



Milí přátelé,

s prvními paprsky jarního slunce a probouzející se přírodou přichází i další číslo našeho časopisu. Vzduch je svěžejší, stromy se halí do zeleně a svět kolem nás se znovu nadechuje k životu. Jaro je vždy obdobím naděje, obnovy a nových začátků a právě to je i poselství blížících se Velikonoc.

V naší pečovatelské službě zažíváme mnohé podoby života – chvíle radosti i zkoušek, dny plné smíchu, ale i tiché okamžiky, kdy stačí být jeden druhému nablízku. A právě v takových chvílích si znovu uvědomujeme, jak důležité je vědět, že nejsme sami. Že na každém kroku nás provází láska, která má hlubší kořeny než jakékoli trápení.

Velikonoce nám připomínají, že smrt nemá poslední slovo. Z temnoty Velkého pátku povstává radostné světlo Vzkříšení. Kristus vstal z mrtvých a s ním přichází naděje pro každého z nás. Tato radost není jen sváteční dekorací, ale hlubokou pravdou, která může nést naše dny i v těch nejslabších chvílích.

Přejeme vám, aby se i vaše srdce mohlo otevřít jarní naději. Ať vnímáte krásu maličností, zpěv ptáků za oknem, úsměv blízkého, vůni čerstvě upečeného mazance. Snad vám úsměv na tváři vykouzlí také příběhy, které najdete v tomto časopise. Děkujeme vám za důvěru, za otevřenost, se kterou nás vpouštíte do svého života. Vaše příběhy, zkušenosti i slova povzbuzení jsou pro nás cenným darem, který vykouzlí úsměv zase na našich tvářích.

Ze srdce vám přejeme požehnané a radostné Velikonoce.

Jitka Weigelová



DUCHOVNÍ SLŮVKO

Jarní pozdrav

Až se jaro vrátí, ó, to bude ráj!
zelenat se bude, celý širý kraj.
Slunce bude hřátí, větřík teple dout,
potok bude hučet, zproštěn zimních pout.
Luka budou vonět, stromy budou kvést,
a skřivánek vzhůru, do nebe se nést.

Je to už víc než 150 let kdy básník J.V. Sládek napsal tuto krásnou oslavu jara. Ty verše jsou stále svěží, když se zaposloucháte a zavřete oči, ucítíte vůni čerstvé země, prvních křehkých jarních květů, uslyšíte hukot divoké vody i ranní zpěv skřivánka. Příroda, a my s ní, se probouzí z dlouhého zimního spánku, cítíme vděk za to, že jsme překonali smutný čas zimy.

Jarní čas je také dobou postní, kdy se křesťané připravují na Velikonoční svátky. 40 dní postu a příprav na umučení a z mrtvých vstání Ježíše Krista začíná Popeleční středou. Vyvrcholením postní doby je Svatý týden - Květná neděle, Zelený čtvrtek, Velký pátek, Bílá sobota a Vzkříšení. Silný pašijový příběh nás na Květnou neděli nechá doprovázet Krista při slavném vjezdu do Jeruzaléma. Na Zelený čtvrtek s ním zasedneme k poslední večeři a prožijeme čas velké lásky k nám, jeho učedníkům. Na Velký pátek Pána doprovodíme na Golgotu a stojíme pod křížem. O Bílo-sobotní vigili, která začíná svěcením Velikonočního paškálu, jsme svědky jeho slavného Vzkříšení. Na Hod Boží velikonoční je hrob prázdný. Velikonoční obřady jsou starobylé a krásné. Dávají našemu životu naději a smysl. Tak jako po dlouhé zimě přichází zázrak jarního života, tak po době postní, po všech bolestech a smutcích, přichází Vzkříšení.

Přeji vám všem krásné jarní dny plné slunce a vůně a přeji vám radostné Velikonoce plné naděje.

Richenza Buková, pastorační asistentka



OBSAH

Úvod	1
Duchovní slůvko.....	2
Příběhy svatých.....	3
Tříkrálová sbírka.....	4
Příběhy od srdce.....	5
ISIDOR+.....	6
Jubilejní rok 2025.....	7
Co se u nás děje.....	8
Velikonoční 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 14. 4. 2025

Zdislava z Lemberka

O životě sv. Zdislavy nás, kromě později zaznamenaných legend, informují dva soudobé písemné prameny: Žďárská kronika a Dalimilova kronika. Zdislava se narodila někdy po roce 1220 v Křižanově nedaleko Velkého Meziříčí. Její rodiče, významný dvořan Přibyslav z Křižanova a dvorní dáma budoucí královny Kunhuty, Sibyla, byli značně zámožní, vzdělaní a velmi zbožní. Zdislava měla mladší sourozence, tři sestry a bratra: Eufemii, Elišku, Libuši a Petra.

Kolem roku 1238 se provdala za Havla z rodu Markvarticů, pána na hradě Lemberku v severních Čechách. Bylo jí asi něco přes patnáct let. Její manžel byl typický rytíř 13. století, drsný bojovník. Ale Zdislavě projevoval úctu, lásku a měl i pochopení pro její úsilí. Bez jeho pomoci by stěží realizovala dílo své dobročinnosti. Měli spolu čtyři děti, syny Havla, Jaroslava a Zdislava a dceru Markétu.

Zdislava byla ráznou a energickou ženou a zdatnou léčitelkou, která velice pomáhala chudým. Společně s manželem založila mužský dominikánský klášter se špitálem v Jablonném v Podještědí, kde osobně pečovala o nemocné. Ač byla vznešenou hradní paní, přece navštěvovala chudé. Poutníci, nemocní a potřební u ní nalézali laskavé přijetí. Sama žila skromně.

Zemřela roku 1252, pochována byla v kostele sv. Vavřince v Jablonném v Podještědí, na jehož místě dnes stojí bazilika sv. Vavřince a sv. Zdislavy.

Zdislava byla ihned po své smrti uctívána jako svatá, a ačkoliv jsou snahy o její svatořečení známé již od renesance, oficiálního svatořečení se dočkala až 21. května 1995. Již kronika takřečeného Dalimila ze 14. století zmiňuje Zdislavinu moc léčit. Mluví o tom, že pět lidí vzkřísila, mnoha slepým navrátila zrak, nebo že uzdravila mnoho chromých či malomocných. Uctívalo ji mnoho šlechtických rodů, dokonce vždy byla a je uctívána nejen katolíky, ale i protestanty či nevěřícími. Rozvíjí tak duchovno, pospolitost a lásku v celém regionu. Proto je také považována církví za model ideální ženy, která byla ve všech směrech samostatná, navíc řádnou matkou, plnohodnotnou manželkou a láskyplnou křesťankou. Byla charitativně činnou s apoštolským posláním, která není slepá, ale všudypřítomná pro celé své okolí, které miluje. Po právu je uctívána jako patronka rodin, rodinného života, dětí, chudých, nemocných, opuštěných, ale také Řádu bratří kazatelů, litoměřické diecéze, libereckého kraje a českého národa.

Jana Černošková



TŘÍKRÁLOVÁ SBÍRKA

Baltazar z Indonésie a jiné tříkrálové příběhy

Malí i velcí králové letos už popětadvacáté obešli dům od domu, zazpívali, napsali křídou K+ M+ B+ 2025 a prosili o příspěvek pro potřebné. Výtěžek z kasiček na Olomoucku překonal ten loňský o téměř sto tisíc korun. Sbíрка ale každoročně přináší nejen dary finanční, ale také dar pospolitosti a radosti sdílení, který oceňují dárci i dobrovolníci.

Za 25 let konání Tříkrálové sbírky si papírovou korunku nasadily tisíce koledníků. I když mnozí z nich už „žezlo“ předali mladším, nadále zůstávají zapojeni jako dobrovolníci. U příležitosti letošního výročí jsme třem někdejšími králům položili pár otázek. Odpovídali Dalibor Kolář z Třebčína, Pavel Komár z Hněvotína a Jiří Jančář z Bělidel v Olomouci. Všichni tři se sbírky účastní už 15 let a ve svém bydlišti nyní působí jako místní asistenti.

Koledníky vyhlízejí a pečou jim koláče

Tříkrálová sbírka je specifická osobním kontaktem, který kvitují oslovení dárci i samotní koledníci. „Co je na Tříkrálové sbírce originální a výjimečné? Je to: tradice, na kterou navazuje, zapojení velkého množství lidí a radost, kterou přináší nejen těm, komu výtěžky nakonec připadnou, ale i samotným lidem, kteří pomáhají,“ říká Pavel Komár z Hněvotína. „Shodnou se na tom prakticky všichni, kdo se účastní koledování, že se zpravidla setkávají s velice přívětivou reakcí lidí, na které zvoní s kasičkami.“ Právě díky osobnímu přístupu se sbírka u veřejnosti těší důvěře i oblibě, jak potvrzuje Dalibor Kolář: „Tradice Tříkrálové sbírky je u nás už tak zakořeněná, že se mi někteří občané kolem Vánoc připomínají, abychom na ně určitě nezapomněli, že budou na krále čekat, nebo se domlouvají, jak to udělat, když nebudou v kolední sobotu doma. To je hezké, že lidé sami myslí na druhé.“

Pro mnohé dárce je sbírka příležitostí k setkání, na které se těší a pečlivě připravují: „Ač jsou Bělidla nejmenší olomouckou částí, tak tu žijí dobrosrdeční lidé, kteří nás už vyhlízejí, ptají se, kdy přijdeme, chystají nám občerstvení, pečou nám koláče, my dostaneme něco na zahřátí a děti si pravidelně vykoledují tři plné velké batohy sladkostí a dobrot,“ vypočítává Jiří Jančář.

Baltazar z Indonésie

V kasičkách se našlo leccos – vedle tuzemských a cizích mincí a bankovek, platných i historických, to byly i kuriozity: rybí šupiny, žetony do nákupního vozíku, stravenky, zavírací špendlík, jízdenka na tramvaj, knoflíky či 3voltová baterie do náramkových hodinek.

Koledu v minulosti dokázala zkomplikovat karanténa vynucená covidovou epidemií či nejedna nepřízeň počasí, letos např. náledí přesně v den svátku Tří králů 6. ledna. Na Bělidlech tradici naopak obohatil překvapivý, exotický prvek, jak vzpomíná Jiří Jančář: „Jeden rok byla raritou studentka gymnázia Hejčín, která tu byla na výměnném studijním pobytu, jmenovala se Mia a pocházela z Indonésie,“ vypráví Jančář. „Ten rok nám dělala Baltazara, snažila se s námi zpívat i mluvit česky, bylo to pro nás příjemné zpestření a pro ni hezký zážitek.“

Charita Olomouc děkuje všem malým i velkým králům, vedoucím skupinek koledníků, místním asistentům Tříkrálové sbírky, koordinátorům, pracovníkům magistrátních, městských a obecních úřadů, duchovním jednotlivých farností a v neposlední řadě všem dárcům.

Martina Foretová Pavlunová, celá dvojstrana, redakčně zkráceno

DOBROVOLNICTVÍ

Našla jsem se v tom

Dobrovolnické centrum je plné příběhů obětavé pomoci bližním. Pro každého dobrovolníka je pocit užitečnosti, smysluplnosti a zadostiučinění důležitější než jakýkoli nárok na honorář, uznání či odměnu. Rádi bychom vám představili jednu z našich dlouholetých dobrovolnic paní Marii Trubákovou.

Během 14 let darovala paní Marie Trubáková úctyhodných 1 163 hodin blízkosti a nezištného zájmu postupně třem seniorkám. K jedné z nich docházela po dobu osmi let až do její smrti. Rodačka z Lysic na Blanensku se dobrovolnictví věnuje od roku 2010.

Paní Trubáková na své začátky dobrovolnictví ve zralém věku vzpomíná jako na velkou neznámou: „Bylo mi nabídnuto, abych dělala společnost osamělým lidem. Nevěděla jsem, co činnost přesně obnáší, ale říkala jsem si, že to jednoduše zkusím. A našla jsem se v tom,“ pochvaluje si paní Marie, které dobrovolnictví přináší pocit užitečnosti a smysluplnosti.

Pravidelné návštěvy přinášejí lidskost i osvěžení

Společnost seniorům je důležitá dobrovolnická činnost. Dobrovolník přichází za seniorem do jeho domova a tráví s ním část svého volného času povídáním, předčítáním knih a časopisů, hraním stolních her, procházkami, pomáhá také s péčí o domácí zvíře či květiny. Zpravidla jde o hodinu až hodinu a půl týdně. Paní Marie Trubáková tak „svým seniorkám“ přinášela osvěžení a vědomí důležitosti zvláště při naslouchání jejich vzpomínkám, zkušenostem, prožívání.

S první seniorkou paní Marie strávila osm let, návštěvy u druhé seniorky bohužel přerušila epidemie covidu. Nyní už třetím rokem dochází za seniorkou, jíž je velkou oporou. Se svou dobrovolnicí je klientka nadmíru spokojená. Je šťastná, že má spřízněnou duši, a celý týden se na ni velmi těší: „Kdyby takových lidí mezi námi bylo více, byl by svět krásný,“ oceňuje seniorka pravidelné návštěvy paní Marie.

Vzácné chvíle porozumění

Je zásadní, aby si dobrovolník se seniorem i s jeho rodinou tzv. „sedli“, protože cílem je dlouhodobé setkávání. Blízkost, otevřenost a důvěra ve vztahu je zásadní a buduje se trpělivě a postupně. Hodina týdně se tak stane „svátkem“, na který se těší obě strany, což potvrzuje i paní Trubáková: „Staří lidé se často cítí osamělí, i když objektivně tomu tak nemusí být. Když je navštívím a popovídáme si, je to obohacující pro obě strany. Dobrovolnictví mi dalo dobrý pocit, že jsem užitečná. Ten čas, který dobrovolnictví věnuji, za to stojí.“



Pomáhat může každý!

- Pomoc s výdejem jídla lidem bez domova.
- Trávení času s osamělými lidmi.
- Příprava a realizace volnočasových aktivit.
- Pomoc při sbírkových a kulturních akcích.
- Pomoc ve skladu materiální pomoci.
- Drobné manuální, administrativní a jiné činnosti.

CENTRUM DOBROVOLNICTVÍ

Služba ISIDOR+ podporuje seniory v soběstačnosti

Na konci loňského roku Charita Olomouc spustila novou službu ISIDOR+ pro seniory a osoby se zdravotním postižením či chronickým onemocněním. Nabízí nejen tísňovou péči, ale i online setkávání a školení v digitálních dovednostech. Klienti si službu chválí, zájemců přibývá.

Služba nese jméno svatého Isidora Sevillského, patrona internetu. Právě propojení moderních technologií s podporou seniorů je hlavním cílem služby. Vedle SOS tlačítka přináší digitální propojení s rodinou a komunitou, čímž pomáhá překonávat sociální izolaci.

Bezpečí na dosah

Nouzové tlačítko napojené na dispečink funguje nonstop. „Nedávno jsme pomohli paní Libuši, která v noci upadla. Podařilo se jí s námi spojit přes SOS tlačítko, dispečerka zajistila pomoc a uklidňovala paní Libuši do doby, než dorazil její syn. Naštěstí nedošlo k vážnějšímu zranění,“ popisuje vedoucí projektu Jitka Weigelová. Díky včasné pomoci se předešlo hospitalizaci i komplikacím.

„Aktuálně máme deset uživatelů a hlásí se další,“ říká sociální pracovníce Kateřina Čejková. Klienti oceňují nejen jistotu, ale i zvýhodněnou cenu díky podpoře Olomouckého kraje. Služba probíhá plně na dálku – pracovníci nezasahují do domácnosti klienta, což je pro mnoho lidí důležité. Uživatelé si předem určují, jak má pomoc probíhat, a nikdo bez jejich souhlasu nevstupuje do bytu.

Spojení se světem

Druhý pilíř služby zatím v ČR nemá obdoby. Uživatelé dostanou zapůjčený tablet, mohou se účastnit online aktivit, tematických přednášek nebo se spojit s rodinou a přáteli. „Digitální technologie nejsou strašák, klienty zaškolíme, všechno vysvětlíme. Často se obávají, že něco pokazí, ale nakonec jsou mile překvapeni, jak je to jednoduché,“ ubezpečuje Weigelová. Tablet pomáhá udržet sociální kontakt, smysluplně trávit volný čas a podporuje mentální čilost. „Blíží se Velikonoce, mnoho klientů by rádo vidělo svou vzdálenou rodinu nebo se zúčastnilo sváteční mše. Toto přání jim můžeme díky zapůjčenému tabletu splnit. A navíc třeba pomůžeme objednat velikonoční nadílku pro vnoučata,“ říká Čejková. Moderní technologie tak pomáhají seniorům zůstat ve spojení s blízkými i světem okolo.

Příběhy z terénu

ISIDOR+ dokáže rychle reagovat. „Před Vánoci se na nás obrátila rodina s prosbou o pomoc pro babičku, kterou propouštěli z nemocnice. Bylo 23. prosince, ale během jediné návštěvy jsme vše nastavili. Po čtvrt roce je stále doma, v dobré kondici a bez nutnosti hospitalizace,“ popisuje Čejková. Rodina se o službě dozvěděla od praktické lékařky, která ISIDOR+ doporučila jako prevenci komplikací a podporu pro setrvání doma.

Chcete-li se dozvědět více o službě nebo máte zájem o její využití, můžete se obrátit na pečovatelky nebo přímo na sociální pracovníci Kateřinu Čejkovou na čísle 605 074 085.

Martina Foretová Pavlunová



JUBILEJNÍ ROK

Rok 2025 je Jubilejním Svatým rokem

Letošní rok přináší mimořádnou událost s hlubokým duchovním i společenským významem. V době, kdy svět čelí nebývalému geopolitickému napětí, klimatické krizi a rostoucím sociálním nerovnostem, papež František vyhlásil rok 2025 jako Jubilejní rok.

Jubilejní rok v židovské tradici

Tradice jubilejních roků vychází z inspirace židovskou tradicí, podle níž se každých 50 let vyhlášoval Svatý rok. Během něho se neobdělávala pole, vracela se zabavená půda, propouštěli se otroci. Podle Zákona Izraele spočívala spravedlnost především v ochraně slabých.

Jubilejní rok v katolické církvi

Církev dala starozákonnímu jubileu nový duchovní význam. Slaví se zpravidla každých 25 let. Milostivý rok spočívá v odpuštění, jež je nabídnuté všem, a v možnosti obnovit vztah s Bohem i s druhými lidmi. Svatý rok má upevňovat víru, vést k bratrské solidaritě uvnitř církve i ve společnosti. Volá a vybízí věřící k upřímnějšímu a důslednějšímu vyznávání víry v Krista. Významným obsahem svatých roků je výzva k odpuštění ve všech vztazích a na všech úrovních, s čímž souvisí i možnost získání tzv. odpustků.

Svatá brána symbolizuje Krista

Jubilejní rok se zpravidla zahajuje v noci mezi 24. a 25. prosincem tím, že papež otevře tzv. svatou bránu vatikánské baziliky svatého Petra. Svatá brána symbolizuje Krista a jeho milosrdenství. Kristus sám je branou k Otci. Během každého svatého roku pak touto branou procházejí miliony poutníků. Zvláště symbolická je skutečnost, že Svatou branou lze do basiliky pouze vstoupit a nikoliv odejít. Projít touto branou vlastně znamená vyjádřit odhodlání vstoupit do Kristova srdce, souznít s ním a přijmout milosrdnou Otcovu náruč.



Co když se nedostanu do Říma?

Ne každý má možnost vykonat pouť do Říma. Jak tedy mohu pro sebe nebo duše v očistci získat jubilejní milost? Mohu vykonat svatou zpověď, přijmout svaté přijímání v daný den, pomodlit se na úmysl Svatého otce (Otče náš, Zdrávas Maria), nemít zalíbení ani v lehkém hříchu, vykonat předepsaný skutek, tj. především pouť na některé z jubilejních svatých míst v naší arcidiecézi. V Olomouci je to Katedrála sv. Václava a Bazilika Panny Marie na Svatém Kopečku. Na těchto místech se zúčastnit některé z liturgií či pobožností: mše svatá, bohoslužba slova, půlhodinová adorace před Nejsvětější svátostí, křížová cesta nebo modlitba růžence.

A jak mohu získat jubilejní milost, když jsem nemocný? Nemocný se duchovně spojí s věřícími přítomnými na poutním místě a pomodlí se modlitbu Otče náš, Vyznání víry a další modlitby v souladu s účelem Svatého roku a obětují své utrpení a těžkosti života.

Jubilejní milost v Olomouci

Rádi Vám jubilejní milost pomůžeme získat. V květnu se pracovníci Charity Olomouc vydají do katedrály sv. Václava v Olomouci. Pokud se budete chtít přidat, rádi Vás vezmeme s sebou. Ti, kteří se již nemohou zúčastnit osobně, se mohou přidat duchovně. Více informací najdete na přiložené pozvánce.

Jana Černošková

CO SE U NÁS DĚJE

Pout' do Štípy



V úterý 4. března se vydali charitní poutníci na cestu z Kostelce do mariánského poutního místa Štípa, aby prosili za nové i stávající pracovníky Střediska pečovatelské služby. V 10. hodin pak byla v poutním kostele Narození Panny Marie na tento úmysl sloužena mše svatá.

Po mši svaté poutníky čekala ve farním domě teplá polévka. Velice pěkně se jim

věnoval P. František Sedláček, který je seznámil s historií poutního místa. Obdrželi modlitbu matek a otců, přicházejících se modlit za své děti za hlavní oltář k obrazu Narození Panny Marie. Navštívili také původní kostelík, kde se milostná soška Madony s děťátkem zázračně nalezla. Pro vybrané se otevřela kostelní věž s překrásným výhledem a poledním zvoněním či podzemní krypta. Možné bylo i nahlédnout do nové kaple sv. Eliáše, která patří sestrám karmelitkám.

Věříme, že poutní cesta přinese požehnání všem poutníkům a zvláště pak celému středisku.

Jana Černošková

VELIKONOČNÍ PŘÁNÍ



A zpívali novou píseň: „Jsi hoden přijmout tu knihu a rozlomit její pečeti, protože jsi byl obětován, svou krví jsi Bohu vykoupil lidi ze všech kmenů, jazyků, národů a ras.“

(Zjevení 5,9)

Drazí přátelé,

zpravidla si přejeme veselé Velikonoce. Proč ne?

My Vám však přejeme Velikonoce plné pokoje, vyrovnanosti i síly do každodenních úkolů. Síly, kterou můžeme čerpat z vědomí, že když už to vypadá, že je vše v troskách, přichází nový začátek.

To je naděje, tu Vám ze srdce přejeme.

Petr Prinz
ředitel Charity Olomouc

Alžběta 8