

# Charitní aktuality

## 2023



Vydává Oblastní charita Ústí nad Orlicí

| [www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz)

| Ročník XXI.

„Chceme dělat jen malé věci s velkou láskou.“ – Matka Tereza

## ÚVODNÍ SLOVO

Vážení čtenáři,  
žijeme v době, kdy si intenzivněji než jindy uvědomujeme, jak je život křehký a vzácný. Zprávy v médiích vyvolávají v mnohých lidech úzkost a nejistotu. Dobrých zpráv je málo. Přesto jsem přesvědčena, že každý den můžeme prožít něco krásného, něco, co dokáže člověka povzbudit, pohladit. Může to být třeba jen maličkost – výhled do krajiny, květina na louce, zpěv ptáka, úsměv, setkání s druhým člověkem. A co víc, tato milá poselství může vysílat každý z nás. Zatelefonovat někomu, kdo je smutný, věnovat pozornost člověku, usmát se ... Uplynulý rok 2022 byl značně dynamický. Do přetrvávající pandemie přišla v únoru válka na Ukrajině. Dnes využívám těchto

rádků k vyjádření díky Vám všem, kdo jste jakýmkoliv způsobem pomohli. Díky za každého z Vás, kdo jste aktivně přispěli ke zmírnění dopadu pandemie a následně války. A s jakým očekáváním vyhlížíme nový rok? Chceme Vám být i nadále nablízku prostřednictvím již poskytovaných služeb. Novinkou bude spuštění Služby pro pečující. Připravujeme poradenství pro ty, kteří se rozhodují pečovat, pro pečující pak možnost sdílení, předání dobré praxe, možnost nácviků některých dovedností. Víra, naděje a láska jsou podstatou veškerého bytí. Přeji Vám po celý rok 2023 vědomí, že je tu někdo, kdo Vás má rád.

Ing. Marie Malá, ředitelka



Děkujeme za všechny pochvaly, které nám posíláte a myslíte je od srdce.  
Dodávají nám sílu a elán do další práce.

## NEJVĚTŠÍ PŘIKÁZÁNÍ

Bohužel je stále ve světě i u nás hodně nezodpovědných lidí, kteří spoustu věcí zlehčují. Naštěstí je mnohem více těch, kteří se snaží naopak šířit pokoj a naději, obětavě pomáhat všem postiženým a ohroženým a tím i společnosti. Na mnoha místech je třeba osvědčit službu blízkosti, naslouchání, útěchy, naděje, zejména starým lidem, kteří jsou ohroženi samotou, izolací a strachem.

Dnešní doba nás kromě jiného vede k tomu, chápat některé věci jinak, nově, hlouběji. Snad mnohým z nás dává i čas o řadě věcí více a hlouběji přemýšlet. Jednou z nich je odpověď na otázku, v čem spočívá identita křesťanství – co dělá křesťana křesťanem (kromě toho, že je majitelem křestního listu)? Nemálo lidí se domnívá, že křesťané jsou ti lidé, kteří chodí v neděli do kostela a kteří si myslí, že existuje Bůh. A jak je to s naší představou o Boží existenci? V jedné své kni-

ze jsem napsal, že Boha nezajímá, zda v něj věříme. Přesněji řečeno: Nezajímá ho to, co si pod slovem víra mnoho lidí představuje, nezajímá ho, co si myslíme o jeho existenci. Zajímá ho něco jiného: zda ho milujeme. Nový zákon nenazývá věřícími ty, kteří uvěřili v Boží existenci, ale ty, kteří uvěřili v lásku. („My jsme uvěřili v lásku, kterou má k nám Bůh,“ říká evangelista Jan: 1 Jan 4,16.) A na námitku, že nejdříve musíme v Boha věřit, abychom ho mohli milovat, odpovídám ne: pouze ten, kdo miluje, kdo má zkušenost lásky, může vůbec porozumět tomu, co znamená slovo Bůh. „Kdo nemiluje,“ čteme v Bibli, „Boha nepoznal“ (1 Jan 4,8).

Všimněme si, že v tomto případě dokonce není řeč o „lásce k Bohu“, nýbrž o lásce k lidem; opět citujeme Písmo: „Kdo tvrdí, že miluje Boha, kterého neviděl, a nemiluje svého bratra, je lhář“ (1 Jan 4,20). Leon Bloy napsal:

Jsou lidé, kteří protože nemilují nikoho, tak si myslí, že milují Boha. Poznal jsem ve svém životě nemálo takových smutných věřících.

O vztahu lásky k Bohu a lásky k člověku mluví Ježíš jasně (Mt 22,34). V Ježíšově době učitelé Zákona, farizeové, předkládali lidem náboženství, spočívající v plnění velkého množství příkazů a zákazů. Ostatně i v křesťanském prostředí můžeme dodnes potkat řadu takových učitelů božího Zákona. Spor se tehdy vedl o to, zda všechny ty předpisy jsou stejně důležité (kdybys porušil jeden jediný, je to, jako bys porušil všechny) – anebo zda jsou některé důležitější než ostatní (dokonce zda existuje přikázání, na němž stojí a s nímž padá vše ostatní – když je splníš, splnil jsi všechna ostatní). Ježíš jasně zastává to druhé stanovisko. To stěžejní přikázání je přikázání lásky – a to lásky, neoddělitelně spojující lásku k Bohu s láskou k člověku.

Tady je třeba si uvědomit, že klíčové pojmy křesťanství – láska a víra – mají v Bibli jiný význam, než jaký jim obvykle připisujeme. Láska v Bibli není emoce a víra není přesvědčení. Křesťanská víra nespočívá v tom, že věříme, tedy „myslíme si“ něco o Bohu, nýbrž v tom, že věříme Bohu. Teprve ve vztahu důvěry v tajemství, které nás přesahuje, můžeme tušit, co znamená slovo Bůh.

Abstraktní debaty o Boží existenci (její dokazování či vyvracení) jsou ztrátou času: Křesťan totiž nevěří v Boha, který by mohl neexistovat. Bůh, který by mohl neexistovat, opravdu neexistuje. Pro ateisty máme potěšující zprávu: Bůh, jak si ho většinou představují a kterého existenci popírají, opravdu neexistuje. Bůh jako „nadpřirozená bytost“ kdesi za kulisami skutečnosti je opravdu jen projekce lidských přání. Bůh, o němž hovoří Bible a solidní křesťanská teologie, není žádné nejvyšší jsooucní, ale Bůh, který zahrnuje vše a toto vše zároveň nekonečně přesahuje.

Bůh je ve všech věcech jako jejich bytí, učí už stará dobrá metafyzická teologie. Spor o existenci bytí nemá smysl; je ovšem legitimní se ptát, jak je možné s takovým Bohem

kommunikovat a zda je možné jej milovat. Sv. Augustin učí, že když člověk opravdově něco miluje, je tím už na cestě lásky, která vede k Bohu a v které je Bůh. Bůh zůstává i pro věřícího nevyčerpatelným tajemstvím: nemohu ho vlastnit, ba ani plně pochopit; o čem si myslíš, že to pochopil, o tom si buď jist, že to není Bůh, učí svatý Augustin. „Bůh je láska“, říká nám Písmo; láska není jednou z Božích vlastností, nýbrž je jeho podstatou. Vezme-li v úvahu Augustinovu definici lásky jako touhy, pak lze říci, že srdcem křesťanské víry v Boha je touha lásky.

Kdo je tedy „autentický věřící“? Ten, kdo touží a miluje. Protože Bůh je přítomen ve všem (a zároveň vše přesahuje), láska k Bohu zahrnuje vše, je to „láska bez hranic“. Lidská „láska k Bohu“ není jen exkluzivním vztahem k nějaké „nadpřirozené bytosti“ za horizontem světa, nýbrž se má právě svou „bezhraničností“ a nepodmíněností podobat lásce Boha samého, který vše objímá a udržuje v bytí svou láskou, má se podobat Bohu, který je ve všem přítomen s láskou a jakožto láska. Je ovšem zřejmé, že toto přikázání lásky (neoddělitelné lásky k Bohu a bližnímu) je

úkolem, s nímž v tomto světě a v tomto životě nikdy není možné být hotov, má – podobně jako víra – charakter pozvání na cestu, která je stále otevřená. Křesťan je vyzván podobat se Bohu, který ze své lásky nikoho nevyklučuje. Nový zákon důtklivě spojuje lásku k Bohu a víru v Boha s láskou k bližním, a to tak, že „lásku k Bohu“, která by nebyla spojena s láskou k lidem, demaskuje jako pokřivení, a naopak v činech lásky k bližním rozpoznává víru. Milost víry se tedy vlévá do života konkrétního člověka nikoliv primárně v okamžiku, „kdy si začíná myslet, že Bůh je“, nýbrž tehdy, kdy dochází v jeho životě k sebe-překročení, tedy k tomu, co křesťanství míní slovem láska.

Vraťme se k tomu aktuálnímu, tento čas je zkouškou naší víry, lásky a naděje. Někteří se půjdou vyřvat a poprat do ulic, jiní budou poslouchat a šířit fake-news na sociálních sítích, budou šířit strach a nenávisť, jiní budou opatřovat a šířit světlo, které žádná tma nemůže uhasit. Je snad zřejmé, kde je naše místo. Amen.

Tomáš Halík

## TŘÍKRÁLOVÁ SBÍRKA 2023



Tříkráloví koledníci se rozběhli po obcích, zazpívali a přinesli radostnou zvěst. Na dveře napsali nápis K+M+B, znamenající vyznání Kyrios mégas Basileus (Pán, mocný král).

Přinášení darů na svátek Tří králů má kořeny v hluboké historii. Charita Česká republika dala od roku 2000 tradičnímu pojetí oslavy Tří králů další rozměr – Tříkrálovou sbírku. V období svátku se snaží při jejím organizování získat finanční prostředky na zajištění vlastní činnosti a mezinárodní pomoci, podpořit tříkrálovou tradici a dobrovolnictví a formovat veřejné mínění ve prospěch solidarity s těmi nejpotřebnějšími. A tak koledníci mohou nejen šířit dávnou tradici, získat drobnou dobrotu, ale i vyko-

lovat dar určený pro podporu projektů Charity. Jsme opravdu vděční za všechny dary, kterými nám lidé přispějí.

Svátek Tří králů je ztotožněn se slavností Zjevení Páně, je dvanáctým dnem Vánoc a fakticky jím Vánoce vrcholí a končí. Je připomínkou okamžiku, kdy se Kristus zjevil nejen izraelskému národu, ale všem, a dal se rozpoznat jako král všech, které zastupují mudrci z daleka.

První krátkou zvěst o Třech králech nalezneme v evangeliu svatého Matouše. Ta pojednává o mudrcích z dálného východu, kteří vedeni hvězdou došli do Betléma, aby se poklonili právě narozenému Spasiteli Ježíši Kristu. V evangeliu se nehovoří o králech nebo o jejich počtu, ale o mudrcích z východu, kteří přinesli zlato, kadidlo a myrhu. Předpokládá se, že se jednalo o astrology či

hvězdoporce. Podle počtu darů se odvodilo, že byli tři.

Označení králové se objevuje až v 6. století. Jména Kašpar, Melichar a Baltazar jsou s nimi spojována až v lidových vyprávěních o staletí později. Nejstarší král Kašpar z Persie podle legendy přináší darem Ježíšovi zlato. Zlato bylo kovem symbolizujícím moc a bohatství. Prostřední indický král Melichar v rukou drží symbol modlitby - kadidlo (vonná směs pryskyřic některých druhů kadidlovníku), které sloužilo k vykuřování obydlí nebo se využívalo v medicíně. Poslední v řadě přichází král Etiopie Baltazar s černou tváří, který nese myrhu. Myrha je sušená pryskyřice stromu myrhovníku. Byla používána jako součást vonných a balzamovacích masť nebo se míchala s kadidlem. Pro své léčivé účinky byla dražší než zlato.

*Cesta mudrců z Východu symbolizuje úděl každého člověka. Náš život je poutí. Cestou potkáváme hvězdy, které nám, pokud se za nimi vydáme, pomáhají najít smysl života.*

Výtěžek dvacáté třetí Tříkrálové sbírky, kterou pořádá Charita ČR, je určen především na **podporu charitních služeb v našem regionu**. Oblastní charita Ústí nad Orlicí zaměstnává cca 150 lidí a v celém okrese poskytuje téměř dvě desítky služeb lidem všech generací. Služby Oblastní charity využívají mladí i staří - lidé čelící nemocí a zdravotním potížím, chudobě či samotě. Základní životní jistotou každého člověka je stabilní rodina, a právě podpora rodiny je jedním z hlavních cílů činnosti Oblastní charity. I v tomto ročníku Tříkrálové sbírky podpoří dárce tyto charitní služby na Orlickoústecku:

- Sociálně terapeutické dílny
- Centrum Pod střechem a činnost jeho služeb
- Pečovatelskou službu
- Domácí hospic ALFA-OMEGA
- Rodinná centra
- Sociální rehabilitaci
- Nízkoprahové denní centrum pro osoby bez přístřeší
- Sociální sprchu
- Integraci a pomoc ukrajinským uprchlíkům
- Dar na realizaci humanitárních projektů v zahraničí

- Přímou pomoc lidem v nouzi

Ve sbírce se v orlickoústeckém okrese vykoledovalo v roce 2022 do 538 pokladniček 3.020.021 Kč, vybralo do online kasičky 57.333 Kč a převedlo bezhotovostní platbou 37.350 Kč.

65 % výtěžku použila Oblastní charita v souladu se svými záměry zejména na zajištění chodu Charitní pečovatelské služby, Domácího hospice ALFA-OMEGA, Sociální rehabilitace, Sociální sprchy, dále Rodinných center Mozaika a Kopretina a Nízkoprahového zařízení pro děti a mládež Street, jejichž

cílem je posílení základních funkcí rodiny, prevence problémů v rodině, sociálního vyloučení nebo pomoc při začleňování dětí do kolektivu. Další podíl z výtěžku je určen na projekty Diecézní charity HK (15 %), na zahraniční humanitární fond CHČR (10 %), na režii TS (5 %) a na projekty CHČR (5 %).

Bližší informace o činnosti Oblastní charity naleznete na [www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz). Obecné informace k Tříkrálové sbírce najdete na [www.trikralovasbirka.cz](http://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 nad Orlicí poskytuje v okrese 17 služeb a všechny mají společného jmenovatele: PODPORA RODINY.**

*„Rodina je místem lásky a života, místem, kde láska rodí život.“ – Jan Pavel II*

#### **Nabízené služby**

Rodičům s malými dětmi slouží dvě Rodinná centra a mládeži Nízkoprahový klub. Pracovnice terénní služby Šance pro rodinu zajíždějí 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 ohrožují rodiny – např. dluhy, exekuce, rozvody, neplacení výživného. 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 Domácí zdravotní péče a Půjčovna kompenzačních pomůcek. Domácí hospic ALFA-OMEGA pomáhá rodinám, které se starají o nevléčitelně nemocné příbuzné. Zdravotně handicapovaným lidem je k dispozici Osobní asistence, Pečovatelská služba či Sociálně terapeutické dílny. I zde je rodinné zázemí pečující rodiny pro spolupráci velmi důležité.

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. V minulém roce byla také vytvořena skupina na podporu Ukrajinců, kteří utekli před válkou.



**Většinu těchto služeb spolufinancujeme z Tříkrálové sbírky.**

## **PÉČE O NEMOCNÉ A POTŘEBNÉ**

**Oblastní charita Ústí nad Orlicí provozuje čtyři střediska Domácí zdravotní péče – v Letohradě, Ústí nad Orlicí, Lanškrouně a Chocni.**

### **HLEDÁME ZDRAVOTNÍ SESTRU ANEB JAK (NE)MŮŽE VYPADAT INZERÁT**

Slyšte, vážení, do našeho týmu zdravotních sester v ÚO hledáme posilu, superženu. Naše sestra nemůže být ledajaká. Práce v terénu vyžaduje specifické vlastnosti, schopnosti a dovednosti. Poohlídíme se po osobnostech, které mají blízko k dokonalosti. Takže, pokud se, kromě formality dosaženého vzdělání oboru zdravotní sestra, považujete za typové vyhovující, neváhejte nás kontaktovat.

**Jsi komunikativní?** Dokážeš být dvacet minut ohnutá k převazované končetině, rukama hbitě tvořit z obinadel klasy a přitom komentovat venkovní počasí, politickou si-

tuaci, či z paměti odříkávat recept na svíčkou? Pak máš první plusový bod.

**Jsi vzdělaná?** Umíš diagnostikovat hypoglykemii, epileptický záchvat nebo stav opilosti, nezaměnit jedno za druhé, nepoplést s tím třetím a adekvátně na ně reagovat? Máš přehled, co se děje v nejsledovanějších seriálech v TV? Pak si přidej druhé významné plus.

**Jsi odvážná?** Nebojíš se po bytě volně pobíhajících psů, plazících se hadů, z krunyřů vykukujících želv, koček útočících na tvé tkaninky od bot, mrtvých myší na prahu domu,

či z pavučin číhajících pavouků? Pak jsi odvážná a patříš mezi nás. My se totiž na našich návštěvách za klienty se zvířaty všeho druhu setkáváme. A snažíme se nebát.

**Jsi sportovkyně?** Zvládneš vyjít osm poschodí a nemít jazyk na vestě? Vlézt do domu oknem nebo vyskákat po dřevěných paletách pro tebe není problém? Budeš pro nás jako stvořená.

**Umíš potlačit hlad, žízeň a nutkání na WC?** Že ty jsi v terénu už někdy pracovala?

**Máš smysl pro humor?** Pak mu musíš umět popustit uzdu jen ve správných situa-

cích. Třeba když si z tebe pacient doopravdy dělá legraci. Mává ti před očima tvoji nejoblíbenější čokoládou, přičemž ti vysvětluje, že ji nedostaneš, protože jsi boubelka s pár kily navíc? Využij svůj smysl pro humor a srdečně se zasměj. Nezaměňuj za hysterický záchvat.

**Umíš cvičit nebo tančit?** Nebude ti dělat problém provádět s klienty rehabilitace ztuhlých kloubů. Pokud cvičit ani tančit neumíš, je dobré hezky zpívat, recitovat nebo alespoň plynule číst. Pacient tak dle tvých pokynů a tempa řeči vykonává cviky sám.

**Dokážeš naslouchat?** Tebe budou mít lidi rádi. Nemysli si, že jim budeš po dovolené

barvitě vyprávět své zážitky. Jen si trpělivě vyslechni, jaká byla dovolená před půl stoletím na Mácháci.

**Máš dobrý zrak?** Nejspíš se většinou trefíš do žíly, z které máš odebrat krev, povede se ti odstříhnout nitka stehu a pinzetou vytáhnout. Přečteš jmenovku pacienta na zvonku. Dobrý zrak je důležitý. Pečuj nadále o své oči a pokračuj ve čtení.

Nejsme superženy. Jsme obyčejné, úplně (nenormálně) normální. Máme silné i slabé stránky. Jsme veselé i vážné, milujeme klid, ale i dobrodružství. Rády chodíme mezi lidi a rádi lidem pomáháme. Těší nás, když se

podílíme na jejich uzdravení. Žijeme s našimi pacienty jejich příběhy a hodně o nich přemýšlíme. Oni zase žijí s námi ty naše. Poznají na nás, když se špatně vyspíme. Přesto nás den co den pouštějí do svých domovů, dávají nám svoji důvěru a říkají, že jim je s námi lépe. Naše práce je výjimečná, často komplikovaná, nepohodlná, s prvky improvizace, ale je to moc hezká práce.

P.S. Tohle není doopravdický inzerát. Jestli jsme tě však nalákaly, zkus to. Možná nám tady chybiš ještě ty.

Radka Smolová

– zdravotní sestra z DZP Ústí nad Orlicí

*„Rodina je jednou z nevyhnutelných podmínek štěstí.“ — Lev Nikolajevič Tolstoj*

## SPOKOJENÝ PACIENT

Rudolf Holeček (1936-2022) býval lesák. Specializoval se na mechanizaci lesních prací, ale rozuměl i všemu kolem, a ve svém oboru patřil k uznávaným odborníkům. Les miloval stále, i když ke konci života zůstal jen v jeho bohatých vzpomínkách.

Pan Holeček měl dvacet let cukrovku, která vyústila v nekrózu na nohách. Jeho stav se zhoršil po prodělaném onemocnění koronavirem, kdy se přestal hýbat a nemohl se ani posadit na posteli. Když se vrátil z nemocnice a Albertina, půjčila si rodina z Charity polohovací postel a začala shánět potřebnou péči. Velkou část péče o tatínka převzala dcera Jitka, která s ním bydlela v domě. Sama chodila do práce na směny, takže zorganizovat systém péče nebylo zpočátku vůbec jednoduché. I když spousta starostí zůstala na ní, péče o tatínka nakonec fungovala bez problémů i díky dalším službám. „Sestřičky z Charity chodily každý den dvakrát podle toho, jakou jsem měla směnu v práci. V pondělí, středu a pátek převazovaly a ošetřovaly tatínkovi nohu, každý den podávaly léky a inzulin. Pak k nám jezdily letohradské charitní pečovatelské a pečovatelské ze Žamberka, které tatínka nakrmily, umyly a při tom si s ním popovídaly. Se všemi třemi službami byla výborná

spolupráce. Nebýt jich, musela bych tatínka dát někam do ústavu,“ uvedla paní Jitka.

Pan Holeček byl spokojený a veselý. Říkal, že ho nic nebolí, ani nohy, ani amputované prsty. Byl rád, že je doma. Navštěvovalo ho hodně lidí – kamarádi, sousedi, děti, vnoučata, pravnoučata.

Paní Jitka toho měla dost na starosti a někdy bylo opravdu náročné všechno zvládnout. „O víkendu mi pomáhal manžel tatínka

umýt, nakrmit, obstarat. Do toho práce, domácnost, zahrada, ani jsem neměla čas na vnoučata,“ vypráví. „Ale když jsem viděla, jak je tatínek spokojený, tak jsem věděla, že to zvládneme.“

Vždycky ji potěší, když si její dospělé děti přijdou popovídat, když se může potěšit bezelstností a roztomilostí malých vnoučat. Dává jí to sílu, kterou zase ona mohla dávat do péče o tatínka. A ty děti to všechno viděly...



### Poděkování:

Milé sestřičky!

Přešla již třetí adventní neděle, píší vánoční přání příbuzným a známým, ale Vás si nechávám jako poslední. Omlouvám se, není to proto, že bych dal někomu přednost, ale proto, že za vaše služby zdravotní, povzbuzivá slova a ochotu poslouchat mé řeči při vzpomínkách na můj uplynulý život nevím, jak nejlépe poděkovat. A tu mi sestřička přinesla Charitní aktualitu, za které mnohokrát

děkuji. Tak jak pečlivě a svědomitě ošetřujete rány pacientům, se stejnou pečlivostí byly vytvořeny tyto listy. A tak je teď půjčím známým a blízkým, kteří ještě Charitu nepotřebují, aby se dozvěděli o její činnosti a službách více, i kdyby si je jen přečetli.

Rozhodl jsem se, že jako poděkování za vaši zásluhovou službu Vám pošlu myšlenku, citát B. Pascala, který jsem si opsal z vývěsky u kostela v Karviné Fryštátu:

Největší umění je umění žít.

A k tomu umění nejcennější jest,  
umět si vytvářet pravou radost.  
Neotáčej jablíčko k sobě tou stranou,  
kde má skvrnu,  
ale tou, kde je hezké.  
Budeš-li rozdávát radost,  
vše se k tobě sejde,  
jako včely na květ.

Josef Bednář

### Domácí zdravotní péče

**Ústí nad Orlicí:** 17. listopadu 69, tel. 731 402 340, chos.uo@uo.hk.caritas.cz

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

**Lanškroun:** nám. A. Jiráka 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

*„Rodinu si nevybíráte, ta je božím darem pro Vás, stejně jako Vy jste pro ni.“ – Desmond Tutu*

## PRÁCE PEČOVATELKY MI DÁVÁ SMYSL

Marie Křivohlávková pracuje v **Charitní pečovatelské službě Letohrad** více než šest let. Má sice vystudovanou střední ekonomickou školu, ale čísla ji nikdy nebavila. Po škole pracovala ve spořitelně, ale táhlo ji to jinam. Když se vdala a vypravila všech svých šest dětí do školy, začala po sedmnácti letech shánět práci. Naskytla se jí práce v Charitě. „Jsem tady spokojená, protože práce pečovatelky mi dává smysl. Máme prima partu, s kolegyněmi si vzájemně vyjdeme vstříc. Chodím do práce odpočívát,“ popisuje.

Že by pečovatelka ve své práci odpočívala? „Je to fyzicky náročné na záda, to ano. Ale každý klient je na tom zdravotně jinak, takže u některých se nadřu, u některých je služba snadnější. Na naší práci je moc krásné, že lidé nám dávají najevo, že nás rádi vidí. To je od nich takové pohlazení. Mrzí mě jen, že v ně-

čem jim nedokážu pomoci. Neumím zařídit, aby lépe chodili nebo aby je něco nebolelo,“ vypráví Marie.

Říká se, že co do vztahu dáváme, to dostáváme. U pečovatelek to určitě platí - přicházejí k lidem s profesionalitou i srdcem na dlani. A navíc: vždy s úsměvem, přestože každá má jistě své soukromé trable. Ráno v 6:30 začínají, když mají i odpolední směnu, končí v 19:30. Pět pečovatelek z letohradského střediska Oblastní charity se střídá na dvou trasách. Kromě Letohradu jezdí i do Verměřovic, Horní a Dolní Čermné, Nekoře, Mistrovic, Petrovic, Písečné a Lukavice. U klientů provádějí hygienu, připraví a podají jídlo, pomohou z postele nebo invalidního vozíku a přitom si s nimi popovídají. Pečovatelky z Charity umí pomoci, potěšit a vždy se živě zajímají o toho, ke komu přicházejí.



### Poděkování

Dvacátého šestého srpna zemřela paní L. J. z Orlice, která žila u dcery 18 let. Posledních šest let byla ležící a téměř nekomunikovala. Péči o maminku jsme zvládali díky rodině, sestřičkám a pečovatelkám Charity Letohrad. Děkujeme jim za jejich pomoc. Ať je tato nelehká práce naplňuje radostí z toho, že jsou pro klienty a jejich rodiny anděly. Děkujeme všem za projevovaná slova útěchy a podpory.

Rodina D.

„Můj vřelý dík, všem pečovatelkám, které se o mě starají, za poskytovanou péči. Všechny jsou moc hodné a ve všem mi vycházejí vstříc. Vždy se těším na jejich návštěvu. Více klidu, hlavně zdraví vám všem ze srdce přeje R. Kovářová“

„Vaší práce si velice vážíme. Paní pečovatelky jsou milé, spolehlivé, zodpovědné. Mamka jim důvěřuje, zvykla si na ně, přistupují k ní s úctou a laskavostí. Ještě jednou děkujeme, že mamka může zůstat díky vaší službě ve svém domácím prostředí. Přejeme Vám krásný Adventní čas, naplněný pohodou a radostí. Za paní Flídrovou její rodina.“

*„Jsem tu pro druhé lidi, především pro ty, na jejichž úsměvu a blahu závisí naše vlastní štěstí.“ – Albert Einstein*

## RÁDA VZPOMÍNÁM NA DĚTSTVÍ

**Charitní pečovatelská služba Ústí nad Orlicí (CHPS)** poskytuje 89 leté paní Helence péči už druhým rokem, ale stále si mají co říct. „Ráda vzpomínám na dětství, i když jako sourozenci jsme vyrůstali v chudé rodině tkalců a v době přídelového hospodaření, měli jsme na sebe čas. Bylo to asi tak, čím chudší rodina, tím více dětí a všechny jsme se rozdělily,“ říká nám s úsměvem při ranní návštěvě.

Paní Helenka se narodila jako poslední z šesti dětí. Vzpomíná, že k snídani měla chléb s kozím mlékem, a protože byla velmi drobná a malá, maminka jí občas přilepšila kousíčkem másla. „Potraviny, oděvy a další, to vše bylo za války na přídel. Doma a někdy i venku jsme chodili bosí, palce jsme měli okopané.“ Vypráví nám paní Helenka a přitom se směje, že to bylo neopatrností. „Později když jsme měli i rohlík, no tak ten vám voněl a ta kůrka z chleba. Když nás maminka poslala pro chleba, předem nám říkala, neokusovat! No ono to pak nevypadalo pěkně. Na výjimečné příležitosti a v neděli do kostela nám maminka přichystala lepší šaty, ale potom hned převléknout a ven hrát si s kuličkami. Míč byl taky moc vzácný, měli ho asi ve dvou rodinách u nás na vesnici. A jinak jsme

jako děti taky vymýšlely hry, o kterých nesměli vědět rodiče. Vychodila jsem obecnou a měšťanskou školu a potom jsem pracovala v tkalcovnách. Práce s hedvábím byla čistá, ale s bavlnou bylo všude moc prachu a v tkalcovně byl velký hluk. Proto asi hůře slyším. Manžel byl voják, a tak jsme se i stěhovali, práci jsem si našla všude. Dvě děti se nám narodily v Praze a třetí v Ústí nad Orlicí. Od té doby bydlím tady.“

CHPS se začala o paní Helenku starat v jejích 87 letech, kdy po úraze zůstala na lůžku a pe-



čující rodina, která doposud vše zajišťovala a se vším mamince pomáhala, potřebovala doplnit péči naší službou. Pečovatelky v současné době navštěvují optimistickou paní Helenku třikrát denně.

„Začátky byly obtížné, paní Helenka byla po těžkém pádu, musela stále ležet, pouze krátce při jídle a hygieně se mohla s naší pomocí posadit na lůžko. Rodina zajišťovala mamince podporu a péči po práci a v noci u ní vždy někdo z rodiny přespával. My jsme paní Helence zajišťovali hygienu 3x denně, podání snídaně, oběda a večeře s užitím léků. I přes velké bolesti se snažila v rámci svých možností spolupracovat a věřila, že se opět brzy postaví na nohy a vydá se zase na svoji obvyklou procházku kolem domu. Po čase paní Helenka opět ušla několik metrů s naší oporou i s chodítkem a snažila se být co nejvíce soběstačná. Společně s rodinou jsme ji v tom neustále podporovali a snažili se péči přizpůsobovat jejím momentálním potřebám. Hned ráno nás vždy vítala s úsměvem, posnídala chléb s máslem a kávou a těšila se na to, co jí den přinese. „To bylo potěšení i pro nás, v poledne a večer nám den přinesl další radost ze společného setkání s ní“, popisuje pečovatelka Petra.

*„Ať kdokoli, koho přijmete, od vás odchází lepší a šťastnější. Buďte živým výrazem Boží dobroty: svou tvář, něžností v očích, láskou ve svém úsměvu, přízní ve vašem pozdravu...“ – Matka Tereza*

## Charitní pečovatelská služba

### Letohrad:

Centrum Pod střechou, Taušlova 714, tel. 734 769 712, [chps.let@uo.hk.caritas.cz](mailto:chps.let@uo.hk.caritas.cz)

Službu poskytujeme na území obcí: Letohrad, Šedivec, Nekoř, Verměřovice, Dolní Čermná, Horní Čermná, Lukavice, Písečná.



### Ústí nad Orlicí:

Sokolská 68, tel. 731 402 341, [chps.uo@uo.hk.caritas.cz](mailto:chps.uo@uo.hk.caritas.cz)

Službu poskytujeme podle provozních a kapacitních možností převážně v Ústí nad Orlicí a okolních zaregistrovaných obcích, ale také doplňkově v České Třebové a jejím okolí.

## S OSOBNÍ ASISTENTKOU OŽILA PANÍ RADKA I JEJÍ DOMÁCNOST

V roce 2006, dva roky po svatbě, byla paní Radce diagnostikována roztroušená skleróza. Zpočátku se nemoc projevila nenápadně, ale po porodu syna a po smrti dvojčete paní Radky v roce 2010 se bohužel nemoc rychle rozvinula. Přestože podstoupila standardní dostupnou léčbu, nemoc postupovala dál a nyní se paní Radka nachází ve stavu nepohyblivosti od ramen dolů.

V roce 2016 se spolu s manželem rozhodla oslovit Oblastní charitu a do rodiny začala dojíždět Charitní pečovatelská služba, později začali využívat službu **Osobní asistence**. K paní Radce nyní dochází tři osobní asistentky, které střídavě tráví s rodinou 5 dní v týdnu, někdy i 10 hodin denně. Manžel Rudolf k tomu říká: „Příchod osobní asistentky je pro nás velkou psychickou podporou. Jelikož manželku nemůžu nechat bez dozoru a také potřebuje se vším pomoci, je péče o ni velmi náročná. Dříve mi nezbýval žádný volný čas pro sebe a mého syna, a často u nás doma vznikala tzv. ponorka. Osobní asistentka nás vytrhla z všední životní šedi a zase si užíváme běžných denních radostí.“

Nejvíce času tráví s paní Radkou asistentka Barbora, která popisuje jejich běžný den: „Během dopoledne, po ranní hygieně a snídani, sledujeme pohádky v televizi a Radčin Facebook, díky kterému komunikuje s okolním světem. Hrajeme karty, pečeme, tvoříme. Později připravujeme oběd.“ A plno práce je čeká také odpoledne. „Po odpočinku následuje logopedie a rehabilitační cvičení, které nám doporučily charitní sestřičky. Vzhledem k posilování rukou se paní Radce velmi zlepšil úchop předmětů. Když je hezké počasí, můžeme konečně na procházky s novým elektrickým vozíkem, který byl paní Radce pořízen díky manželovu rozhodnutí z léta 2021. Procházky nám bohužel ztěžuje stav místní komunikace. Otřesy, které zažívá při cestě na vozíku z domova po přilehlé nepevněné komunikaci, jejímu zdravotnímu stavu vůbec neprospívají. Když pak přijde z práce Radčin manžel a syn ze školy, snažíme se vymyslet společně nějaké hry,“ dodává asistentka Barbora.

Osobní asistentka se stala součástí rodiny. Barboře se podařilo navázat se všemi jejími



členy přátelské vztahy. Díky tomu ožila nejen celá domácnost, ale především paní Radka, která vzhledem k příjemné atmosféře a profesionálnímu přístupu osobní asistentky dělá zdravotní pokroky.

*„Láska začíná péči o ty nejbližší, ty doma.“ — Matka Tereza*

## OSUD A POKORA

V roce 2018 jsem řešil osobní bolestnou situaci, kterou zapříčinila nevyléčitelná nemoc mojí maminky. Po krátké poradě s partnerkou a dětmi, jsme se rozhodli, že si maminku vezmeme domů, abychom jí mohli osobní péčí ulehčit dobu jejího odcházení. Nikdy jsem v takové situaci nebyl, a pochopitelně jsem nevěděl, jak a co připravit, a co mě bude čekat od první minuty maminkina příjezdu. Když jsem se seznámil se sestřičkami z Domáckého hospice ALFA-OMEGA, hned jsem věděl, že to zvládnou. Jejich trpělivá a laskavá práce při mém zaučování, empatická a profesionální péče o moji maminku mě zasáhly silným citovým prožitkem, který mi nejen otevřel oči, ale zcela zásadně ovlivnil můj pohled na život a na dění okolo mě. Teprve tváří v tvář smrti, kdy jsou lidé odkázáni sami na sebe a nejbližší okolí, si uvědomíme, jak málo jsme na takovou situaci připraveni. Jak jsme bezmocní a nemotorní a jak moc toužíme po pomoci, radě a laskavém slově. Děkuji osudu, že mně umožnil o maminku pečovat, ale také za to, že jsem měl možnost poznat jednu ze služeb Oblastní charity. A nejen to. Společná

starost o maminku mě totiž natolik ovlivnila, že po její smrti jsem si úplně přenastavil hlavu a namotivoval se k zásadnímu rozhodnutí. Ukončil jsem pracovní poměr tajemníka městského úřadu a začal hledat uplatnění v oblastech, kde bych mohl pomáhat lidem, kteří jsou odkázáni na pomoc a péči druhých.

Nejdříve jsem hledal uplatnění na Úřadu práce v projektech, jejichž cílem bylo pomáhat nezaměstnaným či hůře zaměstnatelným najít práci. Tato státní instituce o mě ale neměla zájem. Tehdejší odmítnutí mně však nakonec zázračně pomohlo.

Pozorně jsem sledoval, zda by se nenašlo volné místo osobního asistenta v Oblastní charitě, protože tato služba splňovala přesně to, co jsem chtěl dělat. Tehdy jsem z internetu věděl, že osobní asistence má za cíl umožnit klientům vést život podle svých přání a potřeb a zůstat přitom ve své domácnosti, a že je určena lidem, kteří potřebují pomoc další osoby z důvodu vysokého věku, tělesného nebo mentálního postižení, chronického onemocnění či přechodného zhoršení zdravotního stavu. A to mě motivovalo. Měl jsem

malinko zkušeností z nedlouhé péče o vlastní maminku – s pomocí při osobní hygieně, zajištění stravy nebo chodu domácnosti. Opět jsem mohl poděkovat osudu, že mě nakonec „upozornil“ na inzerát, ve kterém byl osobní asistent poptáván.

Velice si cením odvahy Marie Maříkové, která se mnou předešlých několik let trpělivě komunikovala. A byť se první pozice nehodily pro muže, nakonec se to povedlo. S velkou pokorou děkuji Marii Malé, která se mnou uzavřela pracovní smlouvu. A vám všem pak patří velký dík a respekt za vstřícnost, laskavou pomoc a přátelský přístup. Moc si vážím všech zaměstnanců Charity a znovu děkuji osudu, že mohu být mezi vámi.

Jestliže jsem dříve věděl, že Oblastní charita plní úžasnou a nenahraditelnou službu, tak dnes navíc mohu vyslovit obdiv a s úctou smeknout před vámi v první linii, protože vím, v čem tkví poslání naší Charity a jak hluboce mě citově obohacuje.

*S úctou váš kolega Ivan Prchal*

### Poděkování:

Dobrý den, paní Maříková,  
chtěla bych Vám velice poděkovat za ochotu a podporu, kterou jste nám po celou dobu dodávali. Zvláště bych chtěla poděkovat asistentům panu Ivanu Prchalovi a paní Petře Hondlové, kteří se opravdu krásně starali až do poslední chvíle o našeho dědu, pana Jiřího, a byli naší velkou oporou. Díky jejich pomoci jsme mohli mít dědu až do konce jeho života doma. Opravdu Vám moc děkujeme a obdivujeme Vaši zásluhou práci.

*S pozdravem a díky, rodina N.*

Dobrý den,  
ráda bych Vám a všem Vaším spolupracovníkům popřála klidné vánoční svátky, poděkovala všem za spolupráci a pomoc, které se mně a mým rodičům od všech v uplynulém roce dostalo, a bez které by nebylo možné uchovat rodičům takovou spokojenost a důstojnost ve stáří, jak si snad přejí.

Do nového roku bych pak chtěla popřát především hodně zdraví, sil, empatie a vytrvalosti, bez nichž by Vaši práci nebylo možné vykonávat s takovou ochotou a nasazením, jako tomu je. P.S.

*„V péči o štěstí druhých nacházíme své vlastní.“ — Platón*

## ZE ZÁKULISÍ PŮJČOVNY POMŮCEK

V **Půjčovně kompenzačních pomůcek** pracuji ráda. Ráda se setkávám s lidmi, kterým mohu pomoci právě zapůjčením vhodné pomůcky. Za dobu své praxe dokážu zákazníkům vhodně poradit, podpořit je, a to mi dělá radost.

Zájemce, který do půjčovny zavítá, vidím často poprvé. Do ústecké půjčovny přicházejí nejen místní, ale přijíždějí sem také lidé z České Třebové, Chocně, Vysokého Mýta a z okolí těchto měst. Od pohledu nepoznám, jaký člověk stojí přede mnou. Zda se bude k vypůjčené pomůcce chovat šetrně, zda bude platit půjčovné... Jisté je pouze to, že nyní pomůcku potřebuje – buď on sám, nebo někdo blízký. Dohodneme se tedy na době výpůjčky a klient zaplatí půjčovné na předem stanovenou dobu. Ještě mu vysvětlím, že výpůjčku může prodloužit zaplacením další částky, nebo musí pomůcku po uplynutí do-

hodnuté doby vrátit. Rozloučíme se a klient s pomůckou odchází.

V naprosté většině případů probíhá půjčování pomůcek, komunikace se zákazníkem i placení půjčovného bez obtíží. Situace se začne komplikovat, když výpůjční doba uplyne, a klient na další období nezaplatí, ani pomůcku nevrátí. Nejprve vyčkávám – každý může zapomenout. Potom telefonuji. Pokud se dovolám, na druhé straně se může ozvat omluva a ujištění o nápravě. Anebo člověk na konci linky začne vysvětlovat, že momentálně nemá peníze, ale okamžitě sdělí přesné datum (obvykle dlouho dopředu), kdy půjčovné přijde zaplatit. V těchto případech zpozorním, protože mám více zkušeností, že se v daný den nedostaví. Když volám znovu, scénář se opakuje. Škoda, že někteří lidé nejdou na rovinu. Nemít peníze přece není ostuda, a i v takových případech můžeme spo-

lečně najít řešení, např. splátkový kalendář.

Pokud nájemce nereaguje na telefonáty, posíláme doporučený dopis. Jestliže ani poté nezareaguje, směřujeme případ na Policii ČR s prosbou o pomoc při vrácení pomůcky. Takto nám ústečtí policisté již dvakrát ochotně pomohli získat zpět nevrácené pomůcky. Osvědčila se mi též spolupráce s úřadem práce, kdy mi úřednice sdělila, že neplatící osoba, kterou jsem se pokoušela kontaktovat, se přestěhovala do jiného města. Vstřícnost jsem zažila i na sociálním odboru města.

Bohužel i takové jsou zážitky v půjčovně pomůcek. Není jich našťásti mnoho. Ale i my musíme nějak chránit svůj majetek – pomůcky, které musíme nejdříve nakoupit a pak je půjčujeme potřebným.

*Sr. Pavla Rychnovská SSJ – PKP ÚO*

### Půjčovna kompenzačních pomůcek

**Ústí nad Orlicí:** 17. listopadu 69, tel. 731 402 314, [pujcovna.uo@uo.hk.caritas.cz](mailto:pujcovna.uo@uo.hk.caritas.cz)

**Letohrad:** Na Kopečku 356, tel. 731 598 830, [pujcovna.let@uo.hk.caritas.cz](mailto:pujcovna.let@uo.hk.caritas.cz)

**Lanškroun:** Havlíčkova 1129, tel. 733 611 556, [pujcovna.lan@uo.hk.caritas.cz](mailto:pujcovna.lan@uo.hk.caritas.cz)



## PÉČE O UMÍRAJÍCÍ

*„Být druhému člověku nablízku, být s ním, to je to nejdůležitější – v lásce, v životě i v umírání.“ — Elisabeth Kübler-Ross*

**Smyslem práce Domácího hospice ALFA-OMEGA je pomoci lidem, kteří si přejí zemřít doma – v kruhu svých blízkých. Tam, kde mají pocit bezpečí, kde to mají rádi. Kde mají možnost se rozloučit, vzpomínat, scházet se...to vše k tomu patří.**

## ZE STANU PŘÍMO DO SRDCE

Někdy vypadá anděl jako maminka, jindy jako lékař a někdy jako paní hospodská. Stanislava Zachařová z Kempu Knoflík v Lanškrouně přijala cizího člověka, který přišel o bydlení. Brala ho jako svého dědu. Osm let mu poskytovala střechu nad hlavou, naučila ho řádu, pomohla mu splatit dluhy. Na konci letošních prázdnin jí zemřel v náručí.

Jednoho dne v červnu 2003 přivezl Zdeněk do kempu Knoflík jeho syn. Postavil mu tam stan, a odjel. „Postupně jsme se se Zdeňkem poznávali a sblížovali. Vždycky přišel za mnou do kuchyně, dal si polévku a pomohl mi uklidit,“ popisovala paní Zachařová. Když po čtyřech měsících nastal podzim, a majitelka kempu zjistila, že Zdeněk nemá kde

bydlet, nabídla mu v kempu místnůstku 2x2 metry. Ta se stala na osm let jeho domovem. Zdeněk našel ve Stáně milující „dceru“ a pochopení.

„Zdenda byl neskutečně hodný a pozitivní člověk, to jsem věděla od prvního pohledu. Byl sice neupravený a bezzubý, ale také skromný, tichý, nenáročný. A měl to v životě

těžké,“ uvedla paní Zacharová. „Od malička vyrůstal v dětském domově. Byl tam šťastnější než doma. Po vyučení se oženil. Obě jeho ženy od něj odešly, druhá mu zanechala i syna.“

Stanislava Zacharová provozuje hospodu v Kempu Knoflík, kde denně vaří více než stovku obědů. Každé ráno vstává ve dvě hodiny, aby připravila vše potřebné. V sedm nastupují brigádnice a dokončují pokrmy, které pak rodiče s přítelem rozvázejí po městě a okolí. „Ráno mi Zdeněk vždy pomohl. Naučila jsem ho, že musí o sebe dbát, že si musí vzít každý den čisté tričko, že na spaní musí mít také čisté tričko. Pracoval v supermarketu, odkud ho po třech letech propustili, protože by mu museli přidat. Vydělané peníze jsme dávali do obálky, aby splatil dluhy. A to se nám podařilo! Měl třeba nedoplatek u energetické společnosti šedesát korun, který mu za ta léta vyrostl na šest tisíc.“

Zdeněk se vyléčil z rakoviny. Když se však nemoc po čase vrátila, řekl Stáně, že už nechce podstoupit žádné chemoterapie ani léčení v nemocnici, protože ví, že už tady dlouho nebude. A tak se Stáňa u své práce ještě intenzivně starala o umírajícího kamaráda. „Ty čtyři týdny byly nesmírně náročné - hygiena, krmení, spala jsem u něj na podlaze, protože nechtěl jít do větší místnosti našeho bytu. Denně jsem spala tři hodiny. Už jsem to neztvářela, a tak jsem začala spolupracovat s domácím hospicem.“

Domácí hospic ALFA-OMEGA, který pro-



vozuje Oblastní charita Ústí nad Orlicí, byl pro Stáňu velkou pomocí. Poprvé v životě byla nablízku umírajícímu. Poprvé v životě viděla člověka, který trpí, a ona mu nemůže pomoci. „Měl rakovinu v páteři, v krku, doslova mu požírala tkáň v obličeji, takže na něj nebyl hezký pohled. Všechno ho bolelo, tak dostal silnější léky na bolest. Kdykoliv jsem mohla sestřičkám zavolat, a také mi denně pomáhaly. Jednou jsem si Zdendu posadila na postel, a on mi zemřel v náručí...“

Když Zdeněk zemřel, bylo mu 64 let. „Byl z těch lidí, kterých si normálně nevšimnete, až když tady nejsou, zjistíte, jak moc vám

chybí. Nesmírně hodný, laskavý muž, který dával energii druhým.“

Se soucitem přijmout cizího člověka a přilnout k němu – to je konání hodné anděla. Andělé totiž vědí, že každý někdy potřebuje pomoc. Místo křídel mají unavené ruce a bolavá záda, často jsou nevyspalí. Zdeněk měl v životě smůlu: narodil se do rodiny, která mu nedala pocit jistoty, potkal řadu lidí, kteří se přizívali na jeho prostotu či nevědomosti. Životní smůlu mu ale vynahradila paní Zacharová, protože Zdeněkovi udělala místo uprostřed svého srdce. Dala mu domov, péči a možnost odejít ze života klidně a smířeně.

## ODCHÁZENÍ

Je velice těžké vidět, že vedle vás někdo trpí a vy mu nemůžete pomoci. Služba hospice je k dispozici 24 hodin denně. Své místo zde mají lékaři, sestry a sociální pracovníci. Díky nim se ale i tato těžká situace dá zvládnout. K nám jezdili obden, aby doplnili léky a pomohli se vším, co bylo vzhledem ke stále zhoršujícímu se zdravotnímu stavu maminky potřeba. Pokud nastal jakýkoliv problém, byli na telefonu a přijeli klidně i v nočních hodinách. Jejich návštěvy byly nejen profesionální, ale také velmi srdečné. Svou přítomností a vlídným slovem pomáhali nejen mamince, ale i nám, kteří jsme se snažili jí být co nejvíce nablízku. O otázkách života a smrti mluvili vždy na rovinu, ale s upřímnou úctou k člověku. Připravovali nás na vše, co by mohlo nastat, jak v daný čas zareagovat, jaký lék podat a jak pomoci. Díky této laskavé podpoře jsme mohli s maminkou být do poslední chvíle jejího života v domácím prostředí. Byla obklopena vším, co měla ráda. Když odcházela na druhý břeh, byli jsme s ní ...

Sestřičky z hospice mají srdce „nejen na dlani“. Na rozloučenou jí darovali svíčku se srdíčkem a do rukou jí daly krásného látkového andílka, kterého si na poslední cestu z domu, odnášela s sebou ... Maminka věřila, že zde na zemi život nekončí. Věřila v život věčný a věřila Bohu.

Pravidelným podáváním léků, laskavými

návštěvami a pobytem ve svém domově člověk odchází vyrovnaně, důstojně a obklopen svými blízkými. Není to lehké – pro nikoho a ne všem pacientům a pečovatelům je tato možnost dopřána. Zároveň vnímám, že právě tento čas byl pro nás velkým darem.

Když dnes vidím kdekoli u domu stát auto Charity, Pečovatelské služby nebo Domácí hospicové péče, vím, že z něho opět vystoupila ŽENA s velkým srdcem nebo LÉKAŘ, který svou práci bere opravdu jako službu bližnímu. Víím, že za zdmi domu je člověk, který tuto péči potřebuje a zároveň rodina, která se nemocnému snaží zajistit odbornou a laskavou péči v prostředí jemu nejbližším.

Nikomu z nás se „odcházení“ z tohoto světa nevyhne. Přeji nám, ať na to nejsme sami. Najdeme čas, sílu a chuť při doprovázení svých blízkých, protože je to čas k nezaplacení a nikdy se nevrátí. Nezapomínejme, že jsme na tomto světě jen na krátko. Během jediného okamžiku se vše může změnit. Občas si připomeňme, že i tento den pro nás může být dnem posledním. Neztrácejme úctu k životu ani jeden k druhému, radujme se z maličkostí, všimějme si potřebných a nenechme se převálcovat negativními informacemi, které jsou všude kolem nás. S radostí v srdci a pokojnou myslí se nám bude žít a kamkoliv odcházet lehčeji

Marie Pecháčková

### Poděkování

*Milí čtenáři, ráda bych se s vámi podělila o svoji nedávnou zkušenost.*

Moje maminka 17 let statečně bojovala se zákeřnou nemocí – rakovinou. Prožívala dny velmi bolestné, ale také období, kdy se cítila lépe. Vždy, když jí bylo dobře, věnovala se všemu naplno a žila tak každý okamžik.

V posledních měsících bylo zřejmé, že se její čas, vyměřený pro pozemský život, blíží k cíli. Všichni jsme si přáli, pokud to bude jen trochu možné, strávit tento čas společně v domácím prostředí. Po domluvě s lékařem jsme tedy požádali o pomoc Charitní domácí hospicovou péči z Ústí nad Orlicí. Úvodní slovo na jejich oficiálních stránkách hodně vysvětluje: „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 diagnóza je neléčitelná, že se přiblížil konec života. Stejně jako při zrození nejsme sami, ani umírat by člověk neměl o samotě, ve strachu a bolestech. Domácí hospic ALFA-OMEGA nabízí pomocnou ruku tam, kde život končí. Jsme natažená dlaň. Dlaň, která pohladí, uklidní a pomůže ... dokončit příběh jednoho života.“

## Klub ALFA-OMEGA

„Když vám nečekaně zemře osoba blízká a drahá, neztratíte ji najednou; ztrácíte ji postupně a dlouho – jak plyne čas, přestanou ji docházet dopisy, z polštářů vyvane její vůně a nakonec se vytratí i její šaty ve skříni a prádelníku. Stále přibývá částí, které z ní postrádáte. A jednou přijde den, kdy zvlášť silně pocítíte, že vám nějaká určitá část chybí, a tehdy si uvědomíte, že je pryč, navždycky – a pak zas přijde další den a další určitá chybějící část.“  
– John Irving

Do týmu Domácího hospice ALFA-OMEGA již neodmyslitelně patří evangelický farář Jakub Keller. Zajišťuje duchovní podporu pro rodiny pacientů, kam dojíždí společně se sestřičkami a mnohdy také sám. Je zde i pro nás, hospicové sestry. Pravidelně je přítomen setkání, kde v bezpečném prostředí reflektujeme svou práci, získáváme nový pohled na situaci a zpětnou vazbu, kde systematicky posilujeme své kompetence a pečujeme

o své duševní zdraví v pracovním prostředí. Společně se sociální pracovníci vede Kluby ALFA-OMEGA, které se starají o pečující a osoby blízké po úmrtí v rodině. Vede velké setkání pozůstalých konající se jedenkrát ročně.

Pan farář také každý červen pořádá ve své farnosti Horní Čermná takzvanou Nedělní zahradní cukrárnu. Jde o benefiční akci, kde zisk z prodeje jde na provoz Domácího hospice. Milé setkání lidí s krásným přesahem. Děkujeme za finanční podporu. Jsme rádi, že k nám patří.

Kluby ALFA-OMEGA nabízejí prostor pro setkávání lidí, kteří se vyrovnávají se ztrátou blízkého člověka. Jsou situace, které pochopí pouze ten, kdo sám něco podobného prožil. Sdílená bolest je vždy menší, nemusíme na všechno být sami. V našich klubech je prostor otevřít svá bolavá místa, zahojit je. Péče o pozůstalé je nedílnou součástí hospicové myšlenky. Kluby ALFA-OMEGA jsou otevřeny i pro širokou veřejnost. Setkání pro-



bíhají od září do dubna, jedenkrát za rok je velké Setkání pozůstalých.

Bližší informace a termíny naleznete na [www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz).

## Domácí hospic ALFA-OMEGA

Ústí nad Orlicí: 17. listopadu 69, tel. 735 168 871, [hospic@uo.hk.caritas.cz](mailto:hospic@uo.hk.caritas.cz)



## UPLATNĚNÍ PRO OSOBY S POSTIŽENÍM

„Všichni jsme smrtelní a křehcí, ale všichni jsme rovněž vzácní a jedineční.“ – Jean Vanier (spoluzakladatel hnutí Archa)

### JSEM VDĚČNÝ A SPOKOJENÝ

Pan Mirek dochází do **Sociálně terapeutických dílen Miriam** třetím rokem. Žije se svou sestrou a její rodinou, do svých 40 let žil v ústavu sociální péče. Je velmi aktivní, rád se zapojuje do jakékoli činnosti a to přesto, že ne všechno mu hned jde. Na začátku spolupráce jsme zjistili, že sice pracuje rád, ale práci nedělá pečlivě a dobře. Je velmi přátelský, ale jeho chování zasahuje do osobní zóny cizích lidí, tj. že se jich dotýká, objímá, hned každému tyká a ptá se na důvěrné informace, např. na věk. Také jsme zjistili, že pan Mirek velmi rád maluje a že má obrovský přehled o dění v kultuře či politice.

Na těchto zjištěních jsme založili spolupráci: silné stránky posilovat, slabší trénovat. Pan Mirek se naučil velmi brzy úklidovým pracím. V současné době je schopen zamést, vytřít, utřít prach, umýt nádobí. V kuchyni se rád pohybuje a s nadšením vaří. Tyto dovednosti pak využívá doma. Se sestrou o víkendech vaří a uklízí. Klient se v tom cítí dobře a je sám na sebe pyšný.

Co se týče pracovních dovedností v dílnách, i zde jsou zjevné posuny. Zlepšila se jeho jemná motorika, začal šít na šicím stroji a také ručně. V dřevařské dílně se poslední dobou naučil brousit elektrickou bruskou a pracovat s vrtačkou. Je daleko pečlivější při ručním broušení a natírání.

Trénujeme také sociální dovednosti, např. než přijde návštěva do STD, informujeme ho o tom, kdo přijde, jestli mu budeme vykat, apod. Pan Mirek se podle toho snaží chovat, a pokud se chce zeptat na důvěrnější dotaz, např. věk, tak se zeptá, jestli to nevádí. Zde ještě máme co trénovat.

Pan Mirek je jedním z našich klientů, kteří souběžně s naší službou stíhají chodit do zaměstnání. Alespoň tedy někdy. Má domluve-

nou brigádu v prádelně v Domově důchodců sv. Zdislavy v Červené Vodě. Třídí zde prádlo, dává ho do pračky, do sušičky a mandluje.

Za toto všechno je velmi vděčný. Je rád, že se jej sestra ujala a může žít v rodině. Vítá, že může chodit na brigády, dělat užitečnou činnost a trochu si přivydělat. Je nadšený, že může chodit k nám, trénovat, co jej baví, co chce umět a že se s námi zasměje a pobaví. Říká, že je se vším spokojený.



### Poděkování:

Děkuji za celoroční péči o bratra, je více samostatný, tvořivý, zlepšil se v jemné motorice.

Děkuji za vaši péči, vím, že to někdy s ním není jednoduché.

Děkuji za nádhernou zásilku! Andílci jsou úžasní a nádherný věnec v neděli rozsvítíme.

Děkuji za vyrobená čísla, jsou krásná.

Rádi bychom se s rodinou podívali znovu do vašeho obchůdku – loňské dřevěné kočky měly mezi obdarovanými velký úspěch!



## Sociálně terapeutické dílny Miriam

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

Péče o občany s tělesným a mentálním handicapem vznikla z podnětu lidí, kteří sami takovou službu potřebovali a postrádali. Projekt finančně podporuje Město Králíky, Pardubický kraj a MPSV. Oblastní charita projekt dofinancovává z Tříkrálové sbírky a darů.

Hlavním cílem STD je, aby klienti získali zkušenosti s pracovní činností, posílili vlastní samostatnost, rozšířili znalosti nezbytné pro praktický život a udržovali pravidelný kontakt s okolní společností. Výrobky zhotovené klienty v dřevařské a výtvarné dílně je možné zakoupit přímo na místě v malém obchůdku. Pracovníci podnikají se svými klienty výlety, navštěvují přednášky, divadla a výstavy. Chodili dokonce koledovat 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.

## PODPORA RODINY

*„Součástí dospívání je pocit, že kolem dokola není nikdo, kdo by se člověku natolik podobal, aby mu rozuměl.“ — John Irving*

### PŘÍMĚSTSKÉ TÁBORY V MOZAICE

Letní měsíce u nás v **Rodinném centru Mozaika** opět patřily dětem ve věku 6 - 13 let. Ty si své zasloužené prázdniny zpestřily výběrem hned ze čtyř různých témat dle svých zájmů a preferencí. První turnus se nesl v duchu zálesáctví a děti se v něm mnohému naučily. Za pomoci březové kůry rozdělaly oheň a v kotlíku si uvařily vlastní bylinkový čaj. Postavily přístřešek v lese, upletly postel, prozkoumaly obsah KPZ, seznámily se se základními uzly a naučily se základům Morseovy abecedy. O náročnosti života bez moderní techniky se také přesvědčily na celodenním výletě do Archeoparku Všešary.

Další týden rodinné centrum zaplavi-

Počasí vyšlo parádně. Celý týden ani kapka, sluneční paprsky nás příjemně hřály a okolní příroda nám vydala všechna svá bohatství - zejména v podobě malin a ostružin. Ve Vápenkách si tak děti opekly špekáčky, na Babiččině statku v Lišnici na ně čekaly borůvkové knedlíky, zadováděly si v areálu Domova pod hradem Žampach a prošly Naučnou stezkou Dlouhoňovice s vyřezávanými zvířátky. Při pochodu Naučnou stezkou vojenské historie v Králíkách si prohlédly bunkry a navštívily Tvrz Hůrka.

Díky poslednímu turnusu se děti setkaly s mnohými profesionály z různých oblastí a mohly tak nahlédnout do běžné rutiny



la vůně barev a papíru. Děti na vlastní kůži pocítily kouzlo tvoření a pod jejich rukama vzniklo mnoho různorodých výrobků. Malovaly solí, vyzkoušely ubrouskovou techniku, pracovaly s tvarovací hmotou, zdobily textilní tašky, vyškrabávaly barevné obrazy a mimo jiné si z vlny vyrobily malého kamaráda. Ruce zaměstnaly i v častolovické minizoo při krmení zvířátek.

Během tábora s názvem Světem křížem krážem se děti každý den vydaly jiným směrem a prozkoumaly zajímavé kouty skryté nedaleko naší základny v rodinném centru.

jejich dní. Farmář Jiří Štoviček je seznámil s nelehkou, ale krásnou prací se zvířaty na statku. Děti si mohly osahat různé druhy obilí a krmných směsí. Svezly se na traktoru, pomohly se sběrem brambor, pohladily si telátka, kozu, králíky, divoká selátka, andulky. Na cestu pak ještě dostaly výborná domácí rajčata. Umělecký kovář Lubomír Hamřík a Ivana Majvaldová, která se věnuje rytí na sklo, je pustili do svých světů, ve kterých vznikají opravdu mistrovská díla. V kovárně si potěžkaly kovářské kladivo a s úžasem v očích sledovaly, jak ocelové tyče jako zázrakem mění



svůj tvar. V Galerii Ivko se seznámily s výrobou skla a domů si odnesly skleničku či půllitr s vlastnoručně vyřezaným obrázkem. Ve výrobních a prodejních prostorech společnosti CAPPa je přivítala Marcela Lýková Cappanová. Zasvětila je do procesu šití autopotahů a nechala je vyzkoušet finální produkty oblíbené zejména motorkáři. Děti tak odcházely bohatší o novou zkušenost a zajímavé dárky. V místní zbrojnici jim velmi ochotně předaly své zkušenosti a znalosti naši neohrožení hasiči. Pustili je do šaten a hasičského auta, půjčili jim své zásahové oblečení a na závěr je postříkali vodou přímo z cisterny. V neposlední řadě si děti detailně prohlédly výzbroj a výstroj státní policie. Ta v čele s policejní preventistkou Lenkou Vilímkovou umožnila i nahlédnutí do služebního vozu a pro děti si připravila zajímavé soutěže a odměny. V rámci středního celodenního výletu se děti podívaly do malé vodní elektrárny Hučák v Hradci Králové.

Děkuji dětem za pohodově strávené léto a všem, kteří se podíleli na přípravách a realizaci táborů.

## ZÁŽITKY Z TANEČNÍHO KROUŽKU

V Rodinném centru Kopretina ve Sloupnici dětem z mateřských i základních škol nabízíme několik zájmových kroužků. Jedním z nich je i kroužek Tanečních a pohybových her pro děti předškolního věku. V prvním pololetí tento kroužek navštěvovalo 16 dětí ve věku od 3 do 6 let. Každá lekce začínala vždy nějakou pohybovou hrou na rozehtání, po ní následovala krátká rozcvička a potom jsem se s dětmi snažila nacvičit jednoduché taneční choreografie odpovídající jejich věku, abychom měli „v zásobě“ také nějaký repertoár pro příležitostné vystoupení. Na závěr hodiny si děti mohly několikrát proběhnout oblíbenou „opičí dráhu“ (trampolína, žebřiny, skluzavka, tunel, kruhy, apod.). Tato činnost je baví ve všem nejvíce, protože mají pořád spoustu energie a můžou ji u toho vyběhat.

Když jsem byla na jaře požádána, abychom s dětmi vystoupili na Velikonočním jarmarku ve Sloupnici, byla to „výzva“, která se neodmítá, ale zároveň jsem měla trochu obavy, zda jsme na to dostatečně „připraveni“.

Dětem jsem se snažila vysvětlit, co nás čeká, a že se teď musíme opravdu snažit a soustředit, abychom stihli to naše vystoupení dobře nacvičit. Děti mi to hromadně odkývaly a tvářily se, že už to chápou a že



budou spolupracovat. Když jsem je s vypětím všech sil už asi počtvrté (po jejich opakované potřebě: napít se a jít na záchod) seřadila do „útvary“, ve kterém budou nastupovat, a pustila jsem hudbu, přihlásila se jedna holčička a s vážnou tváří mi sdělila: „Paní učitelko, mně včera vypadl zub“. Díky této „důležité

informaci“ jsem si uvědomila, že děti svou bezprostředností zaujmou diváky, i když to nebude úplně dokonalé.

Vystoupení nakonec podle reakce diváků dopadlo dobře, děti si ho užily, tvářily se jako profíci a s radostí mávaly rodičům a ukláněly se obecenstvu.

## Rodinné centrum Kopretina

Horní Sloupnice 270, tel. 731 604 601



„Člověk je zrozen k vzájemné pomoci.“ — Seneca

## RODINY V NOUZI SE SNAŽÍME NASMĚROVAT NA DOBROU CESTU

Po osmé hodině ranní vyrážíme do terénu s kolegyní ze „SAS“ – **Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi**. U Centra sociálních služeb v Lanškrouně nasedáme do auta. Čekají nás dvě rodiny a moje průvodkyně, jejich klíčová pracovnice Michaela Slavičková, se po cestě rozpovídá: „S první rodinou se v rámci SAS pracuje poměrně krátce, i přes to jsou pokroky již viditelné. V rodině jsou tři děti, jedno z nich trpí autismem. Spolupráce byla doporučena soudem, který při navrácení dcery do péče z dětského domova rodičům, stanovil určité podmínky, za kterých se dcera může vrátit domů. S druhou rodinou, ve které partneři vychovávají malou holčičku, spolupracujeme více než rok a půl.“

### NEJČASTĚJŠÍ TÉMATA: DLUHY, BYDLENÍ, PRÁCE, VÝCHOVA DĚTÍ...

Ve dveřích prvního nájemního bytu nás s úsměvem vítají dvě malé holčičky a maminka. Usedáme ke stolu a matka se sociální pracovníci se ihned pouští do práce: shrnují úkoly, které rodina dostala při minulých návštěvách, a kon-

trolují jejich plnění. Rodině nebyla prodloužena nájemní smlouva a paní označuje jako důležitější se dnes věnovat hledání nového bydlení namísto finančního hospodaření. Míša paní oceňuje za včasnou snahu o řešení stávající situace. Společně se zamýšlejí nad různými variantami bydlení, kde by dcera mohla docházet do speciální školy a kde by rodiče měli možnost zaměstnání.

Pracovnice SAS mi vysvětluje, že problematiku bydlení a s tím spojené záležitosti (šetření na kauci, vhodná komunikace s pronajímatelem, podávání žádostí o městské/obecní byty, vyhledávání vhodných azylových domů, ...) s klienty řeší velmi často. Stabilní bydlení je základním kamenem pro zdárný vývoj dětí. Jako pozorovatel na schůzce vnímám, že klientka s Míšou ochotně spolupracuje a na závěr se rozpovídá: „Návštěvy služby SAS jsou pro naši rodinu velkou motivací. Víme, že na každou z nich se musíme připravovat. Paní Slavičková nám vždy dá dobrou radu a já vím, že za námi někdo stojí. Cítím se jistější a nebojím se spoustu věcí zařídit.“

### PROČ JIM POMÁHÁTE?

V druhé rodině se zpočátku stávalo, že na schůzky zapomínali nebo je často rušili. I to je téma pro naše sociální pracovníky. Mluví s lidmi o tom, jak to zařídit, aby na důležité věci v životě nezapomínali, aby si pojmenovali, proč se někdy něčemu mají tendenci vyhnout a jak s tím mohou pracovat.

Spolupráce s rodinou byla navázaná na doporučení pracovnice sociálně-právní ochrany dětí. Dveře nájemního bytu nám přichází otevřít tatínek s dcerkou. I tato rodina hledá vhodné bydlení. Navíc pán hledá práci. S tím vším mu Míša pomáhá a podporuje ho. Předkládá mu několik inzerátů s volnými pracovními místy, které vyhledala s ohledem na jeho možnosti. Zjišťuje, jak s tím pokročil a motivuje ho k pokračování.

Po chvíli ovzduší rozvíří majitelka domu, která se přišla zeptat, proč je odpojený plyn v bytě, a upozornit na končící nájemní smlouvu. Mezi sprškou nepěkných slov adresovaných rodině padla také otázka: „Proč

Charita pomáhá takovým lidem?“

Hlavním cílem služby SAS je pomoci klientům zvednout se ze dna. Zvednout se, aby dál mohli pokračovat sami a nepotřebovali k tomu žádnou podporu. Stejně to komentuje i naše pracovnice s dlouholetou praxí: „My pomáháme všem. Snažíme se každou rodinu dobře nasměrovat a ukázat jí cestu.“

Kolem oběda se vracíme zpět do Lanškrouna, kde musí Míša vyplnit nezbytnou dokumentaci: „Zápis tvoříme po každé schůzce,

telefonátu, e-mailu nebo komunikaci s dalšími lidmi, kteří jsou zapojeni do spolupráce s rodinou,“ vysvětluje. V Centru sociálních služeb se scházíme s dalšími kolegyněmi, které vyzvídají, jak se mi v terénu líbilo. Musím přiznat, že vyjížďka se „SASKou“ byla pro mne jedna z nejnáročnějších. Moc si přeji, aby rodiny, které kolegyně navštěvují, opět začaly fungovat a děti v nich byly šťastné. Děkuji našim „SASankám“ za jejich potřebnou práci a přeji jim sílu vytrvat v tomto náročném povolání.

Posláním služby je podpora rodin s nezaopatřenými dětmi, které se ocitly v nepříznivé sociální situaci a ve kterých je narušen nebo ohrožen vývoj dítěte. Služba je určena pro rodiny, které potřebují podporu při obnově svých základních funkcí. Poskytujeme ji zdarma a přímo v domácím prostředí rodiny na celém území Orlickoústecka.

### Poděkování

„Když vím, že máte přijet, hned mám lepší den! Spolupráci s Vámi doporučuji i svým známým.“

Pracovnice OSPOD hodnotila spolupráci: „Jsem moc ráda, že jsem vaši službu oslovila. V rodině, kam docházíte, je vidět kus práce. Děkuji za Vaše nasazení, za vaši práci.“

Paní učitelka dítěte z rodiny, ve které poskytujeme službu: „Je moc fajn, že do rodiny jezdíte. Myslím, že Vaše přítomnost v rodině může dětem velmi pomoci. Spolupráce s Vámi je velmi příjemná.“

## Šance pro rodinu – sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi

**Lanškroun:** Centrum sociálních služeb, Havlíčkova 1129, tel. 734 281 416, [sas@uo.hk.caritas.cz](mailto:sas@uo.hk.caritas.cz)



## PORADENSTVÍ

„Čím bezbrannější je živá bytost, tím větší nárok má na lidskou ochranu před lidskou krutostí.“ — Mahátma Gándhí

### JAK TO FUNGUJE V OBČANSKÉ PORADNĚ?

Lidé se nás často ptají, jestli jsme ta „bezplatná právní poradna“. My pak každému novému klientovi vysvětlujeme, že jsme **Občanská poradna** poskytující odborné sociální poradenství, a co to znamená. Nejme právníci, ale sociální pracovníci, kteří se snaží lidem pomáhat při řešení jejich problémů pomocí metod sociální práce. V zásadě tedy lidi nezastupujeme např. u soudů, ale snažíme se jim poskytnout potřebné informace a podporu, aby svůj problém dokázali řešit sami. Ukazujeme lidem možnosti, jak svoji nepříznivou situaci řešit. Zvolit si tu svoji

cestu a vydat se po ní již musí klient sám.

Jsmo členem Asociace občanských poraden, která sdružuje desítky poraden v celé ČR. Společně shromažďujeme anonymní informace o nejčastěji řešených problémech občanů a výstupy z naší práce se tak dostanou např. na ministerstva. Prostřednictvím Asociace jsou tak vlastně na nejvyšších místech „slyšet“ i lidé, jejichž problémy by jinak zůstaly neřešené.

Často k nám lidé chodí s nějakým úředním dopisem, rozhodnutím a chtějí ho „přeložit do češtiny“ a porozumět tomu, co jim úřad či

soud sděluje. Pálí bychom si, aby to nebylo potřeba – aby úřady a soudy komunikovaly s lidmi způsobem, kterému běžný člověk bez dalšího porozumí. Je velká škoda, když např. někomu přijde rozhodnutí o nepřiznání důchodu v rozsahu deseti stránek, s mnoha odkazy na zákony a paragrafy, ale není jasně řečeno, proč žadatel důchod nedostal a jaké má teď možnosti – co může udělat dál.

Velkou výhodou spatřujeme v tom, že rady a informace poskytujeme lidem zdarma a nezávisle, nemáme žádný prospěch z toho, co člověk dál podnikne, jak s informacemi od

## OBČANSKÁ PORADNA

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 neumí sami řešit a potřebují pomoc. Poskytuje odborné sociální poradenství klientům, aby byli schopni orientovat se v sociálním a právním systému a mohli rozvíjet své schopnosti, které jim pomohou samostatně jejich nepříznivou sociální situaci zmírnit nebo vyřešit. Také upozorňuje příslušné orgány státní správy a samosprávy na nedostatky legislativy a na neřešené problémy občanů.

Informace o provozní době a kontakty na občanskou poradnu najdete na [www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz).

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

tel.: 734 281 415, 465 520 520  
e-mail: [poradna@uo.hk.caritas.cz](mailto:poradna@uo.hk.caritas.cz)

#### Provozní doba:

**pondělí:** Ústí nad Orlicí, 17. listopadu 69  
Česká Třebová, Hýblova 63

**úterý:** Králíky, Moravská 647  
Červená Voda 164

**středa:** Vysoké Mýto, Plk. B. Kohouta 914

**čtvrtek:** Ústí nad Orlicí, 17. listopadu 69  
Letohrad, Družstevní 815

**pátek:** Lanškroun, Havlíčkova 1129

9 – 12 h., 13 – 16 h.

9 – 12 h.

9 – 12 h.

13 – 15 h., poslední úterý v měsíci

9 – 12 h.

9 – 12 h., 13 – 16 h.

9 – 12 h.

9 – 12 h.



nás naloží, nejsme ve střetu zájmů. Lidé se u nás mohou spolehnout, že jsme na jejich straně, poskytneme jim pravdivé a úplné informace bez postranních úmyslů. Lidé u nás mohou vystupovat zcela anonymně, jsme také vázáni mlčenlivostí podle zákona o sociálních službách.

Poradenství poskytujeme již na sedmi kontaktních místech našeho okresu, aby to k nám lidé měli blízko, jednodušší věcí je možné probrat i jen po telefonu nebo e-mailu. Na všech místech je možné se předem objednat na konkrétní čas, aby nikdo nemusel dlouho čekat. Na každého klienta si vyhradíme čas až 45 minut a pokud něco nestihneme probrat,

počet návštěv v poradně není omezený.

A co nejčastěji řešíme? Asi v polovině případů se na nás lidé obrazejí kvůli dluhům, exekucím, zájmu o osobní bankrot. Naše poradna má akreditaci pro podávání návrhů na povolení oddlužení k soudu a pro klienty je i tato služba zdarma. Dále s námi klienti často řeší problémy v rodinných vztazích (rozvody, výživné apod.), sociální dávky a služby (podmínky nároku, postup při vyřízení, odvolání), pracovně-právní problematiku (práva a povinnosti zaměstnanců, postup při ukončení prac. poměru, dovolená, odstupné, ...), nájemní bydlení (práva a povinnosti nájemce, obrana proti výpovědi z nájmu atd.)

či spotřebitelské poradenství (např. ukončení nevýhodných smluv se zprostředkovateli energií).

Od února 2022 poskytujeme poradenství také na novém kontaktním místě v Červené Vodě – každé poslední úterý v měsíci.



## POMOC LIDEM BEZ DOMOVA

**Sociální sprcha** slouží již osmým rokem lidem bez přístřeší. V suterénu charitního domu mají k dispozici koupelnu se sprchovým koutem, umyvadlem a WC. Mýdlo, šampon a čistý ručník jsou poskytnuty každému uživateli. Při první návštěvě dostane také klient, pokud má zájem, potřebné oblečení zdarma. Při dalších návštěvách je již za

malý poplatek. O co je největší zájem? Kromě spodního prádla jsou nejžádanější rifle, trička, mikiny. Leckdo také potřebuje vyměnit boty a v zimě je poptávka po teplých bundách, čepicích a rukavicích. Hodí se i tepláky, které je možné podvléknout pod kalhoty, a teplé ponožky. Oblečení získáváme převážně ze sbírek. Je to tedy již použité šatstvo

a obuv, které však ještě můžou dobře posloužit. Pokud se někdo ocitne na ulici, je zpravidla vděčný za čisté oblečení a příliš neřeší, jakou má barvu či značku. Kdo již bezdomovectví přivykl, může to vnímat jinak. Má své preference, oblíbené barvy či styl. Vyhovující velikost není zkrátka tím jediným kritériem. Většinu našich klientů tvoří muži, průměrný věk je 43 let.

## RÁD POMÁHÁM LIDEM

Pan Jan Trampota se přihlásil na inzerát vyvěšený na charitní nástěnce a od července 2021 pracuje v Oblastní charitě na středisku v Ústí nad Orlicí. Zde pomáhá v Sociální správě, kde se snaží spolupracovat s lidmi bez domova, a při mytí vrácených věcí v Půjčovně kompenzačních pomůcek. Dochází na přibližně čtyři hodiny týdně.

**Změnil se Váš postoj k lidem bez domova na základě zkušeností s prací v Charitě?**

Ne, postoj k těmto lidem mám stále stejný.

**Kromě Charity pracujete také v nemocnici v Ústí nad Orlicí. Co konkrétně tam děláte?**

Nyní tam pracuji jako doprovod pacientů, kteří se sanitkou vrací do domácí péče. Dříve jsem tam byl zaměstnaný jako sanitář, hlavně jsem vozil pacienty na operační sály.

**Můžete nyní využít Vaše zkušenosti z nemocnice?**

Ano. V nemocnici jsem vykonával podobnou práci – myl jsem kompenzační pomůcky, takže vím, jak který předmět rozebrat, jak nastelovat postel apod., aby bylo všechno dobře umyté. Také dokážu podat 1. pomoc – třeba když jedna stará paní omdlela ve sprše. Nebo umím pomoci s oblékáním méně mobilních klientů. Vždy se ptám předem, s čím bych kli-

enty při použití Sociální sprchy mohl podpořit.

**Letos jste začal bydlet v Domě pokojného stáří v Kerharticích. Jak jste s bydlením spokojený?**

Jsem tam velice spokojený. O možnosti zde bydlet jsem se dozvěděl během své práce na Charitě. Bohužel ale nemám čas se účastnit akcí pořádaných v DPS kvůli tomu, že jsem plně vytížen prací v nemocnici. Zatím sice nepotřebuji žádné služby Charity, ale je dobře, že v DPS tato možnost využít je.

**Přihodil se Vám při práci s lidmi bez domova nějaký zážitek, o který byste se chtěl podělit?**

Chodí sem na koupání pan XY. Snažím se s ním spolupracovat. V případě jeho zájmu mu hledám využití – jak v pracovní, tak v osobní činnosti.

**Vidíte nějaký výsledek?**

Trochu nevím, je to takové na vážkách. Už dvakrát jsem se mu snažil pomoci najít práci. Ale nevím, zda je ve finále z jeho strany nějaký zájem. Pořád se vymlouvá. Zařídil jsem mu pracovní pohovor, ale vymluvil se, že nemá peníze, že tam nemůže dojet. Bohužel to já neovlivním. A myslím si, že člověk, který je delší dobu bez zaměstnání, už není schopen pravidelnou práci vykonávat. Tady

jde o to, že jsou požadavky, aby odpracoval 8 hodin denně, ale on už toho asi není schopen. Má také velké zdravotní potíže. Ještě jsem chtěl k tomu dodat, že by bylo dobré, kdyby lidem bez domova, kteří mají zájem, mohli pomoci i jiné instituce, jako třeba Městský úřad a využít je na práci pro město. Najít těm lidem nějaký režim, rytmus života, že by museli přijít, vyspat koše, zamést chodníky... A na základě toho by měli pak nějaké zvýhodnění. Ale je to velice složitá věc – pro jednu i pro druhou stranu.

**V nemocnici zažijete také spoustu zajímavých situací. Vzpomenete si na nějakou?**

91 letá pacientka měla zájem si přečíst svou lékařskou zprávu. Na otázku, zda těm cizím slovům rozumí, odpověděla, že ne, ale najde si je na internetu.

Když doprovázím v sanitce lidi na záchytku, tak oni je tam nechají vyspat, vysprchovat, a když mají druhý den odejít a zaplatit, nemají peníze. Myslím, že by si to ten člověk měl odpracovat, jak za první republiky. Vymyslet mu nějakou práci. Jenže to je problematické, aby pak třeba neodnesl lopatu a pak ji někomu neprodal... A taky by na něho musel někdo dohlížet – a to už pak je jednodušší si to udělat sám.

### Sociální sprcha

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

Otevřeno: Pondělí: 10 – 14 h., Středa: 10 – 14 h.



„Naděje není přesvědčení, že něco dobře dopadne, ale jistota, že něco má smysl – bez ohledu na to, jak to dopadne.“

Václav Havel

# TŘÍDĚNÍ ODPADU ANEB Z PROVOZU AMBULANCE SOCIÁLNÍ REHABILITACE...

V rámci **Sociální rehabilitace** pořádáme pro klienty se stejnými potřebami společná setkávání, kde se věnujeme různým tématům a nácvikům nejrůznějších činností. V poslední době se u několika našich klientů objevila potřeba více prozkoumat a dozvědět se o tématu odpadů, jejich třídění a o úklidu společných prostor v bytových domech. Význam třídění odpadu byl klientům cizí, často se jim stávalo, že jejich popelnice se brzy naplnila a odpad nebylo kam dávat. Nikdo jim nikdy nevysvětlil, že odpad je nutné třídit a jak by to měli udělat. V současné době se města snaží o co největší rozšíření myšlenky třídění odpadu mezi občany – i tím způsobem, že popelnice jsou vyváženy jen 1x za 14 dní. To bylo pro klienty neúnosné, pytle s odpadem se „válely“ u plných popelnic. Klienti často také neviděli smysl v pravidelném úklidu společných prostor. Nevnímali ho jako závazné pravidlo a povinnost vyplývající z domovního řádu, kterou je potřeba plnit, aby se všem nájemníkům žilo v domě dobře.

Na základě konkrétních potřeb od jednotlivých klientů, jsme připravili osnovu společného setkání. Bylo nutné sehnat a připravit odpadový materiál, který bychom mohli použít k samotným nácvikům třídění a připravit informační materiály (letáky k třídění odpadu, fotografie nádob na tříděný odpad, postup při úklidu společných prostor). V ambulanci Sociální rehabilitace jsou k dispozici nádoby na tříděný odpad – plast, papír, sklo a také místo pro sběr použitých baterek, které

jsme pro nácvik třídění využili.

Samotné akce se zúčastnili tři klienti – mladý pán, který se zkouší osamostatnit od rodiny a postavit se na vlastní nohy; mladá maminka s ročním synem, která také dosud bydlela se svými rodiči a chce začít žít vlastní život; a partnerská dvojice, která žije se svou sedmnáctiletou dcerou a v minulosti se jim nedařilo udržet si nájemní bydlení. Během první části akce jsme s klienty hovořili o současném odpadovém hospodářství, zdražování vývozu popelnic, smyslu třídění odpadu a o dopadech našeho chování na životní prostředí. Každý z klientů obdržel jednoduché schéma, podle kterého lze lehce určit, jaký materiál kam vyhodit. Na fotografiích na mobilním telefonu jsme si také ukazovali samotné odpadové nádoby a jejich umístění po městě.

Následoval nácvik třídění. Každý měl možnost vybrat si z krabice připravený odpad (plastovou láhev, sklenici, plechovku, kartonovou krabici, sáčky apod.) a podle předchozího návodu určit, do které nádoby je vhodné odpad vyhodit. Hovořili jsme také o tom, co by mělo být součástí směsného odpadu. Byl zde prostor i na diskuzi a předávání tipů v souvislosti s tématem. Ze společného rozhovoru vyvstala například otázka, jak je to s oleji a tuky, které doma používáme na smažení řízků.

Následně jsme se věnovali důležitosti úklidu společných prostor. Úklid společných prostor je nedílnou součástí domovních

a provozních řádů v bytových domech. Je tedy nutné úklid společných prostor provádět, hlídat si termíny, které bývají předem rozepsané. Úklid je naší povinností, pokud jsme součástí společenství konkrétního domu. Jde o dobré soužití mezi nájemníky, čisté prostředí pro život. To vše jsou věci, které jsou obecně velmi dobře známe – ne však pro naše klienty, kteří se často potýkají s tím, že si tyto obecně známe a zažité věci většinové společnosti nenesou ze svých původních rodin. Zkrátka něco takového doma nikdy nezažili, nikdo je to nenaučil, nevysvětlil jim důležitost. S klienty jsme konkrétně hovořili o tom, co je v bytových prostorech nutné uklidit – a jakým způsobem, jaké čisticí pomůcky je vhodné použít. Vzájemně jsme si předávali také rady a různé tipy pro úklid – například to, že nejlepším pomocníkem v domácnosti je obyčejný ocet s vodou.

Podle potřeb našich klientů bychom chtěli společné akce zopakovat, případně je i zpravidelnit a připomínat si tak důležitost třídění odpadů a jeho významu pro svět kolem nás.



## Poděkování

„Děkujeme za spolupráci a za vaši vstřícnost vůči naší rodině. Vaříme si teď jídla, která se dcera díky spolupráci naučila vařit.“

„Vím, že to se mnou myslíte dobře a vážím si toho.“

„Šest let se nedařilo věci změnit. Když jsem začala spolupracovat s vaší službou, věci se daly do pohybu.“

„Díky vaší službě se mi podařilo začít řešit dluhy, které mám.“

Jedním z cílů služby je nacvičovat s klienty činnosti, které jsou potřebné k samostatnému bydlení, sociálnímu začlenění a zvládnutí podmínek běžného života. Služba podporuje lidi tak, aby mohli žít samostatný život a mohli se posunout ve svém životě dál.

## Šance pro rodinu - Sociální rehabilitace

**Lanškroun:** Centrum sociálních služeb, Havlíčkova 1129, tel. 731 639 672, [css@uo.hk.caritas.cz](mailto:css@uo.hk.caritas.cz)



„Všude tam, kde je člověk, je místo pro dobrý čin.“ – Seneca

## KAŽDÝ SE SEM MŮŽE DOSTAT

Anna Purkertová a Petra Tončíková pracují ve službě, která pomáhá lidem bez domova na Lanškrounsku. **Nízkoprahové denní centrum** v Lanškrouně (NDC) navštíví denně až 6 klientů. Za celý rok služba zaznamenala 657 návštěv. Přinášíme vám rozhovor s pracovníkmi centra, které pomáhají lépe žít lidem na okraji společnosti.

**Jak dlouho pracujete v NDC a jak se vám zde líbí?**

**Anička:** Nastoupila jsem v roce 2017 jako brigádnice, od května 2021 pracuji na téměř celý úvazek. Práce s lidmi se mi velice líbí.

Jsem původně zdravotní sestra, dlouhé roky jsem pracovala v domově důchodců a i jako sociální pracovníce na obecním úřadě. Práce s lidmi na okraji společnosti mě naplňuje – vidím, že potřebují pomoc a jsou za tu pomoc vděční. Je pro ně velice důležité mít se na koho obrátit, kam se uchýlit, zachovat si důstojnost.

**Petra:** V Nízkoprahovém denním centru pracuji od května 2021 jako brigádnice. Objevila jsem inzerát na výpomoc v NDC. Studovala jsem sociální pedagogiku a poradenství – problematika bezdomovectví mě vždy

zajímala. Jsem ráda, že tu mohu pracovat.

**Pracujete s lidmi bez domova, vidíte chudobu. Co to s vámi udělalo?**

**Anička:** Myslím si, že to ovlivní každého. Vidíme nejenom chudobu, ale i způsoby, jak a proč se lidé do té chudoby dostali. Uvědomujeme si, že může být velice snadné takto dopadnout. Snažím se zážitky z práce nenosit do svého soukromí. Někdy se v té práci hodně rozdávám, ale na druhou stranu je možné také od klientů něco načerpat. Rádi sem chodí, vztah mezi námi a klienty je založený na vzájemné důvěře, a to přináší radost a sílu.



**Petra:** Spousta lidí má vůči této cílové skupině předsudky. Někteří lidé okolo nás se stydí za to, že s nimi pracujeme. Mezi mými vrstevníky převládají názory typu...*když takhle chtějí žít, tak ať tak žijí, já bych jim nepomáhal...* Já si myslím, že právě opak je pravdou, potřebují podpořit nějakým systémem. Někdy jim stačí si jen popovídat, i to pro ně hodně znamená. Ale to už mnoho lidí nevidí.

#### **Jak vypadá běžný den v NDC?**

**Anna i Petra:** V zimním období ráno po příchodu zatopíme ve sprše i v odpočinkové

místnosti. Když přijde klient, zeptáme se, co pro něho můžeme ten den udělat. Většina klientů využívá sprchu, možnost se oholit, nabít si mobil, můžeme jim uvařit teplý nápoj, ohřát donesené jídlo. Po každém pak vydezinfikujeme prostory a kompletně uklidíme, aby bylo NDC připraveno pro dalšího klienta. Snažíme se, aby pro ně bylo prostředí centra pěkné, aby se tu cítili bezpečně. Zařídili jsme také knihovničku, kterou hojně využívají. Dále klientům nabízíme dlouhodobější spolupráci: Konzultujeme s nimi jejich problémy, co by se dalo zlepšit nebo co by jim pomohlo vymanit se z života na ulici. Můžeme jim zprostředkovat kontakt na občanskou poradnu. Když se aktivně ucházejí o zaměstnání, pomáháme jim sepsat životopis, případně založit e-mailovou schránku nebo zprostředkovat kontakt s potenciálním zaměstnavatelem.

#### **Někdy se setkáváte s klienty na hranici života a smrti. Jak to na vás působí?**

**Anička:** Spousta klientů nám říká, že si už přejí zemřít. Často takto uvažují lidé, kteří jsou v neřešitelné situaci a kteří se potýkají s alkoholem. Pro mnohé lidi na ulici je smrt vysvobozením.

**Petra:** Pro mě byla zkušenost prvního úmrtí našeho klienta šokem. Zasáhlo mě to více, než jsem čekala. Musela jsem přijmout, že tato věc je součástí NDC.

#### **Můžete nám sdělit, jaké úspěchy jste ve**

#### **službě zaznamenaly?**

**Anička:** Ve většině případů je úspěchem to, že naši klienti nechodí zanedbaní, záleží jim na tom, jak vypadají, dbají o sebe. Kdyby neměli toto zázemí, neměli by se kde vykoupat, oholit, bylo by to pro společnost více zatěžující. Oblastní charita ÚO nabízí i Sociální šatník, kde si mohou klienti za malý poplatek pořídit čisté oblečení. Z poplatků potom můžeme dokoupit potřebné věci, které nezískáme ze sbírek např. spodní prádlo.

#### **A jak hodnotí službu klienti? Vedoucí NDC Martina Šedová jim položila v dotaznících spokojenosti otázku: V čem Vám pomohla naše služba? Některé odpovědi nabízíme:**

„Žít jako člověk.“

„Jste moje druhá rodina.“

„Jsem překvapen tím, jak se o mě zajímáte. Nečekal jsem to.“

„Bez vaší pomoci už bych byl mrtev.“

„Jsem spokojen s přístupem pracovníků. Mají kladný přístup, chovají se k nám důstojně, a ne jako k nějakému odpadu. Každý se sem může dostat.“

„Když mi bylo nejhůř, služba mi ve všem pomohla.“

„Jsem rád, že vám nevadím.“

„Děkuji vám za to, že posloucháte povídání o mém životě.“

„Díky NDC jsem přečkal nejhorší chvíle na ulici.“

Denní centrum je určeno lidem v nepříznivé sociální situaci, kteří potřebují pomoc při zajištění základních potřeb. Tato služba nabízí lidem bez domova možnost sociálního poradenství, hygieny, pomoc při zajištění stravy a v mimořádných případech i poskytnutí stravy. Lidé zde mají možnost výměny oblečení.

### **Nízkoprahové denní centrum pro osoby bez přístřeší**

**Lanškroun:** Havlíčkova 1129, tel. 605 143 565, ndc@uo.hk.caritas.cz

Otevřeno v pracovní dny kromě středy: 8 – 14 h. V zimním období (prosinec-březen) je provozní doba prodloužena do 16:30 h.



## **DŮM POKOJNÉHO STÁŘÍ SV. KRYŠTOFA**

### **Z HISTORIE DOMU POKOJNÉHO STÁŘÍ SV. KRYŠTOFA**

Domy na okraji města Ústí nad Orlicí – Kerhartice dal původně postavit místní továrník Sobotka na počátku 20. století. V restituci byly na konci devadesátých let minulého století dva domy, v nichž bývaly původně byty textilních dělníků, bezúplatně převedeny Městským úřadem v Ústí nad Orlicí Farní charitě Ústí nad Orlicí. Z projektu České katolické charity pak vznikl Dům pokojného stáří, který sestává ze dvou domů čp. 67 a 68 propojených chodbou. Motivací k uskutečnění tohoto projektu bylo především pomoci lidem ve stáří a nemoci, kteří přišli v létě roku 1997 o své domovy při rozsáhlých povodních. Cílem nebyla pouze pomoc „poskytnout přístřeší“, ale také „vybudovat zázemí potřebné pro péči o lidi ve stáří a se zdravotním postižením“, tedy v komplexním pojetí „poskytnout těmto lidem radostné



a důstojné stáří s ohledem na jejich svobodu a jejich fyzické, duševní i duchovní potřeby“.

**Dům pokojného stáří sv. Kryštofa (DPS)** vysvětlil při jeho slavnostním otevření 27. května 1999 tehdejší královehradecký biskup Dominik Duka. Pojmenování domova je podle sv. Kryštofa, patrona těch, kteří jsou na cestách. Dům pokojného stáří nabízí ubytování v 18 samostatných malometrážních bytových jednotkách a další návazné služby. Do Domu pokojného stáří jsou primárně

přijímáni senioři a osoby s chronickým onemocněním, osoby s tělesným a zdravotním postižením, kteří si bez pomoci jiné osoby nedokážou zajistit základní životní potřeby, ale nepotřebují komplexní ústavní péči.

V průběhu 22 let došlo k mnohým úpravám vně i uvnitř objektu, nejen technickým, ale i v poskytování sociálních služeb. Nyní v domě sídlí Charitní pečovatelská služba Ústí nad Orlicí, která poskytuje terénní i ambulantní pečovatelské služby. I ta má při svých terénních vý-

jezdech, čítajících denně okolo 150 km, potřebu být v bezpečí a pod ochranou sv. Kryštofa.

Konají se zde tradiční i netradiční akce, které si místní obyvatelé připravují sami, ale i s nezbytnou technickou podporou vedoucího DPS. V Domě převládá pokojná rodinná atmosféra, jak ve vztazích mezi jeho obyvateli – jednotlivými nájemníky, tak i ve vztazích mezi obyvateli a charitním personálem. Velmi důležité je i to, že ve stáří tu nikdo není úplně sám.

## PROMÍTÁNÍ NA DPS ANEB FILMOVÉ ODPOLEDNE U KÁVY

Ladislav Bien je od roku 2018 vedoucím Domu pokojného stáří v Kerharticích. Od počátku svého působení zde zpestřuje obyvatelům jejich volný čas:

Začnu od začátku, v roce 2018 jsem se stal vedoucím DPS sv. Kryštofa v Kerharticích,



tehdy jsem žádná promítání ještě nedělal, měl jsem pár přednášek pro obyvatele Domu a několikrát za námi byly děti z mateřské nebo základní školy v Kerharticích s jejich hudebně tanečními vystoupeními. Další rok byl už ve znamení promítání, kdy jsem zjišťoval, co lidi zajímá a co by chtěli vidět. Velice rychle jsem vypátral, že nejvíce je zajímají dokumenty, a to hlavně o krásách a zajímavostech české krajiny. Standardně se odpolední účastnilo do 10 lidí (počet nájemníků je 20 – 23) a tato účast se drží do dneška. Promítám na velké plátno z projektoru a obecenstvo se cítí jako v kině.

V roce 2020 promítání nabralo na intenzitě, celkem jsme měli 14 filmových odpolední. Pokaždé jsme si pouštěli dokumenty o české přírodě a Čechách, velice oblíbený pořad je Krajinou domova uvedený Českou televizí a volně dostupný v jejím archivu, z kterého

ho promítám. Posluchači během projekce rádi vzpomínají, kdy na těchto místech byli a co se jim tam zajímavého stalo, a proto se jim to moc líbí. Bohužel byl tento rok poznamenán covidem, a tak se nemohlo uskutečnit vše, co jsem chtěl. Další rok byl také díky covidu a rekonstrukci kanalizace promítání zcela prostý, naplno jsme se k odpoledním u kávy a filmu vrátili s příchodem roku 2022, kdy se snažím co 14 dní promítat. Obyvatelé si na filmová odpoledne hodně zvykli a těší se na ně. Do dneška jsme už viděli celou III. řadu Krajinou domova a začali jsme promítat Štítý království českého.

Souběžně s filmovými odpoledny pořádáme i různé zajímavé besedy, přednášky, autorská čtení nebo předčítání ze zajímavých knih.

Všechny zájemce o besedy a promítání srdečně zveme.

V Domě pokojného stáří sv. Kryštofa bydlí klienti ve svých bytech, které jsou vybaveny kuchyňkou, obývacím pokojem a koupelnou s WC. Mohou využít i návazné charitní služby, jako jsou zdravotní nebo pečovatelská služba. Přímou v domě sídlí Charitní pečovatelská služba Ústí nad Orlicí, která pomůže klientům s osobní hygienou, odvozem k lékaři, na nákup apod.

### Dům pokojného stáří sv. Kryštofa s pečovatelskou službou

Ústí nad Orlicí-Kerhartice: Sokolská 68, tel. 465 522 375, 730 804 220, dps@uo.hk.caritas.cz

## POMOC UKRAJINĚ

### OBLASTNÍ CHARITA POMÁHÁ UKRAJINSKÝM UPRCHLÍKŮM

Koncem února 2022 byla Oblastní charita podruhé ve své novodobé historii postavena před fakt, že musí pomoci ohromnému množství potřebných. Stejně jako v prvním případě povodní v roce 1997 zasáhla válka na Ukrajině naše životy naprosto nečekaně a s ohromnou silou. Charita musela zareagovat bez jakékoli předchozí zkušenosti a velmi rychle. Právě rychlost v takových případech pomáhá nejvíc.

Už v den ruské invaze na Ukrajinu 24. února 2022 začali z ohrožených míst utíkat lidé. Do České republiky jich přišlo kolem 300.000. Naprostá většina obyvatel cítila potřebu pomoci těmto lidem v nouzi, a nějakým způsobem to také udělala.

Oblastní charita již 26. února zaslala regionálním farnostem dopisy s poptávkou

volných ubytovacích kapacit. Dva dny poté se ubytovala první ukrajinská rodina. První tři týdny pracovníci Charity zprostředkovali ubytování cca 150 lidem z Ukrajiny.

Hned od počátku v těchto aktivitách finančně pomohlo město Letohrad darem 200.000 Kč, Obchodní družstvo Konzum, které poskytlo poukázky na potraviny, Český červený kříž podpořil činnost Charity sbírkou šatstva. Na podporu uprchlíků z Ukrajiny se pořádaly benefiční akce v České Třebové, Letohradě nebo Ústí nad Orlicí. Výtěžek z nich věnovali organizátoři Oblastní charity.

Abyste nevznikaly komunikační bariéry, bylo důležité zaměstnat ukrajinsky mluvící pracovníce na pozicích koordinátorky, učitele, psychologů. Systém péče o uprchlíky se tvořil zcela od nuly. Asi po třech týdnech se ustá-

lil, a řadoví pracovníci Oblastní charity, kteří byli zapojeni do práce s ukrajinskými uprchlíky, se mohli vrátit zpět ke svým obvyklým agendám. Přestože se organizace potýkala s neznámým tématem, které vyžadovalo abnormální personální nasazení, nebyla ani v nejmenším omezena žádná ze služeb, které Oblastní charita poskytuje místním klientům a pacientům.

Postupně se veškeré dění přesunulo ze správní budovy Oblastní charity do Centra Pod střechou v Tauslově ulici v Letohradě. Byl tam urychleně zřízen humanitární sklad, kde si potřební uprchlíci mohli vyzvednout potraviny, drogerii, dětské pleny či oblečení. Když si však postupně vyřídili humanitární dávky, sehnali práci, a měli tudíž vlastní příjem, sklad se k 30. dubnu uzavřel. Případná

materiální pomoc se pak řešila individuálně.

V Centru Pod střechou začalo fungovat Centrum pomoci pro ukrajinské rodiny – místo, kde se lidé z Ukrajiny scházejí, mohou tam získat duchovní či psychologickou podporu, poradenství, učí se česky.

#### Adaptační skupiny

Většina z nově přichozích jsou maminky s dětmi. Právě pro jejich potřeby vznikly „Adaptační skupiny“ pro předškolní děti, které mají ženám umožnit návrat do zaměstnání. Dopoledne mají děti program, chodí na procházky, cvičí, zpívají, malují. Po obědě a spánku si pro ně maminky přijdou.

V květnu 2022 zahájila provoz Adaptační skupina RAZOM-SPOLU v Letohradě, a to ve spolupráci s letohradskou farností a městem. V červnu byla otevřena Adaptační skupina ve

Sloupnici. Jedna z českých dobrovolnic popisovala, jak se v Adaptační skupině spolu malé ukrajinské a české děti domlouvají: „Každé mluví jinou řečí, ale rozumí si.“ Ukrajinská



učitelka Marina velmi ocenila pomoc českých lidí. I podle jejich zkušeností se dětem v Adaptační skupině líbí: „Některé jsou z Doněcké oblasti a mají přímé válečné zážitky. Jejich tatínkové zůstali na Ukrajině, takže dětem je smutno. Když se před nimi zmíníme o tatíncích, vždycky začnou plakat. Ale tady jsou moc spokojené.“

Děkujeme všem našim zaměstnancům za nadstandardní pracovní nasazení v tomto období. Děkujeme všem subjektům, které finančně podporují Oblastní charitu a její práci s ukrajinskými uprchlíky. Děkujeme dobrovolníkům, farnostem a každému z vás, kdo nosíte v srdci těžce zkoušenou Ukrajinu a její obyvatele, a kdo ve svém okolí pracujete pro dobro a dialog.

## MODLITBA V DOBĚ VÁLKY

„Největším bohatstvím člověka jsou lidské vztahy.“ – Antoine de Saint Exupéry

Opět jsme si mysleli, že už nezažijeme válku. Naivita je nebezpečná. Nedovedeme si představit sebe na místě napadených Ukrajinců. Jak někdo může střílet do bezbranných lidí, ničit jejich domy, nemocnice, školy, auta a mučit druhé? Nemůžeme pochopit, že pro Rusy nemají lidské životy – ani jejich vojáků – žádnou cenu. Zajíčci nikdy nepochopí myšlení vlka.

„Jak se na to může Bůh dívat?“, vmlouváme se. „A my se na to můžeme dívat?“ odpovídáme si. Židé v sobotní modlitbě říkají: „Nemůžeme se k tobě modlit, Bože, abys ukončil válku, protože víme, že jsi stvořil svět tak, že člověk musí nalézat svou vlastní cestu k míru v sobě a v bližním.“

Proto se k tobě modlíme, Bože, a prosíme tě o sílu, rozhodnost a vůli, abychom konali, místo abychom se jen modlili, abychom byli, místo abychom si jen přáli.“

Pomáháme Ukrajincům, ale je nám trapně, že je necháváme krváčet. Stále opakujeme stejné chyby. Neradili jsme se včas s Bohem, jak udržet mír a jak se bránit proti zlu. Nevolíme si charakterní vůdce. Nerozpoznáváme včas největší zločince a necháváme se jimi štvát na druhé lidi a zabíjet je. Němci si demokraticky zvolili Hitlera a 12 let nechtěli vidět, že lže, krade a vraždí. Bolševici v Sovětském svazu sto let beztréstně vraždili vlastní lidi. Necháváme se ohloupit a ochromit strachem, který násilníci šíří. Potřebujeme si promyslet, jak žít dál a nespolehat se jen na vojenskou pomoc druhých.

I občané neutrálních států jsou – na rozdíl od nás – připraveni se bránit. Švýcaři, Finové, Švédové procházejí vojenským výcvikem, doma mají pušku a protiatomový kryt. Izrael je malá země (asi jako Morava), od roku 1948 žije ve válečném stavu. Islámské státy,

kteří chtějí Židy zahnat do moře, mají mnohonásobně víc obyvatel než Židé. Židé ale vědí, že si nemohou dovolit válku prohrát. Na zbrojení vydávají mnoho peněz. Mladenci slouží tři roky ve vojenské službě, děvčata si vymohla dvouroční službu. Ukrajinci se od své „revoluce důstojnosti“ v roce 2014 snaží obnovit zpusťšenou zemi a budovat občanskou společnost navzdory okrádání oligarchy a současné válce. Za žádnou cenu se nechtějí vzdát své svobody a cesty k demokracii.

Potřebujeme změnit své myšlení a postoje. Nedávat přednost blahobytu před laciným mírem a „klidem na práci“. Ukrajinci se drží přísloví: „Otroci nevejdou do nebe“. Modlitba (inteligentní) je činem, rozhodnutím, vedoucím k dalšímu činu.

Václav Vacek,  
emeritní farář z Letohradu

## SOCIÁLNÍ ŠATNÍK

#### Sbírky šatstva se konají:

**Letohrad, Na Kopečku 356, každou první středu v měsíci (mimo prosinec, leden a únor) od 13 do 16 hod.**

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

Přijaté věci přebírají dobrovolnice a po vyřízení slouží dále v našich službách:

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

Neupotřeбенé oblečení putuje do Diakonie Broumov, kde je dále třídí. Na celém systému sběru a zpracování se podílejí i lidé s nízkou nebo žádnou pracovní kvalifikací, sociálně

obtížně přizpůsobiví, vracející se z výkonu trestu, po dlouhodobém léčení, dlouhodobě nezaměstnaní nebo v krizové sociální situaci. Nejhezčí věci se prodávají v bazarech, další nepoškozené oblečení je základem pro bezprostřední materiální pomoc u nás i v zahraničí, převážně v afrických zemích. Poškozený nebo mírně zašpiněný textil jde k dalšímu zpracování. Savý materiál se upravuje přímo v Broumově a expeduje se k jednotlivým odběratelům. Další část textilu je využita průmyslově a stává se součástí např. zátěžových koberců, podkladového materiálu pro asfaltové hydroizolace atd. Nezpracovatelný textil končí v cementárně Prachovice jako alternativní palivo nebo spalovně v Liberci.

Možná si člověk ani neuvedomí, že pokud odevzdá oblečení, které nepotřebuje, pomá-



há nejen potřebným (jak těm, kteří oblečení využijí, tak jiným, kteří získají pracovní příležitost ve středisku Diakonie), ale také snižuje objem celkového množství komunálního odpadu.

# DOBROVOLNÍCI

„Jedním z nejkrásnějších zadostičinění v životě je, že kdykoli se upřímně snažíme pomoci jinému, pomáháme i sami sobě.“

— Ralph Waldo Emerson

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

- provoz RC Kopretina ve Sloupnici 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 RC Mozaika v Letohradě nám dobrovolníci částečně lektorují volnočasové aktivity, pomáhají s organizací příměstského tábora, s úklidem a hlídáním dětí
- dvě dobrovolnice nám vyčistily poklad-

ničky po Tříkrálové sbírce a připravily k novému použití

- na největší akci – Tříkrálové sbírce – se podílí řádově 1500 koledníků, 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

„Kořenem všeho zla je nedostatek poznání.“ - Buddha

**V roce 2022 se v kostelech letohradské farnosti a díky individuálním dárcům vybralo 71.575,- Kč na podporu vzdělání dětí z nejchudších částí Indie.**

Peníze ze sbírky byly použity na zaplacení dalšího roku studia 10 dětem, které letohradská farnost ve spolupráci s Oblastní charitou podporuje (2 studenti ukončili v minulém roce studium a začali pracovat).

V dubnu byla v arkádách letohradského zámku možnost zhlédnout putovní výstavu s novými příběhy šťastných studentů, kterým pomohli dárce Diecézní charity Hradec Králové.

V procesu vzdělávání si dítě osvojuje řadu znalostí, dovedností i postojů. Ty se pak stávají součástí jeho identity a proto je vzdělávání velmi důležitým faktorem rozvoje. Proces vzdělávání dává dítěti možnost dozvědět se mnoho o sobě a o světě v němž žije, pomáhá se ve světě orientovat, komunikovat, nékam patřit i se osamostatnit. Je také zdrojem sebevědomí, schopnosti plánovat a prosadit se. V neposlední řadě ovlivňuje příjmy a životní úroveň jedince a později i jeho dětí.

Vzdělání má přínos jak pro jednotlivce, tak pro společnost, v níž žije. Z širšího pohledu jsou vzdělání občané předpokladem rozvoje své země. Jejich vzdělání je jednou z podmínek ekonomické a sociální prosperity státu, přispívá rovněž k lepšímu zdravotnímu stavu populace a je důležité pro odstraňování nerovností i vytváření a šíření nových znalostí.

Děkujeme za podporu všem, kdo přispívají na tento projekt na podporu indických dětí. Také děkujeme všem, kteří pomáhají při psaní odpovědí na dopisy, které nám indické děti posílají.

Více o projektu:

<https://adopce.hk.caritas.cz/>



**Diecézní charita  
Hradec Králové**

**„BEZ VÁS BYCH  
NEMOHLA VYUŽÍT  
SVŮJ POTENCIÁL“**

Předtím, než začal dárce z Česka podporovat moje vzdělávání, bylo pro naši rodinu velmi obtížné zaplatit mi školné, pořídit učebnice, psací potřeby a uniformu.

Nyní žiji sama s nemocnou maminkou. Tatínek zemřel v únoru 2017 a od té doby je veškerá péče a zodpovědnost na mně. Je to náročné, ale vše zvládám díky dobrému zaměstnání. Své životní povolání jsem našla ve školství a zaměstnání jsem dokonce získala v blízkosti domova. V červnu 2019 jsem nastoupila jako učitelka na základní školu, kde mám dobré platové ohodnocení. Učitelství jsem vystudovala dálkově, protože jsem musela při studiu chodit do práce. Nyní učím na základní škole děti z 1.–6. třídy angličtinu a společenské vědy.

Prosím modlete se za nás. Ujišťuji Vás, že my se za Vás také modlíme. Bez Vaší štědrosti a trvalé pomoci bych nemohla ve svém životě mířit tak vysoko a využít svůj potenciál.

**Mary Christina Sheetal z Bangalore  
Indie – Karnátaka, 2020**

**[www.adopce.hk.caritas.cz](https://adopce.hk.caritas.cz/)**

# PRODEJNA PAPÍRNICTVÍ V LETOHRADĚ

„Dobrý obchod je takový, kde jsou spokojeni všichni zúčastnění.“ — Tomáš Baťa

Charitní papírnictví si našlo své místo u zákazníků, kteří sem chodí rádi nakupovat. V příjemném prostředí prodejny najdete kromě kancelářských, školních a výtvarných potřeb také hračky, výrobky pro kreativní tvoření dětí nebo dekorativní předměty. Vedoucí prodejny se snaží, aby si zde vybrali nějakou novinku zákazníci všech věkových kategorií. Několik perliček z naší prodejny: každý den proběhne v průměru 60 nákupů; zákazníci si mohou vybrat z více než 3.500 položek; nové

zboží najdete v našem obchodě každý týden. Obě paní prodavačky se snaží, aby každý zákazník odcházel maximálně spokojený.

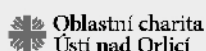
**Letohrad:** Na Kopečku 356,  
tel. 465 620 247, 733 755 896,  
papirnictvi@uo.hk.caritas.cz

**Provozní doba:**

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



Nabízíme také služby kopírování, laminování a kroužkové vazby.



## Oblastní charita Ústí nad Orlicí a Teatr Pavla Šmída

Vás srdečně zvou na divadelní představení



### *Zapomenutá pohádka*

**26. 1. 2023, ORLOVNA DOLNÍ ČERMNÁ, 17:00**

Pohádkový příběh o jednom království, kde vládla lež a nenávisť. Kdo přemůže dvojhlavou saň a zlého krále? Snad to dokáže Veronika s Filipem. V pohádkách totiž nakonec vždy zvítězí dobro nad zlem, štěstí nad neštěstím, chytrost nad hloupostí. Ale na to, že pravda a láska musí zvítězit nad lží a nenávisť, se často zapomíná.

### *Větrná pohádka*

**27. 1. 2023, KLUB NA STŘELNICI KRÁLÍKY, 17:00**

Podivín Větrovec cestuje po světě. Kam ho vítr zavane, tam vypráví pohádku o dětech od větrného mlýna. Když jednou vítr ustane a bezvětrí trvá dlouho, vydají se děti do světa, hledat krále větru. Průvodcem jim je kohout z korouhvičky a ten jim dá tuto hádanku: „Kdo je králem větru a kde přebývá? Kde se nejvzácnější a nejmocnější vítr ukrývá?“ Jaká dobrodružství na cestě potkají? Najdou krále větru? Komunikativní představení pro malé i velké s písničkami a milým humorem.

#### Vstupné dobrovolné

**Koledníci a všichni, kdo pomáhají s Tříkrálovou sbírkou – VSTUP ZDARMA**

Oblastní charita Ústí nad Orlicí, Na Kopečku 356, 561 51 Letohrad, [www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz)

**Příspěvkové konto Oblastní charity: 831240611/0100,  
variabilním symbolem směřuje Vaše podpora přímo konkrétní službě**

9100 - Nespecifikované účely  
9200 - Domácí zdravotní péče  
9211 - Domácí specializovaná hospicová péče  
9250 - Pečovatelská služba Letohrad  
9303 - Sociální sprcha pro lidi bez domova  
9421 - Pečovatelská služba Ústí nad Orlicí  
9450 - Rodinné centrum Mozaika Letohrad  
9451 - Občanská poradna

9452 - Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi  
9454 - Rodinné centrum Kopretina Sloupnice  
9601 - Sociální rehabilitace  
9602 - Nizkoprahové denní centrum pro lidi bez přístřeší  
9650 - Nizkoprahové zařízení pro děti a mládež Street  
9801 - Osobní asistence  
9802 - Sociálně terapeutické dílny Miriam

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

# DĚKUJEME ZA PODPORU V ROCE 2022

Ministerstvo práce a sociálních věcí,  
Ministerstvo vnitra, Pardubický kraj,  
Evropský sociální fond, Evropský fond pro  
regionální rozvoj.

Města: Ústí nad Orlicí, Letohrad, Lan-  
škroun, Česká Třebová, Králíky, Vysoké  
Mýto, Choceň, Žamberk.

Obce: Orličky, Horní Čermná, Písečná,  
Rudoltice, Pastviny, Dolní Dobrouč, Vermě-  
řovice, Šedivec, Libchavy, Žampach, Nekoř,  
Kunvald, Horní Třešňovec, Kameničná,  
Jablonné nad Orlicí, Sloupnice, Hrádek,  
Dolní Libchavy, Hnátovice, Damník, Sru-  
by, Vřetová, Luková, Svatý Jiří, Žichlínek,  
Ostrov.

Údaje jsou k 30.9.2022 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



MINISTERSTVO VNITRA  
ČESKÉ REPUBLIKY



Město  
Ústí nad Orlicí



Město Letohrad



Město Lanškroun



Město Králíky



Lékárna u Kosmý a Damiána



Färber Elektrotechnik s.r.o.



MECAWEL



Expertise – Passion – Automation



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: [propagace@uo.hk.caritas.cz](mailto:propagace@uo.hk.caritas.cz), redakce: Markéta Drmotová.

Tisk: GRANTIS, s.r.o., Ústí nad Orlicí.