl už jen jeden den života“ píše: *Setkávám se s lidmi. Co to znamená setkat se s někým tvář v tvář? Co vidím, když se někomu zahledím do očí? Jsem schopen vytušit něco z jeho tajemství, které sahá k Bohu? Co se děje, když s někým mluvím? Letí má slova jen kolem jeho uší, anebo vzniká při rozhovoru společenství, vzájemné pochopení, tušení společného základu, z něhož žijeme oba? Mluvím k druhému tak, že se nad ním otevírají nebesa, anebo mu svými slovy vezmu všechnu naději, takže se v něm všechno zborští?**

Někdo sice svoji práci může vykonávat jako manuálně zručný pracovník na třídícím pásu, ovšem je brzy rozpoznatelné, že zapomněl být člověkem. Pokud pomáhající pochopí obdarování svojí profesí, je nesmírně obohacen životy a důvěrou ostatních. Může hrát na housle lásky a přátelství k lidem pokornými tóny přijetí sebe i druhých. Jestliže chápu druhého jako svého bratra, pak k němu nemohu být lhostejným.

Jana Flídrová

JSME PŘIPRAVENI NA STÁŘÍ?

Člověk se musí začít stáří včas přizpůsobovat. Musí s touto možností, s touto nevyhnutelnou nutností počítat. Jinak se náhle octne ve vzduchoprázdnu, v prázdnotě, která člověka nemilosrdně zklame, činí mu život trpkým, nebo dokonce přivede člověka k tomu, že celý zahořkne.

A kdy by se s tím mělo začít? Kdy vlastně stáří začíná? To je, jako kdybyste se ptali, kdy začíná večer. Nejde říct, že v šest nebo v devět. To je velmi rozdílné. Ale jakmile bylo překročeno poledne – střed života – je potřeba se připravit na to, že odpoledne po nenáhlou přechází ve večer.

Stáří s sebou přináší dary i nebezpečí. Obojí musíme přivítat se ctnostmi stáří. Slovo ctnost už dnes není běžné. Není divu. Ctnost souvisí s úctou. A ctnosti stáří jsou právě ty, které nám dělají stáří nejen snesitelným, ale i plodným a takovým, že stojí za to ho prožívat a prožít.

Romantika je touha po tom, jaké to má být. Realismus je strážlivost: jaké je to ve skutečnosti. Pravda vzniká z obojího dohromady. Pak není skutečnost falšována a možnost se může uskutečnit. Člověk může být šťasten, jestli šťasten být chce, a já kdesi četl, že štěstí se můžeme i naučit.

Max Rössler

Papež František odpovídal rumunským sirotkům

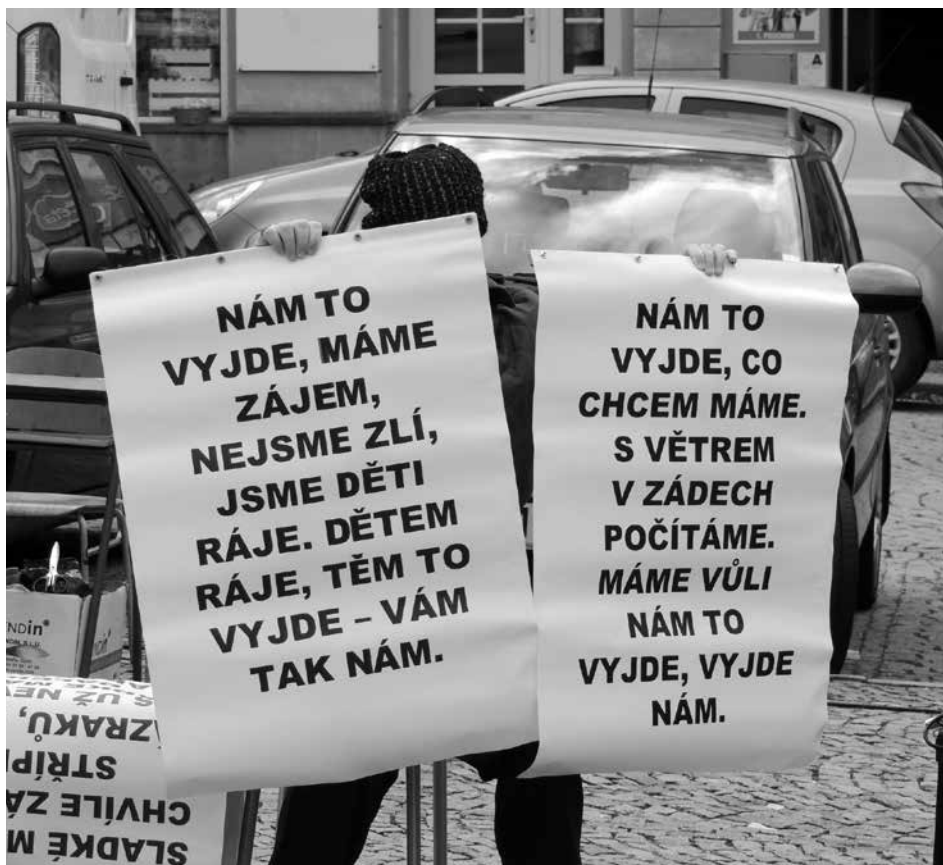
Proč jsme sirotky?

Existují otázky bez odpovědi. Nedokáží říci, proč právě vás postihl takový osud. Nevíme proč, neznáme důvod. Víme však, jaký cíl vám Bůh předepsal – a tím je uzdravení a život. Mnohé ošklivé situace, ve kterých se už odmala můžeme ocitnout, chce Bůh uzdravit, vyléčit, vnést život i tam, kde vládne smrt.

Vyhledal jsem svoji matku, ale dočkal jsem se nepřátelského chování. Čím jsem se provinil, že mne matka nechce přijmout?

Není to otázka tvójí viny, nýbrž obrovské křehkosti dospělých, kterou ve vašem případě zavinila velká chudoba, sociální nespravedlnost a duchovní bída, jež rozdrtily ty nejmenší a nejjednodušší. Tvá maminka tě miluje, ale neví, jak to vyjádřit. Nedokáže to kvůli tvrdosti a nespravedlnosti života. Její láska je uzavřena v nitru, neumí ji vyslovit a projevit pohlazením. Slibuji ti, že se budu denně modlit, aby ti jednou svou lásku ukázala. Měj naději!

(KT)



DĚKUJEME ZA PODPORU V ROCE 2018

Ministerstvo práce a sociálních věcí,
Ministerstvo vnitra,
Pardubický kraj,
Evropský sociální fond
Město Ústí nad Orlicí, Město Letohrad,
Město Lanškroun, Město Česká Třebová,
Město Králíky, Město Vysoké Mýto,
Město Choceň, Město Žamberk
Obec Sloupnice, Obec České Libchavy,
Obec Horní Čermná,
Obec Dolní Čermná, Obec Orličky,
Obec Hnátnice, Obec Písečná, Obec Šedivec,
Obec Žampach, Obec Těchonín,
Obec Jamné n.Orl., obec Jehnědí,
Obec Koldín, Obec Oucmanice,
Obec Žichlínek, Obec Ostrov

Nákup auta pro Domácí hospic podpořili
Autoneum, Norservis, s.r.o., Dietfurt,
Advantech, Lux Jablonné, nadace Agrofert

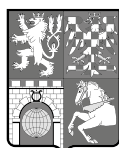
*Údaje jsou k 5.10.2018 a zahrnují pouze
právnícké osoby. Velká část sponzorů a dár-
ců jsou fyzické osoby, které z důvodu ochra-
ny osobních dat neuvádíme. Všem ale patří
velký dík.*



EVROPSKÁ UNIE
Evropský fond pro regionální rozvoj
Integrovaný regionální operační program



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

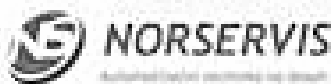


Pardubický
kraj

Vybudování zázemí pro služby sociální péče
a prevence v Centru pod střechou – IROP EU
Nákup tří osobních automobilů pro Charitní
pečovatelskou službu Letohrad a Ústí nad Or-
licí – IROP EU
Sociálně terapeutické dílny Miriam – OPZ EU
Letní příměstské tábory Rodinného centra Mo-
zaika v Letohradě – OPZ EU
Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi
– OPZ EU



POMOZTE
DĚTEM



Město
Ústí nad Orlicí

Město Letohrad



NA PARTNERSTVÍ ZÁLEŽÍ



**Príspevkové konto
Oblastní charity:
831240611/0100**

Vydává Oblastní charita Ústí nad Orlicí

Na Kopečku 356, 561 51 Letohrad, tel.: 465 621 281, www.uo.charita.cz, e-mail: propagace@uo.hk.caritas.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.