



Časopis pro seniory a přátele Střediska pečovatelské služby



*„Lid, který chodí v temnotách, uvidí velké světlo;
nad těmi, kdo sídlí v zemi šeré smrti, zazáří světlo.“*

Izajáš 9,1



Vánoce nejsou jen časem nostalgie a zvyků, ale také výzvou k opravdovému životu víry. Ježíš přišel mezi nás do nehostinné stáje – možná abychom pochopili, že skutečné světlo září nejjasněji právě tam, kde je nejvíc tmy. Nebojme se opustit pohodlí a přinášet radost tam, kde se jí nedostává. Láska se totiž neptá na vhodný okamžik. Je vždy připravena vstoupit do našeho světa – stejně jako o těchto Vánocích.

Přejeme Vám odvahu milovat a sílu tvořit zázraky.

Petr Prinz,
ředitel Charity Olomouc



**Charita
Olomouc**

DUCHOVNÍ SLŮVKO

Doba ztišení

Adventní době se dřív říkalo malý půst, měla by být dobou ztišení, zamyšlení, pokoje. Realita je taková, že se snažíme za ty čtyři týdny uklidit, nakoupit a napéct a na nějaké usebrání se není čas. Většinou pak jsme na Štědrý den tak unavení, že už na nějakou slavnostní náladu nemáme energii. Nějak zapomínáme na to, co si vzájemně přejeme: Radostné a pokojné Vánoce, svátky pohody a štědrosti.

Dnes jsem se zamyslela nad dvěma místy z Písma svatého. Prvním je radost Panny Marie vyzpívané v Magnificat, veliká vděčnost a pokora. Jak často jsme nespokojení s tím, co máme, v čem žijeme, sami se sebou i s těmi nejbližšími. Ta nespokojenost nám často brání mít radost z toho co máme. Druhým je úryvek z Lukášova evangelia, odkazující na proroka Izaiáše: Připravte cestu Páně, vyrovnejte mu stezky! Každá propast bude zasypána, hory i pahorky budou srovnány; co je křivé, bude přímé, hrbolaté cesty budou rovné.

Myslím, že to je náš úkol v době adventu, urovnat a narovnat v sobě a ve vztazích k druhým všechno co je křivé a hrbolaté, smířit se se sebou a se svými blízkými i vzdálenými lidmi. Zapomenout na všelijaké křivdy, zlá slova a jiné smutné chvíle. Odpustit sám sobě, co se nepodařilo, a co už vrátit zpátky nejde.

A tak nám všem přeji Advent, jako čas pro sebe, a Vánoce radostné, štědré na lásku a pochopení. Zkrátka spokojeně pokojné.

Richenza Buková



OBSAH

Vánoční přání	1
Duchovní slůvko.....	2
Životopis svatých.....	3
Služba Isidor+.....	4
Rozhovor.....	5
Povodně.....	6
Re-Use centrum.....	7
Aktuality.....	7- 8

Časopis Alžběta
Charita Olomouc
Selské náměstí 9/43
779 00 Olomouc
info@olomouc.charita.cz

Fotografie: archiv CHO, Bing
Autoři příspěvků: pracovníci
a dobrovolníci CHO
Redakce: Pečovatelská služba
Olomouc 17. 12. 2024

PŘÍBĚHY SVATÝCH

Svatý Isidor ze Sevilly

Pochází od Sevilly ve Španělsku. Po smrti otce jej vychovával bratr Leandr. Po počáteční nechuti k učení dosáhl svým rozhodnutím a vytrvalostí toho, že se stal učitelem středověku. Byl biskupem v Seville, napsal mnoho spisů, svolal a řídil několik koncilů, na kterých byly moudře uspořádány četné záležitosti. Denně prý rozjímal o umučení Spasitele. Byl svatý nejen moudrostí, ale i láskou, pokorou, trpělivým snášením utrpení a pokáním.

Narodil se kolem r. 560 u Sevilly, snad v Novém Kartágu ve Španělsku ve významné rodině, která dala Církvi několik svatých. Byli to jeho dva starší bratři, Leandr a Fulgentius, i sestra Florentina. V dětství mu zemřeli oba rodiče a starost o rodinu i o Isidorovu výchovu převzal Leandr.



O Isidorově mládí se traduje, že byl netrpělivý a nestálý. Přesto brzy došel k uvědomění, že i on by mohl dosáhnout vzdělání a moudrosti, bude-li s Boží pomocí vytrvale studovat. Od té chvíle pod vedením bratra rychle nabýval nových vědomostí, až dosáhl i toho, že se stal učitelem celého středověku. Naučil se latinsky, řecky i hebrejsky. Osvojil si výmluvnost, která je i dnes v jeho spisech obdivuhodná. Zdokonaloval nejen své myšlení, ale i srdce křesťanskými ctnostmi. Po studiích byl vysvěcen na kněze, utvrzoval španělské katolíky ve víře. Když biskup Leandr zemřel, nový král Rekkared s duchovenstvem i lidem zvolili za nástupce jeho bratra Isidora.

I při své edukační a literární činnosti žil Isidor na vysokém stupni ctností, pěstoval dobročinnost, neúnavně pracoval v Boží službě, žil velmi příkladně a s hlubokou zbožností i zemřel. Před smrtí vše rozdál a pak podle

vizigótského obřadu vykonal veřejné pokání. Za svatého byl prý prohlášen asi v roce 1598 Klementem VIII. V roce 1722 jej papež Inocenc XIII. jmenoval učitelem církve.

Isidorovi velmi ležela na srdci asketická i všeobecně odborná výchova kněží a dodržování církevní disciplíny. Počínal si velmi moudře a napsal i mnoho spisů. Největší Isidorovo dílo je dvacetisvazková encyklopedie zvaná *Etymologiarum libri XX seu Origines* (Počátky). Jedná se o ucelený sborník informací z rozmanitých oblastí života a vědy podobný dnešním databázím. I proto byl isidor ze Sevilly roku 2001 prohlášen papežem Janem Pavlem II. patronem Internetu.

Jitka Weigelová podle Jana Chlumského

TÍŠŇOVÁ PÉČE A KOMUNITNÍ PLATFORMA

Charita Olomouc zavádí unikátní platformu pro seniory

ISIDOR+ je nová služba Charity Olomouc, do které se mohou zapojit senioři a lidé s handicapem z Olomoucka. Na dálku jim poskytne pomoc v krizových situacích a zároveň nabídne možnost setkávat se online s dalšími členy komunity. V současnosti běží pilotní provoz této služby, podporovaný Olomouckým krajem.

Službu lze rozdělit do dvou základních rovin. Ta první má za cíl zejména přinášet větší bezpečí seniorům a osobám se zdravotním postižením či chronickým onemocněním, které jsou odkázány samy na sebe. „Klient služby obdrží přívěšek s nouzovým tlačítkem, který lze pohodlně strčit do kapsy nebo pověsit na krk. Když například upadne a nemůže se postavit, stisknutím tlačítka snadno kontaktuje pracovníka dispečinku. Ten okamžitě volá zpět přímo na tlačítko, vyhodnotí situaci a dále postupuje dle předem smlouveného scénáře. Dispečink bude fungovat nonstop,“ vysvětluje Jitka Weigelová, koordinátorka projektu. To, jak v dané situaci postupovat, si s každým klientem ujasní pracovníci projektu individuálně. Dispečer tak bude vědět, že má například zkontaktovat souseda, který je připraven kdykoliv pomoci, nebo volat klientově rodině. „Když však dispečer vyhodnotí, že by mohlo jít o život, samozřejmě ihned uvědomí záchranné složky,“ upřesňuje Weigelová.

Druhá rovina služby ISIDOR+ zatím nemá v Česku obdoby. Klienti se budou moci díky zapůjčenému tabletu účastnit pravidelných online aktivit, tematických přednášek, společných modliteb nebo rozhovorů s duchovním. Tablet rovněž umožní spojit se s ostatními členy komunity a rodinou. „Chceme tímto způsobem klienty podpořit v nezávislém životě a nabídnout jim možnost společenského vyžití, i když například s ohledem na svůj zdravotní stav nemohou vyrazit ven. Myslím, že moderní technologie v tomto mohou být velmi nápomocné,“ míní Petr Prinz, ředitel Charity Olomouc. „Klienty také například plánujeme naučit, jak nakupovat online s donáškou do domu“, doplňuje další z aktivit, které služba ISIDOR+ nabídne.

Tisková zpráva PR

ROZHOVOR

„Není to žádná chůvička na hlídání“, říká Jitka Weigelová, koordinátorka projektu.

Služba ISIDOR+ kombinuje tíšňovou péči a komunitní platformu. Je určena širokému spektru lidí, kteří z důvodů zdravotních či jiných omezení nemohou nebo nechtějí opouštět svůj domov. Díky službě zůstáváme s těmito lidmi v kontaktu online a jejich rodinám tím přinášíme pocit klidu, že jejich blízký je v bezpečí.

Takže je to služba i pro klientovu rodinu?

Vlastně ano. Je to služba i pro členy rodiny, kteří s klientem nebydlí ve stejné domácnosti, mají např. náročnou práci na směny a nemohou se s ním potkávat tak často, jak by chtěli. Služba zaručí, že pokud se jejich blízkému něco přihodí, má se na koho obrátit. Online formou může v budoucnu proběhnout i návštěva úřadu, konzultace s lékařem apod.

ROZHOVOR

Proč název ISIDOR+?

Jsme nezisková organizace, která vyrůstá na křesťanských základech, a tak jsme se při hledání názvu inspirovali jménem světce. A svatý Isidor ze Sevilly je patronem internetu, takže se to nabízelo.

Jak to celé funguje?

Služba ISIDOR+ je třístupňová. V prvním, základním stupni od nás uživatel dostane SOS tlačítko – přívěšek, který může nosit na krku, v kapse, připnutý na klíči. Funguje jako tlačítko první pomoci, když se klient dostane do krizové situace – například upadnu, nemohu se zvednout a motá se mi hlava. V takových chvílích stiskem tlačítka pošlu signál na nonstop dispečink a operátor se mi ozve zpět.

A co další stupeň služby ISIDOR+?

Druhý stupeň funguje také přes tísňové tlačítko, ale jde o aktivní volání. Uživatel má v určených intervalech kontakt s operátorem typu „Jak se dnes máte? Nezapomněl jste si vzít léky? Venku jsou vysoké teploty, pijete dost?“ apod. Krátkým monitorovacím rozhovorem jsme s klientem v pravidelném spojení, pakliže v tak častém kontaktu nemůže být se svými blízkými.

V třetím stupni nabízíte tzv. komunitní platformu, jak si ji máme představit?

Klientovi vedle SOS tlačítka zapůjčujeme navíc i tablet, přes který se může připojovat k online aktivitám, jako jsou společné modlitby, rozhovory s duchovním, nebo různé aktivizační činnosti, např. kvízy, povídání o cestování, hobby, vaření, zdravotní okénko s odborníky o prevenci či výživě apod. Tablet může samozřejmě využít i pro hovory s rodinou a přáteli. Máme za to, že moderní technologie mohou obecně zlepšit kvalitu života našich klientů – je třeba je pouze zbavit nedůvěry a strachu z jejich používání.

Jaké je technické zajištění služby? Bude např. tlačítko fungovat i mimo klientův domov?

Tlačítko funguje kdekoli, uživatel si jej může brát s sebou, když jde ven. Má v sobě zabudované GPS, takže podle souřadnic jej dokážeme vyhledat a vyslat za ním rodinu či záchranné složky, pokud se něco přihodí. Pro používání tabletu je samozřejmě podmínkou připojení k internetu. Pokud v klientově domově není k dispozici připojení na Wi-Fi signál, dodáme mu tablet s datovou SIM kartou.

Kdo a jak může o službu ISIDOR+ požádat?

Služba je v pilotním provozu určena zejména seniorům a zdravotně znevýhodněným osobám z Olomoucka, v budoucnu ji chceme rozšířit do celého kraje. S novými zájemci na začátku probíhá sociální šetření. Naše sociální pracovnice si vyslechne přání a očekávání potencionálního klienta i jeho rodiny a poté vysvětlí možnosti nastavení služby.

Ačkoli rodina službu ve většině případů zařizuje i platí, je osoba uživatele nejdůležitější a vše se odvíjí od jeho souhlasu. Rodina sice může mít pocit, že jejich blízký službu ISIDOR+ nutně potřebuje, ale on takový názor mít nemusí. V průběhu sociálního šetření je rolí sociální pracovnice přemostit tužby rodiny a přání klienta, aby došlo k dohodě.

Takže cílem je co nejvíce podpořit seniory v jejich bydlení doma?

Přesně tak. Pokud to jenom trochu jde a senior může s určitou podporou zůstat doma, je to prospěšné pro všechny: seniora to aktivizuje, zůstává ve svém známém prostředí, získá pocit důstojnosti, že se o sebe ještě dokáže v nějaké míře postarat, a zároveň to uleví systému, který nemusí řešit další investice na umístění takové osoby v už tak přeplněných zařízeních.

Martina Foretová

POVODNĚ

Charita Olomouc pomáhala po povodních: Dobrovolníci, materiální pomoc a koncert pro zasažené

Charita Olomouc a Arcidiecézní charita Olomouc se během letošních povodní aktivně zapojily do pomoci v nejvíce postižených oblastech a následně zajišťovaly i sociální podporu pro potřebné obyvatele. V rámci pomoci provedli pracovníci Charity sociální šetření v obcích Hanušovice, Jindřichov, Staré Město a Chomoutov, kde identifikovali nejpalčivější potřeby obyvatel. Na základě těchto zjištění byla těmto lidem poskytována finanční podpora od Arcidiecézní charity Olomouc

V obci Zátor Charita Olomouc od začátku pomáhala v evakuačním centru zřízeném na místní faře, kam dovážela materiální pomoc. Ve spolupráci s farářem P. Pavlem Obrem zajišťovala přímou podporu obyvatelům podle aktuálních potřeb.

Během dvou týdnů se do pomoci zapojilo 122 dobrovolníků z Centra dobrovolnictví Charity Olomouc, kteří odpracovali celkem 1 423 hodin v zaplavených oblastech. Jejich práce významně přispěla k obnově a zlepšení situace v postižených obcích. Zapojili se také studenti školy CARITAS – Vyšší odborná škola sociální v Olomouci. Studenti pod vedením pracovníků Charity celý týden pomáhali jako dobrovolníci v Jeseníku s úklidem, malováním místností nebo tříděním humanitární pomoci. Zároveň zde každé pondělí a pátek poskytovali vyškolení pracovníci Charity krizovou pomoc nejvíce zasaženým obyvatelům.

Charita Olomouc také ve spolupráci s Potravinovou bankou v Olomouckém kraji zorganizovala sbírku materiální a potravinové pomoci. Díky darům od soukromých dárců, firem a obchodních řetězců se podařilo vybrat přibližně 112 tun potravin, drogistického zboží a dalších potřebných věcí.

Charita Olomouc zároveň uspořádala charitativní koncert „Proměny duchovní hudby během staletí“, který se konal 28. října v kostele sv. Cyrila a Metoděje v Hejčíně. Na koncertě vystoupil sbor Vox Nymburgensis pod vedením sbormistra Jana Mikuška. Dobrovolné vstupné z koncertu bylo věnováno na pomoc lidem zasaženým povodněmi. Všem dárcům, dobrovolníkům i zapojeným subjektům děkujeme!

Marie Tapušíková

RE-USE CENTRUM

Otevření nového re-use centra Druhá Dobrodruhá

V září jsme ve Chválkovicích otevřeli nové re-use centrum Druhá Dobrodruhá. Cílem tohoto centra je předcházet vzniku odpadu, podporovat cirkulární ekonomiku, dobrovolnou skromnost, šířit osvětu a povědomí o recyklaci a propojovat ekologii se sociální a charitativní činnostmi. Lidé mohou do centra přinést věci, které nepotřebují a tím jim dát druhou šanci. Věci se prodávají za symbolický příspěvek do sbírky.

Centrum je místem pro sběr a distribuci použitých předmětů pro domácnost, které se můžou zdát jako nepotřebné, ale jsou pořád zachovalé, funkční a zaslouží si druhou šanci. Opětovné použití věcí prodlužuje jejich životnost a tím snižuje množství produkováného odpadu. Cílem re-use centra je předcházet vzniku odpadu, šířit osvětu a povědomí o recyklaci, podporovat cirkulární

RE-USE CENTRUM

ekonomiku a dobrovolnou skromnost. V prostorách re-use centra plánujeme vzdělávací, kreativní a inspirativní workshopy pro veřejnost. Nedílnou součástí projektu jsou sociální a charitativní činnosti s cílem podpořit potřebné lidi v regionu a získat zdroje pro poskytování přímé materiální pomoci. Vytvoříme zde pracovní aktivity pro lidi s problematickým uplatněním na trhu.

Sandra Valovičová



AKTUALITY

Půjčování pomůcek od 1. 10. 2024 zajišťujeme ve spolupráci s firmou Chiranex s.r.o.

Půjčovna kompenzačních pomůcek, která byla dříve součástí naší pečovatelské služby, byla k 1. říjnu předána do správy partnerské firmy Chiranex s.r.o. Tato organizace zajišťuje půjčování a rozvoz pomůcek spolu s kompletním poradenstvím, a to nejen v oblasti působení naší pečovatelské služby. Pokud máte dotazy, můžete se i nadále obracet na sociální pracovnice střediska pečovatelské služby nebo přímo na kolegy z Chiranexu. Spolupráce probíhá na základě společného memoranda. Cílem je zajistit kvalitní a dostupné služby všem, kteří pomoc potřebují. Cílem půjčovny je podpořit soběstačnost seniorů v jejich domácím prostředí, pomoci jim zvládat každodenní situace např. při péči o své tělo, umožnit samostatný pohyb nebo pravidelné rehabilitace.

Marie Tapušíková

Chléb sv. Antonína

Od září 2024 jsme ve spolupráci s Potravinovou bankou Olomouckého kraje z.s. začali projekt Chléb sv. Antonína. Jedná se o pravidelný rozvoz pečiva přímo k vašim dveřím. Pečivo k nám obvykle dorazí z velkých obchodních řetězců na konci jejich prodejního dne. Společně tímto způsobem nejen bojujeme proti plýtvání, ale také vám zajišťujeme základní potraviny, aniž byste museli zatížit rozpočet. Pečivo rozváží naše pečovatelky 1 x týdně v rámci naplánovaných služeb. Balíček obsahuje různé druhy pečiva. Nepravidelně mohou být v nabídce i další potraviny podle dostupnosti. Pokud máte o balíček pečiva zájem kontaktujte sociální pracovnice telefonicky nebo požádejte přímo paní pečovatelky.

Marie Tapušíková

Výlet s klienty

Na začátku října 2024 proběhl tradiční výlet s uživateli na podzimní výstavu Flory Olomouc. Dne 3.10.2024 odpoledne vyrazili pracovníci Střediska pečovatelské služby s uživateli na výstaviště Flora. Nejdříve jsme zavítali do pavilonu A, kde nás čekala krásná expozice ovoce, zeleniny, květin. Také jsme mohli ochutnat výrobky od regionálních výrobců – med, čaje, mléčné výrobky, burčák a víno. Pak následovala procházka parkem a navštívení dalších pavilónů. Zejména se nám líbilo v Oranžerii, kde byla výstava léčivých bylin a výrobků z nich. Všichni uživatelé si výlet velmi chválili a užili. Věříme, že i v dalších letech se budeme těšit na další pěkný výlet.

Veronika Rusková

Vánoční besídka

Ve čtvrtek 12. prosince 2024 se v klubu pro seniory uskutečnila tradiční vánoční besídka pro uživatele Pečovatelské služby. Pro naše seniory jsme připravili chlebíčky, sladké i slané pochutiny a vánoční cukroví. Atmosféru besídky dokreslila hudba v podobě vánočních písní. Společné chvíle plné dobré nálady se staly příjemným okamžikem pro všechny zúčastněné. Jednou z částí programu bylo hádání názvů pohádek podle ukázek. Soutěž přinesla zábavu a vybídla k oživení vzpomínek na klasické filmové příběhy. Kreativní aktivitou bylo zdobení vánočních baněk. Každý ze seniorů měl možnost vytvořit baňku podle svého přání, kterou si odnesl domů, aby jim mohla připomínat atmosféru Vánoc a tohoto setkání. Besídka nebyla jen o tvořivosti, ale především o setkání a vzájemné podpoře. Pevně věříme, že tento předvánoční večer vnesl do životů našich seniorů radost a pocit sounáležitosti, který je v období Vánoc tolik důležitý. Přejeme všem uživatelům i zaměstnancům Pečovatelské služby Charity Olomouc krásné svátky plné lásky, pohody a zdraví.

Terezie Gartnerová



Zádušní mše svatá

Tak, jako každý rok, jsme si v čase dušičkovém zavzpomínali na klienty Charity Olomouc, kteří nás v roce 2024 opustili. Zádušní mši svatou sloužil v pondělí 4. 11. 2024 v 16 hodin pan děkan o. Michal Pořízek. V kapli sv. Anny se sešli pracovníci Charity Olomouc a příbuzní zesnulých klientů. Mši svatou doprovázel na varhany dómský varhaník Karel Martínek a zpěvem kolegyně z Charity. V přímlovách pracovníci jednotlivých středisek zavzpomínali na zemřelé klienty jmenovitě. Tato, už tradiční mše, nám připomíná, jak krásná a důležitá naše služba druhým je, že ti, které jsme doprovázeli, zůstávají v našich modlitbách.

Richenza Buková
Alžběta 8