



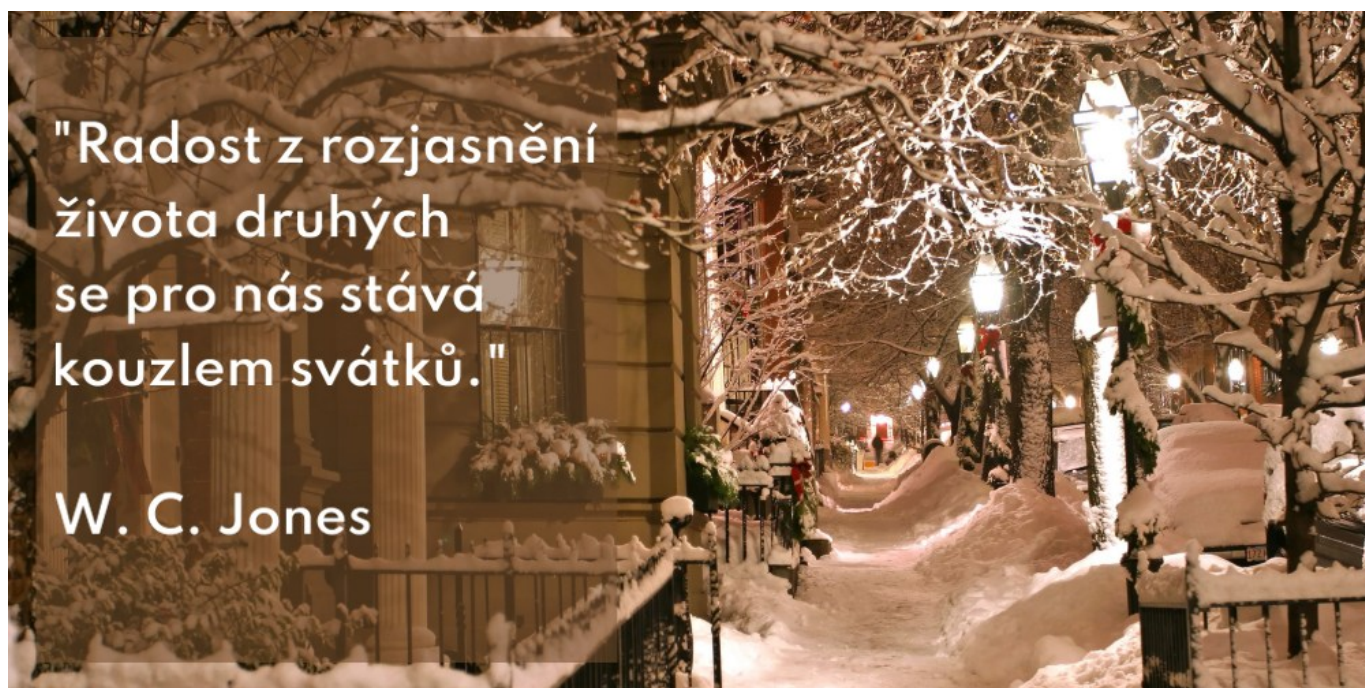
Vážení čtenáři,

v rukou držíte další číslo časopisu Alžběta a já mám velikou radost, že se nám i v tomto předvánočním shonu podařilo jeho vydání. Ačkoli Vánoce by měly být svátky klidu a míru, zažíváme v těchto dnech naopak veliké napětí, nervozitu a všeobecný zmatek. Ve snaze udělat si krásný Štědrý den nestíháme prožívat aktuální okamžiky a radovat se i z dalších adventních dnů. Navíc opět řadí různé bacily, je kolem nás spousta nemocí nebo i my sami musíme ulehnout s horečkou, protože tělo už řeklo dost. Zamýšlím se, proč tomu tak je? Můžeme všeobecnému shonu nějak zabránit? Jaký je recept na „šťastné a veselé“? Univerzální rada asi neexistuje. Každý z nás ale může přispět k tomu, aby se situace uvolnila. Stačí jeden úsměv, poděkování, přání hezkého dne a hned je ten svět veselejší. Existují totiž povolání, která nemají volno ani na Štědrý den a nemohou před svátky polevit. Naopak je to pro ně období největšího záprahu. Jsou to prodavači, poštáči, zdravotníci, pečovatelé, řidiči autobusů a mnoho dalších pracovníků, bez nichž bychom se o svátcích neobešli. A právě pro ně může být jedno prosté děkuji mnohem větším dárkem než cokoli jiného.

Pojďme společně tento čas věnovat sobě, svým blízkým, rozjímání a přemýšlení o tom, co bychom mohli my sami udělat, aby nám společně bylo dobře. Inspiraci najdete třeba i v našem časopise.

Přeji nám všem krásný advent, klidné a spokojené svátky vánoční a do nového roku vykročení s optimismem a dobrou náladou.

Jitka Weigelová, pověřená vedoucí střediska



DUCHOVNÍ SLŮVKO

Jedu za maminkou

Je sobota před první adventní nedělí a já cestuji vlakem na Slovácko. Příroda za oknem je posmutnělá. Stromy přišly o svou ozdobu z listů, které ledový vítr rozfoukává po polích. Nebe je zamračené, těžké šedé mraky začínou každým okamžikem sypat první letošní sněh. Ve vlaku je teplo a živo, jako by ten obraz za oknem byl jenom film. Ještě pět zastávek a neviditelná paní z rozhlasu nám sdělí: „Přijíždíte stanice Veselí nad Moravou.“ Už 37 let žiji v Olomouci a přesto, když cestuji k mamince, cítím tu hřejivou radost dítěte z návratu domů. Paní z rozhlasu mi vlídným hlasem oznámila, že jsem v cíli svého putování. Opouštím teplý vagon a na peróně mě pohltí ledová tma.

Jdu známým městem a ulicemi, která se za ta léta sice změnila, ale přesto mám pocit, že jdu cestou tak důvěrně známou. Zachumlaná v zimní bundě, čepici a šále cítím chladivé polibky sněhových vloček na nose. V uších mi zní adventní píseň, kterou nám jako dětem maminka zpívala: „Byla cesta, byla ušlapaná, kdo ju šlapal, kdo ju šlapal, Matka Krista Pána.“ Má radost se navzdory chladnému večeru násobí. Za chvíli obejmou maminku, budu sedět v teplém pokoji, pít čaj a poslouchat, jak je ráda, že jsem přijela.

Zítra začíná advent, čas radostného čekání na Spasitele. Na věnci se rozzáří první svíce, která přemůže svým nepatrným plamínkem tmu jako příslib naděje, že i když někdy bloudíme mrazivou tmou, vždycky je tu to nepatrné světýlko svítící nám na cestu. Každou neděli přibude další svíce a s ní více světla.

Přátelé, přeji nám všem, ať světlo přicházejících Vánoc rozjasní naše životy. Vždyť o Vánocích je každý z nás znovu dítětem, ne pro dárky a cukroví, ale pro ten pocit něhy a radosti z velkého obdarování. „Nám, nám narodil se...“

Krásný advent nám všem přeje

Richenza Buková, pastorační asistentka



OBSAH

Úvod	1
Duchovní slůvko.....	2
Výlet s klienty.....	3
Rozhovor.....	4 - 5
Příběhy od srdce.....	6
Co se u nás děje.....	7
Změny.....	8
Přání.....	8

Časopis Alžběta
Charita Olomouc
Selské náměstí 9/43
799 00 Olomouc
info@olomouc.charita.cz

Fotografie: archiv CHO,
Autoři příspěvků: pracovníci
a dobrovolníci CHO
Redakce: PR oddělení
Olomouc 18. 12. 2023

VÝLET S KLIENTY

Uživatelé pečovatelské služby obdivovali krásy Arcibiskupského paláce

V úterý 6. června se vydala pečovatelská služba Charity Olomouc společně s klienty na prohlídku Arcibiskupského paláce. Během prohlídky vnitřních prostorů sídla olomouckých arcibiskupů se klienti dozvěděli mnoho zajímavých informací a celkově si užili výlet, který s pomocí pečovatelek a dobrovolníků bez komplikací zvládli. V závěru dne zahájili letní sezónu posezením na zahrádce s dobrou kávou a zákuskem.

„Celé akce se zúčastnilo celkem 12 uživatelů pečovatelské služby, a to nejen z Olomouce, ale také ze Slatinic a Věrovan,“ prozrazuje Magdaléna Hofrová, sociální pracovnice Střediska pečovatelské služby. O všechny bylo po celou dobu výletu dobře postaráno. „Naše milé pečovatelky pomohly klientům s přípravou, dopravou i celkovou asistencí během dne,“ popisuje Hofrová a zároveň dodává, že kromě zaměstnankyň podali pomocnou ruku také 3 dobrovolníci. Klienti tak měli možnost se s dobrovolníky seznámit, popovídat si a navázat nová přátelství.



Počáteční obavy vystřídal nadšení

Přípravy výletu, který pořádá pečovatelská služba Charity Olomouc vždy jedenkrát za rok, byly rozsáhlé. K tomu, aby se první červnové úterý mohla setkat celá skupina výletníků před Arcibiskupským palácem bylo zapotřebí pomoci od množství pracovníků i dobrovolníků. „Spolupráce s Arcibiskupským palácem byla výborná. Nejsložitější však bylo zajistit dostatek pracovníků, abychom mohli pomoci každému klientovi s dopravou a také mu byli po celý den nablízku,“ říká Hofrová.

I přesto, že měli někteří klienti zpočátku obavy, jak výlet zvládnou a mnozí zvažovali, zda se ho vůbec zúčastnit, v závěru dne byli rádi za jeho absolvování, společně strávený čas a zážitky, které si odnesli. „Naším uživatelům se líbila krása Arcibiskupského paláce doplněná výkladem o jeho historii. Jedna z účastnic nemohla spustit oči z pokojové palmy, která by se jí prý hodila na terasu,“ prozrazuje Hofrová a věří, že by klienti uvítali podobných výletů více, protože každá společná akce je příjemným zpestřením a pomáhá utužovat vztahy. Pomyslnou tečkou krásného dne bylo posezení na zahrádce kavárny, kde zahrál jeden z klientů na harmoniku.

Patricie Macelová

ROZHOVOR

Považuji za důležité, aby pečující věděli, jak se o svého příbuzného starat, říká Věra Pavlíková z Půjčovny kompenzačních pomůcek

Kompenzační pomůcky pomáhají osobám se zdravotním postižením či zraněním překonávat běžné každodenní situace. Věra Pavlíková z Půjčovny kompenzačních pomůcek Charity v olomouckém Řepčíně společně se svými spolupracovníci předává klientům a jejich rodinám zkušenosti z praxe, ochotně radí s výpůjčkou i fungováním pomůcek a také s tím, jakým způsobem je možné podpořit soběstačnost seniorů v jejich domácím prostředí.

Pro koho je pomoc půjčovny primárně určena?

Naše pomůcky si může zapůjčit kdokoli bez ohledu na diagnózu. Na přechodnou dobu půjčujeme pomůcky lidem všech věkových kategorií, kteří se nachází v pooperačním nebo poúrazovém stavu. Na delší dobu půjčujeme pomůcky především starším občanům nebo těm, kteří mají nějaké zdravotní postižení. V takovém případě se jedná o stav dlouhodobého charakteru, kdy nejsou prognózy na zlepšení. Tito uživatelé od nás mají pomůcky zapůjčené dlouhodobě.

Řekla byste, že většina lidí ví o možnosti zapůjčení kompenzačních pomůcek?

V praxi se setkáváme s faktem, že veřejnost o možnosti zapůjčení pomůcek nemá ponětí. V mnoha případech se o takové službě dozvídají od nás poprvé. V těchto chvílích mi moje práce dává smysl a mám radost, že mohu klientům poradit a zapůjčením vhodné kompenzační pomůcky usnadnit jejich každodenní životní situace.

Co všechno si mohou lidé půjčit?

Širokou škálu pomůcek od menších až po ty větší a těžší. Jsme zaměřeni hlavně na pohybové omezení. To znamená, že disponujeme chodítky ať už čtyřbodovými, čtyřkolovými, nebo vysokými s polstrovanou deskou, dále pak deskami a sedačkami na vanu, židlemi do sprchy, madly na vanu, nástavci na WC, toaletními křesly a vozíky, mechanickými invalidními vozíky, skútry, schodolezy, ližinami, jídelními stolky, nafukovacími antidekubitními matracemi s kompresorem, polohovacími křesly a také největšími elektricky polohovatelnými lůžky.

Jaké pomůcky se nejčastěji půjčují?

To nelze úplně specifikovat, jelikož jsou potřeby klientů různorodé. S příchodem jara a léta jsme zaznamenali vyšší zájem o zápůjčku invalidních vozíků, proto se snažíme najít v rozpočtu finanční prostředky na jejich další zakoupení. Každý rok se také snažíme obnovovat pomůcky za nové a modernější modely, například chodítka z lehčí slitiny. Nestává se nám, že bychom nedokázali uspokojit poptávku.

Jak výpůjčka probíhá?

Zájemce se ozve mailem nebo telefonicky, avšak pro rychlejší komunikaci preferujeme tu telefonní. Se zájemcem se domluvíme na termínu návštěvy naší půjčovny, kde pomůcku předvedeme. Rozhodnou-li se pro zapůjčení, sepíšeme s nimi nájemní smlouvu a mohou si pomůcku odvézt. V hotovosti nic neúčtujeme, faktury zasíláme na uvedený email ve smlouvě. Částka za vypůjčení je pohyblivá podle počtu dní v měsíci. Nás jako komerční službu nezajímá zdravotní stav pacienta, pro koho

ROZHOVOR

je pomůcka určená nebo kde bude klient pomůcku využívat. Vyjma zápůjčky elektrického skútru neděláme žádné výběrové řízení, nepožadujeme kaucí ani rezervace.

Je nezbytné si pro pomůcky přijít osobně nebo je možné jejich doručení na konkrétní adresu klienta?

Jestliže mají lidé možnost si pro pomůcku dojet k nám na sklad v Řepčíně a osobně si ji odvézt, jsme za to rádi a uvítáme to. Jsou ale i případy, kdy naši klienti nemají poblíž nikoho, kdo by jim pomůcku zajistil. Z tohoto důvodu poskytujeme službu dovozu a odvozu z konkrétní adresy, která je zpoplatněna částkou 20 Kč za každý kilometr jízdy. U vypůjčení schodolezu je potřeba zaučení, které probíhá ideálně přímo na adrese, kde je nejčastěji pomůcka využívána. Co se týká elektricky polohovatelných postelí, tam provádíme vždy odvoz a dovoz, včetně montáže či demontáže my sami, a to kvůli vizuální kontrole a správnosti zapojení kabelů do motorů. Ručíme za správnost a funkčnost.

Součástí pomůcek je i panák Oskar. K čemu slouží?

Jedná se o gumového panáka, který je součástí našeho ženského kolektivu teprve od letošního roku, kdy k nám přibyl po Vánocích. Tento panák je v životní velikosti a váží asi okolo 70 kg. Jeho úkolem je simulace ležícího nemohoucího pacienta na lůžku, který potřebuje péči druhé osoby. Oskar je nedílnou součástí naší edukační místnosti, kde mívají interní školení pečovatelky i veřejnost. Na panákovi učíme hlavně hygienu na lůžku, tedy jak vyměnit inkontinenční pomůcku, ložní prádlo, ale také jak polohovat ležícího, aby mu nevznikly dekubity neboli laicky řečeno proleženiny.

Jaké jsou vaše vize do budoucna?

Chtěli bychom se více zviditelnit, dostat se do povědomí veřejnosti, a to nejen pasivní reklamou, ale i přednáškami o využívání pomůcek, fungování půjčovny a edukační místnosti. Populace stárne, a proto považuji za důležité, aby pečující věděli, jak se o svého příbuzného v domácím prostředí starat a poskytnout mu co nejlepší péči.

Za rozhovor poděkovala Patricie Macelová



Když o někoho pečujete delší dobu, vzniká pouto

Yveta Navrátilová je rodačkou z Věrovan. V této malé obci nacházející se v okrese Olomouc má rovněž své zaměstnání, a to jako pečovatelka. K místu v jedné z poboček Střediska pečovatelské služby na venkově se dostala náhodou, a protože si svoji práci velmi oblíbila, zůstává jí věrná již přes dvě desítky let.

Jak sama popisuje, o práci pečovatelky by neměla ponětí, kdyby jí o ní neřekla její známá. „O nabídce práce jsem se dozvěděla od známé, a protože se shodou okolností nacházelo jedno středisko pečovatelské služby v mém bydlišti, neváhala jsem a o místo se začala ucházet,“ prozrazuje Yveta Navrátilová, která je ve Věrovanech jedním z pomocných andělů bez křídel již 22 let a neplánuje nic měnit. „Kdybych nepůsobila jako pracovnice v sociálních službách, nejspíš bych byla prodavačkou, protože ta je také neustále obklopená lidmi,“ říká Yveta Navrátilová.

Pečovat o klienty ji naplňuje

Na pozici pracovníka v sociálních službách vidí téměř samá pozitiva, práce ji naplňuje, a proto rozhodně neuvažuje o výměně pečovatelsví za počítání peněz u kasy. „Pracoviště mám kousek od svého domu, nemusím tedy téměř opouštět svou rodinu a dojíždět několik kilometrů do zaměstnání. Také mám radost, že mohu nabízet pomocnou ruku a být v kontaktu s lidmi,“ pochvaluje si Yveta Navrátilová, pro niž je největší odměnou vděk a úsměv na tváři klientů.

Protože dává vždy do péče o klienty maximum a stará se o ně dlouhá léta, doufá, že se jí jednou dostane podobné péče v okamžiku, kdy ji bude sama potřebovat. „Jsem ráda, že můžu díky své práci usnadňovat život osobám v nouzi a moc by se mi líbilo, kdyby se o mě pak někdo na stará kolena také tak staral,“ přeje si Yveta Navrátilová.

Rozloučení není snadné

Její práce s sebou však přináší nejen radost a dobrý pocit, ale také smutek a bolest v srdci. Nedílnou součástí práce pečovatelky je totiž také prožívání smrti klientů. „O některé osoby v domácnosti se starám několik let v kuse, proto je velmi těžké se vyrovnávat s momentem, kdy se s nimi musím rozloučit,“ říká Yveta Navrátilová.

Velkou bolest musí překonávat zejména v případech, kdy se s člověkem zná dlouhou dobu a starost o něho se stává její každodenní rutinou. „Nejvíce mě zasáhl odchod klienta, o něhož jsem pečovala celkem 12 let,“ prozrazuje Yveta Navrátilová, jež zároveň dodává, že za tak dlouhou dobu vzniká silnější pouto a o to více tato smrt bolí. Kromě smutných odchodů ji také utkvívají v paměti silné životní příběhy, které jí klienti svěrují.



Patricie Macelová

Besídka skupiny Lištička posílila mezigenerační vztahy

Koncem června byli naši klienti pečovatelské služby pozvaní na taneční a pěvecké vystoupení, které nacvičily děti ze skupiny Lištička pod vedením svých vychovatelek. Díky besídce se mohli všichni ještě před začátkem prázdnin setkat na školní zahradě a užít si příjemný čas. Společně strávené odpoledne pomohlo k utužení vzájemných vztahů v kolektivu a posílilo mezigenerační vazby.

Skupina Lištička je založena na křesťanských hodnotách, tedy lásce, bezpečí a společenství. Navštěvují ji děti od dvou do šesti let. Společně se zde učí novým dovednostem, tvoří a objevují. Jelikož se závěr školního roku nesl pro některé z nich ve znamení postupu do velké školky, chtěly se s Lištičkou rozloučit, a proto se rozhodly předvést svůj talent. Rodiče i naši klienti z pečovatelské služby zhlédli taneční i pěvecké vystoupení a díky společně strávenému času měli možnost posílit vztahy i vzájemnou spolupráci. Za krásně nacvičené vystoupení diváci na oplátku odměnili děti sladkými dobrotami, které pro ně upekli. Na stole se objevily muffiny, buchty i linecké cukroví, takže si každý přišel na své. Červnové setkání si klienti pečovatelské služby náramně užili. Všem se návštěva školní zahrady spojená s připraveným představením dětské skupiny Lištička moc líbila a již nyní se nemohou dočkat další možnosti mezigeneračního propojení.



Patricie Macelová

Vánoční punč

První adventní neděle byla ve znamení lahodného punče pro dobrou věc. Ve stánku Dobrého místa pro život pracovníci Charity Olomouc, Aquaparku Olomouc a AB Centra s.r.o. prodávali punč všem lidem dobré vůle. Krásný výtěžek 43 300 Kč poputuje na podporu služeb Střediska pečovatelské služby a Střediska pro lidi s duševním onemocněním. Děkujeme všem, kteří jste nás přišli podpořit nákupem, pomocí nebo dobrou náladou.

Budeme se na vás těšit zase příští rok.

Pracovnice pečovatelské služby



Změny na středisku

Letošní rok je nejen na Středisku pečovatelské služby ve znamení mnoha změn. K poslednímu září opustila post vedoucí střediska Jaruška Pachtová, která zde strávila krásných 33 let. Z Charity Olomouc však neodešla úplně, jelikož v říjnu nastoupila na pozici vedoucí služby pro lidi s duševním onemocněním. Na starosti má terénní část samostatného bydlení sv. Vincence. V témže měsíci také vyměnila pozici Jitka Weigelová, která doposud působila jako zástupkyně. Nyní se stala novou vedoucí Střediska pečovatelské služby. Za kolektiv přejeme oběma mnoho úspěchů jak v pracovním, tak soukromém životě.

Další velkou změnou pro pečovatelskou službu je stěhování střediska Olomouc a Velké Bystřice do nových prostor v olomoucké části Chválkovice. Vedení Charity k tomuto kroku přistoupilo po dlouhém zvažování. Nové prostory nabídnou větší komfort pro pracovníky, prostornější kanceláře i odpočinkovou místnost. Rozsah i kvalita péče ve všech lokalitách působnosti zůstává zachována. S kvalitnějším zázemím se naopak nabízí prostor k růstu a k rozšíření služeb.

K našim hlavním vizím patří rozvoj pečovatelských služeb během následujících let do takové míry, aby byla nabídka služeb mnohem dostupnější potřebným lidem a dokázala lépe uspokojit poptávku. V návaznosti s tím plánujeme zřídit tísňovou linku a realizovat nové projekty. Věříme, že vše půjde podle plánů.

Silvie Hrabalová a Jitka Weigelová

VÁNOČNÍ PŘÁNÍ



„To je poselství, které jsme od něho slyšeli a vám zvěstujeme: Bůh je světlo, a tma v něm vůbec není.“

1. Janův 1,5

Drazí přátelé,

kolem nás svítí stále více vánočních ozdob, ale doba je paradoxně temnější, než bychom si přáli. Z celého srdce Vám přejeme pokojné Vánoce plné Světla, které nenapájí žádná elektřina, ale láska.

V novém roce Vám přejeme hojnost všeho dobrého.

Petr Prinz

 Charita
Olomouc