

ČTVRTLETNÍK

CHARITY OSTRAVA

Charita Ostrava, Kofenského 1323/17, 703 00 Ostrava-Vitkovice
tel.: 596 621 094, 731 625 789, www.ostrava.charita.cz
IČ: 44940998, datová schránka: yvgx485



LEDEN - BŘEZEN
[1/2020]

TŘÍKRÁLOVÁ SBÍRKA POMÁHÁ LIDEM V NOUZI NA OSTRAVSKU

Tříkrálová sbírka 2020 pomáhá lidem v nouzi díky štědrosti Ostravanů, obyvatel obcí v okolí a zapojení dobrovolných koledníků částkou 2 502 547 Kč.

Prostředky sbírky využije Charita Ostrava a Charita sv. Alexandra na podporu služeb pro klienty mobilního i lůžkového hospice, lidi bez domova nebo lidi se zdravotním postižením. Jubilejní dvacátý ročník Tříkrálové sbírky byl díky štědrosti dárců a aktivitě koledníků (425 tříkrálových skupinek), kteří vyrazili s přáním pokoje štěstí a zdraví v novém roce k obyvatelům Ostravy, okolních měst a obcí mimořádně úspěšný.

„Všem, kteří se k Tříkrálové sbírce 2020 jakkoli připojili, patří velké poděkování za štědrost, ochotu a pomoc. Jsem velmi vděčný za důvěru, kterou Tříkrálová sbírka v Ostravě, okolí a celé ČR má, a díky ní se rozvíjí. Zásluhou takto sbromážděných prostředků můžeme provozovat a rozvíjet sociální a zdravotní služby Charity Ostrava“ děkuje za finanční prostředky a pomoc dobrovolníků Martin Pražák, ředitel Charity Ostrava. „Tříkrálová sbírka je prostředkem pro vzájemné mezilidské obdarování, pro uvědomění, že každý člověk i v nepříznivé životní situaci zůstává člověkem a zasluží si uchování lidské důstojnosti,“ komentuje dále význam sbírky ředitel Pražák.

Kromě akce Tříkrálový punč letos sbírku doprovodil také Tříkrálový koncert. Vystoupení Ostravského dětského sboru a Pavla Helana s violoncellistou Štěpánem Vestkou naplnilo 7. 1. 2020 ostravský kostel sv. Václava návštěvníky.

Finance získané při Tříkrálové sbírce jsou pro Charitu Ostrava a Charitu sv. Alexandra nedílnou součástí financování kvalitních sociálních a zdravotních služeb pro lidi v nouzi a možnosti pro jejich rozvoj. Částku 500 tis. Kč využijeme na podporu rekonstrukce zázemí pro nízkoprahové denní centrum a terénní programy pro ženy

a muže bez domova, 105 tis. Kč půjde na podporu Šatníku Charity Ostrava, 205 tis. Kč nám pomůže dobudovat chybějící zázemí Hospice sv. Lukáše, 331 tis. Kč podpoří dlouhodobě ztrátové služby Mobilního hospice sv. Kryštofa. Z letošního Tříkrálové sbírky 2020 se bude spolufinancovat také auto s úpravou pro lidi se zdravotním



postižením a vybudování nového komunikačního systému v domově se zvláštním režimem pro lidi s duševním onemocněním. Charitě sv. Alexandra pomůže sbírka s vybavením chráněných dílen pro lidi se zdravotním postižením. Podrobnosti o rozdělení a využití Tříkrálové sbírky na webu www.ostrava.charita.cz

Na poděkování dobrovolným koledníkům jsme uskutečnili filmové představení ve spolupráci s Akademickým filmovým klubem v kině Vesmír a společně bruslení na Zimním stadionu Sareza. Všem lidem, kteří se jakkoli podíleli na úspěšné realizaci Tříkrálové sbírky 2020, děkujeme!

NOČNÍ CENTRUM POMÁHALO LIDEM BEZ DOMOVA

V období od 20. 1. do konce března 2020 přenocovalo v nízkoprahovém nočním zimním centru Charity Ostrava 513 žen a mužů bez domova.

Tuto službu podporovanou statutárním městem Ostrava otvíráme pro lidi bez domova, pokud noční teploty klesají pod 0 °C. Nízkoprahové noční zimní centrum s ohledem na klimatické podmínky provozujeme v Charitním domě sv. Benedikta Labre, Erbenova 741/49, Ostrava-Vítkovice. Kapacita nočního centra je 30 lidí v režimu tzv. volných židlí. Přenocování a pitný režim jsou poskytovány bezplatně. Charita

Ostrava poskytuje díky finanční podpoře statutárního města Ostravy, Moravskoslezského kraje a dalších donátorů lidem bez domova celoročně mnoho dalších služeb, jako je nízkoprahové denní centrum, noclehárna, azylové domy, sociální rehabilitace. Jsme rádi, že můžeme přispět ke snížení rizik spojených s životem lidí v nepříznivé životní situaci.

dk

DOBROVOLNÍCI BYLI OCENĚNÍ MĚSTEM OSTRAVA

Statutární město Ostrava každoročně vyhláší anketu Dobrovolník roku, jejíž smyslem je ocenit a vyzdvihnout nezištné úsilí a pomoc, které dobrovolníci věnují druhým lidem v nouzi.

V rámci 9. ročníku ankety byla mezi devíti oceněnými z různých organizací také paní Marta Hřibová, která je dobrovolnicí v charitním Hospici sv. Lukáše od září 2017. Během své služby doprovodila 41 pacientů od počátku jejich pobytu v hospici až do konce jejich života. Paní Marta Hřibová byla oceněna za lidský, srdečný a pravdivý přístup k umírajícím lidem.

Další oceněná dobrovolnice, paní Alena Navrátilová, pomáhá v Charitním domě sv. Václava – domově pokojného stáří 4 roky. Dříve měla v tomto domě Charity Ostrava umístěnou maminku. K dobrovolnictví ji během návštěv přivedla kamarádka, která zde, také jako dobrovolnice, vedla aktivizační a relaxační cvičení. Vedení cvičení po ní pak převzala a pomáhá



takto udržovat nejen fyzickou, ale i psychickou pohodu klientů domova pro seniory. Ocenění si paní Alena Navrátilová zaslouží především za svoji empatii, komunikativnost a pozitivní myšlení. Velmi příznačné je její životní motto: „Když nemůžeš, tak přidej...“ Oběma dobrovolnicím Charity Ostrava děkujeme za jejich pomoc a gratulujeme.

dk

OTEVŘENÉ DVEŘE PŘILÁKALY NÁVŠTĚVNÍKY

Více než 120 návštěvníků využilo možnost seznámit se se sociálními a zdravotními službami Charity Ostrava v rámci dvou dnů otevřených dveří u příležitosti 29. výročí jejího založení.

Pod pokličku charitních služeb letos kromě široké veřejnosti nahlédli také zaměstnanci Úřadu práce, sociálních odborů obcí a studenti zdravotních a sociálních škol. Jsme za možnost

setkání při této příležitosti velmi vděční, sdílení zkušeností a know-how je základem pro udržování kvalitních služeb.

dk

OHLÉDNUTÍ ZA ADVENTEM

Kromě mnoha dalších aktivit, které uživatelům různých služeb Charity Ostrava přinášely radost i možnost adventního usebrání především v místě samotného charitního střediska, se uskutečnily i 2 akce s účastí veřejnosti.

Tradiční hudební benefice Dárek Jam 11. 12. 2019 podpořila lidi bez domova věcnými dary i příspěvkem do veřejné sbírky částkou 7.663,- na zabezpečení kvality provozu sociálních služeb. Děkujeme účastníkům, umělcům, pořadatelům a ostravskému klubu Zadní vrátka.

Výrobky vzešlé z aktivizačních terapií s uživateli služeb Charitního střediska sv. Lucie, Gabriel a charitních domovů pro seniory a možnost jejich prodeje v rámci veřejné sbírky byly jedním z důvodů účasti Charity Ostrava na akci Advent plný křídlení, pořádané v dolnovítkovickém Gongu Nadačním fondem Křídlení. Výtěžek prodeje přinesl do veřejné sbírky na zajištění

kvality přímé péče částku 18 700,-. Děkujeme návštěvníkům i pořadatelům akcí za podporu. *dk*



EXKURZE STUDENTŮ V CHARITĚ OSTRAVA

Nedílnou součástí odborné výuky Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotní jsou exkurze na konkrétní pracoviště zdravotních a sociálních služeb.

Prohlídky s odborným komentářem přispívají k hlubšímu poznání dané problematiky a je-li navíc i možnost aktivního zapojení, kdy mají studenti možnost se na řadu věcí zeptat odborníka z praxe, je zřejmé, jak vysokou přidanou hodnotu jim tyto exkurze dávají.

Dne 20. února navštívila třída OS 2 komunitní centrum pro seniory v Charitním středisku Gabriel v Ostravě-Zábřehu. Toto pracoviště pomocí sociálně aktivizačních služeb přispívá ke snížení pocitu osamělosti, k utváření pocitu užitečnosti, bezpečí, k navazování nových sociálních vazeb a k udržování soběstačnosti a samostatnosti. Služba rovněž vede k podpoře setrvaní seniorů v domácím prostředí a zároveň odstraňuje izolaci od společenského

prostředí. Nabízí se zde celá škála aktivit, počínaje přednáškami, besedami, přes lekce cizích jazyků a výuku práce s PC, Internetem až po Dámský klub. Samozřejmostí jsou i výtvarné činnosti zaměřené na dekorace, keramiky i užité předměty. Studenti se zaujetím poslouchali a po počátečních rozpacích bohatě využili možnosti se na cokoli zeptat nejen pracovníků střediska, ale především přítomných uživatelů.

V rámci výuky studenti probírají téma aktivizace seniorů a v Charitním středisku Gabriel měli možnost poznat, proč někteří senioři tvrdí, že nemají čas. Mají tak nabitý program různými aktivitami, že někdy doslova nestíhají. A to je dobře, když se místo o nemocech baví o tom, kam by ještě mohli vyrazit na výlet, na jakou výstavu se jet podívat anebo debatovat o knížkách, které právě čtou. Vyvracejí tak mýty, že stáří je nevyhnutelně bolestivé a smutné. Setkání bylo pro obě strany příjemné a přínosné. Studenti si odnesli spoustu podnětů doplňujících nejen odbornou výuku, ale i jejich život. Vždyť většina z nich má své babičky, dědečky, ale i rodiče, kterým by mohli pomoci prožít seniorský věk důstojně a zajistit pohodové stáří.



*Mgr. Marie Adámková,
vyučující odborných předmětů,
Střední zdravotnická škola a Vož, Ostrava*

MLADÍ LIDÉ Z MAGONE HRAJÍ FÉROVÝ FOTBAL

Charitní středisko Michala Magone – nízkoprahové zařízení pro děti a mládež je od sezóny 2018 zapojeno v Lize férového fotbalu, což je dílčí projekt celorepublikové i mezinárodní kampaně Fotbal pro rozvoj.

Jde o nástroj sociální práce, kdy si klienti pomocí neformálního vzdělávání osvojují přístup fair play, učí se tvořit a dodržovat vlastní pravidla, rozhodovat se sami za sebe. Spolupracujeme s celosvětovou organizací pouličního fotbalu Streetfootballworld. Fotbal3 znamená, že hrajeme na tři poločasy, které se skládají z předzápasové



mediované diskuze, fotbalového utkání a pozápasové mediované diskuze. Hodnoty a principy tzv. Fotbalu3 (F3) jsou fair play, inkluze, vzájemný respekt, schopnost dohodnout se. Hra takto nepotřebuje rozhodčí, je založena na vzájemné komunikaci a spolupráci. Není podstatné pohlaví, věk, barva kůže či zdravotní znevýhodnění. Hrají s námi rovněž lidé na vozíčku se svými asistenty. Projekt Fotbal pro rozvoj tak představuje širokou platformu v České republice, která má ambice spojit několik iniciativ, programů a organizací pod jednou vlajkou, se stejným cílem – využít fotbal pro dobré účely. S klienty Charitního střediska Magone letos máme za sebou několik zápasových dnů. Vloni jsme ostravskou ligu sice vyhráli, ale celorepublikového finále jsme se nakonec z organizačních důvodů nezúčastnili. Všichni si přejeme, aby letos naše účast na fotbalovém kempu v Českém Dubu vyšla.

*Mgr. Barbora Romanová,
Charitní středisko Michala Magone*

PŘÍBĚH Z CHARITNÍ HOSPICOVÉ PORADNY

Paní Jana se obrátila na Charitní hospicovou poradnu z důvodu řešení péče o maminku v terminálním stádiu onkologického onemocnění.

Při prvním kontaktu jsme jí poskytli základní informace o zdravotních a sociálních službách, které jí pomůžou tuto situaci usnadnit a předali kontakty na pečovatelské služby a mobilní hospice. Také jsme jí pomohli vyřídít příspěvek na péči. Paní Jana byla během rozhovoru velmi rozrušená a vyjádřila obavy z toho, jak s maminkou v těchto chvílích komunikovat, jak zvládnout péči v domácím prostředí. Poskytly jsme jí psycho-sociální podporu a také praktické rady a tipy k péči v domácím prostředí. Dále jsme jí představili kompenzační pomůcky vhodné pro péči o člověka v závěru života a zapůjčili elektricky polohovatelnou postel.

Během následující doby se na nás paní Jana obracela telefonicky a konzultovala péči o maminku. Pravidelně jsme jí poskytovali ujištění v jejím rozhodnutí a podporu v péči. Zhruba za měsíc nám sdělila, že se jí podařilo maminku doprovodit v domácím prostředí v posledních



chvilkách jejího života a naplnit tak její přání. Děkujeme paní Janě za důvěru a těší nás, že jsme jí mohli pomoci.

*Mgr. Alexandra Čubová,
vedoucí Charitní hospicové poradny*

KLIENTI Z KRNOVA NA CZECH INDOOR GALA OSTRAVA

Díky poskytnutým volným vstupenkám od Atletického oddílu SSK Vítkovice jsme se letos mohli s klienty Charitního domu Salvator Krnov zúčastnit velkého atletického mítinku - Czech Indoor Gala 2020.

Klienti pobytové sociální služby pro lidi s duševním onemocněním vyrazili 5. února strávit sportovní odpoledne služebním vozem do města atletiky – Ostravy – v doprovodu personálu. Sportovní klání českých i zahraničních atletických hvězd jsme si užívali z VIP míst přímo u hrazení atletického oválu. Některé výkony sportovců zvedli i nás ze židlí, především soutěž ve vrhu koulí, či skok daleký, ale asi nejvíce si naši pozornosti zasloužily sprinty na 60 metrů, především žen, kterým kralovala současná česká sprinterská hvězda Klára Seidlová. Třešničkou na dortu bylo pak slavnostní předání ocenění legendě atletického sportu paní Heleně Fibingerové. Když jsme pak všichni příjemně unaveni a plni dojmů usedli do auta ke zpáteční cestě, nebyl mezi námi nikdo,



kdo by se nechtěl o své zážitky podělit s ostatními. Děkujeme Atletickému oddílu SSK Vítkovice za poskytnuté volné vstupny.

*Nikola Pěčková a Lenka Bezděčiková,
pracovnice Charitního domu Salvator Krnov*

TANEČNÍ VYSTOUPENÍ A VALENTÝNSKÁ ZÁBAVA

V lednu navštívila Charitní dům Salvator Krnov paní Kateřina Curylová, která vede taneční kroužek pro dospělé i děti. Klientům tohoto domova se zvláštním režimem předvedla, jak se tančí salsa a čardáš. Velmi intenzivní vystoupení klienti ocenili nadšeným potleskem.

Další aktivitou pro uživatele služby byla únorová valentýnská zábava spojená se soutěžemi, tréninkem pozornosti, paměti a předáváním papírových srdcí ve vzkazy a věnováním.

K výborné atmosféře přispělo také pohoštění včetně skvělé kávy z ostravské rodinné pražírny

Laura Coffe, která Charitní dům Salvator Krnov dlouhodobě podporuje. Hudba a tanec provázely celé aktivizační odpoledne a klienti domu si jej příjemně užili.

*Romana Sedláčková, Karla Volná,
pracovnice Charitního domu Salvator Krnov*

PRÁZDNINY PRO DĚTI V MAGONE

Jarní prázdniny proběhly v týdnu od 10. 2. do 14. 2. 2020. Pro uživatele služby Charitního střediska Michala Magone – nízkoprahového zařízení pro děti a mládež jsme jej zahájili akcí „Den plný soutěží“, v rámci kterého si děti mohly zabráť především stolní hry.

Další den jsme vyrazili do ostravského Planetária, z jehož návštěvy a bohatého programu byly děti úplně nadšené. Cestou domů přes les jsme narazili na běžeckou dráhu, průlezký a spoustu dřevěných hraček a žebříků. Na místě jsme aktivně strávili minimálně hodinu. Ve středu nás čekala Slezská tvorba v Opavě a Slezské muzeum. Děti se podívaly na ruční výrobu tradičních českých skleněných vánočních ozdob. Čtvrtěk programově vyplnil velmi oblíbený výlet do Velkého

světa techniky v Dolní oblasti Vítkovic. Na pátek připadl svátek sv. Valentýna. S dětmi jsme vyráběli přáníčka pro své milé, i pro maminky, babičky. Během tvoření probíhalo pečení a děti se mohly naučit výborný citrónový koláč. Dle reakcí při loučení jsme s kolegy vnímali, že společně strávený prázdninový čas uživatelé služby hodnotili velmi pozitivně.

*Lenka Loučimová, pracovník v sociální péči,
Charitní středisko Michala Magone*

Pro tento rozhovor jsme vybrali vedoucí Charitní hospicové poradny Mgr. Bc. Alexandru Čubovou. Z následujících rádků může čtenář vnímat, že paní Čubová má za sebou rozsáhlou praxi ve sféře zdravotních a sociálních služeb, kterou lze brát jako neplánovanou přípravu pro současnou práci, nebo spíše povolání. Z rozhovoru vyplývá, že terminální životní situace ovlivňuje jak samotného pacienta, tak i ty, kteří jej chtějí v této situaci doprovázet. Aktuální pracovní působení paní Čubové ukazuje, že pro naplňování poslání charitní služby je klíčové pochopení člověka v jeho životní situaci. Plně si uvědomuje, kde má čerpat sílu a inspiraci pro naplňování svého poslání.

Paní vedoucí, můžete čtenářům říci něco o svém dosavadním životě a jakou přípravu jste měla pro toto náročné povolání?

Narodila jsem se v Ostravě-Zábřehu. V Ostravě jsem navštěvovala základní školu a následně Střední zdravotní školu v Karviné. Po jejím ukončení jsem absolvovala bakalářské studium, obor ošetrovatelství na lékařské fakultě Palackého univerzity v Olomouci. Dále jsem ještě studovala sociální obor také v Olomouci na Pedagogické fakultě.

Je práce v Charitě Ostrava Vaším prvním zaměstnáním?

Maminka mě směřovala na studium bakaláře výživy, kterému jsem se věnovala rok, ale studium mě nenaplňovalo a nakonec jsem si prosadila bakaláře ošetrovatelství a zůstala zdravotní sestrou. Po ukončení studia jsem pracovala na ARO oddělení a záchrance, později na onkologii. Po zkušenostech, zejména na onkologii, jsem začala uvažovat o hospicové péči. Nastoupila jsem do charitního Hospice sv. Lukáše jako zdravotní sestra. Zároveň jsem studovala již zmíněný obor Pedagogika – sociální práce. Deset let jsem v lůžkovém hospici působila střídavě v sociální a zdravotní oblasti. Tuto práci přerušila vážná nemoc. V Charitní hospicové poradně jsem od dubna 2019. Nemoc mi totiž nedovolovala vrátit



se ke zdravotní práci, a proto jsem přešla do poradny.

Když jste zde pracovala jako zdravotnice, zajímala jste se o poradenství?

Všimla jsem si té práce, když jsem pracovala jako sociální pracovník. Všimla jsem si lidí, kteří do hospice přicházeli a hledali cestu, jak pomáhat svým nemocným rodinným příslušníkům. Začala jsem vnímat jejich starosti a uvědomovat si potřebnost pracovníků, kteří by jim mohli pomoci, byli

schopni projevit svou účast na jejich starostech, ne jim pouze radit. Někdy více než ta rada znamená to, že si lidí, kteří se dostanou do situace, kdy by měli poskytnout pomoc a ví jak to udělat, všimnete. Právě včera jsem viděla šťastného mladého pána, kterému přivezli maminku po mozkové příhodě a podařilo se mu poskytnout jí potřebnou službu. Sama se snažím, a to i mně působí velkou radost, když si ten pečující uvědomí, že na tu péči nemusí být sám.

Přepadá Vás někdy bezradě?

To tehdy, když ty vztahy v rodině nejsou dobré. Mám ale výhodu, že jsme výborný tým, v rámci kterého se umíme povzbudit nebo si vzájemně poradit. Někdy se stane, že se změní i i nedobré rodinné vztahy. To na mě působí jako zážrak.

Za rozhovor poděkoval M. Machálek

INGETEAM PODPORUJE AZYLOVÝ DŮM PRO MATKY S DĚTMI

Ostravská společnost Ingeteam dlouhodobě podporuje Charitní dům sv. Zdislavy – azylový dům pro matky s dětmi nejen finančně, ale také nejrůznějšími aktivitami, díky kterým přispívají k obohacení poskytované služby. Pracovníci Ingeteamu např. přišli do azylového domu, aby s maminkami a jejich dětmi vyráběli adventní věnce nebo připravili divadelní představení s mikulášskou nadílkou,



na které pozvali klienty služby do sídla firmy. Maminky s dětmi si díky podpoře mohli užít výlet do Dolní oblasti Vítkovic nebo si zajít do kina. V rámci roku 2020 se Ingeteam partnersky připojuje k zajištění rekonstrukce většího objektu pro azylový dům, který umožní rozšířit kvalitu poskytované sociální služby. Děkujeme společnosti Ingeteam za podporu a spolupráci.

dk

RADOSTNĚ A POŽEHNANĚ DNY VELIKONOČNÍ...

A jistě takovými budou, pokud jsme se pokusili k nim jít cestou Postního snažení – cestou k Bohu, k bližním, k sobě... Pakliže jsme se vydali i touto cestu, pak máme účast na Boží spáse, jsme blahoslavení – tak, jak o tom Kristus mluví v kázání na hoře (Mt. 5,1-12).

V této horské řeči vystupuje Pán Ježíš jako nový Mojžíš. Postní snažení nám umožňuje nebát se Boha, nebát se bližního, nebát se sebe a přitom nebýt naivní, či povrchní nadšenec. Vedení Kristovými radami obsaženými v oněch „blahoslavenstvích“ pak dokážeme:

- přiznat si vlastní chudobu, omezenost a nedostatečnost, uvědomit se, že si sám nestačím a potřebuji Boží pomoc,
- prožívat smutek a přitom se neuzavřít v bolesti,



- neprosazovat se širokými lokty, nepodléhat touze po sebeuplatnění, nedávat průchod hněvu a pomstě,
- mít upřímnou touhu žít podle evangelia

- být ochotný rozdělit se s druhým, přinášet milosrdenství,
- mít ryzí a nefalšované srdce, nezakalené dvojakostí a neupřímností,
- přinášet pokoj, mít účast na Božím odpuštění vůči bližním, vůči sobě,
- unést nepřijetí, pomluvu, ústrk.

Pak tedy i vnímám něco z podstaty velikonoční radosti. (podle kázání A. Scarano)

P. F. Kufa

obrázek z webu:

<https://vychovakectnostem.cz>

HLAVNĚ SE NEBÁT

Veškeré hospicové služby vnímám jako velice potřebné. S péčí o tatínka v závěru života nám pomáhaly s láskou a úctou sestřičky z charitního Mobilního hospice sv. Kryštofa. Cítila jsem, že bude potřeba tuto láskyplnou péči nějak oplatit, pomoci zase někomu jinému. Ale asi jsem se bála. Vždy, když jsem si v pozvánce v Jižních listech přečetla, co je náplní kurzu pro hospicové dobrovolníky v Hospici sv. Lukáše, jsem rozhodnutí zapojit se odsunula na vedlejší kolej. Až v září 2019 jsem nezaváhala, řekla si: „už je čas“, vyplnila přihlášku a se zvědavostí i trochu strachu očekávala, co se bude dít. Když začala teoretická část, myslela jsem si, že se mě dobrovolník nikdy nebude, všechny příběhy a zkušenosti ostatních ve mně vyvolávaly otázky, pochyby, ale hlavně spoustu slz. Jak bych mohla být dobrovolník, když brečím už na teorii? Pomohlo jediné, nebát se, zeptat se, podělit se o pocit.

Z této části kurzu si ze všeho nejvíc vybavuji, jak nám lektori stále opakovali, že každý člověk je jiný, jedinečný, nikdo nejsme stejní. Až později mi došlo, že toto je ta nejdůležitější věta z celého kurzu a denně si jí sama několikrát opakuji, stala se totiž součástí mého života.

Do praktické části kurzu jsem vstupovala nejen s obavami „co mě tam čeká“, ale i s tím, že pokud to bude možné, budu hospic navštěvovat

dvakrát týdně. Bála jsem se, jak na mě budou reagovat klienti, personál, ale zbytečně. Překvapila mě upřímná radost klientů, které těšily mé návštěvy, ať už se jednalo o společné povídání u kávy, procházky, hraní her, nebo jen tichá společnost, mlčení a vděčné držení za ruku v okamžiku konce. Překvapil mě ten čistý klid, ta pohoda v místě, které je pro mnohé tak ponuré. Překvapila mě radost klientů z maličkostí, které pro mě byly do té doby samozřejmostí. Jsou to zaměstnanci Hospice sv. Lukáše, kdo vytvářejí ten klid a pohodu, jsou to oni, kdo zaslouží veliké poděkování. Poslání jejich práce není jednoduché. Když vstupují do hospice, mám najednou zvláštní pocit klidu, pohody a lásky, všechny starosti všedního dne nechávám stranou. Za celou dobu praxe byly nakonec jen dva dny, kdy jsem v hospici nebyla.

Občas přijdou chmurné myšlenky i slzy a právě v takové chvíli nejvíce platí: nebát se, zeptat se, naslouchat, podělit se nejen o své starosti, ale i o své radosti. Osobně jsem se naučila nic si dopředu neplánovat, neslibovat něco, co nemůžu splnit hned. Do hospice přicházím s očekáváním, co tento den přinese? Kurz dobrovolníka mám zdárně za sebou a je mi ctí, že o sobě můžu říct, že jsem hospicový dobrovolník.

Bára, hospicová dobrovolnice, Hospic sv. Lukáše

BLAHOPŘEJEME

VÝROČÍ ZAMĚSTNANCŮ CHARITY OSTRAVA – LEDEN – BŘEZEN 2020 ŽIVOTNÍ VÝROČÍ

Bahorecová Carmen
Bartáková Michaela
Bonzcová Terezie

Curylová Veronika
Fiala Bohumil, PhDr., Ph.D.
Gavendová Radmila

Gelnarová Inge
Horáček Ivo
Chudobová Hana
Kostecká Hana
Kutlákova Marcela, Bc., DiS.
Mílo Alena, Bc.
Navrátilová Markéta

Nedabýlek Petr
Pekara Jiří
Rybková Dana

Stoklasová Martina
Šrubařová Helena
Zajíc Pavel

PRACOVNÍ VÝROČÍ

5 let	10 let	15 let
Adámek Marek, Mgr. DiS. Imrich Milan Pustějovská Ludmila, DiS. Václavková Eva	Navrátilová Markéta Novák Radim, MUDr. Curylová Michaela	Hudec Milan, DiS.

Do dalších let přejeme oslavencům hodně zdraví, štěstí, pracovních i životních úspěchů a Božího požehnání.

Charita Ostrava v číslech k 31. 3. 2020: 289 zaměstnanců.

PORADNA CHARITY OSTRAVA RADÍ BEZPLATNĚ

Poradna Charity Ostrava poskytuje zdarma odborné sociálně-právní poradenství zaměřené na rodinné právo, sociální zabezpečení (např. důchody, sociální dávky), bydlení, zaměstnání, majetkoprávní vztahy, dluhovou problematiku, oblast bydlení, rodinné a spotřebitelské právo. Zájemci o poradenství nemusí uvádět osobní údaje, služby jsou bezplatné a dostupné lidem starším 18 let.

Kontakt: Poradna Charity Ostrava, Jeremenkova 154/8, 703 00 Ostrava-Vítkovice.

Tel.: 599 526 906, 731 625 767, email: poradna@ostrava.charita.cz

web: www.ostrava.charita.cz/poradenske-služby.

PARTNEŘI CHARITY OSTRAVA

Projekty Charity Ostrava jsou realizovány s finanční podporou statutárního města Ostravy, Moravskoslezského kraje, Evropské unie a dalších donátorů.

OSTRAVA!!!



Moravskoslezský kraj



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



EVROPSKÁ UNIE
Evropský fond pro regionální rozvoj
Operační program Cesta k růstu



MINISTERSTVO
PRO MÍSTNÍ
ROZVOJ ČR

B BRAUN
SHARING EXPERTISE

C R A M O

ČESKÁ LÉKÁRNA
HOLDING, a.s.

TENA

Hruška

laura

OSTRAVA!!!

Lékárna Patro s. r. o.

**LEKARNA
EMAK**

LKM NOVA s. r. o.

Nadační fond
VEOLIA

Nemovitosti
EMMA s. r. o.

OZO!!!



PROFÍL CZ s. r. o.

SCANA

OSTRAVA!!!
MARIÁNSKÉ HORY
A HULVÁKY

TEMAR
www.temar.cz

THOMAS s.r.o.

Vietnamský spolek MSK a Ostrava, z. s.

Základní škola a mateřská škola Ostrava,
Ostrčilova 10, p. o.

MUDr. Hana Andielová, MUDr. Ladislav Bortlík, Jiří Brožovský, Ing. Helena Čížková, Eva Gladyszová, Ing. Jiří Haškovec, Jitka Hohnová, Eva Chudá, Věra Konečná, Alena Korábečná, Mgr. Roman Krakovka, Jaromír Navrátil, Božena Pokludová, Vítězslav Praks, Eva Procházková, MUDr. Jiří Řepišťák, Pavel Strakoš, Radomír Špok, Eva Tvrďá, Ing. Aleš Zbožinek, Hana Zemanová, Ing. Michaela Žvaková,

ČTVRTLETNÍK CHARITY OSTRAVA

Vydává ředitelství Charity Ostrava, Kořenského 1323/17, 703 00 Ostrava-Vítkovice, pro vlastní potřebu.

Datum vydání 15. 6. 2020, náklad 1000 ks, neprodejné. Registrace: MK ČR E14375 • Ing. Mgr. Miroslav Machálek,

P. František Kufa, PhDr. Marie Monsportová • Grafický návrh: Petr Fajkoš, Sazba a tisk: Repronis s. r. o.

Odpovědný redaktor: Ing. Dalibor Kraut, tel.: 596 787 691, e-mail: dalibor.kraut@ostrava.charita.cz • www.ostrava.charita.cz