



Z lásky k lidem i vaším jménem

Připravili jsme pro vás společně s kolegy ze všech diecézí přílohu Caritas. Na několika příbězích a příkladech bychom rádi připomněli, co děláme, co umíme a v čem je naše služba výjimečná. Službu všem potřebným vykonáváme také jménem církve i vás, kteří ji tvoříte a moc nám v tom pomáháte.

Nechci vás zahltit čísly, kde všude má Charita své pobočky a kolika lidem v nouzi pomáhá. Mnozí to sami víte přímo z vašich farností. Nadto lze vše najít v našich výročních zprávách nebo našich webových stránkách.

Chtěl bych spíš připomenout dlouhou tradici Charity, vždyť péči o chudé, vyloučené a nemocné – dokonce i v jejich příbytích – provozovala Charita už před sto lety. A i tehdy navazovala na dobré příklady těch (a někteří byli dokonce prohlášeni za svaté), kteří již od středověku tlumili lidskou bídu a utrpení. Jdeme v jejich stopách.

Brzy poté, co padl komunistický režim, který naši činnost výrazně omezil, stejně jako ostatní církevní či náboženské aktivity, Charita opět, nejprve na zkoušku a poté naplno, rozjela domácí péči. Cílem bylo, aby lidé nemuseli stonat v nemocnicích, není-li to nutné, ale mohli zůstat doma, když je to možné a pokud chtějí. Například proto, aby mohli být blízko svým nejbližším. Nebo ve svém milovaném domově. Zdravotní sestra pak jezdí za nimi. A s chodem domácnosti a další péčí pomáhají naše pečovatelky.

Stáli jsme také u zrodu hospiců pro důstojný závěr lidského života. Provozujeme poradny pro lidi v nouzi, azylové domy, lékařské ordinace, noclehárny a volnočasová centra. A pomáháme také v zahraničí, například na Ukrajině, která je stále deci-



K profesionální péči přidává Charita úsměv, srdce a milosrdenství.

Snímek Oblastní charity Třebíč

movaná válkou. Kdybychom chtěli vyjmenovat všechny naše aktivity, byl by to výčet skutečně dost dlouhý a pestrý a pár stran této přílohy by zdaleka nestačilo.

Kromě toho, že poskytujeme profesionální pomoc, však přidáváme ještě „něco navíc“ – úsměv, srdce a milosrdenství, které u nás vychází z nezci-

zitelné důstojnosti každého člověka, který byl stvořen k obrazu Božímu.

Jsme dobročinná organizace, a tak se bez podpory dárců neobejdeme. Přiloženou složenkou se můžete připojit k naší práci a přispět na naše dárcovské konto s variabilním symbolem 9001, které je určeno na rozvoj charitního díla. Děkuji vám za

vaši podporu a také za vaše modlitby, bez nichž si naši službu nedovedu představit.

LUKÁŠ CURYLO,
ředitel Charity
Česká republika



Biskup Brož: Charita pomohla i mé mamince

Pocházím z Červeného Kostelce, kde své služby nabízí místní Oblastní charita.

V červnu 2022 si maminka, která do té doby žila sama ve svém domku, zlomila ruku a byla odkázána na pomoc rodiny. Přestěhovala se k sestře Zdislavě a rodina jí poskytovala péči. V září, když se musela Zdislava vrátit zpátky do práce ve škole, jsme museli řešit, jak skloubit péči o maminku a pracovní povinnosti. Obrátili jsme se na místní charitní pečovatelskou službu. Pomohla.

Jak čas plynul, zdravotní stav maminky se zhoršoval a její síly ubývaly. Po dohodě s pečovatelkami a maminkou jsme přidali další pomoc. Všechno Charita dělala s maximální péčí, láskou a respektem.



Maminka biskupa Prokopa Brože zesnula krátce před jeho biskupským svěcením. Květinu jí poslal na oltář poutního chrámu do Malých Svatoňovic.

Snímek Josef Polehňa / Člověk a Víra

Loni v listopadu se její zdravotní stav výrazně zhoršil a maminka ulehla. Pečovatelky nám doporučily další službu Oblastní charity – Mobilní hospic. Od té doby se o maminku staraly zdravotní sestry i pečovatelky, které jí věnovaly péči s precizností a odborností. Nejvíce si jejich služby členové rodiny uvědomovali o víkendech, kdy byli odkázáni sami na sebe. Neocenitelné bylo, že vedle profesionální práce byly pro rodinu psychickou oporou. Maminka se na jejich návštěvy těšila, protože si s nimi mohla popovídat, zasmála se. Nejčastěji s neoblíbenější pečovatelkou Marianou Hejnovou.

Péče Mobilního hospice zahrnovala pravidelnou návštěvu ošetřujících sester dvakrát týdně a lékaře jednou týdně. Při jakýchkoli komplikacích nebo změnách zdravotního stavu poskytovaly sestry nejen poradenství po telefonu, ale i osobní návštěvu – i bě-

hem svátků (navštívily nás na druhý svátek vánoční i na Silvestra).

Při návštěvách Mobilního hospice vždy vládla klidná a pohodová atmosféra. To platilo i v okamžiku, kdy jsme tuto službu volali na poslední chvíli. I tehdy se mamince dostaly potřebná pomoc, útěcha a sestra nám citlivě sdělila, že se blíží konec, který skutečně nastal následující den. I v této těžké chvíli rodině Mobilní hospic poskytl neocenitelnou podporu. Nabízí totiž péči i po skonu nemocného – pomoc při umytí a oblékání zesnulého, zavolání lékaře a podporu pozůstalým.

Díky službám Oblastní charity mohla maminka prožít poslední období svého života v klidu, obklopena rodinou, a nakonec odejít na věčnost doma, za což jsme nesmírně vděční. Vždyť celý svůj život věnovala právě rodině.

PROKOP BROŽ,
královéhradecký pomocný biskup

Každý pacient je pro nás výjimečný



Mobilní hospic sv. Martina Charity Blansko doprovází

těžce nemocné lidi po celém regionu už patnáctým rokem. Hospicový tým poskytuje pacientům a jejich rodinám péči zdravotních sester, lékařů, sociálních pracovníků, psychologů, pastoračního asistenta i dobrovolníků přímo v jejich domovech. Hovořili jsme s jeho zakladatelkou RADKOU KUNCOVOU.

Hospic jste zakládala před patnácti lety a pracujete tu dodnes. V čem se za tu dobu změnil?

Je profesionálnější – ať už z hlediska vybavení nebo odbornosti týmu. Jsme rovnocennými partnery zdravotních služeb i lékařů. Ale co považuji za nej-



„Na umírání blízkého se připravit nedá, ale když se to podaří, může to být velmi silné,“ říká Radka Kuncová.

Snímek Richard Bouda

větší posun, jsou naši lidé. Dávají do péče kus sebe a své zkušenosti. Ne- ní to rutinní práce – každý pacient je pro nás výjimečný. Na konci života je extrémně důležité, aby se člověk cítil dobře a aby i jeho blízcí měli jistotu, že na to nejsou sami.

Hospicová péče v regionu se postupně doplňuje o další služby. Před dvěma lety Charita Blansko otevřela Poradnu pro pozůstalé Křídla vážky, od léta funguje Paliativní ambulance. Stává se, že pacient projde hned několika charitními službami?

Stává a je to úplně nejlepší model, který si může přát. Naše vize i cíl je mít širokou nabídku služeb, která je dostup-

ná co největšímu počtu lidí. Jakmile lékaři zjistí, že nemoc je nevyléčitelná, mohou pacienti využít naší Paliativní ambulanci, kde sledujeme vývoj nemoci a tlumíme příznaky. Když ztrácí soběstačnost, pomáhají zdravotní sestry z Domácí zdravotní péče. A když se stav zhorší, nastupuje náš hospicový tým. Protože se vážná nemoc a umírání netýkají jen pacienta, ale i jeho rodiny, nabízíme podporu i jim – třeba v Poradně pro pozůstalé Křídla vážky.

Dokážou se lidé na umírání blízkého doma připravit?

Důležité je přijetí nemoci. A je to zároveň ten nejtěžší boj. Pečující často chtějí zachraňovat a léčit, i když už to

není možné. Důležité je, aby dostali prostor pro své otázky – v tom pomáhá naše psycholožka. Na umírání blízkého se připravit nedá, ale pokud se to podaří, může to být velmi silné. Lidé většinou na konci neřeší nic jiného, než aby se mohli ještě vzájemně podpořit, dát si ty pocity, které do vzta- hu blízkých lidí patří. Některé rodiny jsou pro nás nezapomenutelné, kdy se až dojmáme tím, jaké je mezi nimi pouto.

Co byste si pro hospic přála do dalších let?

Udržet stávající kvalitu péče a rozšířit nabídku, abychom mohli zajistit péči čím dál více lidem. Také bych ráda rozšířila tým o dětskou lékařku a sestru, abychom se mohli starat i o nemocné děti.

VLADĚNA JARUŠKOVÁ

Oslavte s Mobilním hospicem sv. Martina 15 let v regionu

14. května v 18 hodin v Kině Blansko – Rok vdovy (před filmem diskuse s představitelkou hlavní role Pavlou Beretovou)

17. května 4. Běh pro hospic – rekreační oblast Pálava

Běh pro všechny – běžce, rodiny, děti – na podporu Mobilního hospice sv. Martina, více na www.blansko.charita.cz

Dobrovolnice Jana sdílí s pacienty radosti i bolesti

Dobrovolnice JANA SCHMIDTOVÁ v rámci programu Gabriel hradecké Charity pomáhá pacientům na neurologické klinice místní fakultní nemocnice. Loni byla paní Jana oceněna krajskou cenou Křesadlo pro dobrovolníky, na kterou ji nominovala fakultní nemocnice.

Co vás k dobrovolnictví přivedlo?

V kostele jsem slyšela, že se bude na biskupství otevírat formačně-vzdělávací kurz pro dobrovolnickou službu u nemocných. Už mám kurz akolyty, a tak jsem se přihlásila, protože to spolu souvisí.

V čem vás kurz na dobrovolnickou činnost v nemocnici připravil a které situace byly nové?

Důkladně nás proškolili v přístupu k lidem, kteří jsou nemocní, se všemi psychologickými i praktickými specifiky. Připravovali nás spíše na situace v hospici nebo domově pro seniory – čili na situace, kdy se člověk blíží k závěru svého života. Já se s nemoc-



Jana Schmidtová při dobrovolnické práci v královéhradecké Fakultní nemocnici.

Snímek autorka

nými na oddělení potkávám jen krátkou dobu, protože pacienti se tu mění poměrně rychle.

Takže jako dobrovolnice na neurologickém oddělení Fakultní nemocnice jste nejprve hledala...

Je to prostředí, které neznám ani jako pacientka ani profesně – mým obo-

rem je strojírenství. Bylo to úplně nové a byla jsem ráda, že jsem tam našla vstřícné prostředí ze strany zaměstnanců.

Jak často do nemocnice docházíte a jak pacientům pomáháte?

Chodím tam dvakrát týdně, když se vracím z práce. Vždycky zhruba na ho-

dinu, hodinu a půl. Pacienti pak mají večeri a já odcházím, pokud se nenašly mimořádné situace, kdy bych tam měla být déle. Kromě rozhovoru můžu vyvést pacienty ven, ať už na vozíčku nebo doprovodit ty, kdo můžou chodit. To když je hezky.

Co se týká rozhovoru, je třeba opatrně oťukávat, ti lidé mě neznají, a tak se snažím vysvětlit, kdo je dobrovolník, že je to služba, kterou nemocnice a Diecézní charita zajišťují, vyprávím trochu o sobě, a tak ten rozhovor postupně vzniká a rozvíjí se. Téma jsou nejrůznější, široká paleta, veselá i závažná. Všichni dobrovolníci se zavazují k mlčenlivosti, takže to, o čem hovoříme, zůstane jen mezi námi.

A co dobrovolnictví přináší vám?

Můžu sloužit, což je jeden ze základních rysů křesťanství. Fakultní nemocnice Hradec Králové má velkou spádovou oblast, a tak jsou tam pacienti mnohokrát sami, protože domov i rodina jsou daleko. Můžu posloužit svou přítomností, že je někdo navštíví a oni si můžou popovídat a podělit se o tu radost i o tu bolest. To myslím je to hlavní.

JANA ŠEBOVÁ

**Dobrovolnické centrum
Diecézní charity Hradec Králové:**
Šafaříkova 666/9 (YMCA),
tel.: 731 402 295,
e-mail:
dobrovolnici@hk.caritas.cz.
Více na www.hk.caritas.cz,
Facebooku a Instagramu.

Deset let péče o lidi, kteří nemají kde spát

Každé ráno po deset let otevírala Helena Mikušková dveře ordinace praktického lékaře Charity Olomouc pro lidi bez domova. Za tu dobu se stala nejen zdravotní sestrou, ale také člověkem, jemuž pacienti důvěřovali a na něhož se mohli spolehnout.

Letos svou práci ukončila, ale za sebou nechává stovky příběhů a tisíce ošetřených pacientů. „Na začátku mě překvapilo množství lidí, kteří skončili na ulici kvůli neléčeným psychiatrickým diagnózám,“ vzpomíná Helena Mikušková.

Ordinace, otevřená od roku 2007, poskytuje zdravotní péči podobně jako běžný praktický lékař. „Registrujeme pacienty, provádíme preventivní prohlídky, odběry krve, EKG. Naši pacienti však mají specifické potřeby, komplikované životní příběhy a většinou velmi těžké sociální podmínky,“ dodává sestra.



Helena Mikušková sloužila deset let v ordinaci praktického lékaře Charity Olomouc pro lidi bez domova.

Snímek Vojtěch Cimpl

Pacienti často žijí ve špatných hygienických podmínkách, trpí závislostmi, infekčními chorobami nebo parazity. Zdravotnický personál kromě běžné péče řeší komplikace s hledáním informací. „Občas je to opravdu

detektivní práce – voláme do nemocnic, zjišťujeme výsledky, ověřujeme informace,“ přibližuje Mikušková každodenní realitu.

Radost přichází vždy, když se složitý případ podaří vyřešit. „Těší mě

i zdánlivé maličkosti – třeba když správně odhadnu velikost oblečení a pacient odchází čistý a spokojený. To jsou momenty, které mě hřejí u srdce,“ říká sestra.

Největší výzvou je podle ní nedostatek míst k doléčení pacientů po hospitalizaci. „Chybí nám malé zdravotnické oddělení, jakási mini LDN, kde by pacienti mohli zůstat delší dobu a skutečně se zotavit,“ upozorňuje Helena Mikušková. V zimních měsících je situace nejkritičtější. Pacienti trpí omrzlinami, nachlazením a zvýšeným výskytem parazitů. „Pomoc v zimě je zásadní a často i život zachraňující,“ vysvětluje.

Za deset let se Helena Mikušková stala pro mnohé nejen zdravotní sestrou, ale také člověkem, který naslouchal, pomáhal a nikdy neztratil empatii. Charita Olomouc i její pacienti jí skutečně mají za co děkovat.

MAREK NAVRÁTIL

Manželé Sikorovi: spolu až do konce

„Není to jen práce, každý den v Domově je příležitostí vytvářet vzpomínky a přinášet radost našim klientům,“ říká Ivana Sedláčková, pečovatelka z charitního Domova U Kaple v Dětmarovicích, který patří pod Charitu Bohumín.

Když se rozhodla zúčastnit fotografické soutěže „Můj svět“, kterou každoročně vyhlašuje opavská Charita, hned věděla, že fotografie manželů Sikorových musí být součástí přihlášky.

„Když na to všechno vzpomínám, manželé Sikorovi byli prvním párem, který v našem Domově sdílel společný pokoj. Paní Leopolda k nám přišla v 84 letech jako první. Týden po ní se k ní připojil její 93letý manžel Josef.



Leopolda a Josef Sikorovi. Spolu až do konce.

Snímek Ivana Sedláčková

Hned na začátku péče jsem zachytila okamžik, kdy si podali ruce a podívali se do očí. V ten moment jsem viděla jejich celoživotní lásku, která byla silná a opravdová. Po dlouhém odlou-

čení mohli být opět spolu, navždy. To „navždy“ trvalo v našem Domově celý jeden rok,“ vypráví paní Ivana.

Pan Josef, i když mu to zdraví často nedovoľovalo, se vždy snažil být na-

blízku své milované manželce. Přesto to byl on, kdo odešel první. Paní Leopolda ho následovala o měsíc později. Fotografie s názvem „Spolu až do konce“ beze slov vystihuje jejich společnou životní cestu a v soutěži vyhrála 2. místo v kategorii Portrét.

Doteky přítomnosti

„Fotografie, které pořizuji, často předávám rodinám našich klientů. Pro ně jsou cennou památkou na poslední týdny života jejich blízkých. Když jsem snažila manželů Sikorových oznámit svůj úspěch v soutěži, byla dojatá a velmi potěšená. V takových chvílích cítím, že moje práce má hluboký smysl a že přináší radost nejen klientům, ale i jejich rodinám,“ vzpomíná paní Ivana a dodává: „A právě v těchto okamžicích si uvědomuji, jak důležité je být součástí životů rodin, o něž u nás v Domově pečujeme. Každý úsměv, každá slza a každý dotek mi připomínají, že moje práce není jen povinností, ale posláním. Posláním, které mě naplňuje a dává mi sílu pokračovat. Protože každý příběh, který zde vzniká, je důkazem, že láska a péče mohou změnit svět.“

SYLVA LEJSKOVÁ

Přicházíme s pokorou a ctíme přání pacienta

Charita Česká Kamenice provozuje na severu Čech Domácí hospic sv. Máří Magdalény. Povídali jsme si o něm s vedoucí služby EVOU KONEČNOU a zdravotní sestrou MAGDOU SEMERÁDOVOU.

Mohly byste nám představit vaši službu?

Magda: Bavíme se o týdnech či krátkých měsících, kdy musíme zajistit důstojné podmínky pro pacienta a být oporou jeho rodině. Péče je dostupná nepřetržitě – ve dne, v noci, o víkendech i během svátků. Tým odborníků navštěvuje pacienta doma a poskytuje stejnou úroveň péče jako v nemocnici. Někdy se tomu říká domácí hospitalizace.

Kdy je vhodné vaši službu vyhledat?

Magda: Nejlépe už v době, kdy ji ještě nepotřebují. Můžeme se vzájemně



Domácí hospitalizace – péče doma na úrovni nemocnice. Snímek archiv DCHL

lépe poznat, případně doporučit jinou vhodnou službu. Aktuálně máme v našem registru přibližně 20 lidí, s nimiž jsme v kontaktu, z toho čtyři osoby využívají naši přímou péči. Naším cílem je být oporou rodinám a pomoci jim najít nejlepší řešení pro jejich situaci. K rodinám přistupujeme s respektem a pokorou, vždy s ohledem na přání pacienta.

Je odlišný přístup ke smrti u lidí věřících a nevěřících?

Eva: Záleží na tom, jaký život člověk vedl. Jak byl upřímný k sobě i ostatním, jak se choval a jaké měl zásady.

To, že je někdo věřící nebo se za něj považuje, automaticky neznamená, že se s odchodem vyrovnává lépe či snadněji.

Člověk, který je upřímný a vyrovnaný, může najít oporu ve víře, ale musí být k tomu otevřený. Často se stává, že i lidé, kteří se označují za ateisty, najdou překvapivou úlevu při setkání s knězem.

Proč jste se rozhodly pracovat v domácím hospici?

Magda: Pracovala jsem v nemocnici a často jsem byla svědkem umírání pacientů. Hodně jsem o hospicích čet-

la a uvědomila si, že právě tohle chci jednou dělat. Klíčový okamžik přišel, když jsem mohla být nablízku své kolegyni, onkologicky nemocné lékařce. Ta mne povzbudila, abych se vydala touto cestou. Krátce nato jsem se setkala s Evou, která už v domácím hospici pracovala, a zrovna rozšiřovali tým. Nelituji.

Eva: Nikdy jsem si nemyslela, že budu pracovat v domácí péči. Pracovala jsem na ARO. Během mateřské jsem ale začala pomáhat rodinám pečujícím o blízké – radila jsem jim ohledně dávek, polohování a podobně. Dnes beru svou práci v domácím hospici jako Boží vůli.

Musí to být psychicky náročné.

Jak se s tím vypořádáváte?

Magda: Největší stres prožíváme v situacích, kdy se něco nepodaří – například komplikace s byrokracií či neúspěšný pokus přesunout klienta z nemocnice do domácí péče.

Eva: Smrt nás však nestresuje. Přijímáme ji jako přirozenou součást života i jako završení naší práce. Klidný odchod a spokojenost rodiny jsou pro nás známkou dobře odvedeného úkolu.

EVA HADAŠOVÁ

Komunitní centrum sv. Anežky léčí duše

Arcidiecézní charita Praha provozuje Komunitní centrum sv. Anežky, které zanedlouho oslaví dva roky od svého otevření. Lidé ho znají jako místo s bohatým volnočasovým programem pro děti i dospělé. Už méně se ví, že jeho součástí je psychologická ambulance.

Odbornou péči v psychologické ambulanci zajišťuje Oleksandra Sipailova, dětská psycholožka s neobyčejným příběhem a obrovským srdcem. Antonín Zajíček, vedoucí Komunitního centra, o ní mluví s obdivem: „Sašu jsem poprvé potkal, když začala válka na Ukrajině a my rozjížděli první adaptační skupiny na pražském Barrandově. Od začátku se mi líbil její přístup k dětem. Během chvilky se dokáže naladit na stejnou vlnu a získat jejich důvěru.“

Oleksandra není jen odbornicí na dětskou duši. Je také ženou, která sama prošla traumatem války. Před třemi lety musela opustit bombardovaný Mariupol, město, kde žila od narození. Její příběh by vydal na román. „Šťastná náhoda, nebo snad samotný Bůh, mě přivedl do Charity,“ vzpomíná žena.



Oleksandra Sipailova je dětská psycholožka s neobyčejným příběhem a obrovským srdcem. Snímek archiv ACHP

„Úplnou náhodou jsem se dozvěděla o otevření nového centra pro Ukrajince a byla jsem připravena tam chodit a pomáhat jako dobrovolnice.“

Ojedinelé spojení

Spojení Komunitního centra s psychologickou ambulancí je jedinečné. Oleksandra Sipailova zde denně naslouchá lidem, kteří čelí životním těž-

kostem: „Nejčastěji se na mě obraceli maminky školáků, kteří mají problémy s chováním – porušují disciplínu, mají zkreslenou představu o přátelství nebo se potýkají s obtížemi v rodinných vztazích. Pomáhám jim porozumět příčinám těchto problémů a najít cestu k lepší komunikaci s dětmi.“

Její typický pracovní den začíná individuálními konzultacemi. Lidé, kteří přicházejí do Komunitního centra,

řeší často hluboké emoční krize. Psycholožka jim pomáhá zvládnout šok z nevléčitelné nemoci, ztrátu sebevědomí po konfliktním partnerském rozchodu či úzkosti a adaptaci na nové životní podmínky. Po obědě obvykle přicházejí školáci, s nimiž pracuje na rozvoji komunikačních a sociálních dovedností.

Daránek pro děti v nouzi

Kromě individuálních konzultací se Oleksandra aktivně podílí na organizaci letních táborů pro děti ze sociálně znevýhodněných rodin. Letní tábory hrají podle ní důležitou roli v sociálním a emocionálním rozvoji dětí, zejména těch, které se nacházejí v obtížných životních situacích: „Účast na táboře pomáhá dětem stát se sebevědomějšími a samostatnějšími. Získávají pozitivní zkušenosti ze sociální interakce, navazují nová přátelství, a co je nejdůležitější: zažívají radost. Hry, příroda, nová dobrodružství, to vše je naplňuje pozitivními emocemi, které jsou v těžkých časech tak potřebné.“

Aby Charita mohla na letní tábory vyslat co nejvíce sociálně potřebných dětí, zapojuje se u příležitosti Mezinárodního dne dětí k celonárodní sbírce Daránek. V ní loni dárce podpořili 12 příměstských a pobytových táborů v pražské arcidiecézi pro více než 250 dětí. „Není to jen o jednom letním týdnu plném zábavy, je to o zkušenostech a vzpomínkách, které dětem zůstanou na celý život, o posílení jejich sociálních dovedností a sebevědomí, o naději,“ uzavírá Oleksandra Sipailova.

JARMILA LOMOZOVÁ

Buchty od babiček jdou na dračku

V příbramské Zahradnické ulici vznikl pod vedením Charity Příbram unikátní model propojení denního stacionáře s kavárnou.

„Kavárna Na Pomezí nám v mnoha ohledech umožňuje zpestřit program denního stacionáře,“ vysvětluje jeho vedoucí Tereza Pahorecká. Senioři se tu pravidelně scházejí například během hodin muzikoterapie. „Mají zhruba 150 oblíbených písní, skoro všechny zpívají z paměti,“ říká Tereza Pahorecká.



Kavárna, kde jsou dovednosti seniorů cenné. Snímek archiv Charity Příbram

Jedním z unikátních prvků kavárny je zapojení seniorů do přípravy dezertů. Každý týden se z kuchyně line vůně čerstvě upečeného štrúdlu, bábovek nebo jemné makové buchty, které připravují klienti stacionáře. Tyto tradiční moučníky nejen obohatí svačinu seniorů, ale také lákají hosty kavárny k ochutnání. A ohlasy jsou jednoznačné: Buchty od babiček jdou na dračku. „Pečení pro kavárnu představuje tu nejlepší aktivizační činnost. Senioři při ní procvičí jemnou motoriku, pozornost i paměť. Navíc získávají nenahraditelný pocit, že jejich dovednosti jsou stále cenné a že mohou přinášet radost druhým,“ dodává Tereza Pahorecká.

(lom)

Vyznamenání od prezidenta Mongolska do Plzně

Jako malá se ráda starala o dobytek na severu Mongolska, kde v zimě bývalo i minus čtyřicet stupňů. Do Čech poprvé zavítala jako zvědavá studentka na začátku tisíciletí.

Za podporu jejích krajanů v České republice a reprezentaci mongolské kultury ji při státní návštěvě vyznamenal mongolský prezident.

Při příležitosti 75 let diplomatických vztahů mezi Českou republikou a Mongolskem pozval v březnu český prezident Petr Pavel mongolského prezidenta Ukhnaagiina Khurelsucha na státní návštěvu. Na ceremoniálu v Rudolfinu byla oceněna řada osobností, které přispěly ke vzájemné podpoře obou zemí. Mezi laureáty byla plzeňská charitní pracovnice Jagarmaa Dagvasuren. Obdržela mongolské státní vyznamenání – Medaili za čestnou práci.

Začínala jako dobrovolnice

Jagarmaa Dagvasuren začala před osmnácti lety pomáhat jako dobrovolnice v Poradně pro cizince Diecézní charity Plzeň. Zajišťuje tlumočení a doprovod mongolských klientů na



Plzeňská charitní pracovnice Jagarmaa Dagvasuren dostala během státní návštěvy mongolského prezidenta Ukhnaagiina Khurelsucha v České republice mongolské státní vyznamenání na ceremoniálu v Rudolfinu.

Snímek Diecézní charity Plzeň

úřady, do škol či k lékařům. O pomoci cizincům, uprchlíkům a o zvláštnostech života v Mongolsku uspořádala spolu s poradnou nespočet besed na středních školách. Od roku 2015 byla zároveň pracovnící Domova sv. Zdi-

slavy pro matky s dětmi v tísni v Klátově. Od konce roku 2016 pomáhá v obdobném azylovém zařízení v Plzni.

„Naše země je obrovská, jsou nás ale jen tři miliony a žijeme mezi vel-

mocemi – Ruskem a Čínou. Podnebí je drsné, a když se někdo v zimě ocitne sám venku, musíme jít pomáhat. Když nepustíte člověka do svého domova, může zmrznout,“ vysvětluje Jagarmaa Dagvasuren, proč Mongolové mají vzájemnou pomoc v krvi. „V noci pak přicházejí vlci. Když někdo venku potřebuje pomoc, vstane ve tři ráno celá rodina,“ pokračuje oceněná pracovnice. „Jakmile někde dlouho stojí auto, přijedou sousedé a zeptají se, zda nemá poruchu,“ líčí běžnou praxi v Mongolsku. Samozřejmě je přivolání asistence na opravu, vyproštění a pozvou na jídlo či čaj domů.

Jak říká, mongolové také spontánně pečují o duševní zdraví všech bližních: „Poskytujeme si psychickou podporu, pozveme člověka domů, uvaříme dobrý čaj a dobré jídlo, povídáme si o jeho problémech, nasloucháme. Tak si dotyčný uleví. Může i plakat. Děláme si navzájem psychologickou poradnu. Když jsem ještě žila v Mongolsku, nevěděla jsem, co je to psychologická podpora. Teď to vím, ale v Mongolsku je totéž mezi lidmi úplně běžné.“

Svůj bezprostřední vztah k pomáhání druhým Jagarmaa Dagvasuren vysvětluje mentalitou lidí země, odkud k nám přišla. „Mongolové si o pomoc neřeknou. Oni hned vidí, že někdo pomoc potřebuje, a neprodleně jdou pomáhat. Pomáhání je úplná samozřejmost, je to přirozené,“ říká. „Mongolové nezamýkají dveře, protože mají úplně otevřená srdce,“ zakončuje.

PETR ŠÍMEK

Pečovatelka roku je z Charity Sušice

Pečovat o druhé znamená nejen pomáhat s každodenními úkony, ale také vnášet do života radost, klid a důstojnost. Právě to je hlavním mottem Jany Zábranské Halbhuberové z Charity Sušice.

Za svou práci a přístup k lidem získala prestižní profesní ocenění Pečovatelka roku. V Charitě Sušice zastává mnoho rolí. Pečovatelka v terénu je jen jednou z nich. Jezdí za klienty do Domu s pečovatelskou službou v Kašperských Horách i do domác-



Klienti se na Janu Zábranskou Halbhuberovou vždycky těší.

Snímek archiv Charity Sušice

ností v širokém okolí – pomáhá jim zvládat běžné denní aktivity, na něž už sami nestačí. Lidé se na ni těší a vyhlíží jí. „Vždy jsem lidem okolo sebe pomáhala. Když jsem hledala novou práci, vstup do sociálních služeb jsem uvítala. Bylo to dobré rozhodnutí. Naše práce je potřebná, naplňující a má smysl,“ hodnotí zpětně Jana Zábranská Halbhuberová.

Empatie a trpělivost

Věnuje se také lidem se zdravotním postižením a seniorům, kterým jako vedoucí Sociálně aktivizačních služeb vymýšlí program. Chce, aby je bavil, ale také vzdělával a pomáhal jim udržet aktivní a smysluplný životní styl. „Empatie, trpělivost a laskavost, snažit se brát lidi takové, jací jsou, a neposuzovat, naopak naslouchat, otevřít své srdce a být ochoten pomoci – to jsou z mého pohledu vlastnosti, kte-

ré by měl pracovník v sociálních službách mít a kultivovat je,“ popisuje svůj přístup k práci.

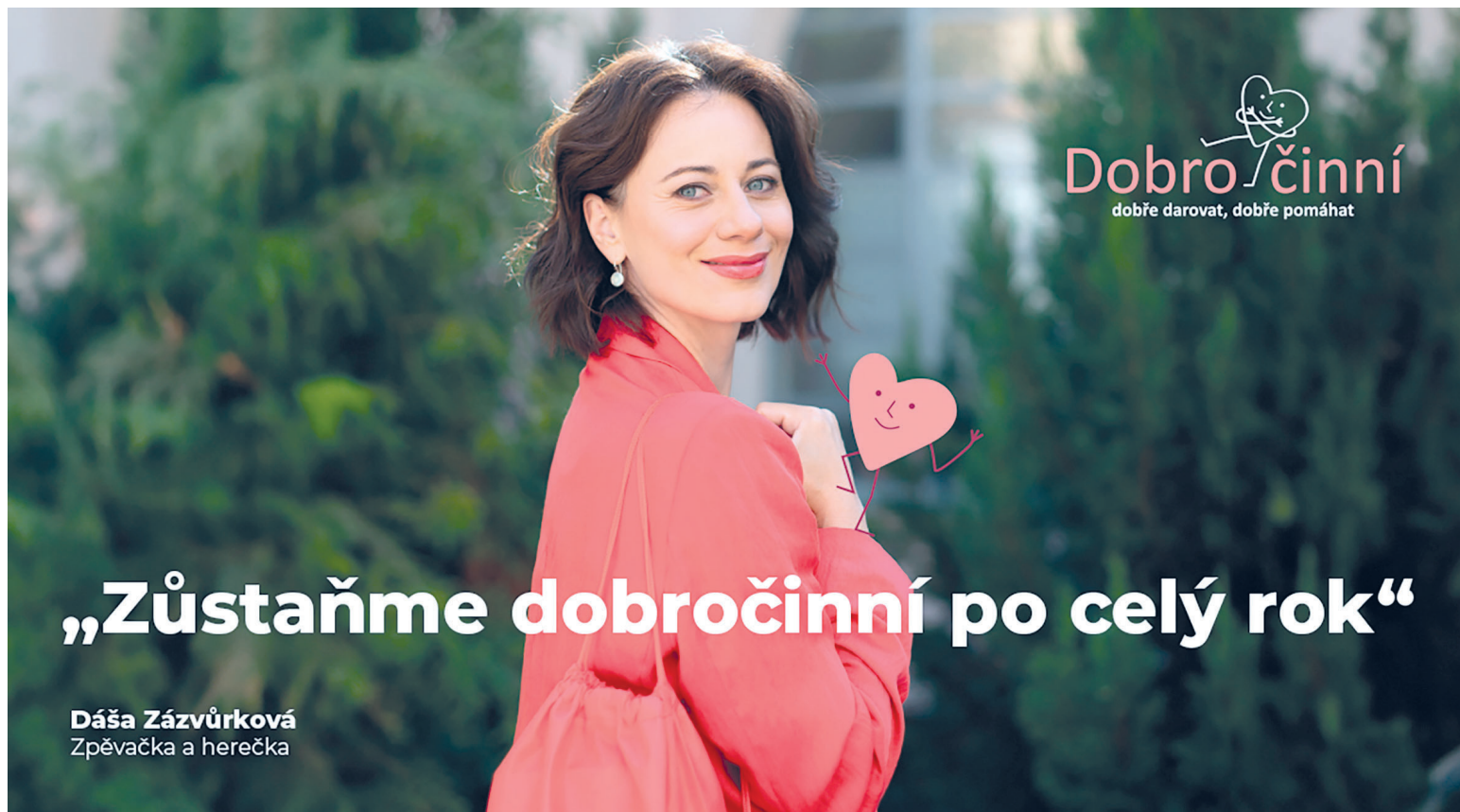
Jana Zábranská Halbhuberová nejen pečuje o klienty, ale také se snaží rozvíjet služby, aby byly koncepční a jejich nastavení vyhovovalo klientům i pracovníkům. Její práci oceňují i kolegové z Kašperských Hor: „Jana je člověk, na něhož se můžete vždy obrátit. Je obětavá, empatická a dokáže lidi nabít pozitivní energií,“ shodují se.

Konzultační středisko

A protože pomoc má v jejích očích mnoho rozměrů, přišla s nápadem zřídit pod Charitou Sušice konzultační středisko Virtuální univerzity třetího věku. A že to bylo dobré rozhodnutí, o tom svědčí i její sedmileté fungování a desítky spokojených absolventů.

LUCIE MIKULOVÁ

Komu pomáhá projekt Dobročinní?



Už déle než sto let pomáhá Charita Česká republika lidem v nouzi. Ročně využije jejích služeb na 392 tisíce lidí po celé zemi. Neobešlo by se to však bez podpory dárců. O jejich neocenitelné roli hovoří MILAN VLASÁK, vedoucí fundraisingu Charity Česká republika. K pravidelné pomoci se můžete připojit i vy.

Můžete představit projekt Dobročinní Charity Česká republika?

Je to sbírkový projekt, orientovaný na pravidelné dárcovství a budování pevné základny individuálních dárců jako stabilního zdroje financování Charity Česká republika. Tyto peníze pomáhají v mnoha oblastech a jsou rozdělovány podle předem daného klíče. Projekt Dobročinní má nejen svou ekonomickou stránku, ale je také o navazování a budování vztahů s dárci a jejich zapojení do dění v Charitě.

Mnoho lidí raději přispívá na jednotlivce a jejich konkrétní příběhy. Jak byste pro projekt Dobročinní takové dárce nadchl?
Umožňuje pomáhat jedním darem současně na spoustě míst a v řadě oblastí po celé republice nebo i v zahraničí. Díky pravidelným darům může Charita také plánovat dlouhodobé

projekty či pokrýt urgentní potřebu v případě mimořádných událostí.

Kolik dárců nyní máte?

Blížíme se počtu pěti set pravidelných dárců. Je těžké takové dárce dávat dohromady. Zprvu musíte oslovit lidi, kteří mají k Charitě pozitivní vztah a znají ji. Zadruhé je velmi důležité vysvětlit pozitivní dopad pravidelného darování – pro organizaci, pro potřebné i pro dárce osobně. Pravidelnou podporou dobrých věcí totiž člověk dlouhodobě kultivuje i sám sebe.

Jak se finance z projektu Dobročinní využívají?

Jsou rozděleny podle předem daného klíče: 30 % výtěžku je určeno na financování projektů v charitní síti, 30 % směřuje do rozvojové a humanitární pomoci v zahraničí a dalších 30 % se použije na rozvoj Charity Česká republika jako organizace, proto-

že aby vše dobře fungovalo, je nutné uhradit provozní náklady – zaměstnance, technologie, nájmy a tak dále. A 10 % z výtěžku je určeno na podporu advokační činnosti Charity Česká republika. Tedy tam, kde se organizace zasazuje za práva potřebných na úrovni legislativy.

Mají od vás dárce zpětnou vazbu?

Pravidelných dárců si nesmírně vážíme a jsme s nimi v průběžném kontaktu. Okamžitě po prvním daru jim děkujeme. Několikrát do roka tyto dárce e-mailem informujeme, kde a jak jejich příspěvky pomohly. Pravidelní podporovatelé Charity Česká republika navíc dostávají měsíčník „Charitník“ neboli zpravodaj o dění v Charitě, mnoho dalších informací pak najdou na charitním webu a sociálních sítích.

Jaké máte plány pro rozvoj projektu Dobročinní v následujících letech?

S Dobročinnými máme velké plány a veškerou naši energii směřujeme do dvou oblastí. První z nich je samozřejmě kvantitativní růst. Je to sbírková aktivita, takže se snažíme, aby nám rostl počet dárců, roční výtěžek i průměrná výše pravidelného daru. Ale na druhé straně pracujeme i na kvalitativním růstu Dobročinných. Rádi bychom, aby se Dobročinní stali ukázkovým příkladem, že pravidelné darování je součástí dobrého životního stylu. K tomu patří samozřejmě budování komunity Dobročinných jako lidí, kteří o sobě vědí, sdílejí společné hodnoty a aktivně se zapojují do dění v Charitě. Byli bychom rádi, kdyby projekt Dobročinní podporovali, přijali za vlastní a měli rádi, stejně jako třeba Tříkrálovou sbírku.

ADÉLA KUDLÁČKOVÁ

Líbí se vám příloha Caritas?

Dostáváte každý měsíc dávku pozitivních informací o tom, co se děje v Charitě a jak pomáháme potřebným.

Přihlaste se k odběru našeho newsletteru na webu www.charita.cz nebo přes QR kód.



„Snad si jednou otevřu vlastní pizzerii“

Šestnáctiletý Ivan pochází z Mariupolu, ukrajinského města, které se během ruské invaze proměnilo v trosky. V troskách skončil i Ivanův život. Válka mu vzala rodiče, domov i dětství. Přesto neztratil naději a dnes znovu sní o budoucnosti.

Ivan už od svých šesti let nezná válku jen z filmů, ale hlavně z reality. V roce 2014 napadli jeho rodné město Mariupol prorusí povstalci, kteří obsadili části Doněcké a Luhanské oblasti. Ukrajínští obránci město znovu dobyli, ale kvůli postupu ruských jednotek se z něj stala frontová linie. Bylo to tak až do února před třemi lety, kdy do země vtrhla ruská armáda, která ovládla rozsáhlá území na východě Ukrajiny – a Mariupol obsadila.

V jedenácti letech přišel Ivan o otce a jeho život se navždy změnil. Jedno léto se s kamarádem zúčastnil letního dětského tábora, který poblíž Mariupolu organizoval manželský pár Volodymyr a Oksana. Pomáhali dětem žijícím u frontové linie a založili vzdělávací centrum Archa míru, kde pořádali volnočasové aktivity i zmiňované tábory. Šest měsíců před invazí nabídli Volodymyr a Oksana Ivanově matce



Ivanova záliba ve vaření ho vede k jeho snu: otevřít si vlastní pizzerii.

Snímek archiv Charity ČR

pomoc s jeho výchovou a později se Ivan přestěhoval do dětského centra, kde začal studovat. To mu, jak se později ukázalo, mělo zachránit život.

Na útěku před ruskou armádou

„Krátko před 24. únorem 2022 jsme s kamarádem narazili na video s mohutnými výbuchy v Šyrokyne, půl hodiny cesty od Mariupolu. Hned druhý den nás začali po skupinách evakuovat, nejprve do Kyjevské oblasti a poté do Polska,“ vzpomíná Ivan na překot-

nou evakuaci ze svého domovského města, kterou pro děti z dětského centra organizovali právě Volodymyr a Oksana. Nejprve utekli do Polska a pak do Itálie.

Bohužel ne všichni rodiče mohli své děti následovat. Ivanova matka zůstala uvězněná v Mariupolu, městě obklíčeném ruskými silami. Ruské jednotky neumožnily průjezd humanitárním konvojem a zablokovaly evakuaci civilistů. Z Mariupolu navíc brzy dorazila Ivanovi smutná zpráva. „Srdce mé mámy to nevydrželo. Zemřela v práci na konci března 2022. Když jsem se to dozvěděl, dlouho jsem se

z toho nemohl vzpamatovat,“ říká tiše chlapec. Ivan dnes žije na západě Ukrajiny v modulárním městečku, které vybudovala Charita Česká republika. Volodymyr a Oksana se sem vrátili ze zahraničí spolu se sedmnácti dětmi evakuovanými z Mariupolu. Šest z nich, včetně Ivana, přišlo o rodiče. Pro ně a pro děti, jejichž blízcí zůstali na okupovaných územích, se manželé stali poručníky. V této komunitě našel Ivan bezpečí, nové přátele a pomoc, která mu umožňuje postupně se vyrovnávat s jeho traumatem: „S kamarády jsme teď jako bratři. Uvědomil jsem si, že nejsem sám. Že mám nejlepší přátele a opatrovatele, kteří jsou vždycky se mnou.“

Mladší děti navštěvují místní školu a školou, starší se zapsali na vysoké školy ve městě. Ivan říká, že by se chtěl stát kuchařem. Často spolu s Oksanou vaří a rád se účastní kulinářských akcí pořádaných v osadě. „Snad si jednou otevřu vlastní pizzerii,“ dodává s úsměvem.

Znovu se postavit na vlastní nohy

Na 3,7 milionu Ukrajinců, kteří uprchli ze svých domovů do bezpečnějších částí země, začíná budovat nový život. Často úplně od nuly. A právě jim pomáhá také Charita. Buduje modulární domky, opravuje hromadná ubytování, ale také zajišťuje rekvalifikační kurzy a granty, aby si lidé mohli znovu najít práci nebo si otevřít vlastní živnost. To je základ, aby mohli začít opět budovat své rozbité životy.

LENKA PIPKOVÁ

Svědectví z terénu: Ukrajině jde o přežití



S EVŽENEM DIVIŠEM,
regionálním
manažerem
Charity Česká
republika,

o jeho nedávné cestě na
západní Ukrajinu.

Proč je důležité být přímo na místě?
Často je lepší dělat projekty napřímo a mít projektového manažera v dané lokalitě a tým složený z místních lidí. Při své návštěvě jsem se mimo jiné sešel s představiteli správy Zakarpatské oblasti, kde pracujeme od prvního ro-

ku války a máme s nimi velmi dobrou spolupráci. Mimochodem, schůzka s šéfem oblastní rady proběhla v sídle správy Zakarpatské oblasti ve funkcionalistické budově z časů první Československé republiky. Místní úřady se finančně podílejí na našich projektech.

Kterých projektů se to týká?

Na západě pomáháme především vnitřním přesídlencům, kteří utekli před válkou z východní části Ukrajiny. Konkrétně se zaměřujeme na zlepšování jejich bydlení, aby nemuseli žít v provizorních podmínkách a například nespali na matracích na podlaze. Naší snahou je adaptovat a rekonstruovat tzv. kolektivní centra, aby se tam dalo bydlet delší dobu, aniž by to dotyčného poznamenalo po zbytek života. Dále stavíme tzv. modulární ubytovací jednotky. Jde o jednodu-

ché domečky, nabízející hodně malé, ale dostačující byty pro malou rodinu. Jsou určeny pro zranitelné kategorie, jako jsou maminky s více dětmi, lidé se zdravotním postižením či staří lidé.

Kromě toho jsme pořádali rekvalifikační kurzy pro uprchlíky z východu a nabízeli malé granty k obnovení nebo zahájení vlastního podnikání. Touto podporou rozvoje zdrojů obživy budeme dělat opět nově se zaměříme se na rekonstrukci zdravotnických zařízení v Zakarpatské, Ivano-Frankovské a Lvovské oblasti.

Jak vás přijali Ukrajinci?

Při všech svých cestách se setkávám s upřímným oceněním naší pomoci a velmi vstřícným postojem včetně připravenosti nebo ochoty podílet se i materiálně na tom, co děláme. Projekty vždy připravujeme společně

s místními, podle toho, co skutečně potřebují. Samozřejmě si vše ověřujeme, ale návrhy, které od nich přicházejí, vždycky měly „hlavu a patu“. Jsou rádi, že v těžké situaci nejsou sami. V případě Ukrajiny je vše umocněno válkou a v sázce je přežití, či nepřežití.

Co na vás během cesty zapůsobilo nejsilnějším dojmem?

Stačí se podívat na seznamy padlých... Loni jsme navštívili jeden objekt, který jsme opravovali, a po stěnách visely dětské kresby tvořené zjevně pod vlivem války. Na to se nedá zapomenout. V pomoci budeme pokračovat, dokud bude zapotřebí a budou-li peníze. Na letošní rok nějaké prostředky máme a doufám, že se podaří získat další. A co přijde příští rok? Uvidíme, jak se bude odvíjet jednání o příměří.

JAN OULÍK