

CHARITNÍ AKTUALITY 2026

Vydává Oblastní charita Ústí nad Orlicí

Ročník XXIV.



umění žít? Říká se, že život je dar. Dárky si lidé dávají, protože se mají rádi, chtějí si

Milí čtenáři,
snad je to věkem, možná
mojí profesí, ale stále častěji
přemýšlím o životě. Život: krásný,
těžký, dlouhý, krátký... Všechni se
nacházíme někde mezi jeho začátkem
a koncem. Kde přesně jsme, to nevíme.
Záleží jen na nás, jak vyměřený čas
prožijeme. V čem spočívá

udělat radost. Jsou k sobě pozorní. Pozornost - to je to, co bychom v našem zrychleném životě měli vědomě pěstovat. Celá tato planeta se všemi svými zákonitostmi a souvislostmi je velmi zajímavá a krásná. Pozorují-li stvoření, musím žasnout. Žasnu-li, musím děkovat. Jeden lékař řekl, že vděčnost je ideální mozková rozcvička. K tomu, abych viděl dobré věci, musím svůj mozek trénovat.

V životě mohou nastat chvíle, kdy je potřeba nechat si pomoci od druhého člověka. Tím může být někdo z rodiny, soused, přítel či některá organizace. Na těchto stránkách se můžete dočíst, s čím umí pomoci Oblast-

ní charita Ústí nad Orlicí prostřednictvím svých služeb. Kéž je to pro vás čtení příjemné a povzbudivé.

Děkuji všem pracovníkům za dobře odvedenou práci, a že do domácností svých klientů a pacientů přicházejí s úsměvem a povzbuzením. Děkuji dobrovolníkům, asistentům a koledníkům Tříkrálové sbírky za jejich čas, nasazení a ochotu. Děkuji vám dárčům za štědrost, velmi si jí vážíme.

Přeji vám, abyste ve svém životě nacházeli důvody k vděčnosti. Jeden moudrý člověk řekl: „Miluješ-li to, co máš, máš všechno.“

Ing. Marie Malá, ředitelka

ÚVODNÍ SLOVO

Lidskou důstojnost má člověk ze své podstaty a nepřichází o ni ani neschopností, trestnou činností, stářím, nemocí nebo umíráním. Nikdo mu ji nemůže vzít. Každý má svou důstojnost a právo na úctu.

KDO ZACHRÁNÍ DOBU? KAŽDÉ JEDNOTLIVÉ „JÁ“!

V době, kdy Evropu ohrožují tlaky z Východu i Západu, a kdy politici zneužívají křesťanství k prosazení vlastních cílů, se znovu nabízí otázka, co skutečně znamená být křesťanem. Záchrana neleží v silných vůdcích ani v nejasném „my“, ale v odvaze každého jednotlivce vzít svůj život a odpovědnost do vlastních rukou – jak připomíná nejen svatý Ambrož, ale i Karel Čapek.

Nikdy bych si nepomyslel, že v době, kdy je Evropa atakována ze všech stran, nám křesťanství znovu tak výrazně pomůže s porozuměním tomu, co je v lidském životě a společnosti důležité a co je druhořadé.

Mnoho lidí v mém okolí, kteří pocházejí z různých zemí, kultur a mluví různými jazyky, si díky současné světové krizi začalo klást otázky, jak to vlastně s křesťanstvím je a co je skutečným jádrem Kristova vykupitelského příběhu. Domnívám se, že toto duchovní chvění, které pramení také z obav o budoucnost, může pomoci sjednotit lidi po celém

světě k obraně demokracie, svobody (včetně svobody náboženské) a nezczitelných lidských práv, která pro nás všechny vydobyli ti, kteří nás předešli – Evropané, Američané, lidé ze všech kontinentů.

Mám rád myšlenku svatého Ambrože z Milána, který si ve 4. století sám prošel krušnými časy církevních a společenských rozkolů a krizí, jež se zdály být neřešitelné. Řekl: „Myslíte si: časy jsou zlé, časy jsou těžké, časy jsou obtížné. Žijte dobře a změníte ty časy.“ Jak řekl, tak také učinil. Reformy, které Ambrož realizoval, jsou v katolické církvi přítomné dodnes, a milánská arcidiecéze na jeho dílo a myšlenky navazuje s takovou samozřejmostí, jako by se Ambrož narodil v minulém století.

V souvislosti s krizí demokracie i úpadkem místní církve se často setkávám s představami o silném vůdci, který by „za nás všechno“ věci vyřešil. V lepším případě, jak upozorňoval Karel Čapek, se v takových chvílích hovoří

o „my“ – my to uděláme, my to zvládneme, nám se to povede. Jenže, jak věděl už Ambrož a jak později zdůraznil Čapek, lidská společnost nestojí na nějakém nejasném „oni“ či „my“, natož na silném vůdci, který by všechno vyřešil za nás.

To, na čem opravdu záleží, je každé jednotlivé „já“, které – řečeno s Ambrožem – žije dobře, a tím zlé časy proměňuje v lepší pro sebe i pro druhé. Karel Čapek k tomu napsal: „Já“ je slovo praktické, zavazující a činné; je nekonečně skromnější než „my“, znepokojivé a těžké; „já“ je zároveň slovo vědomí i slovo činu.“

Nejen velcí myslitelé, ale i sám Ježíš nás vyzývá, abychom nasadili své „já“ a nespolehali se na „my“. Tohle „my“ přece dobře známe – a dříve narození čtenáři ho zažili na vlastní kůži jako „vedoucí úlohu strany“ či dav, který má vždy „pravdu“. Ambrož jako biskup mohl posílat dopisy na všechny strany, mohl dávat příkazy, vydávat předpisy, hrozit věčnými tresty. Jenže nic z toho by zlé časy v lepší ne-

proměnilo. Jediné, co může dnešní komplikovanou dobu zachránit, je každé jedno lidské „já“, které bude žít s vědomím vlastních úkolů a odpovědnosti za svěřenou zemi, kterou má opatrovat a předat budoucím generacím v lepším stavu.

Znám takových statečných a dobrých „já“ docela dost. Přál bych si, aby nikdy neztratili odvahu a nenechali se převálcovat žádným „my“ ani žádným „oni“. Před Bohem totiž není člověk odpovědný primárně za jakési abstraktní „my“, ale za vlastní „já“ – za to, co udělal, i za to, na co si pod tlakem pohanství s křesťanským náterem netroufl.

Na to, prosím, nikdy nezapomeňme.

Zdeněk A. Eminger



DÁRCI POMÁHAJÍ S NÁMI

Naši Oblastní charitu podporují desítky dárců. Někteří přispívají pravidelnou měsíční částkou dlouhé roky, jiní přispějí vyšší částkou třeba jednou za rok. Forma je různá, ale všichni mají společné sociální citění a dobré srdce. Někteří z našich dárců berou běžnou mzdu, mají třeba početnou rodinu, a přesto nám každý měsíc pravidelně posílají určitou částku na provoz našich služeb. Je to pro nás velká čest a také závazek pracovat stále na nejvyšší možné profesní i lidské úrovni. Všem našim dárcům jsme velmi vděční. Některé z nich jsme poprosili o odpověď na otázky do naší malé ankety:

1. Jak dlouho přispíváte Oblastní charitě Ústí nad Orlicí?
2. Co Vás vedlo k tomu, že tuto organizaci pravidelně podporujete?
3. Máte nějakou osobní zkušenost s Charitou a jejími službami?
4. Jaká pomoc, kterou poskytuje Charita, je podle Vás nejmýslupnější?

1. Od října 2019.
2. Beru to jako základní občanskou povinnost pomáhat slabším a zranitelnějším ve svém okolí.
3. Ne.
4. Veškeré činnosti, které dělá Charita, jsou smysluplné a pro společnost naprosto zásadní.

Vladimír Klíma

1. Začal jsem přispívat koncem 90. let, přesně už nevím.
2. Bylo to na popud pana faráře Václava Vacka, který v kázání při bohoslužbě mluvil o tom, že člověk, který vydělává, a sám nemá žádné výrazné problémy, by měl na něco přispívat, že by to mělo být normální. S tím jsem se ztotožnil a začal jsem. Přispívám i dalším organizacím, např. na ochranu životního prostředí nebo na obranu lidských práv. Když mi v mzdové účtárně na konci roku dávají potvrzení, říkají, že jsem v darech rekordman. Ale ty peníze mi nechybí.
4. Všechny služby jsou potřeba. Také se neptám, jaká část lidského těla je nejvíc potřeba – každá je k něčemu.

Miroslav Honzátko

1. Přesně nevím, asi šest let.
2. Aktivita Charity pokrývají část potřeb těch, kdo opravdu potřebují pomoc. I kdyby se činnost Charity zdvojnásobila nebo ztrojnásobila, stále to nebude dost. Podporujeme i jiné organizace.
3. Osobně zatím ne, pouze jako účastníci a dobrovolníci organizování Tříkrálové sbírky – téměř od začátku konání. Hned na startu bylo jasné, že je to výborný nápad, který má smysl.
4. Vše, co je bezprostředně přímo pro potřebné lidi – a to je vlastně každá charitní aktivita.

Josef Fišer

1. Víc než dvacet let.
2. Vědomí, že pomáhám dobré věci.
3. Osobně ne, v širším příbuzenstvu máme dobré zkušenosti s charitními pečovateli a zdravotními sestrami.
4. Jako zdravotník mám nejbliž k zdravotním službám, ale smysluplné jsou určité všechny.

Josef Marek

Podobné otázky jsme položili také ředitelce USSPA Dolní Dobrouč, Ing. Kateřině Kadlecové, jejíž firma patří k našim největším dárcům:

Jak dlouho přispíváte Oblastní charitě Ústí nad Orlicí?

Jestli si dobře vzpomínám, naše pravidelná spolupráce započala na konci roku 2014, je to tedy již jedenáct let. K pravidelnému každoročnímu daru se pak postupně přidaly dražby.

Co Vás vedlo k tomu, že tuto organizaci pravidelně podporujete?

Úcta, respekt a uznání k práci, kterou Oblastní charita odvádí. Nasazení všech zúčastněných a to, jak reálně lidem pomáhají, odlehčují jim v nejtěžších životních situacích a přistupují k tomu srdcem. Ke své práci přistupují jako k poslání. Důležitý je pro nás také fakt, že působí v našem regionu, kde žijí i naši zaměstnanci a jejich rodiny. Podpora komunity kolem nás je naší prioritou a naplňujeme ji různými způsoby.

Máte nějakou osobní zkušenost s Charitou a jejími službami?

Jak dlouho přispíváte Oblastní charitě Ústí nad Orlicí?

Máme. Vlastně hned půl roku poté, co jsme rozhodli zaměřit svou podporu právě na Oblastní charitu, měla má babička úraz, který ji upoutal na lůžko. Byly to náročné měsíce i pro mou maminku, která o ni pečovala.



Ing. Kateřina Kadlecová (úplně vlevo) při předání šeku z dražby.

V Oblastní charitě jsme si tehdy půjčili pohovácí postel. Největší úlevou a pomocí byly ale pravidelné návštěvy sestřiček, které jednak pomohly s péčí, ale také mamince ukázaly různé techniky, jak ji sama snáze zvládne, a v neposlední řadě jí daly možnost si na chvíli odpočinout.

Jaká pomoc, kterou poskytuje Charita, je podle Vás nejmýslupnější?

Každá z činností Charity má svůj hluboký význam a přínos. Obdivuhodná je pro mě hospicová paliativní péče. Pomoc lidem v poslední fázi života a zároveň pomoc rodině v těch nejtěžších chvílích mi přijde ohromně záslužná, a to i celospolečensky. Podporuje to totiž institut rodiny, mezigenerační sounáležitost a pomáhá předávat důležitě hodnoty. Také boří tabu kolem smrti a dělá z konce života součást života, něco, co může být dobře pro-

žito, přitom s respektem k tomu, jak těžké to pro všechny zúčastněné je.

Pořádáte pro své zákazníky aukce, jejichž výtěžek věnujete už poněkoličkáte Oblastní charitě a jejímu hospici. Jak dlouho se na tuto náročnou akci připravujete? Kde a jak sháníte umělecká díla do aukce?

Aukce jsou velká radost a zadostiučinění, ale přiznávám, že je za tím i hodně práce. Několik měsíců předem dáváme dohromady dražební předměty tak, aby byly atraktivní pro dražitele, aby byly různorodé, a lidé si v tom mohli najít nějaký příběh pro sebe. Samotná dražba je pak také slušný výkon a vypětí, ale díky tomu, jakou společnost se nám daří dávat dohromady, je to celé nakonec ohromné

nabíjející. Naši firmě se totiž daří jedna skvělá věc, a to propojovat báječné lidi. Naši zákazníci jsou úspěšní lidé, kteří jsou zároveň velkorysí. Mezi nimi máme jak nezištné dárce dražebních předmětů, tak dražitele s velkým srdcem. Pravidelně například dražíme obrazy od Pasty Onera (letos vydražený za neskutečného čtvrt milionu) nebo pamětní předměty, šampaňské a vstupenky na koncerty od Tomáše Magora Doležala ze Tří sester. Je jich dlouhá řada a jsem za to vděčná. Tohle prostě dává smysl.

Každá firma, která podporuje neziskový sektor, musí nejprve tvrdě pracovat, vydělat na platy svých zaměstnanců, na modernizaci technologií, a teprve ze zisku, který není

pokaždé jistý, může rozdávat potřebným. Jsou podle Vás úspěšné věci vykoupené prací?

Nic v životě není zadarmo. Nic také není jenom volba. Snít se dá o spoustě věcech, ale je potřeba se k nim dopracovat. To, že díky úspěchu firmy můžeme podporovat věci, které dávají smysl, je pro mě a nás všechny úspěch na druhou. Je to naplňující. V tomto případě pomáháme pomáhat a uvědomujeme si, že ten příspěvek by nic nevyřešil, pokud by ho tým Oblastní charity nepřetavil v každodenní práci a vůli pomáhat slabým a nemocným.

TŘÍKRÁLOVÁ SBÍRKA



Tříkrálová sbírka je poselstvím lásky a požehnáním – přáním pokoje, štěstí, zdraví a zároveň příležitostí, jak přispět potřebným. V roce 2000 navázala Česká katolická charita (od roku 2006 Charita ČR) na starou tradici tříkrálových koled pořádaním Tříkrálové sbírky. První sbírka se konala na Moravě, na území Olomoucké arcidiecéze. Od následujícího roku sbírka zahrnuje celé území České republiky.

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

Výtěžek dvacáté šesté Tříkrálové sbírky, kterou pořádá Charita ČR, je určen především na **podporu charitních projektů v našem regionu**. Oblastní charita Ústí nad Orlicí zaměstnává cca 160 lidí a v celém okrese poskytuje téměř dvě desítky služeb lidem všech generací. Služby Oblastní charity využívají mladí i staří - lidé čelící nemocem a zdravotním potížím, chudobě či samotě. V tomto ročníku Tříkrálové sbírky podpoří dárci zejména:

- Centrum sociálních služeb
- Centrum Pod střechou a činnost jeho služeb
- Charitní pečovatelské služby
- Domácí hospic ALFA-OMEGA
- Rodinná centra: Mozaika a Kopretina
- Sociální rehabilitaci
- Nízkoprahové centrum pro lidi bez přístřeší

- Sociální sprchu
- Sociálně terapeutické dílny Miriam
- Dar na realizaci rozvojových projektů v zahraničí
- Přímou pomoc lidem v nouzi
- Mimořádné situace

V roce 2025 koledníci vykoledovali do 643 pokladniček 4.057.781,- Kč, do online kasičky lidé poslali 53.200,- Kč a 36.149,- Kč převedli na bezhotovostní účet. 65 % výtěžku použila Oblastní charita v souladu se svými záměry. 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. Obec-



né informace k Tříkrálové sbírce najdete na www.trikralovasbirka.cz. Moc děkujeme kolegyni Markétě Zemanové za krásnou kresbu tří králů v hlavičce CHA.

Základní životní jistotou každého člověka je funkční rodinné zázemí, a právě podpora rodiny je jedním z hlavních cílů činnosti Oblastní charity. Naprostá většina charitních služeb je spolufinancovaná z Tříkrálové sbírky.

Patřit do rodiny, která přijímá a podporuje, je jednou z největších jistot a hodnot v životě. Rodina může být bezpečným přístavem, záchrannou sítí i místem, kde člověk čerpá sílu – fyzickou i duševní.



Oblastní charita se dlouhodobě zaměřuje na podporu rodin v různých životních situacích. Rodičům s malými dětmi nabízíme prostor

pro setkávání, sdílení i rozvoj rodičovských dovedností. Pomoc směřujeme také přímo do domácností, kde pracovníci podporují rodiny ohrožené sociálním vyloučením. Společně hledáme způsoby, jak posílit odpovědnost, schopnosti a stabilitu těchto rodin.

Věnujeme se také poradenství v obtížných životních situacích – ať už jde o zadlužení, rozpad vztahů nebo právní a sociální nejistotu. Pomáháme hledat cestu ven z krizí, které mohou ohrozit jednotu a fungování rodiny.

Nemocným lidem a jejich blízkým poskytujeme podporu přímo v domácím prostředí, ať už jde o zdravotní péči, půjčení potřebných

pomůcek nebo doprovázení v závěru života. Pomáháme také těm, kdo pečují o své blízké – nabízíme jim poradenství, praktickou pomoc i prostor pro sdílení zkušeností.

Podporujeme i lidi se zdravotním postižením, kterým nabízíme asistenci a péči tak, aby mohli co nejvíce samostatně žít a rozvíjet svůj potenciál. A nezapomínáme ani na ty, kteří ztratili domov – poskytujeme jim základní péči a pomoc při hledání cesty zpět do běžného života.

Rodina, domov a vzájemná podpora zůstávají pro nás klíčovými hodnotami, které se snažíme chránit a posilovat.

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

PÉČE O NEMOCNÉ A POTŘEBNÉ

CHARITNÍ VEČERNÍČEK

Je večer, všude klid, jsme na malém parkovišti zaplněném auty sestřiček **Domácí zdravotní péče**.

Vozy už se vzájemně znají. Některé dokonce mají i svá jména - Oskar, Kráska, Amálka, Červenka, Žihadlo, Máňa. Když všechno ztichne a trochu se setmí, na parkovišti se začnou dít podivuhodné věci. Auta na sebe pomrkávají výstražnými světly a ta upovídaná občas použijí i ztlumený klakson. Ale hlavně si každý den šeptem vyprávějí.

„To byl dnes frčák! Zastavovalo jsem u dvaceti pacientů. Martina měla co dělat, aby vše za dopoledne stihla,“ začalo s líčením horkých událostí Žihadlo. „Bylo vidět, že se musela hodně soustředit, před jízdou si vypnula dokonce své oblíbené rádio. Ale i tak sestřičce každou chvíli vyzváněl pracovní telefon. Volali nedočkaví pacienti s dotazy, jestli na ně třeba nezapomněla. Každému vysvětlovala, ať trpělivě počká. To jsem ji obdivovalo. Dokázala napětí hravě ustát.“

Auto jménem Kráska se pod vycházejícími hvězdami zabýsklo: „Také jsme měly s mojí řidičkou Hančou naspěch. Ale nakonec mi dopřála příjemné drbání, koupel i leštění v myčce.“

Další modrý vůz se k večerní debatě přidal: „Sestřička Hanka dnes řešila špatně vyplněnou žádanku k odběru krve. Hodně telefo-

novala lékařům. A když jsem na ni znuděně čekala pod stromem, všimlo jsem si, jak jí šla pomáhat ochotná paní ze sousedství. Nemohla se vyznat ve zvonicích u vchodu domu. Nechápu, proč je má někdo špatně označené?“ Ostatní auta chápavě přikyvovala.

„Andrea mě půjčila technikovi Láďovi. Byl se mnou na výletě v servisu,“ řekl Oskar. „Láďa je hodný, že se o nás dobře stará,“ přidaly se všechny vozy jednohlasně, vlastně trochu víc nahlas. Protože z pootevřeného okna řádových sester nad parkovištěm se ozvalo napomenutí: „Pššš!“ Vozy se zase ztišily, ale s povídáním se jim ještě nechtělo skončit.

„Radka si ráno prozpěvovala,“ promluvil jedině červené auto s příznačným názvem Červenka. „To znám,“ přidala se Kráska. „Moje řidička Hanča si při jízdě k pacientům zpívá klidně i Goťáka.“ „No jo,“ pokračuje Červenka, „ale Radku zpěv během dne přešel. Selhala jí navigace, takže se při hledání domu pacientky čekající na převaz docela dost zapotila.“

„Odpoledne mě řídila Marky,“ znovu se ozval Oskar. „Vezl jsem ji na první návštěvu. Vybavila se převazovou brašnou, tiskopisem na vyplnění příjmu, vizitkou a náleky. Vypadalo to, že všechno při vystupování ani nepobere. Ale do ruky se jí nakonec vešel i tonometr.“

„Nezbytností bývá svačina a hlavně něco k pití,“ promluvila poprvé Máňa. „V horkých dnech to mají sestřičky na cestách těžké. Sestra Helena s sebou nápoj vždy vozí.“

Modré auto s červeným zdobením kolem světel, Amálka, doteď trochu poklimbávalo. Asi se mu zdálo o dnešním prožitém dni s řidičkou Marcelou, protože s sebou náhle cuklo a vzápětí se mu červené ornamenty protáhly do úsměvu: „Na nás při odjezdu jedna pacientka mávala.“

Další vůz chtěl také něco říci, proto alespoň zhodnotil den: „My jsme měly s Janou pracovní náplň bez komplikací. Nakonec mě vzorně vyčistila, a pak mi také zamávala. Nastupuje totiž na dovolenou.“ „Ta se má,“ zareagovala potichoučku všechna auta, „my dovolenou nemáme. Žádné z nás dlouho neodpočívá. Každý den projíždíme různé trasy od Sopotnice po Třebovice, Řetovou, Knapovec, ale hlavně Ústí nad Orlicí a Českou Třebovou. Je málo míst a málo ulic, kde jsme nikdy nebyly. Ať praží slunce, vytrvale prší nebo mrzne, jen to praští.“

„Běžte už spát,“ opět se otevřelo okno řádových sester nad naším parkovištěm a v něm se usmívá sestra Helena, „zítra zase někam pojedeme.“

zdravotní sestra Radka Smolová DZP ÚO

„Malá dobrodružství v pravé chvíli mohou být těmi největšími.“ – Démokritos

SPOLUPRÁCE S CHARITOU BYLA PRO NAŠI RODINU ZÁSADNÍ

Paní Karlíková ze Semanína zemřela v březnu 2025. Zhruba před deseti lety se u ní začaly poprvé projevovat plíživé příznaky Alzheimerovy choroby. Manžel se o ni staral zpočátku sám spolu se svými dvěma dcerami. Vedle neúprosného postupu manželčiny demence však vážné zdravotní komplikace potkaly i jeho samotného. Rodina se v nastalé nepříznivé domácí situaci snažila dostát svého rozhodnutí svou maminku do ústavního zařízení neumístit, a tak našla cestu k Charitě.

„Přivedla mě k ní zkušenost kamarádky, která Charitu také využila v době péče o svou babičku. Mysleli jsme si nejdříve, že veškerou péči o maminku musíme zvládnout sami. Dokonce jsem uvažovala, že skončím v zaměstnání, abych byla schopna starat se o maminku doma. Rozhodnutí přijmout pomoc a zkontaktovat Charitu bylo moudré a zachraňující,“ svěruje se její dcera, Petra Blaško z České Třebové, maminka tří dětí.

Na cizí lidi si tatínek rychle zvykl

Zpočátku ke Karlíkovým do Semanína

na začala dojíždět charitní Domácí zdravotní péče. Sedm let pacientce podávala léky, měřila tlak nebo prováděla krátkou rehabilitaci. Později se přidala Charitní pečovatelská služba, která čtyři roky dopomáhala paní Karlíkové především udržovat mobilitu. S postupným zhoršováním se zdravotním stavem se rozpětí péče navyšovalo a přidala se pomoc se zvládnutím hygieny či asistence u jídla. Paralelně k této pomoci ke svým rodičům denně dojížděla také paní Blaško se svou sestrou pro

obstarávání všeho, co bylo zrovna potřeba, ať už v péči o maminku nebo v udržitelném chodu domácnosti. V tomto období si rodina v Půjčovně kompenzačních pomůcek také zapůjčila pro maminku například praktickou sprchovací židli. „Tatínek zpočátku těžko přijímal, že se v domě pohybují cizí lidé, ale po nějaké době některé obzvlášť laskavé a starostlivé sestřičky a pečovatelky, které se o maminku staraly s úctou a láskou, oslovoval i jejich zdvořilými jmény,“ vzpomíná paní Blaško. „Také sama maminka ke „svým“ sestřičkám velmi přilnula, a přestože postupem času přišly o možnost dorozumívat se spolu slovy, jejich vzájemná blízkost byla zřejmá,“ dodává.

„Přivedla mě k ní zkušenost kamarádky, která Charitu také využila v době péče o svou babičku. Mysleli jsme si nejdříve, že veškerou péči o maminku musíme zvládnout sami. Dokonce jsem uvažovala, že skončím v zaměstnání, abych byla schopna starat se o maminku doma. Rozhodnutí přijmout pomoc a zkontaktovat Charitu bylo moudré a zachraňující,“ svěruje se její dcera, Petra Blaško z České Třebové, maminka tří dětí.

Poslední den života

V poslední den života paní Karlíkové využila rodina Domácí hospic ALFA-OMEGA. „Ráno přijela z Domácí zdravotní péče sestřička Helena. Když maminku viděla, pobídla mě, abychom zvažili využití služeb Domácího hospice. Řekla to naprosto klidně, lidsky. Nikdo nás nikam netlačil,“ popisuje dcera.



Při příjezdu hospicové sestřičky už paní Karlíková na své okolí nereagovala. „Sestřička na maminku přesto laskavě promlouvala. Přijela vnučata rozloučit se s babičkou, společně jsme se za maminku pomodlili. V posledních vteřinách jsme byli s tatínkem s ní a drželi maminku za ruku. Hladili jsme ji a říkali jsme jí, že ji máme rádi. Do poslední chvíle svého života mohla cítit, že je milovaná, že není sama, a přesto, že může odejít. Zemřela v naprostém klidu, bez bolesti,“ vzpomíná dcera. „Považuji to za zázrak. Maminka zemřela tak, jak žila. Sestřička nám svědila, že takové odcházení je dar.“

Po mamčině skonu hospicová sestřička popisovala, co bude dělat, a nabízela paní Blaško, že se k ní může připojit, bude-li chtít.

Společně tak maminku umyly a oblékly. „Tatínek dal mamince do rukou kaly, které od něj před 65 lety dostala jako svatební kytici. Maminku jsme si chtěli nechat doma ještě přes jednu noc. Ráno, když byla odvážena, jsme jí ještě od branky naposledy zamávali. Tak, jak nám vždycky mávala ona, když jsme se loučili,“ vypráví paní Blaško.

Několik charitních pečovatelek a sestřiček se přišlo s maminkou rozloučit na pohřeb, který rodina uspořádala celý sama v semaninském kostele. Po několika dnech přijely také sestřičky za panem Karlíkem na návštěvu. Rozloučit se, protože jejich služba skončila.

Dotek vlastního nitra

„Nic z toho bychom bez Charity nezvládli. Dávno by nám došly síly,“ vysvětluje. „Systém charitní péče mi dává ohromný smysl v její součinnosti, ve schopnosti být k dispozici pečujícím rodinám a jejich blízkým, kterým mnohdy dochází síly. Navíc s velkou profesionalitou, blízkostí, ochotou, naladěním na klienta i rodinu, v úctě a s respektem. Navzdory tomu, že jsme spolu šli cestu, která nebyla snadná, jsem vděčná za to, že nám to bylo umožněno. V takových chvílích se dotýkáme posvátna a ryzím způsobem se setkáváme se svým vlastním nitrem. Děkuji všem vzácným lidem z Charity za to, že nám pomáhali mamince pomáhat. Budeme vaši práci a službu dál podporovat,“ uzavírá paní Blaško.

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 360, tel. 731 402 338, chos.let@uo.hk.caritas.cz

PODPORUJEME SE NAVZÁJEM

Kvalita naší služby se odvíjí od dobrých vztahů, které máme k sobě i k druhým lidem.

V týmu **Charitní pečovatelské služby Ústí nad Orlicí** se shodujeme na tom, že vzájemná podpora je pro nás důležitá, jak ve vztahu k sobě samým, tak ve vztahu k jiným lidem, našim klientům, jejich rodinám, kolegyním a kolegům z navazujících služeb. K nejradostnějším projevům vzájemné podpory patří každodenní sdílení, čas, kdy dáme hlavy dohromady, čas na předávání praktických zkušeností, povzbuzování, naslouchání, navazování kontaktů, poskytování rad a na pomoc s mnoha nelehkými úkoly v terénu i doma. Nejkrásnější na našem sdílení jsou právě momenty, kdy máme společnou radost z dobře poskytnuté služby. Když se vrátíme z terénu a předáváme si pozdravy od klientů, sdílíme radostné události ze služby, ale i starosti, které se podařilo vyřešit nebo posunout. Prostě všechno, co jsme mohli při poskytování služby prožít. Někdy stačí opravdu málo, aby nebylo smutno člověku, který se potřebuje o někoho opřít. Ať se jedná o nás nebo klienty, právě v této chvíli pociťujeme sílu vzájemné podpory nejvíce. Vážíme si každé zpětné vazby, pochvaly od klientů i jejich blízkých, kterým je naše služba oporou. Je to pro nás vždycky povzbuzení, podobně jako příběh paní Věry, který s vámi chceme sdílet.

Paní Věra si stále myslela, že nepotřebuje pomoc, že vše zvládne ve svých 95 letech sama. Její blízcí už

to viděli jinak. Nemohli se na to dívat, jak se potácí při chůzi, jak jí všechno padá z ruky, jak všechny od sebe odhání a chce být osamělá, odbývá se ve stravování a navíc zapomíná užívat léky. Celá rodina se snažila být babičce nablízku, ale ona odmítala jakoukoliv pomoc, především s hygienou. Vnuk oslovil naši službu, také zařídil babičce dovoz obědů, nákupy, zajistil léky a připravil je do dávkovače. Bydlí v prvním patře nad babičkou, ale celý den je v práci a děti ve škole. Domluvili jsme si s ním první setkání u paní Věry. Pravda, chvíli přesvědčování mu to asi dalo, ale povedlo se.

S paní Věrou jsme si pěkně popovídali, přiznala, že už to není jako dříve, když běhala jako srnka po poli.... „Víte, nedávno jsem šla otevřít dveře Mourkovi, zamotala se mně hlava a najednou ležím na zemi, a ono mně to nejde vstát. A tak jsem ležela na chodbě a čekala, než Kája přijde domů, naštěstí mně nebyla zima, mám astma, a nesmím prochladnout. Už ho nebudu trápit, a tak to s váma teda zkusím, ale nevím, jak si na to zvyknu, už jsem dlouho sama a mám ráda svůj klid...“ Na chvíli se odmlčela, bylo vidět, že vzpomíná a přemýšlí. „A tak copak teda

spolu budeme dělat?“ Zkoumavě se na nás dívá paní Věra, ale my už tušíme, že se spolu na všem důležitém domluvíme, má smysl pro humor a velmi vlídný hlas. Brzy jsme se stali oporou na její cestě s cílem být doma s kocourem Mourkem a přijmout naši službu a pomoc od svých blízkých. Za dobu poskytování péče nám vyslovila mnoho pochval, děkovala za to, jaká je to úleva, když už ty vlastní ruce a nohy tolik neposlouchají, a někdo vám pořádně umyje záda a vysuší fénem vlasy, namaže unavené bolavé nohy, pomůže s obléčením a rychle něco podá k ruce, pohladí po ramenu, pěkně naservíruje jídlo, vyslechne dlouhé vyprávění při procházce, povzbudí do dalšího dne a zajímá se o to, co by ještě někdo v jejím věku mohl chtít nebo si přát. Navázala s námi doslova přátelský vztah a sdílela s námi s důvěrou poslední chvíle svého života.

Paní Věra a její chuť do života, vytrvalost, trpělivost, chuť do všech denních aktivit, byla vždy povzbuzením i pro nás. I když už časem ležela jenom na lůžku a ze vzpomínek zbyly jen malé střípky, poznávala nás a pamatovala si naše jména. A takových statečných lidí doprovázíme v jejich stáří čím dál více.

Mnohým se paměť zcela ztratí, a my přesto víme, že nás poznávají, přijímají naši pomoc a s důvěrou se svěřují do naší péče. Vždyť naše služba se stále více rozrůstá, aby mohla být nablízku těm, kdo ji potřebují, a mají přitom možnost být doma.



„Úroveň civilizace poznáme podle toho, jak se dokáže postarat o své nejslabší.“ — Pearl S. Bucková

PROFESIONÁLNÍ PÉČE V POHODLÍ DOMOVA

Charitní pečovatelská služba Letohrad, působící pod Oblastní charitou Ústí nad Orlicí, nabízí už řadu let terénní sociální péči přímo v domácnostech klientů. Pomáhá seniorům, lidem se zdravotním postižením, s chronickými nemocemi nebo dočasně zhoršeným zdravotním stavem – a to nejen v Letohradu, ale i v okolních obcích.

Hlavním cílem služby je umožnit klientům zůstat co nejdéle ve svém známém domácím prostředí a zachovat si důstojnost, samostatnost a kvalitu života.

Zkušený tým pečovatelek každý den po-

máhá zvládat náročnosti stáří nebo zdravotního omezení – ať už jde o pomoc s hygienou, oblékáním, jídlem, přesunem na lůžko nebo invalidní vozík, nebo o zajištění bezpečí a možnosti setrvání v přirozeném sociálním prostředí.

Charitní pečovatelská služba staví na individuálním přístupu a úzké spolupráci s rodinami klientů. Díky této péči a lidskému přístupu mohou klienti prožívat stáří důstojně, bezpečně a v prostředí, které znají a mají rádi – ve svém domově.



Charitní pečovatelská služba

Letohrad: Centrum Pod střechou, Taušova 714, tel. 734 769 712, chps.let@uo.hk.caritas.cz

Službu poskytujeme podle provozních a kapacitních možností převážně v Letohradě a okolí.

Ústí nad Orlicí-Kerhartice: Sokolská 68, tel. 731 402 341, chps.uo@uo.hk.caritas.cz

Službu poskytujeme podle provozních a kapacitních možností převážně v Ústí nad Orlicí a okolí, ale také doplňkově na Českořetbovsku a Choceňsku.



„Stáří lidé nejsou břemenem, ale pokladníci nikdy nevyřčených příběhů.“ – Helen Keller

JAK TO VŠECHNO ZAČALO...



Dům pokojného stáří sv. Kryštofa v Kerharticích byl zkolaudován 15. prosince 1998 za účasti zástupců města a Farní charity Ústí nad Orlicí. Hlavní myšlenkou projektu bylo nabídnout důstojné bydlení zejména seniorům a zdravotně postiženým lidem, kteří přišli o střechu nad hlavou v důsledku ničivých povodní v roce 1997. Město Ústí nad Orlicí přenechalo pro tento účel domy i pozemky bezplatně, stavební práce provedly místní firmy. Budovy prošly cílenou rekonstrukcí. Celkové náklady na přestavbu dosáhly 21 milionů korun. Finanční prostředky pocházely

z konta Povodň České katolické charity (7 milionů Kč), více než 2 miliony korun poskytla Nadace rozvoje občanské společnosti, zbytek pokryly dary německé Charity.

Slavnostní otevření proběhlo 27. května 1999 a přilákalo desítky hostů – mnozí z nich přijeli až z Německa. Závěr setkání patřil slavnostnímu vysvěcení domu královéhradeckým biskupem Dominikem Dukou. Patronem domu se stal svatý Kryštof – ochránce poutníků a cestujících. Jak tehdy řekl ředitel Diecézní charity Hradec Králové Jiří Stejskal: „Lidé, kteří zde bydlí, jsou na cestě – na cestě životem.“

Dům pokojného stáří sv. Kryštofa

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

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. Přímo v domě sídlí Charitní pečovatelská služba Ústí nad Orlicí, která pomůže klientům s osobní hygienou, poskytnutím stravy, odvozem k lékaři, apod.



„Jen život, který žijeme pro ostatní, stojí za to“ – Albert Einstein

OSOBNÍ ASISTENCE: KLÍČ K SAMOSTATNÉMU ŽIVOTU

Naším posláním ve službě **Osobní asistence** je umožnit klientům zůstat co nejdéle v domácím prostředí. Co to doopravdy ale pro naše klienty znamená? Jen si to představte: celý život pijete ze svého oblíbeného hrníčku, spíte ve své posteli, ráno se kocháte výhledem

na svoji zahradu. Roky však přibývají, sil ubývá a vy najednou cítíte, že potřebujete pomoci i ve dřívě běžných činnostech. Začínáte si rozmýšlet, co bude dál. Pokud by vašim přáním bylo i nadále zůstat doma, mohla by vaše volba padnout třeba na Osobní asistenci.

Jaké jsou tedy výhody domácí péče? Nejdůležitější informace pro vás je, že služba se přizpůsobuje vám a ne vy službě. Každá služba je tvořena přímo na míru klientovi, vytváří se Individuální plán, ve kterém si vy přesně stanovujete, jak bude služba probíhat.

Nemusíte se nikomu přizpůsobovat. Nemusíte se stěhovat, zůstáváte u sebe doma, kde to dobře znáte, nemusíte si zvykat na nové prostředí, máte po ruce vše, co potřebujete. V Osobní asistenci je vždy jeden asistent na jednoho klienta. Asistenti s vámi mohou být v čase mezi 7 a 20h, dle individuální domluvy. Můžete si tedy samy zvolit, kolik hodin s vámi budou osobní asistenti trávit. Samy se podílejte na tom, jak daný den bude služba probíhat, rozhodovat se můžete dle aktuálního pocitu, energie a nálady. Každá asistence tedy může být úplně jiná, někdy asistent stráví s klientem celý den, to potom dopomáhá klientovi úplně se vším, co sám nezvládne – společně chystají jídlo, asistent dopomáhá s osobní hygienou, doprovází klienta na místa, kam by si třeba už sám netroufl, nebo pomáhá vyplnit klientovi volný čas. Jindy však může být asistence kratší, může sloužit např. k procházce, společnému popovídání nebo jakékoliv jiné činnosti, kterou si klient sám zvolí.



Velkou výhodou je návaznost našich dalších charitních služeb, takže vám může být

poskytnuta např. zdravotní péče nebo poradenství přímo u vás doma.

Osobní asistence

Letohrad: Centrum Pod střechou, Taušlova 714
Česká Třebová: Staré náměstí 33
 tel. 731 402 328, osobni.asistence@uo.hk.caritas.cz



NEJLEPŠÍ JE, KDYŽ NÁM POMŮCKU PŘIJDE VRÁTIT SÁM PACIENT

Charitní **půjčovny** v Ústí nad Orlicí, Letohradu a Lanškrouně nabízejí širokou nabídku **kompensačních pomůcek**, které usnadní domácí péči – elektrické polohovací postele, antidekubitní matrace, toaletní křesla, nástavce na WC, sedačky na vanu, chodítka, invalidní vozíky nebo koncentrátory kyslíku.

Půjčovny ročně obslouží více než 1.100 klientů. V celém okrese mají zapůjčeno 120 elektrických postelí, 60 koncentrátorů kyslíku a nepočítaně ostatních, drobnějších zdravotnických pomůcek. Všechny se průběžně obměňují a nahrazují novými. Ty, které dosloužily, ale jsou ještě funkční, putují na Ukrajinu, kde je místní Charita Drohobyč ještě využívá pro lidi postižené válkou.

Koncentrátory kyslíku na problémy s dýcháním

Koncentrátory kyslíku jsou v poslední době

stále více půjčovanou pomůckou, a pomáhají lidem s dýchacími potížemi. Přístroj neobsahuje stlačený kyslík, ale sám si ho vyrábí z okolního vzduchu. Jeho obsluha je velmi jednoduchá, pacient sám si nastaví průtok dle doporučení lékaře. K samotnému vdechování kyslíku slouží kyslíkové brýle nebo maska, i ty jsou k dispozici v půjčovnách.

Do půjčovny chodí staří i mladí

Půjčovny slouží sice zejména nemocným seniorům, ale nejen jim. „Máme i mladé klienty s roztroušenou sklerózou nebo onkologicky nemocné, kteří si od nás půjčili toaletní vozík nebo polohovací postel. Občas za námi přijdou rodiče dětí, které utrpěly úraz, pro invalidní vozík nebo chodítko,“ popisuje vedoucí PKP Jitka Schlesslová. „Největší odměnou pro nás je, když pomůcku vrací sám pacient, který ji používal. Nedávno jsme měli



klienta, který spadl ze stromu a zlomil si pánev. Rodina mu zapůjčila elektrickou postel, a po půl roce přišel pán osobně pomůcku vrátit a poděkovat. Byl vděčný za to, že se uzdravil, a že mohl naše pomůcky používat, protože mu usnadnily život s nemocí,“ dodává.

Poděkování:

Dobrý den,

Ráda bych touto cestou poděkovala jménem maminky a celé naší rodiny za obětavou péči sestřiček při ošetřování našeho tatínka a za zapůjčení kompenzačních pomůcek.

Zároveň chci tímto poděkovat i sestřičkám z Hospice ALFA-OMEGA, protože jejich přístup, laskavé jednání a vědomí, že se na ně můžeme obrátit v jakoukoliv hodinu, nám nesmírně pomohlo v naší snaze umožnit tatínkovi důstojně a bez bolesti odejít v domácím prostředí mezi svými. Přejeme Vám další spokojené klienty a hodně sil ve vaší náročné a tolik potřebné službě.

S pozdravem a přáním krásného zbytku dne JT

Půjčovna kompenzačních pomůcek

Ústí nad Orlicí: 17. listopadu 69, tel. 731 402 314, pujcovna.uo@uo.hk.caritas.cz
Letohrad: Na Kopečku 356, tel. 731 598 830, pujcovna.let@uo.hk.caritas.cz
Lanškroun: Havlíčkova 1129, tel. 733 611 556, pujcovna.lan@uo.hk.caritas.cz



PÉČE O UMÍRAJÍCÍ

Domácí hospic ALFA-OMEGA usiluje o to, aby lidé mohli odejít důstojně – doma, obklopeni svými blízkými. V prostředí, které znají, kde se cítí bezpečně a kde to mají rádi. Tam, kde je možné se v klidu rozloučit, sdílet vzpomínky a být spolu až do poslední chvíle.

VDĚČNOST A RADOST Z TVOŘENÍ VKLÁDÁ DO PRÁCE S TEXTILEM.



Jana Černá šije pro Domácí hospic ALFA-OMEGA více než sedm let malé textilní andílky, které sestřičky nechávají v rodině po úmrtí pacienta. Čím déle je vytváří, tím jsou dokonalejší. Za tu dobu poletuje v rodinách už kolem tisícovky andílků, kteří vytvářejí pomy-

slný most mezi těmi, kdo odešli, a těmi, kdo zůstali. Zároveň připomínají charitní pracovníky, kteří jim byli v posledních dnech oporou.

Paní Černá začala vyrábět andílky poté, co jí v péči o umírající maminku pomohla právě naše hospicová služba. „Chtěla jsem být děvčatům z hospice nějak prospěšná, a tak jsem začala šít. S výrobou mi pomáhají kamarádky, scházíme se v šicím Klubu Červenka v České Třebové. Nedávno se přes facebook se mnou propojila další ochotná pomocnice. Jsme rádi, že andílci potěší druhé. A hlavně nás to pořád baví,“ vypráví. Klub Červenka funguje už dvacet let. Své výrobky autorky vždy věnovaly i na různé dobročinné účely – vyráběly třeba deky do Japonska zasaženého zemětřesením, panenky pro handicapované, klíčenky a tašky pro rodinná centra. V činnosti Klubu se dokonce snoubí dobročinnost s ekologií. Veškeré výrobky totiž vznikají z textilních zbytků, které má každý doma,

nebo které jim někdo daruje.

Každý rok myslí také na Charitu. Loni Oblastní charita Ústí nad Orlicí pořídila pro Domácí hospic deset nových injekčních dávkovačů léků. A protože přístroj za téměř čtyřicet tisíc korun je nutné chránit před poškozením, ušila na ně paní Černá obaly promyšleného praktického střihu. „Vždycky, když se s paní Černou potkám, září úsměvem a vlídností,“ komentuje Eva Janatová z Domácího hospice ALFA-OMEGA. „Je to od ní moc milé, co dělá. Má to smysl a jsme za to vděční,“ dodává.

Když člověk vidí, že to, co dělá, pomáhá, zažívá obvykle radost, která ho naplňuje. Radost, která se mu vrací jako bumerang za to, že udělal něco dobrého pro druhé. Nikdo z nás nezachrání svět, ale každý z nás může dělat drobné kroky lidskosti, které dělají ten svět lepším. Třeba ušít ze zbytků látek něco pro radost.

„Smrt není konec, ale začátek nového putování.“ – Sv. Tomáš Akvinský

STARÁ PANÍ ZEMŘELA, JEJÍ LÁSKA ZŮSTALA

Paní Vlasta z Litic nad Orlicí se narodila v roce 1922. Byla to aktivní, laskavá a moudrá žena. Její život plynul jako krásná česká krajina – nahoru i dolů, ale ona si ho uměla udělat pěkným. Prožila rozchod s manželem, a časem se vdala podruhé za muže, se kterým byla šťastná. Její manžel Jaromír hrál krásně na housle, takže z oken domu se do okolí často linula hudba České filharmonie. Milovala zvířata a přírodu, radostí jí byla práce v domě i na zahradě. Postupně měla více psích společníků. Manžel jí nečekaně zemřel ve svých šedesáti letech, a protože vlastní děti neměli, nabídl svůj dům dětem nejlepší kamarádky. Věděla, že by pro ni bylo náročné se o vše dále postarat.

Zdeněk a Vladimíra se k ní nastěhovali v roce 1981 se svou první dcerou, v roce 1983 se narodila druhá. „Teta“ Vlasta přijala děvčátka jako vlastní a dcerky získaly novou babičku – trpělivou, vlídnou a přející. „Pro nás to byl splněný sen – domeček v podhradí s babičkou a zahradou. Společně jsme zde žili krásně. Bylo pro nás samozřejmé, že se o tetu doma staráme a postaráme i do budoucna. Stále pociťujeme vděčnost a úctu,“ doplňují.

Paní Vlasta celý život lékaře téměř nepotřebovala. Hlídala si svoji váhu, užívala léky na tlak a různé přírodní doplňky, zlobila ji jen artróza v kolenou. Zlom nastal v listopadu 2023 přidáním dušnosti. Tehdy přestala chodit a pomalu chřadla. Základní zdravotní péči

jí zajišťovala praktická lékařka z Doudleb nad Orlicí s ochotnou pomocí zdravotní sestry. Když se jí na noze udělal bérkový vřed, začaly k ní jezdit na převazy sestřičky z Domácí péče Žamberk. Její stav se ale zhoršoval, až sestra z Domácí péče doporučila rodině charitní terénní hospic. „Bylo to pro nás odlehčující překvapení o nové naději. O této péči jsme totiž nevěděli,“ doplňují.

„Jezdili jsme sem jen čtyři dny, ale dodnes jsem z toho dojatá,“ popisuje hospicová sestra Eva Janatová. „Panovala zde krásná, láskyplná atmosféra. Překvapilo mě, že nebyli vůbec přibuzení.“ Domácí hospic ALFA-OMEGA přijel do Litic hned druhý den.

„Byla to pro nás velká pomoc a psychická opora. S umíráním se člověk nesetkává často, a my jsme pečovali o tetu, kterou jsme milovali, a která umírala. Potřebovali jsme odbornou pomoc. Měli jsme starost, aby tetu nic netrápilo, aby neměla bolesti, aby vše probíhalo co nejlehčeji. Mohli jsme děvčatům „andělům“ z hospice zavolat kdykoli a zeptat se na vše, co nás znejišťova-

lo. To nám velmi pomáhalo i v pocitu, že na to nejsme sami.“ uvádí Vladimíra Táborská. „Teta nám zemřela doslova v náručí, v posteli a v domečku, ve kterém se narodila. Bylo to krásné, důležité pro ni i pro nás. Děkujeme.“

Nestalo se žádné drama. V Liticích pokojně zemřela stará paní, kterou obklopovali milující lidé. Zůstal velký klid a velká láska. Láska, kterou si lidé vzájemně dají, neumírá. „Jednou mi paní Vlasta říkala, že už na světě byla dlouho, že všechno splnila a všechno má. A že teď si přeje zemřít. Tato její slova ve mně stále rezonují. Byla v nich velká pokora a úcta k životu,“ uzavírá Eva Janatová.



KLUB ALFA-OMEGA

Kluby ALFA-OMEGA vytvářejí bezpečný prostor pro ty, kteří procházejí zármutkem po ztrátě blízkého člověka. Jsou chvíle, kterým porozumí jen ten, kdo podobnou bolest zažil. Ve sdílení se bolest zmenšuje – a najednou víme, že na ni nemusíme být sami. V našich klubech je možné otevřít srdce, mluvit, mlčet... a pomalu začít hojit to, co bolí. Péče o pozůstalé je neoddelitelnou součástí hospicové cesty. Kluby jsou otevřeny nejen pozůstalým, ale i široké veřejnosti. Setkávání probíhají po celý rok, a jednou ročně pořádáme Velké setkání pozůstalých. Aktuální termíny najdete na našich webových stránkách.



**Spolufinancováno
Evropskou unií**



PODPORA A POMOC PRO OSOBY, KTERÉ JI POTŘEBUJÍ.



Projekt, který umožnil Domácímu hospici ALFA-OMEGA (DHAO) zaměřit se na zajištění dostupnosti mobilní specializované paliativní péče (MSPP) na území MAS Orlicko. Projektem došlo k podpoře neformálně pečujících, kteří se starají o osobu v terminální fázi života. Ale také k podpoře celého multidisciplinárního týmu.

Projekt napomohl službě DHAO posílit podporu rodin a neformálně pečujících, kterým byla nabídnuta psychosociální a duchovní pomoc i podpora v období po úmrtí blízkého. Díky zapojení poradce pro pečující a pozůstalé, koordinátora, psychoterapeuta a duchovního se podařilo vytvořit komplexní systém podpory nejen pro samotné pacienty v závěru života, ale i pro jejich rodiny a blízké. Zároveň podpořil stabilitu a odborný rozvoj

multidisciplinárního týmu, včetně prevence syndromu vyhoření, a přispěl k metodickému a organizačnímu ukotvení kvalitní paliativní péče v regionu.

Projekt také pomohl k navázání spolupráce s organizacemi, které předávají nebo navazují na paliativní péči. Služba tak může lépe aktivovat navazující pracovníky týmu a poskytnout tím větší pomoc pacientům a pečujícím.

Domácí hospic ALFA-OMEGA

Letohrad: Na Kopečku 360, tel. 732 187 566, hospic@uo.hk.caritas.cz



UPLATNĚNÍ PRO OSOBY S POSTIŽENÍM

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

VŠECHNO DĚLÁM RÁD

Richardův příběh vypráví o člověku, který byl do života postaven se zdravotním handicapem. Díky sociálním službám žije samostatným životem, bydlí v chráněném bydlení, pracuje. A do práce chodí moc rád. Na otázku, která práce ho baví nejvíc, s úsměvem odpovídá: „Všechny!“

Část svého života pobýval Richard v Ústavu sociální péče Žampach, kde ho postupem doby vytipovali jako klienta vhodného pro samostatné chráněné bydlení. Přestěhoval se do bytu v Žamberku, kam za ním dochází v pravidelných intervalech jeho klíčová pracovníce, která mu pomůže připravit léky, nakoupit, uvařit, uklidit.

V době, kdy byl Richard nezaměstnatelný, navázali pracovníci ze Žampachu spolupráci s charitními **Sociálně terapeutickými dílnami**

namí Miriam v Králíkách a domluvili zde Richardovi roční docházení. Do Králík tehdy přišel sklíčený člověk, který měl za sebou neblahou zkušenost. Úkolem zdejší sociální služby bylo pomoci mu překlenout nejisté období. A to se povedlo: Richard zde navázal nová přátelství, získal nové dovednosti a našel práci, kterou má rád.

V STD se naučil pracovat se dřevem

„Richard k nám začal jezdit sám ze Žamberka, nejprve dvakrát, později třikrát týdně,“ popisuje vedoucí STD Miroslava Kopecká. „Začali jsme trénovat jemnou motoriku, později i použití strojů. Učil se brousit, zatloukat hřebíky, šroubovat háčky. Udělal si nějaké výrobky do domácnosti, ze kterých měl radost. Rád také vařil. Je velmi šikovný a čistotný. Když uklízel kuchyň, celá se leskla včetně

kachlíček. Všechno ho bavilo.“

Po roce mu opatrovnice našla místo ve vývařovně obědů v Nekoři. Richard byl za tuto možnost vděčný, protože práci v kuchyni má rád. Přesto se mu ale z STD neodcházelo snadno. „Společně s klienty jsme chodili do kina, tancovat, na výlety, do divadla. Bylo mu líto, že tohle už s námi nezažije,“ popisuje vedoucí STD. „Každý čtvrtek nám nadále pravidelně telefonuje. Vypráví, jak se má, ptá se, jak se máme my,“ doplňuje. A tak Richardovi v květnu 2025 s nástupem do nekořské vývařovny nastala nová životní etapa.

Ve vinárně U mostu v Nekoři vaří 200 – 300 obědů denně, a následně je rozvázejí po okolí. Kromě toho dělají cateringy na slavnosti a svatby. Shodou okolností jsme tu společně našli další propojení s Charitou, proto-

že paní vedoucí Alena Sršňová každoročně chodí s dětmi koledovat na Tříkrálovou sbírku v Nekoři. Od roku 2014 provozují ve vývařovně sociální podnik. Paní Sršňová spolu s bratrem, který podniká v Ekofarmě a v dřevovýrobě, zaměstnávají dohromady 25 lidí se zdravotním handicapem a tři asistenty. „Dává nám to smysl. Důležité je rozpoznat, co kterého klienta baví, a podle toho mu nabídnout práci. Někdo myje nádobí, někdo čistí zeleninu v kuchyni, jiný rovná dřevo. U většiny klientů vidíme velké posuny. Funguje to.“

Práce se musí dokončit

Richard myje v kuchyni nádobí. Panuje tu rodinná atmosféra. Klienti se v kuchyni pohybují sebejistě - každý má své místo a práci, kterou zná a umí. „Říša je šikovný. Práce ho baví. Má dobře naučenou pracovní morálku – když práci dokončí, přijde říci, že má hotovo a zeptá se, co má dělat dál.“ Opět se tu potkávají sociální služby a jiná podpora – všude se klient něčemu naučil. Na Žampachu se učil třeba práci na zahradě – sázet stromy, hrabat

trávu. „V dílnách v Králíkách jsem se naučil práci se dřevem, broušení, natírání, řezání, v šicí dílně jsme šili a také jsme tam vařili,“ vypočítává opět s úsměvem viditelně spokojený Richard.

A to je právě to, co lidem s handicapem pomáhá – vědomí, že jsou zapojení do běžného života. Že mají před sebou plán, vědí, že v určitých dnech je čeká určitá práce, že se můžou těšit, navazovat sociální kontakty, bavit se s druhými lidmi, smát se s nimi. Za každým úspěchem lidí s handicapem je mravenčí práce lidí, kteří jim pomáhají. Pokud jejich úsilí podpoří některá sociální služba, mohou žít samostatným životem – ať už v chráněném bydlení anebo v pobytovém ústavu. Každý je jiný a každý má svoji individuální cestu.

Sociálně terapeutické dílny Miriam v Králíkách umožňují svým klientům aktivně trávit část pracovního dne. Poskytují jim pomoc při získávání pracovních návyků, rozvíjení manuální zručnosti, samostatnosti a zapojení do života společnosti. Vkusné výrobky z dře-

vařské a šicí dílny jsou k dostání v obchůdku, který je přímo v sídle služby. Klienti také společně vaří, jezdí na výlety za poznáním nebo kulturou.



Sociálně terapeutické dílny Miriam

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



PODPORA RODINY

VÍTEJTE V MOZAICE – MÍSTĚ, KDE TO ŽIJE!

Rodinné centrum Mozaika je prostor pro setkávání, sdílení i odpočinek. Každý rok k nám zavítá téměř 500 rodin – někdo jen na chvíli, jiný pravidelně, a my jsme rádi za všechny.

Každý všední den je otevřená volná herna, kde děti objevují, hrají si a rodiče (alespoň trochu) odpočívají. Samotná herna ročně přiláká kolem 100 rodin. Největší zájem bývá o dopolední programy – od zpívánek a tvoření, přes smyslohrátky, cvičení rodičů s dětmi, hlubiny mateřství, psychologickou podporu až po výuku cizích jazyků.

Jednou týdně se otevírá i odpolední herna a kromě toho probíhá řada kroužků – keramika, tvořivá dílna, cvičení s úsměvem, logopedická příprava, angličtina pro děti, jóga, dostaň se do formy s Mozaikou a večerní jazykové

kurzy. Těmito aktivitami projde ročně až 150 dětí a dospělých.

Mozaika pořádá i tradiční akce, které už v Letohradu zdomácněly – Probouzení broučků, Pochod světýlek, mikulášskou, karnevaly, burzy či rodinná focení. Nechybí ani

jednorázové besedy a workshopy na různorodá témata – zdravý životní styl, vaření, šití, umělecká malba, rodičovství nebo poradenství. Dohromady je to přes 300 návštěv ročně.

Letní příměstské tábory jsou kapitola sama pro sebe – čtyři týdny plné dobrodružství:

Sportík, Kouzlo tvoření, Poználek a Cestou necestou. Každé léto se jich účastní téměř 100 dětí (a vedoucí to většinou přežijí).

O víkendech si můžete prostory Mozaiky pronajmout pro oslavy či rodinná setkání – máme zázemí až pro 30 osob. Ve všední dny je možné uspořádat také vlastní workshop nebo poradnu. Ročně se prostory pronajímají více než 50krát.

Ať už přijdete na hodinu, tábor nebo velkou akci – v Mozaice vás čeká spousta barev, radosti a přátelských tváří. Přijďte mezi nás, těšíme se na vás!



Rodinné centrum Mozaika

Letohrad: Centrum Pod střechou, Taušova 714, tel. 731 402 336, rcmozaika@uo.hk.caritas.cz



VÝLET ZA ZVÍŘÁTKY

Rok uplynul jako voda, jak už se to často poslední dobou říká, a naše **Rodinné centrum Kopretina** zahájilo další příměstský tábor. Psali jsme o něm loni, že to je „Tábor, kde se nespí“... a tak to bylo i letos. I když některé děti z letošní táborové sestavy se ptaly, jestli by tam mohly i přespat!

Každý rok uprostřed týdne jezdíme na celodenní výlet do ZOO. Letos to byla ZOO Olomouc. Vybrali jsme ji proto, že od našeho bydliště byla přiměřeně vzdálená a svou rozlohou nebyla tak velká, že bychom ji nestihli s těmi našimi návštěvníky, co ještě nemají dlouhé nohy, projít.

Když jdou děti do ZOO, je to vždycky pro ně velký zážitek. Však často to bývá zážitek i pro dospělé. Většinou chtějí všichni vidět opice, lva, žirafy, tygry a další různá africká zvířata. U nás to bylo letos podobně, ale zároveň se našlo hodně dětí, které při mém slovním „dotazníkovém průzkumu“ už při cestě v autobuse říkaly, že chtějí vidět žraloka nebo hada, žábu, velkého pavouka apod. Abych řekla pravdu, tento výběr mě celkem překvapil.

Naše putování po ZOO byla napínavá výprava, jelikož jsme nebyli jediným „táborem“, který ten den napadlo jít do ZOO. Celkově tam bylo mnoho návštěvníků, tak bylo nezbytné si děti často přepočítávat a nejrady bychom – my dvě vedoucí, měly oči i vzadu. Děti kromě zvířat zajímaly hlavně všechny hřiště, prolézačky, bufety a suvenýry. Takže i na tyto části programu jsme si museli vyhradit mnoho času.



Dá se říct, že všechna zvířátka, která děti toužily vidět, se nám podařilo najít. Největším zážitkem pro ně byli třeba netopýři, kteří jim létali přímo nad hlavami. Do tohoto pavilonu se děti chtěly vracet opakovaně, přestože to tam zrovna moc nevonělo.

Když už se blížil čas na sraz k odjezdu, měla jsem dobrý pocit z toho, že jsme snad stihli vše, co jsme chtěli, že se nikdo neztratil, nezranil atd. Jedno z dětí mě ale tehdy připomnělo, že tam na obrázku byla namalovaná žába, ale tu jsme ještě neviděli! A jeje. Tak už jsem si začala připravovat vysvětlení, že třeba

toto zvířátko bylo někde jen schované nebo „ubytované“ někde jinde ... ale zrovna když jsme procházeli východem ze ZOO, čekalo nás milé překvapení. Přímo u východu bylo několik posledních akvárií a terárií a v jednom z nich byla ta dlouho vyhlížená žába. Uf! To se mi ulevilo!

Na závěr, při cestě k autobusu, děti objevily velké mraveniště, které je zaujalo natolik, že bylo těžké je od něho odtrhnout. Bylo potřeba jít, aby na nás nemuseli ostatní účastníci zájezdu dlouho čekat. Avšak byla to pěkná tečka za naším výletem za zvířátky.

Rodinné centrum Kopretina

Sloupnice, Horní Sloupnice 399, tel. 731 569 383



„Člověk je zrozen k vzájemné pomoci.“ — Seneca

NEJHORŠÍ JE OCITNOUT SE SÁM, TO JE VŠECHNO O MNOHO TĚŽŠÍ

Když rodina s malými dětmi prožívá krizi, je tu někdo, kdo jí pomůže odpíchnout se ode dna. Ty příběhy nebývají veselé, ale některé mají dobrý konec.

Paní Jana bydlí v České Třebové a v říjnu 2022 jí vážně onemocněla dcera. „Dostala těžký záchvat „mrtvice“ a rok proležela v umělém spánku v nemocnici v Hradci Králové,“ vypráví. Hned se také začala starat o její dceru, tehdy šestiletou vnučku Marušku. Její otec totiž nebyl schopen se o ni postarat, a tak veškeré rodičovské povinnosti přešly na bedra babičky Jany. „Měla jsem na starosti dceru, a do toho jsem s vnučkou dělala úkoly, hrála na klavír, snažila jsem se jí nahradit rodiče. Byla to doba, kdy jsem fungovala na autopilotu, kolik se toho na mě nahrnulo,“ popisuje.

Snažila se ve své situaci zorientovat, což nebylo snadné. „Byla jsem hozená do moře, tak jsem musela plavat. Ke každé informaci jsem se dostávala obtížně a dlouho. Vyřizovala jsem u soudu žádost o svěření vnučky do výchovy, byla v kontaktu s OSPODem, s kurátory, úřady, pojišťovnami. Všude mi lidé pomohli, ale když mi doporučili charitní službu **Šance pro rodinu – Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi (SAS)**, to se mi hodně ulevilo. Najednou tu byl jeden člověk, se kterým jsem mohla řešit všechno – od úředních a administrativních záležitostí, přes výchovu malého dítěte až po své vlastní psychické bolesti a nejistoty,“ vysvětluje paní Jana.

První schůzka se SAS proběhla v dubnu 2024. To už byla dcera sice při vědomí, ale bez

schopnosti hýbat se a mluvit. Ležela v LDN a pak v dalších dvou ústavních zařízeních, kde ji Jana s Maruškou navštěvovaly.

SAS nevozí potraviny, ale informace

Každé úterý v devět ráno přišla za paní Janou pracovnice SAS Pavla Skalická, a postupně se mezi nimi vytvářela důvěra. „Vůbec jsem nevěděla, co to je za službu,“ vysvětluje klientka, „myslela jsem, že mi budou dovážet nějaké jídlo, a to jsem nepotřebovala.“ Brzy vysvětlilo, že SAS nevozí potraviny, ale cennější zboží – informace. To, co v dané chvíli potřebovala nejvíce.

„Pavla mě nasměrovala, kam mám jít, kde si co zařídit, vysvětlila, na co mám nárok v systému sociálních dávek a podpor,“ vypočítává. „Řešili jsme výchovné záležitosti – rizika so-



ciálních sítí, příměstské tábory, kroužky, jak s kapesným, jak je důležitá důslednost při výchově a mnoho dalšího. Pomohla mi vyznat se v tom, co jsme prožívali. Je to zásadní služ-

ba pro člověka, který si neví rady. Měla jsem se o koho opřít, a to je k nezaplacení," dodává.

Veřejnost má někdy zkreslenou představu o tom, co poskytuje služba, kterou provozuje Charita – představují si obvykle dovoz potravin nebo materiální pomoci, anebo práci zdravotních sester. SAS je tu ale proto, aby byla rodinám na Orlickoústecku oporou. Aby se malí i velcí rodinní příslušníci měli komu svěřit, aby získali zdravé sebevědomí, soběstačnost a nadhled v tom, co prožívají. Každý z nás přece někdy potřebuje podporu.

Rodinné a přátelské vztahy pomáhají zvládnout krizi

V říjnu 2024 dcera zemřela. Bylo jí čtyřicet let. Devítiletá Maruška žije u své milující babičky. Kde sebrala sílu postarat se o svou vnučku? „Věděla jsem a cítila, že když to ne-

udělám já, neudělá to nikdo. Prožila jsem v životě dost dramatických situací, takže jsem si řekla, že tohle zvládnou také. Nemusí to být úplně vzorové a stoprocentní – co zvládnou, to zvládnou," vysvětluje paní Jana a dodává, že se jí osvědčilo seřadit si vše podle priorit. „Úklid bytu najednou ztratil na důležitosti, protože důležitější je jít s vnučkou do bazénu," dodává.

Zvládnout tak těžkou životní etapu pomohl paní Janě vedle pracovníků SAS také spokojený vztah s manželem, rodinné zázemí a přátelé. „Nejhorší je ocitnout se sám, to je všechno o mnoho těžší. Proto je moc důležité udržovat rodinu v dobrých vztazích," podotýká paní Jana. Po roce spolupráce ukončila SAS v této rodině službu, protože se odrazila ode dna a postavila na vlastní nohy.

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



PORADENSTVÍ

„Není větší radosti ani odměny než změnit někomu život k lepšímu.“ — Mary Rose McGeady

PŘÍBĚH JEDNOHO ODDLUŽENÍ

Paní M. se za sedm let zbavila dluhů. Podarilo se jí to díky vlastní ohromné pracovitosti a vytrvalosti a také díky podpoře charitní Občanské poradny. Cesta k oddlužení byla trnitá, ale nyní se může opět nadechnout ke svobodnému životu.

Na živobytí nezbylo skoro nic

Zadlužila se proto, že půjčila peníze svým známým, kteří je nevrátili. „Když kamarádka utekla i s penězi, museli jsme pak platit dluhy za ni. V roce 2015 mě opustil manžel, a já zůstala na vše sama – na práci, na děti, na dluhy. Celé noci jsem probrečela. Bydlela jsem v domě s rodiči a třemi dětmi, splácela jsem 15 tisíc měsíčně. Na živobytí mi nezbylo skoro nic. V té době jsem spadla na dno. Skončila jsem na ulici a přespávala v autě. Skoro jsem nejedla, protože nebylo co," popisuje paní M. nejtěžší dobu svého života.

„V této době jsem naletěla podvodníkovi. Sliboval nám oddlužení a vylákal ze mě další peníze s tím, že mě zbaví dluhů. Dneska nad tím kroutím nevěřičně hlavou, ale v té situaci nemá člověk nadhled. Byl to inteligentní člověk, který mluvil jako právník. Chytala jsem se každé příležitosti, která slibovala cestu ven z dluhů," popisuje.

Na radu kamarádky se jí podařilo skutečně vstoupit do oddlužení, ale ani to nebylo úplně bez problémů. Její insolvenční správce dal jejich dům do dražby. S pomocí dcery, která splatila podíl na nemovitosti, se jí podařilo inzerát stáhnout z nabídky, takže o něj rodina ne-

přišla. „Byly to bezesné noci. Stáhla jsem se do ústraní. Nechodila jsem vůbec mezi lidi, protože jsem se styděla," vzpomíná paní M.

Poprvé se na Občanskou poradnu klientka obrátila v listopadu 2023. V té době už pět let splácela v oddlužení dluhy, které dosahovaly výše dvou milionů korun. Soud tehdy rozhodl, že podmínky oddlužení nesplnila. Takže po pěti letech splácení by se měly znovu rozeběhnout exekuce. „Řekla jsem si, že musím bojovat, že i když jsem selhala, musím bojovat, protože to za mě nikdo jiný nevyřeší. A tak jsem se vydala do Občanské poradny. Tam mně pomohli připravit a sepsat žádost na osvobození od zbylých dluhů," uvádí.

Pomohla jí Občanská poradna

Soud žádost o osvobození od zbylých dlu-

hů zamítl. V Občanské poradně klientku povzbuzovali, aby to nevzdávala, a pomohli jí také několikrát sepsat odvolání. Po vleklých projednáváních nakonec Vrchní soud v Praze paní M. od zbývajících dluhů osvobodil. Trvalo to dlouho, ale vše se podařilo, a paní je tak v současnosti bez dluhů.

Pro běžného člověka je těžké se v dluhové problematice orientovat a sledovat změny. „Mění se zákony, průměrné mzdy, stále musíte něco dokládat, na něco reagovat, a nevíte jak. Přišlo mi to divné, že do úmoru pracuji, a moje situace s dluhy se nelepší. Rok jsem čekala na odpověď soudu. Myslím, že řada lidí oddlužení vzdá, protože se v tom neorientují," dodává paní M. Proto řada klientů využívá bezplatné služby Občanské poradny.

Bez dluhů do nového života

Pro paní M. bylo důležité, že našla cestu do Občanské poradny, že ji poradkyně stále podporovaly, dohledávaly příslušné zákony, náležitosti, pomáhaly sepsat odvolání a úřední listiny. Všemi možnými cestami společně usilovali o oddlužení. „Děvčata měla trpělivost, jsou velmi ochotná a hodná. Dodávala mi sílu to nevzdát. Tehdy to bylo velmi náročné. Byla jsem na vše sama, takže jsem musela být hodně silná. Hodně mi pomáhala dcera se svou rodinou, ti mě drželi nad vodou," uvádí.

Paní M. prožila několik let intenzivního psychického i fyzického vypětí. Pracovala od rána do večera, aby mohla splácet dluhy – prodávala, dělala servírku, topi-



la, vařila až sedmáct hodin denně. Dnes se těší do důchodu, kdy bude mít konečně čas na sebe. Bude řešit své zdravotní potíže, které vyplávaly na povrch, když pominul akutní

stres. Bude se věnovat vnoučatům a tomu, co má sama ráda.

Jeden příběh o oddlužení ukazuje, že je to téma, které se může týkat každého z nás, ale

cesta za oddlužením nemusí být vůbec snadná a vyžaduje velké úsilí. Člověk, který to zvládne, musí být silný.

Poděkování:

Chtěla bych touto cestou poděkovat celému týmu poradny za jejich skvělou práci. Velmi si vážím vstřícného a trpělivého přístupu, se kterým ke mně vždy přistupovali. Vše mi bylo srozumitelně vysvětleno a nikdy nebyl problém obrátit se na ně znovu – ať už telefonicky, nebo e-mailem. Ocenila jsem rychlé reakce, odborné rady i ochotu dohledat informace, když bylo potřeba. Díky jejich pomoci jsem našla řešení v obtížné životní situaci, a to nejen v jedné oblasti, ale hned v několika. Je skvělé, že taková služba existuje. Děkuji! klientka OP

Občanská poradna

Informace o provozní době a kontakty na občanskou poradnu najdete na www.uo.charita.cz.
tel.: 734 281 415, 739 136 522, poradna@uo.hk.caritas.cz



Občanská poradna poskytuje své služby bezplatně. Jsou určeny všem, kteří se ocitli nebo jim hrozí nepříznivá sociální či životní situace, kterou nedokážou sami vyřešit a potřebují podporu. Poradna nabízí odborné sociální poradenství s cílem pomoci klientům lépe se orientovat v sociálním a právním systému a posílit jejich schopnosti řešit své problémy samostatně. Zároveň upozorňuje příslušné orgány státní správy a samosprávy na legislativní nedostatky a na opomíjené problémy občanů.

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

PEČOVAT NEZNAMENÁ BÝT SÁM

Co se vám vybaví, když se řekne **Poradna pro pečující**? „Pomoc pro lidi, kteří se o někoho starají“ nebo „Podpora lidí v nemoci nebo ve stáří.“ Je to tak. Pomoc a podpora jsou totiž pojmy, které vystihují cíl naší služby. Pečovat o blízkého člověka je jeden z nejnáročnějších úkolů v našem životě. Většina pečujících nejsou profesionálové, ale obyčejní lidé – partneři, děti, sourozenci nebo přátelé, od kterých se ze dne na den očekává, že se profesionály stanou. V takové chvíli potřebují poradit, podpořit a získat nejen praktické informace, ale taky pocit, že na to nejsou sami a je tu někdo, kdo jim bude stát v zádech. Někdo, kdo je provede celým procesem péče, pomůže upravit domácnost na příchod blízkého z nemocnice nebo je prostě „jen“ vyslechne.

Naším cílem je starat se o pečující tak, aby oni byli schopni se kvalitně postarat o své nejbližší. Každý člověk se během života neustále něco nového učí. A u pečujících tomu není jinak. Nový den přináší nové výzvy, změny ve zdravotním stavu nebo potřeby, na které je nutné reagovat a přizpůsobit se situaci. Proto i pečující musí neustále rozvíjet své schopnosti a učit se novým dovednostem. Poradna pro pečující jim nabízí prostor a podporu

k tomuto růstu – ať už formou individuálních konzultací, ukázek v domácnosti či předání zkušeností a informací.

Abychom i my mohli neustále zkvalitňovat naše služby, nabízíme díky podpoře Pardubického kraje skupinové besedy, přednášky a setkání zaměřená na témata domácí péče. Takové akce umožňují pečujícím nejen získat praktické dovednosti, jako je správná manipulace s pomůckami nebo zvládání náročných situací, ale také jak pečovat o sebe a načerpat nové informace ze světa domácí péče. Zároveň nabízíme informace a poradenství v oblasti Alzheimerovy choroby či jiných typů demence. Péče o blízké s touto diagnózou je totiž často velmi specifická a vyžaduje zvláštní porozumění a přístup.

Chceme, aby naše poradna byla místem, kde každý najde pochopení, pomoc i praktická řešení náročných situací. Místem, kam se můžete obrátit bez ostychu a strachu – ať už jste na začátku péče, nebo už se o někoho staráte delší dobu.

Pomůžeme s vybavením domácnosti potřebnými pomůckami, orientací v dávkách a příspěvcích, předáme kontakty na další podpůrné služby v regionu a poskytneme

i nácvik základních úkonů péče. Poradíme, jak zvládnout každodenní péči i krizové momenty. A pokud si zkrátka potřebujete jen promluvit nebo utřídit myšlenky, jsme tu i pro to. Protože i pečující potřebují péči, aby mohli být svým blízkým oporou kvalitně a plnohodnotně.



Poděkování:

Dobrý den paní Pražáková, velice děkuji za naši schůzku a všechny Vaše informace, které jste mi podala. Také za Vaši vstřícnost, ochotu, lidskost a profesionalitu. S pozdravem JF

Poradna pro pečující a osoby, které péči potřebují

Letohrad: Centrum Pod střechou, Taušlova 714, tel. 731 420 344, pecujici@uo.hk.caritas.cz



POMOC LIDEM V KRIZI

DĚKUJI, ŽE NÁS NEODSUZUJETE

Chtěla bych poděkovat všem pracovníkům a zvláště sestřičkám (řádové sestry ze Společnosti sester Ježíšových) **Sociální sprchy** v Ústí nad Orlicí za jejich pomoc. Jsou poslední oázou vstřícnosti, ochoty a pochopení pro lidi, kteří se jako já ocitli v neschopnosti postarat se sami o sebe, natož být prospěšní ostatním.

Pocházím z podhorské vesnice, kde jsem prožila veselé a radostné dětství ve fungující a láskyplné rodině. Získala jsem zde spousty přátel a po maturitě jsem nastoupila do JZD jako zootechnička. Poté jsem pracovala u Státních lesů. Vdala jsem se a narodily se nám zdravé a chytré děti. Po 17 letech jsem se rozvedla a odešla se dvěma mladšími dětmi zpět na venkov. Zde jsem založila novou rodinu se svou životní láskou. Opravili jsme chalupu a já pracovala na obecním úřadě a společně jsme jezdili do školek s loutkovými pohádkami. Hráli jsme též ochotnické divadlo a byli šťastní a spokojení. Po deseti letech ale toto krásné období mého života ukončila těžká nemoc a smrt mého milovaného muže. Proдалa jsem chalupu a zakoupila byt v Ústí, kam jsme se odstěhovali.

Bohužel však přišel covid a já nenašla zaměstnání ani nové přátele, jak jsem si představovala. Propadla jsem naprosté beznaději a depresi. Pokusila jsem se ukončit svůj život. Po absolvování léčby se ale můj stav překlátil do maniodepresivní psychózy a já jsem díky tomu ubližovala svým nejbližším, až jsem se ocitla na ulici. Zde mi pomohl přítel, který mi nabídl bydlení v Libchavách. Po dvou letech mě však zaskočila exekuce kvůli dluhům, o kterých jsem nevěděla. Takže jsme se ocitli bez přístřeší oba.

Žijeme teď z dobrodruží jednoho kamaráda v lesní chatce, kde však není ani pitná voda, ani elektřina. Proto jsme vděční za možnost se vysprchovat a umýt v charitní sprše. Charita nám též pomáhá potravinovou pomocí, pro kterou si chodíme do Červeného kříže. Také čisté oblečení a boty od obou organizací jsou pro nás skutečným požehnáním. Umožňují nám přežít a zachovat si zbytek důstojnosti.

Nerada bych obtěžovala okolí a v tom mi Charita pomáhá především. S ostatními bezdomovci se vidáme jen málokdy. Většinou jsou to lidé psychicky nemocní nebo závislí



na alkoholu. Šance k návratu k práci a zařazení se zpět do společnosti je opravdu malá, neboť většina z nich už jako já ztratila schopnost práce i snahu být prospěšný.

Proto ještě jednou děkuji za zájem a možnosti, které bez předsudků a opovržení poskytují vaše hodné pracovnice. Chtěla bych jim popřát hodně štěstí a radosti, málo nepřijemných a spousty vděčných klientů, kterým vnáší alespoň střípky naděje a světla do smutných životů. BM

Sociální sprcha

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



„Nemůžeme všichni dělat velké věci, ale můžeme dělat malé věci s velkou láskou.“ – Matka Tereza

Poděkování:

Sestřičko, nikdy vám nepřestanu být vděčná.

Když můj syn nastupoval do první třídy ZŠ, měla jsem problém mu cokoli namazat na chleba, bylo to moc těžké a vy jste nám tak moc pomohli

....

15. 5. syna přijali na střední školu, kterou si „vysnil“, chtěl by se věnovat stavebnictví, chtěl by být architektem.

Z 214 uchazečů se umístil na 24. místě.

Ve své třídě na ZŠ měl nejvyšší počet bodů, což mu včera napsala jeho třídní učitelka.

Jsem na něho pyšná a za vaši pomoc vděčná, bez vás a Charity bychom to nezvládli, neměla jsem ani oblečení pro synka.

Moc vám všem děkuji, vaše práce pomáhá, je důležitá, prosím, předejte poděkování všem.

S úctou MB

Sbírky šatstva se konají:

Letohrad, Na Kopečku 356, každou první středu v měsíci (mimo prosinec, leden a únor) od 14 do 17 hod.

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

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

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

Sociální šatník

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

DO ŽIVOTA NAŠICH KLIENTŮ DÁVÁME KUS SEBE

Každý příběh nemá dobrý konec, přestože se mnoho lidí kolem člověka v krizi snaží a podporuje ho. I zkušenost neúspěchu má ale v životě své místo, třeba jen tím, že zabrání ještě většímu propadu. Pro každého z nás existuje univerzální program: znovu!

Alkohol zvítězil – prozatím

Ve službě **Sociální rehabilitace** se pracovníce často u klientů setkávají se závislostmi na omamných látkách nebo alkoholu. „Paní Eva, jak jí budeme říkat, přišla do naší služby z ulice ve vysokém stupni těhotenství. Chtěla svou situaci řešit a postarat se o miminko,“ vypráví vedoucí služby Veronika Kuklová. „Poskytli jsme jí nájemní byt, kam se okamžitě nastěhovala. Pomohli jsme jí připravit se na porod, sehnat veškerou výbavu pro miminko, zajistit dětského lékaře, vyřídít sociální dávky. Po porodu zvládala dobře péči o narozené dítě.“ Přes veškerou podporu služby však v životě Evy nakonec zvítězil alkohol a miminko jí muselo být odebráno.

„Je to vždy smutné, protože za každým klientem je spousta naší práce, navážeme spolu vztah, prožíváme s ním jeho radosti i sta-

rosti. Ale nemůžeme to brát osobně. Nikdy také není pozdě. Každý může začít znovu, a pokud klient chce, jdeme po jeho boku znovu i my,“ doplňuje Veronika.

Najít bydlení, začít sám



Sociální pracovníce Petra Vacková přidává příběh z jiného soudku. „Paní Janu jsme podporovali v různých oblastech života. Motivovali jsme ji k šetření financí. Následně jí byl přidělen byt a ona byla schopna zaplatit kauci a ještě pořídit základní vybavení bytu.“ Za tím, co vypadá tak jednoduše – sehnat bydlení a začít samostatný život – je opět spousta práce na straně sociální služby, a stejná spousta práce na straně klientky – píle, odříkání a naděje.

Výsledky sociální práce jsou těžko měřitelné. Obvykle nejsou vidět. Nikdy se neví, kde by klient byl, kdyby se službou nespolečně pracoval. „Někdy není cílem naší spolupráce rozvoj klienta, ale udržení jeho současné situace, aby se nepropadl ještě hlouběji. To vyžaduje často větší úsilí než pracovat na nějakém obtížném cíli,“ popisuje Veronika Kuklová. „Máme proto radost i z toho, když se situace klienta sice nezlepší, ale také nezhorší. Někdy dokonce nejcennější pro člověka je to, že s ním můžeme jenom být, prožít okamžik tady a teď, mlčet... Ticho někdy umí zázraky,“ uzavírá vedoucí služby.

Sociální rehabilitace

Lanškroun: Centrum sociálních služeb, Havlíčkova 1129, tel. 731 639 672, sr@uo.hk.caritas.cz



„Sociální práce je profese naděje.“ — Jane Addams

BYDLENÍ, KTERÉ POMÁHÁ POSTAVIT SE NA NOHY

Ocitli jste se vy nebo někdo z vašeho okolí v bytové nouzi? Musíte se vystěhovat a nemáte kam? Chcete se osamostatnit? Nevíte si rady, potřebujete se na své cestě životem někam posunout, s něčím pomoci? Jsme tu pro vás!

Oblastní charita Ústí nad Orlicí provozuje v Centru sociálních služeb v Lanškrouně **pět nájemních bytů**. Byt můžeme poskytnout lidem, jednotlivcům i rodinám s dětmi, kteří potřebují podporu ve svém životě. Lidem, kteří se ocitli v situaci, kterou sami nezvládají a potřebují pomoc sociální služby – Sociální rehabilitace. Bydlení je časově omezené, zpravidla na dobu jednoho roku. Současně s klientem pracujeme, provázíme ho a jsme mu oporou. Pomáháme mu s řešením věcí, se kterými si neví rady. Učíme ho samostatnosti

a soběstačnosti. Naším cílem je, aby si klient s životními nástrahami dokázal později poradit sám.

A jak to funguje prakticky? Oslovit nás můžete telefonicky, e-mailem či osobně. Domluvíme si osobní schůzku, kde vám poskytneme všechny informace, které potřebujete vědět. Všechny žádosti evidujeme a následně byt přidělíme dle výsledků nastaveného bodového systému.

Důležité informace na závěr. Jedná se o malé byty 1+kk s celkovou plochou kolem 20m². Disponujeme jedním bezbariérovým jednolůžkovým bytem, dvěma dvoulůžkovými a dva další byty jsou vybaveny patrovou postelí s rozšířeným lůžkem. Každý byt má své sociální zařízení, kuchyňskou linku s dvouplynovým vařičem a ledničku. Výše



nájemného je určena dle velikosti bytu (od 2.151,- Kč do 2.549,- Kč), zálohy na energie se odvíjí od počtu osob (od 2.900,- Kč do 3.800,- Kč). Vratná kauce činí 3.000,- Kč.

Byty v Centru sociálních služeb

Lanškroun: Centrum sociálních služeb, Havlíčkova 1129, tel. 731 639 672, sr@uo.hk.caritas.cz



„Zatímco svět nás často chce přesvědčit, že máme hodnotu jen tehdy, když přinášíme výsledky, evangelium nám připomíná pravdu o životě: jsme milováni. A to je naše hodnota: jsme milováni.“ — papež František

CENÍM SI TOHO, ŽE MĚ PODPORUJETE.

„Tohle se v dnešní době jen tak nestává,“ řekl nám náš klient bez domova.

V **Nízkoprahovém denním centru** v Lanškrouně jsme nápomocni lidem bez domova a lidem, kteří žijí rizikovým způsobem života. Jsme tu proto, abychom jim pomohli s naplňováním základních potřeb, kterými mohou být potřeba bezpečí, jídla, osobní hygieny a sociálního kontaktu. „Když s Vámi mluvím, mám pocit, že mě skutečně posloucháte a zajímá vás, co vám říkám.“ Slyšíme čas od času od našich klientů. Díky těmto větám si uvědomujeme, že všichni jsme lidské bytosti. V naší službě usilujeme o to, aby se i lidé na okraji společnosti mohli cítit přijímání. Právě život na okraji společnosti bývá jen velmi vzácně vědomou volbou. Lidé se spíše postupně vzdalují společnosti a propadají se níž a níž. Tento propad a vzdálení se mívá různé a zpravidla dlouhodobé příčiny.

A tak jsme tu také proto, abychom klienty motivovali k řešení tohoto propadu. I kdyby měli udělat malou drobnou změnu ve svém životě, která je udrží „nad propastí“. Tou změnou může být například vyřízení osobních dokladů, návštěva lékaře apod. Jak nám řekl

jeden z našich klientů: „Jsem rád, že jsem se mohl osprchovat a najíst. Teplé jídlo bylo výborné. Ale největší radost mám z toho, že jste mi pomohli vyřídit si novou kartičku pojištění, kterou jsem ztratil. Za to vám opravdu děkuju. Můžu jít bez obav k paní doktorce.“ Prostřednictvím těchto drobných změn, které se často podaří, mohou naši klienti zažít úspěch a i to jim může pomoci najít v sobě sílu změnit svůj život. Recept na svůj život máme každý uvnitř sebe.

Často jsme však svědky tragických a těžkých životních příběhů, kdy lidé bez domova nedokáží, nebo už ani nemohou, něco změnit. Například vlivem své závislosti na alkoholu. Alkohol představuje jednu z nejnebezpečnějších drog, která je ve většinové společnosti tolerována. Za dobu provozu naší služby desítky klientů zemřely. Život na ulici je velmi nebezpečný a také nepřírozený. Je to jen zjednodušená existence. Riziko okradení, zbití a znásilnění je na každém kroku. Služba Nízkoprahové denní centrum je zde i proto, aby lidé na ulici mohli část dne strávit na chráněném místě. Jak výstižně sděluje naše motto: „Bezpečí a důstojnost.“



Poděkování klientů NDC:

„Když s Vámi mluvím, mám pocit, že mě skutečně posloucháte a zajímá Vás, co Vám říkám.“

„Jsem rád, že jsem se mohl osprchovat a najíst se. Jídlo bylo výborné. Ale největší radost mám z toho, že jste mi pomohli vyřídit kartičku pojištění, kterou jsem ztratil. Za to Vám opravdu děkuju. Můžu jít bez obav k paní doktorce.“

Nízkoprahové denní centrum pro osoby bez přístřeší

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



POMOC CIZINCŮM

KDYŽ PONESEME JEDEN DRUHÉHO, BUDE SE DOBRO ŠÍŘIT

Po téměř čtyřech letech intenzivní práce ukončilo **Centrum pomoci cizincům (CPC)** v Letohradě v prosinci 2025 svou činnost. Splnilo svůj účel – pomohlo s integrací do české společnosti 700 lidem z Ukrajiny, kteří se usadili v okrese Ústí nad Orlicí.

CPC založila Oblastní charita Ústí nad Orlicí ihned po vypuknutí války na Ukrajině v únoru 2022, kdy začaly do Čech proudit tisíce lidí z Ukrajiny, kteří utíkali před hrůzami války do bezpečí okolních zemí. Většinou přišli ženy s dětmi a staří lidé jen s pár osobními věcmi a neměli kam jít.

Zeptali jsme se vedoucí této služby Veroniky Peškové:

Na jaké konkrétní činnosti jste se v průběhu celé doby orientovali?

Zpočátku to byla akutní humanitární po-

moc – jídlo, hygienické potřeby, oblečení, přikrývky. V Centru Pod střechou v Letohradě jsme na dva měsíce zřídili humanitární sklad. Současně s tím jsme sháněli ubytování, protože zpočátku ukrajinští uprchlíci přespávali v tělocvičnách, školních budovách apod.

Vlastní činnost CPC se orientovala na poradenství, tlumočení, doprovody na úřady, do škol, k lékařům, řešili jsme zápisy dětí do škol a školek. Řada uprchlíků potřebovala překlady očkovacích průkazů, protože utekli jen s tím nejnужnějším. Potřebovali pomoci vyřídit povolení k pobytu, nejrůznější administrativní záležitosti, řešit nájemné, platby za odpad, bankovní převody, inkaso atd.

Další činností CPC byla online výuka českého jazyka, kterou za tu dobu prošla více než tisícovka lidí. Domluvit se česky byla pro kaž-

dého příchodzího prioritou.

Fungovaly zde také dvě Adaptační skupiny pro děti – letohradská za vydatné pomoci místní farnosti a podpory města do konce srpna 2023, ve Sloupnici pracovala Adaptační skupina s podporou obce do konce srpna 2025.

Pro nás je řada věcí samozřejmostí. Bylo obtížné pro uprchlíky z Ukrajiny pochopit, jak tady fungujeme?

Ano. Bylo nutné jim vše vysvětlit a opakovat a opakovat, protože to byly pro ně zcela nové a neznámé věci. Zpočátku nedůvěřovali ani nám. Báli se, že jsme podvodníci nebo že naše služby budou drahé. Postupně ale tyto bariéry opadly, a my jsme navázali natolik důvěryhodné vztahy, že si nás na tlumočení náročné komunikace opakovaně vyžádaly

třeba OSPODY. Pravidla, která v České republice máme, sice zpočátku některým připadala náročná. Postupně je ale přijali, pochopili, naučili se je respektovat, a dnes vidí jejich výhody - zdravotnictví je u nás pro všechny, úřady jsou nezávislé a fungují pro všechny, ne jen pro vyvolené, kteří mají peníze.

V začátcích se Češi ujali uprchlíků z Ukrajiny s otevřeným srdcem a projevili opravdový soucit s lidmi, kteří utíkali do neznáma. Postupně se ale lidé z Ukrajiny adaptovali na místní podmínky, opadla prvotní krize, ale i naše semknutost. Jak se situace vyvíjela u vašich klientů?

S postupnou adaptací začali mít někteří z nich psychické problémy. To trauma násilného vytržení z domova se u nich projevovalo postupně. Některé ukrajinské děti ve školách se staly terčem posměchu některých spolužáků, kteří přebírali předsudečné názory svých rodičů a dávali jim to najevo. Začali jsme hledat dětské psychology, navázali jsme spolupráci s Pedagogicko-psychologickou poradnou v Ústí nad Orlicí.

Co vidíš, když se ohlídněš za uplynulými čtyřmi lety práce Centra pomoci cizincům?

Vidím velkou snahu ukrajinských uprchlíků, kteří se chtějí integrovat. Přišli k nám vyděšení lidé, které bylo potřeba uklidnit. Dnes jsou z mnohých sebevědomí občané, kteří už



nepotřebují naši pomoc, mají práci, mají kde bydlet, domluví se česky, budují si přátelství a vztahy na pracovišti i v místě bydliště.

Existuje příběh, který v tobě rezonuje více než jiné?

Těch příběhů je spousta. Některí klienti si prožili tolik, že je zázrak, že normálně fungují. V poslední době myslím na starší manžele, kteří k nám přišli z Charkovské oblasti.

Měli doma hospodářství, které jim okupanti zničili, dům vyrabovali a nakonec vše rozbombardovali. Jsou velmi vděční za to, že tady můžou být a že mají kde bydlet. Rodinu mají rozprchlou po světě a jejich osud je nejistý – nemají se kam vrátit, a nemají ani příjem na to, aby tady mohli zůstat.

A co ty čtyři roky udělaly s tebou?

Zpočátku jsem plakala s každým klientem, který mluvil o tom, co zažil. Musela jsem se zocelit, a opravdu jsem se zocelila. Vážím si o mnoho víc své rodiny. Snažím se žít přítomným okamžikem, protože si uvědomuji, jak je vše kolem nás křehké. Věřím, že dobro nevymřelo, že je silnější než zlo. Věřím, že když v případě nouze ponese jeden druhého, bude se dobro pořád šířit mezi lidmi.

Jak bys shrnula působení Centra pomoci cizincům?

V době akutní, nečekané krize stálo po boku mnoha ukrajinských uprchlíků, kteří si nevěděli rady, a kterým pomohlo s orientací v jiném státě. Pomohli jsme jim začít znovu. Některí z nich chtějí zůstat, někteří se chtějí vrátit do rozvrácené země a podílet se na její obnově. Pravděpodobně při tom využijí i zkušenosti, které nabyli v České republice, ve svobodné zemi, kde fungují státní instituce i pomáhající neziskové organizace jako třeba Oblastní charita Ústí nad Orlicí.

Centrum pomoci cizincům

Letohrad: Centrum Pod střechou, Taušlova 714



*„Jedním z nejkrásnějších zadostiučinění v životě je, že kdykoli se upřímně snažíme pomoci jinému, pomáháme i sami sobě.“
— Ralph Waldo Emerson*

DOBROVOLNÍCI

Naši činnost významně podporuje řada dobrovolníků, bez jejichž pomoci by nebylo možné některé aktivity realizovat. Jejich zapojení si velmi vážíme, protože přispívají k hladkému chodu našich center i jednotlivých akcí:

- Provoz RC Kopretina ve Sloupnici je částečně zajišťován dobrovolnický – několik maminek se zde aktivně podílí na chodu a programu celého centra.

- V RC Mozaika v Letohradě nám dobrovolníci pomáhají s organizací jednorázových akcí.
- Dvě dobrovolnice se postaraly o vyčištění pokladniček po Tříkrálové sbírce a připravily je k dalšímu použití.
- Přibližně šest dobrovolnic nám pravidelně pomáhá se sbírkami a tříděním šatstva.
- V STD Miriam v Králíkách se do činnosti zapojuje jedna dobrovolnice.

- Na naší největší akci – Tříkrálové sbírce – se každoročně podílí přibližně 1500 koledníků, 70 asistentů a desítky dalších spolupracovníků, kteří pomáhají s organizací sbírky ve svých obcích.

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

ADOPCE NA DÁLKU

V letošním roce se v kostelech letohradské farnosti vybralo 64.890 Kč na podporu vzdělávání dětí z nejchudších oblastí Indie. Celková částka 65.000 Kč bude použita na úhradu dalšího roku studia pro 10 dětí, které letohradská farnost dlouhodobě podporuje ve spolupráci s Oblastní charitou.

CO DĚLAJÍ DNES DĚTI, KTERÝM JSTE POMOHLI KE VZDĚLÁNÍ?

Vaše podpora v rámci Adopce na dálku pomáhá měnit životy konkrétních dětí. Některé z nich už mají školní léta za sebou a rozhodly se s námi podělit o to, jaký je jejich další životní příběh. S radostí vám přinášíme několik zpráv „ze světa“, které vás určitě potěší:

Stanley Raj J. Metti (*2000)



Stanley úspěšně dokončil středoškolské vzdělání v roce 2020 zkouškou PUC, která odpovídá naší maturitě. Poté pokračoval ve studiu oboru Bachelor of Commerce (BCom), který se zaměřuje na finance, účetnictví a podnikání. V roce 2023 získal titul a nyní pracuje ve finančním oddělení společnosti Larsen & Toubro Pvt Ltd. Stanley nás požádal, abychom vám vyřídili, jak je vděčný – vaše podpora mu umožnila studovat a připravit se na samostat-

ný život. Srdečně vás pozdravuje a děkuje!

Lawrence Mingail Fernandes (*2001)

Lawrence právě studuje poslední ročník bakalářského studia. Zatím pracuje na částečný úvazek jako prodáváč, ale věří, že po dokončení školy se mu podaří najít lepší pracovní místo. Když se dozvěděl, že na něj myslíte, byl velmi dojatý. Posílá vám vřelé pozdravy a děkuje za všechny vaše modlitby, lásku i trvalou podporu. Vzkazuje, že i on se za vás modlí.



Gracy Michael (*1996)

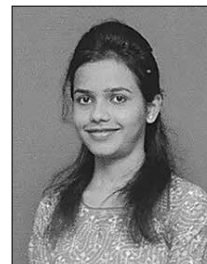
Gracy pochází z farnosti Londa nedaleko Belgaumu. Po dokončení střední školy vystudovala kurz pro učitelky mateřských škol a následně tříleté bakalářské studium. Dnes je vdaná, má syna a pracuje jako učitelka. Se

svým manželem Pascalem, který pracuje v obchodě se zdravotnickými potřebami, vedou klidný a spokojený rodinný život. Gracy vás moc pozdravuje a děkuje za vše, co jste pro ni udělali.



Clara R. D'Souza (*2001)

Clara po středoškolských studiích nastoupila na čtyřletý bakalářský obor ošetrovatelství na vysoké škole v Belgaumu. Letos školu úspěšně



zakočila a brzy poté nastoupila do nemocnice v Bombaji, kde je spokojená a šťastná, že může pracovat ve zdravotnictví. I ona děkuje za vaši pomoc a posílá vám srdečné pozdravy.

Vaše pomoc má smysl

Příběhy těchto mladých lidí jsou krásným důkazem toho, jak velkou změnu může způsobit zdánlivě malý dar. Díky vám se dětem otevírají nové možnosti, mohou snít o lepší budoucnosti – a také ji krok za krokem uskutečňovat.

Děkujeme, že pomáháte měnit svět k lepšímu – jeden příběh po druhém.
Více o projektu: <https://adopce.hk.caritas.cz/>.

„Sklvělý obchod není jen o zisku. Je o vztahu, důvěře a hodnotě, kterou vytváříme pro ostatní.“

MÍSTO, KDE ZAČÍNÁJÍ VAŠE PŘÍBĚHY

Jsou obchody, které jen prodávají. A pak jsou místa, která mají duši. **Charitní papírnictví** je právě takovým místem – plným barev, vůní nového papíru, a hlavně nápadů, které čekají, až je proměňte ve skutečnost.

Stačí vkročit dovnitř a rázem se ocitnete v jiném světě. Ve světě, kde každý sešit může být začátkem deníku, každé pero nositelem myšlenky a každý arch papíru základem něčeho krásného. Najdete tu vše – od klasických školních potřeb přes designové papírnictví až po drobnosti, které pohládí po duši.

A to nejdůležitější? Náš personál. Lidé, kteří vám s úsměvem pomohou, poradí a naslouchají. Protože u nás nejde jen o nákup, ale o zážitek.

Charitní papírnictví je místem, kde se tvoří radost. Ať už jste školák, umělec nebo někdo, kdo jen rád tvoří – u nás najdete inspiraci, podporu i potřebné nástroje. Každý nákup navíc pomáhá – výtěžek podporuje další dobročinné aktivity.

Přijďte si k nám vybrat barvy pro své nápady. Objevte kouzlo, které vzniká, když se propojí kreativita, laskavost a smysl.



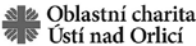
Letohrad:

Na Kopečku 356, tel. 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

Teátr Pavla Šmída:

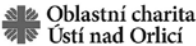
Táta a syn



Jablonné nad Orlicí 28. ledna 2026
kino 17:00 h.

- Zábavné představení pro děti i dospělé, doprovázené písničkami a milým humorem
- Pořádáme jako poděkování za podporu Tříkrálové sbírky
- Vstup volný

Oblastní charita Ústí nad Orlicí, Na Kopečku 356, Letohrad, www.uo.charita.cz

 Oblastní charita
Ústí nad Orlicí

Teátr Pavla Šmída:

Táta a syn



Brandýs nad Orlicí 29. ledna 2026
sokolovna 17:00 h.

- Zábavné představení pro děti i dospělé, doprovázené písničkami a milým humorem
- Pořádáme jako poděkování za podporu Tříkrálové sbírky
- Vstup volný

Oblastní charita Ústí nad Orlicí, Na Kopečku 356, Letohrad, www.uo.charita.cz

PŘÍSPĚVKOVÉ KONTO: 831240611/0100 variabilní symbol

- 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 a Poradna pro pečující
- 9452 - Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi
- 9454 - Rodinné centrum Kopretina Sloupnice
- 9601 - Sociální rehabilitace
- 9602 - Nízkoprahové denní centrum pro lidi bez přístřeší
- 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 2025

Ministerstvo práce a sociálních věcí,
Ministerstvo vnitra, Úřad vysokého
komisaře OSN pro uprchlíky, Pardubický
kraj, Evropský sociální fond,
Evropský fond pro regionální rozvoj.

Města: Ústí nad Orlicí, Letohrad,
Lanškroun, Česká Třebová, Králíky,
Vysoké Mýto, Choceň, Žamberk.

Obce: Brandýs nad Orlicí, Česká Rybná,
České Libchavy, Damník, Dolní
Čermná, Dolní Dobrouč, Džbánov,
Hnátnice, Horní Čermná, Kunvald,
Libchavy, Líšnice, Lukavice, Nekoř,
Orlické Podhůří, Orličky, Petrovice,
Písečná, Přívrat, Rudoltice, Rybník, Svatý
Jiří, Těchonín, Verměřovice, Žampach.

Údaje jsou k 30. 9. 2025 a zahrnují pou-
ze právnické osoby. Velká část sponzorů
a dárců jsou fyzické osoby, které z důvodu
ochrany osobních dat neuvádíme. Všem
ale patří velký dík.



Pardubický
kraj



Město
Ústí nad Orlicí



Město Letohrad



Město Lanškroun



Město Králíky



Vydává Oblastní charita Ústí nad Orlicí
Na Kopečku 356, 561 51 Letohrad, tel.: 465 621 281, www.uo.charita.cz,
e-mail: propagace@uo.hk.caritas.cz, redakce: Markéta Drmotová.
Sazba: Jiří Pecháček, Tisk: GRANTIS, s.r.o., Ústí nad Orlicí.