



# DOMOVNÍK

č. 9 – ŘÍJEN 2012

CITÁT MĚSÍCE: „To, co lidé nazývají štěstím, je okamžik, kdy přestanou mít strach.“

Gilbert Pierre Cesbron, francouzský spisovatel a scénárista

## Dále čtete:

- Sponzoři si prohlédli Mravenečka (str. 3)
- Interview s Klárou Karabinošovou (str. 4)
- Hrdinky Charity těchto dnů (str. 5)

## První klient Mravenečku už se nebojí, ve stacionáři zůstane



Dnes už má Petr důvod k úsměvu. Na snímku s vedoucí Janou Konopkovou.

**Petr Kreisel z Držkovic trpí mozkovou obrnou. Nechodí, nemluví a potřebuje nepřetržitou celodenní péči. Mnohému ale rozumí a dokáže projevit radost i smutek. Před jedenácti lety se stal úplně prvním klientem charitativního stacionáře Mraveneček, který pečuje o děti a mladé lidi s těžkými kombinovanými vadami.**

Bylo mu tehdy patnáct a celý svůj dosavadní život prožil doma. Maminka se měla co otáčet, protože Petr je devátý z deseti dětí a vzhledem k jeho postižení se vše muselo točit hlavně kolem něj. Jak roky přibývaly, bylo třeba stále více sil. Mraveneček přišel v pravý čas. „Byli jsme rádi, když nám z Charity nabídli, že by Pěta mohl trávit část dne v Mravenečku. Tak nějak jsem cítila, že by měl být také ve společnosti sobě rovných. Hned si zvykl, celkově se zklidnil a je tam dodnes strašně rád. Když je nemocný a do stacionáře nemůže, moc těžce to nesé,“ říká maminka Olga Kreislová.

V poslední době však tato statečná matka probděla nejednu noc. Petrovi totiž bude v listopadu šest-

advacet a to je věk, který ohraničoval pobyt klientů ve stacionáři.

„Původně se hovořilo, že bude Mraveneček II pro klienty nad tuto věkovou hranici. To ale, zatím bohužel, nevyšlo. Uvědomovali jsme si, že nám klienti stárnou a neexistuje pro ně žádné navazující zařízení. Klientů, kteří už překročili dvacítku, máme více, ale Petr byl první na řadě. Bylo to třeba naléhavě řešit,“ říká vedoucí Mravenečku Jana Konopková. Když letos v dubnu převzala vedení stacionáře, měla jeden hlavní cíl – mezní věkovou hranici alespoň posunout. A nutno říci, že se do úkolu, který si stanovila, pustila velmi energicky.

Výsledek se dostavil už po dvou měsících, a když krajský úřad schválil, aby klienti mohli v Mra-

venečku zůstat alespoň do třicítky, všem se ulevilo. V prvé řadě Petrově mamince.

Co by Petra čekalo, kdyby musel stacionář opustit? Měl jen dvě vyhlídky. Buď ústav, nebo zůstat doma s asistentem. Lidé mají s asistenty většinou jen ty nejlepší zkušenosti, ale na druhé straně to má také svá proti. Klient zůstává stále ve stejném prostředí a s jedním člověkem. Ve stacionáři je to přece jen něco jiného, těch podnětů je nepoměrně více. „Uživatelé jsou do Mravenečku a zpátky domů svázení autem – a už to bývá pro mnohé velkým zážitkem. Během dne se jim věnuje více lidí, účastní se různých terapií, mají tady své kamarády a poměrně často s nimi chodíme na vycházky nebo na místa, kam by se běžně nedostali. Jezdíme i na výlety,“ vysvětluje vedoucí Jana Konopková.

„Pokud budu žít, do ústavu Petra nedám,“ říká Olga Kreislová rezolutně, ale zároveň přiznává, že péče o bezmocného dospělého syna je stále náročnější, zvláště když člověku roky přibývají a síly ubývají. „Už od začátku roku jsme žili v nejistotě, co bude. Bála jsem se i o Petrovu psychiku. Na Mravenečku hodně lpí a když třeba odtamtud odešel někdo z kamarádů, býval hodně nešťastný. Chtěl se dívat na společné fotky, ukazoval na ně a bylo vidět, jak je smutný. Kdyby tam musel skončit, bylo by to pro něj kruté. Ale teď jsem obrovsky šťastná a vděčná paní Konopkové, že za Petra, a samozřejmě i ostatní, tak zabojovala. Získali jsme čtyři roky a teď jen musíme doufat, že se najde řešení i potom,“ dodává paní Kreislová na závěr.

## Slovo ředitele

### Když se v září daří

Co je nového v Charitě Opava? Nastává období, kdy se na nás zaměřuje více kontrol, než obvykle. Rád bych ale řekl, že se nejedná o nic mimořádného. Kontroly tady byly, jsou a budou. Jak vím od svých kolegů ředitelů, podobná situace je i v ostatních Charitách. Jen v Charitě Opava měli pět kontrol a tři se sešly dokonce v jednom týdnu – z Úřadu práce, z magistrátu a z hygieny. Kromě toho nás navštívili také pracovníci živnostenského odboru magistrátu a Inspektorátu práce. Všechny kontroly dopadly dobře a já bych rád poděkoval zaměstnancům, kteří byli kontrolorům k dispozici a chystali jim podklady, které potřebovali. Víme, že to na ně klade větší nároky a přidává práci navíc. Výsledky kontrol mě nepřekvapily. Naši lidé dělají svou práci dobře a zodpovědně, a tak není třeba se bát. A propos, když už je řeč o dobré práci, chtěl bych vyzdvihnout úspěch, který znamenaly Chráněné dílny sv. Josefa na hrnčířském jarmarku v Kunštátě. Naše keramika ve velmi náročné konkurenci obstála na výbornou a po výrobách se jen zaprášilo. Znamená to, co my v Charitě víme už dávno, že lidé se zdravotním postižením dokáží svou práci odvést stejně jako zdraví, ne-li lépe. A za to jim patří dík.

Jan HANUŠ, ředitel

**TERNO**  
SUPERMARKET

Nakupujte v supermarketu  
Terno v Opavě - Jaktari

+ ŘÍJEN

– ŘÍJEN

### Ocenění za zásluhy

Ocenění za významný přínos k službě Charity v diecézi převezme v říjnu bývalá vedoucí Charitní ošetrovatelské služby Charity Opava Brigida Pohanělová. Stane se tak v úterý 16. října 2012 v katedrále Božského spasitele v Ostravě u příležitosti slavnosti svatě Hedviky, patronky diecéze. Po mši svatě se ocenění sejdou s biskupem Mons. Františkem Václavem Lobkowiczem. Více čtete na str. 5.

### Veletrh zrušen

Veletrh rehabilitačních, kompenzačních a protetických pomůcek Rehaprotex Brno byl v tomto roce po dohodě s hlavními vystavovateli přesunut na příští rok. Chráněným dílnám sv. Josefa, které na tomto veletrhu pravidelně prodávaly své zboží, tak vznikne velká ztráta na tržbách, odhadem přibližně 100 tisíc korun.

## STALO SE

### • Wellnes v novém

Detašované pracoviště Wellness centra už je také přestěhováno na Kylešovské ulici 4 v Opavě. Došlo k rozšíření provozních hodin, a to od pondělí do čtvrtka od 8 do 18 hodin, v pátek od 8 do 15 hodin. Vedle klasické zdravotní masáže se můžete objednat na manuální lymfatickou masáž, na masáž lávovými kameny, medovou masáž a rašelínové zábaly. Masérna je sice až ve 3. patře, ale v budově je výtah. Objednávky: 605 443 222.

### • Prodej látek v Ternu

Chráněná dílna Vlašovičky rozšířila sortiment ve svém obchůdku v supermarketu Terno v Opavě - Jaktarí. Nově si zde vedle keramiky a šitých či tkaných výrobků budete moci zakoupit také metráž. Srdečně vás zveme k nákupu, již dnes můžete začít vybírat vánoční dárky. Novinky chráněné dílny naleznete také na [eshop.charitaopava.cz](http://eshop.charitaopava.cz), a to především dámské, pánské a dětské montérky v zajímavých dezénech, dámské i dětské zástěrky a povlečení.

### • Vlaštovky se líbily

Obyvatelé a zaměstnanci Domu sv. Cyrila a Metoděje a Chráněné dílny Vlašovičky se 1. září, zúčastnili karnevalu masek, který se uskutečnil v Karviné. Nadace OKD akci připravila pro neziskové organizace, jejichž projekty podporuje. Naši se oblékli do masek vlaštovek. Jejich nápad byl oceněn 5. místem a šekem na 5 tisíc korun, který převzala vedoucí dílny Marie Bennková.



## KALENDÁRIUM

\* 26. října 1992 bylo požehnáno prvnímu sídlu Charity Opava - domečku v Marianu.

\* 1. října 1997 vznikla dnes už neexistující Linka důvěry.

\* 22. října 2000 získala naše Občanská poradna členství v Asociaci občanských poraden.

\* 22. října 2002 proběhla beseda s misionářem otcem Krenickým o adopci na dálku.

\* 27. října 2004 se v Charitě Opava uskutečnila ochutnávka mešních vín pro kněze opavského děkanátu.

\* 27. října 2009 byla vernisáž 3. ročníku fotosoutěže Můj svět.

# Richard opraví nezvonící mobil, ačkoli on sám je neslyšící



**Když má někdo v Chráněných dílnách sv. Josefa problém s mobilem, jde nejdřív za Richardem Došlou. Obvykle mu jej spraví. Je to všemůžný, který si poradí se stávkující televizí i s mobilem, který třeba nezvoní. Zajímavé na tom ovšem je, že Richard vůbec neslyší.**

Pro laika je těžké popsat, co s telefonem vlastně provádí. Každopádně jej rozebere a pak zase složí, pomáčká pár kláves a ono to funguje. Někdy najde chybu hned, jindy trochu uvažuje a zkouší, ale většinou se to podaří. „Už jsem si myslela, že je můj mobil na odpis a přemýšlela jsem, zda to má vůbec cenu dávat jej opravit, tak jsem se šla poradit s Richardem a za chvíli už jsem mohla telefonovat,“ říká vedoucí Chráněných dílen sv. Josefa Eva Židková.

Pětačtyřicetiletý dlouhán Richard Došla pracuje v Charitě už dlouho.

Začínal na doporučení své lékařky v rehabilitačních dílnách (dnešní Radost), které tehdy ještě sídlily v objektu Marianum. Vedoucí Pavel Rychta vzpomíná, že jej překvapilo, jak vzhledem ke svému těžkému handicapu dobře četl a psal, což u zcela hluchých lidí není pravidlem. „Mohli jsme se domlouvat tak, že jsme si psali. Říša byl docela šikovný i manuálně. Pracoval hlavně se dřevem a rád natíral,“ dodává Pavel Rychta. Po otevření Chráněné dílny ve Vlašovičkách dělal Richard nějakou dobu tam a později zakotvil v

Chráněných dílnách sv. Josefa. Zde pracuje v kompletaci a v keramice.

„To kutilství má od švagra, který opravoval televize. Zajímalo ho to, tak sledoval jak to dělá a pak to zkoušel sám. Postupně přešel i na mobily, je to jeho největší koníček,“ vysvětluje kolegyně z dílen Marie Turková, která má Richarda tak trochu pod dohledem. Sama trpí těžkým sluchovým postižením, a protože jediná z opavské Charity umí znakovou řeč, zprostředkovává mu kontakt s okolím, zajde s ním k lékaři a pomáhá mu i s čistě praktickými věcmi. Když se Richard po smrti otce osamostatnil a začal bydlet v chráněném bydlení, zařídila vše potřebné, zkontrolovala všechny smlouvy, pomohla mu s vybavováním bytu, dohlížela, aby platil včas nájem a učila jej hospodařit.

Richard Došla nikdy neměl jednoduchý život, naopak měl ho hodně těžký. Už dávno ale není tím mladíkem, který kdysi bezcílně bloudil městem a strnule postával na opavských nárožích. Hodně mu pomohli právě v Chráněných dílnách sv. Josefa. Richardův příběh ale není ojedinělý. Ta ryzí charitní práce tady mezi haldami látek, kily keramické hlíny a plastickými díly kompletovaných hraček probíhá vlastně pořád. Jen o ní nikdo nemluví.

## Služby seniorům pod jednu střechu



**Vize charitního Domu pro seniory začíná nabývat ostřejších obrysů. V létě se Sekce služeb seniorům a zdravotnických zařízení přestěhovala do budovy na Kylešovské ulici 4 v Opavě. Získala tak ideální prostory, aby všechny služby mohly být pod jednou střechou.**

Zatím zde sídlí Charitní pečovatelská služba, Charitní ošetrovatelská služba, mobilní hospic Pokojný přístav a detašované pracoviště Wellness centra. Po rekonstrukci přizemí se zde z Masarykovy ulice přestěhuje také Denní stacionář pro seniory. Jak uvedla manažerka Sekce služeb seniorům a zdravotnických zařízení Petra Thiemlová, mělo by to být již na jaře příštího roku. „Vše je samozřejmě otázkou peněz, ale věříme, že

to dobře dopadne. Nyní pracujeme na projektu financování chodu domu a stavebních úprav v budoucím stacionáři. Dostatek místa navíc dovolí jeho rozšíření, takže bychom mohli navýšit kapacitu až na dvaacet osob.“ Dodejme, že zájem o služby denního stacionáře stále roste. Když člověka dostihnou potíže stáří, především poruchy hybnosti nebo paměti, když už se bez cizí pomoci neobejde, stojí jeho blízcí před velkým a smutným

dilematem. Vzdát se zaměstnání a dosloužit mamince nebo ji prostě umístit někde v ústavním zařízení? A právě denní stacionář je řešením, protože seniorům umožňuje dožít doma mezi svými.

V Domě pro seniory najde zázemí také Klub sv. Anežky - dobrovolné sdružení Charity Opava. Jeho členové se budou moci v odpoledních hodinách scházet k volnočasovým aktivitám v prostorách denního stacionáře, stejně jako tomu je nyní.

V současné době se dále zvažují dvě varianty na využití 2. patra. „Jednou z možností je vybudování komunitního bydlení pro seniory. Nejednalo by se o byty, ale o pokoje se společným příslušenstvím. Ve hře je také týdenní stacionář pro seniory. Co nejdříve se pojedeme podívat do podobných zařízení, uvážíme všechna pro a proti a teprve potom rozhodneme. Teď bych hlavně chtěla poděkovat Kongregaci Milosrdných sester III. řádu sv. Františka, že nám převedla tyto krásné prostory i s vybavením ve vynikajícím stavu. Můžeme tak začít realizovat projekt, který nám pět let ležel v šuplíku,“ konstatuje v závěru manažerka Petra Thiemlová.



## Absolutní rekord v Kunštátě! Během dvou dnů utržili 153 tisíc



Úspěch na hrncářském jarmarku v Kunštátě. Drahomíra Konečná, Marcela Smijová a Jiří Konečný prodali během dvou dnů zboží za 153 tisíc korun.

Kromě Marcely Smijové by si nikdo nevsadil na to, že tržba, kterou se Chráněné dílny sv. Josefa mohly loni po návratu z proslulého hrncářského jarmarku v Kunštátě pochlubit, bude letos pokořena. Vždyť lidé mají stále hlouběji do kapsy. Přestože Marcelina očekávání se zdála být smělá, nakonec se ukázalo, že zas až tak smělá nebyla.

Dobýt Kunštát, který je každoročně vrcholem sezóny, se vydala stejná trojice jako loni – Marcela Smijová, Drahomíra Konečná a Jiří Konečný. Marcela tipovala, že vydělají sto dvacet tisíc, protože do loňska tržby v Kunštátě rostly rok po roku vždy o dvacet tisíc. Jenže lidé mají pořád méně peněz

a první čeho se vzdávají jsou věci, které k životu nepotřebují. Přesto keramická dílna jela naplno celé prázdniny a speciálně pro Kunštát vznikly i nové výrobky. Především zahradní keramika – svítidla, květináče ve tvaru pařezů či bot, a k dobře prodejným myším a žabám přibývaly šneci a skřítky. Už první den

bylo jasné, že některého zboží pochybí. Anděly a keramické růže na bambusovém stonku vyprodali s rychlostí blesku. V poledne už nebyl k máni ani poslední andělíček či růžička. Zájem byl tradičně také o sady táčů a zákazníci vykoupeni pět set zápchů do květináčů.

„U stánku jsme měli permanentně davu lidí, kteří se předbíhali a hádali. Odskočit si, nebo se třeba jen napít vody, kousnout do chleba, to bylo úplně nemyslitelné,“ líčí atmosféru Marcela Smijová. Nakupovali jak běžní návštěvníci jarmarku, tak obchodníci, kteří si zde vybírali zboží pro své obchody. Ti v průměru utratili kolem osmi tisíc na jeden nákup.

Když naše trojka spočítala večer tržbu, bylo jasné, že je zaděláno na pořádný rekord. „V sobotu jsme vydělali sto dvacet tisíc, v neděli pak dalších třiatřicet. Tak s tím jsme opravdu nepočítali,“ říká Marcela Smijová.

Nezapomene ale připomenout, že kunštátský úspěch není jen dílem trojice prodejců. „Chtěla bych poděkovat všem zaměstnancům keramické dílny, kteří to všechno vyrobili. A o tom, že odvedli kus dobré práce svědčí bedny, které jsme odváželi plné a přivezli prázdné.“

## Získali pro Mraveneček 2 miliony



Místopředseda OFS Pavel Novotný s Lukášem Haimem.

Asi dvacítku sponzorů navštívila v září na pozvání Charity Opava stacionář Mraveneček, kterému štědrě přispívají v rámci charitativní akce „Pomozte postiženým dětem“. Tu každoročně pod hlavičkou Okresního fotbalového svazu Opava pořádají v Kravařích pánové Andreas Drastík, Pavel Novotný a Petr Kašný.

Za uplynulých jedenáct ročníků tak Mraveneček, pečující o děti a mladé lidi s těžkým kombinovaným postižením, získal téměř dva miliony korun, které významně pomáhají financovat hlavně provoz zařízení.

Ve stacionáři návštěvníky přivítal ředitel Charity Opava Jan Hanuš a vedoucí Mravenečku Jana Ko-

nopková. Provedli je zařízením, seznámili s chodem a každého také podarovali malým dárečkem. Za asistence pracovníků je vyráběli sami uživatelé Mravenečku. Ostatně setkání s nimi bylo velmi emotivní. Přestože jejich zdravotní postižení jsou opravdu velmi vážná, v každém jejich pohybu či letmém úsměvu

se zračí obrovská vůle žít. To dojalo snad každého.

Starosta Kravař Andreas Hahn zde byl poprvé a byl nadšen: „Taková zařízení by měla být finančně podporována. Všechna čest personálu! Kdo nemá v rodině nikoho s těžkým postižením, nedokáže si vůbec představit, co péče o takového človíčka obnáší. My jsme to tady dnes viděli. Věřím, že akce „Pomozte postiženým dětem“ bude pokračovat a osobně ji vždy rád podpořím,“ řekl kravařský starosta.

Jeden z organizátorů – místopředseda OFS Opava Pavel Novotný přivedl i svého tatínka Ilju Novotného, který starostuje v Chlebičově. „Pozvání do Mravenečku mě potěšilo, z řad sponzorů jsme už zaznamenali dotazy, zda by se sem mohli přijít podívat. Je dobré, že přijeli i někteří starostové Hlučinska. Každý rok se nám některého z nich podaří pro akci „Pomozte postiženým dětem“ získat, takže budu rád, když o tom, co zde viděli, povědí zase dál,“ sdělil nám Pavel Novotný, který již také oznámil datum příští akce. A my vám je prozradíme také – 22. června 2013 a zase v Kravařích!

## Stane se

### Burza v Neškole

„Maminky, nakupujte výhodně pro své dětičky a miminečka,“ hlásá leták oznamující další burzu dětského a kojeneckého oblečení, kterou pořádá mateřské centrum Charity Opava Neškola. Pro velký zájem se burza letos koná už potřetí, tentokrát ve čtvrtek 18. října 2012 od 8.30 do 12 hodin v prostorách Neškoly na Masarykově ulici 39 v Opavě (vchod přes faru kostela sv. Ducha). Maminky mohou nejen výhodně nakupovat, ale také prodávat. Burza v Neškole má i další rozměr, protože nabízí i přátelská setkání a popovídání u kafečka. Děti, které s maminkami přijdou, si jako obvykle mohou pohrát v herně, kde budou pod dohledem. Zájemci o prodejní místo se mohou přihlásit u vedoucí Svobody Bláhové na telefon 733 676 707.

### Volno na Vše svaté

U příležitosti svátku Všech svatých, který si připomeneme ve čtvrtek 1. listopadu, vyhlásil ředitel Jan Hanuš pracovní volno pro všechny zaměstnance Charity Opava.

### Radost na výstavě

Klienti sociálně terapeutické dílny Radost pojedou v pátek 12. října na celodenní výlet do Ostravy. Na Černé louce navštíví výstavu KREATIV OSTRAVA 2012, kde shlédnou přehledku tvořivých činností.

### Vyrobí novoročenky

Letošní charitativní VIP novoročenky budou vyrábět děti a maminky, které navštěvují Neškolu. Jako výtvarnou techniku si vybraly mozaiku. Každé přání bude originál, už se těšíme!

## Napsali o nás

### Originální trička

Šicí dílna opavské Charity rozšiřuje svou nabídku po veřejnosti o vyšivaná trička. Zákazník si může přinést buď vlastní tričko, nebo si ho může přímo na místě koupit. Obrazek mu vyšijí podle jeho přání. Mají v tom zkušenosti, protože podobně vyšivaly už např. dětské košilky, bryndáčky, jména a monogramy na ručníky nebo na povlečení. Pro opavský magistrát vyšily logo na 1480 triček.

Deník  
6. září 2012

# „Přiznat si, že máme problém není slabost,“ vzkazuje vedoucí Naděje - střediska krizové pomoci Klára Karabinošová

V dnešním uspěchaném světě, v němž vše jako by stálo na jediné kartě – penězích, se nějak hůře srovnáváme s běžným koloběhem života. V záplavě povinností, neustálého usilování a v podstatě bez jakékoli jistoty odsouváme momentální problémy. Buď nevědomě, nebo častěji se zatatými zuby a s pocitem, že to musíme vydržet, protože nám stejně nic jiného nezbyvá. Ale když to všechno trvá dlouho, týdny, měsíce, někdy i roky – jednoho dne může přijít krize. Jindy zase nečekaná situace zasáhne do spokojeného života náhle. Někdo odejde, onemocní, stane se něco, co s člověkem zamává. Zvláště, jsme-li na to sami. Pro tyto případy je tady služba Fénix, kterou poskytuje Naděje – středisko krizové pomoci Charity Opava. Na téma životních krizí jsme hovořili s jeho vedoucí Klárou Karabinošovou.

**\* Už jsme nastínili, že člověk na své problémy nemusí, a hlavně nemá být sám. Můžete nám službu Fénix trochu přiblížit?**

Služba Fénix je hlavní činností Naděje - střediska krizové pomoci. Tato služba je poskytována bezplatně a jedná se o základní psychologickou první pomoc formou krizové intervence. Naším cílem je provázet klienta jeho krizovým obdobím a pomoci mu, aby lépe porozuměl svým emocím, pocitům a mohl se tak lépe orientovat v situaci, kterou vnímá jako psychicky náročnou. Našími klienty jsou lidé od 19 let, kteří jsou v těžké životní situaci, a to z nejrůznějších příčin. Například kvůli úmrtí blízké osoby, vážné nemoci, rozchodu, potížím v klimakteriu, pocitu samoty, závislosti, citovým zmatkům, hledání vlastní identity či po děsivých prožitcích. Ve složitějších případech máme k dispozici odborníky. Je-li třeba, jedno terapeutické sezení s psychologem je zdarma. Můžeme ale klientům domluvit i jinou, pro něj vhodnější službu.

**\* Můžete uvést nějaký konkrétní případ?**

Tomu bych se ráda vyhnula. Fénix je službou anonymní, a proto bych nechtěla specifikovat nějaký konkrétní případ. Diskrétnost je pro naše klienty velmi důležitá. Obecně lze říci, že lidé se na nás mohou obrátit s každým problémem, který jim způsobuje určitou psychickou nepohodu a necítí se kvůli němu dobře.

**\* Chápu, ale zkuste alespoň obecně říci, s jakými problémy se ve Fénixu nejčastěji setkáváte? Co Opavany nejvíc trápí?**

Určitě vedou problémy ve vztazích, ať už manželských, partnerských či mezigeneračních. Často nás lidé vyhledávají i s nejrůznějšími závislostmi, kterými trpí oni sami nebo jejich blízcí a v nepo-

slední řadě se lidé těžce vyrovnávají s úmrtím v rodině, především když náhle zůstanou sami.

**\* Setkáváte se při Vaší práci s nějakými předsudky, které by mohly lidem bránit v tom, aby k vám zašli a svou tíživou situaci řešili?**

Bohužel si myslím, že psychologická pomoc je pořád ještě tabuizovaná. Moc se o ní nemluví. To je dle mého názoru zápríčínou tím, že lidé nekladou příliš velký důraz na svůj duševní stav, ani se třeba nechtějí se svými problémy svěřovat ostatním. Ve společnosti pořád funguje určitý individualismus, povinnost vše zvládnout sám. Vyhledat pomoc a jít takzvaně se svou kůží na trh tak chce ohromnou odvahu.

**\* Je pravdou, a znám to i ze svého okolí, že mnoho lidí řeší nejdříve ty praktické části věci. Co by se mohlo stát, pokud v případě nějaké tíživé situace budu cítit psychické nepohody zanedbávat, nebo ho nebudu vůbec řešit s tím, že třeba sám odeznu?**

Vždy se to někde projeví, protože psychický a fyzický stav jsou úzce provázány a dlouhodobý pocit psychického napětí nakonec vyústí v tělesných obtížích, např. bolesti hlavy, nespavost, bolesti břicha apod. Navíc to, že se člověk necítí po psychické stránce fit, se může projevit také ve vztazích v rodině, v jeho okolí. Člověk by se tak mohl dostat do určité sociální izolace, samoty. Někdy se také stává, že

člověk ve snaze alespoň na chvíli od problému uniknout, sáhne po alkoholu a drogách apod. Ve svém důsledku se člověk může ocitnout v mnohem horší situaci, než byla ta úplně původní.

**\* Nestává se vám někdy, že lidé nevěří, že byste jim mohla pomoci, když jste sama takovou situaci neprožila?**

To je také jeden z mýtů, na které jste se ptala. Snažím se klientovi pomoci s tím, aby on sám porozuměl svým vlastním pocitům. Obecně tak pracovník nemusí mít stejný prožitek, ale reaguje na

to, co mu člověk říká, vnímá jeho pocity, zpracovává sdělené informace a snaží se, aby klient získal určitý náhled na svou situaci. Naopak, kdybych prožila totéž, mohla bych klientům nevědomky podsunout způsob, jakým jsem sama věc řešila, což je samozřejmě špatně. Proto to, že bych si já sama klientovu situaci neprožila, na škodu být rozhodně nemusí. Navíc ani není v silách člověka prožít si vše, s čím by klient čistě teoreticky mohl přijít.

**\* Je něco, co vás na vaší práci neustále překvapuje?**

Ano, ale bohužel, spíše v negativním slova smyslu. Většina klientů, kteří k nám docházejí, mají svou rodinu a přátele, ale se svými problémy se cítí sami. Poté spolu často zjišťujeme, že ačkoli příbuzní vědí, že je něco trápí a často tato situace ovlivňuje i je samotné, doufají, že se problém vyřeší sám. To ale neplatí vždy.

**\* A obrazení se na vás i příbuzní lidí, kteří jsou v krizi a sami nechtějí nebo nemají odvahu službu Fénix využít?**

Stává se to. Jak už jsem předslala, zátěžová situace nezasahuje pouze toho, který situaci prožívá, ale i jeho okolí. Ovšem i blízcí se mohou cítit bezmocně, nevědět, jak na situaci reagovat, jak pomoci,

a to i přesto, že by pomoci chtěli. V případě rodiny a přátel pak konstatce nebývá pouze o emocích, které prožívají, když někdo, pro ně důležitý, zažívá krizi. Je to i o doporučeních – jak se k němu chovat, jak s ním těžké období sdílet, jak s ním mluvit, jak nabídnout pomoc či projevit účasť.

**\* Jste v Charitě teprve krátce. Můžete prozradit něco ze svého soukromí?**

Přiznám se, že si své soukromí ráda střežím. Určitě však mohu prozradit, že jsem vystudovala střední zdravotnickou školu. V průběhu studia této školy jsem se hodně zabývala literaturou s drogovou problematikou a poruchami příjmu potravy a zjistila jsem, že spíše sociální práce je to, čemu se chci věnovat. Proto obor Sociální patologie a prevence na Slezské univerzitě, který následoval, byl pro mě jasnou volbou. V rámci studia na Slezské univerzitě jsem absolvovala kurz telefonické krizové intervence a v průběhu druhého ročníku vysoké školy jsem pracovala na zkrácený úvazek jako terénní pracovník ve službě pomáhající drogově závislým. Do budoucna bych ráda absolvovala terapeutický kurz logoterapie. Je to pro mě taková nejvyšší meta, ke které bych chtěla do budoucna určitě směřovat. Ve svém volném čase ráda čtu, chodím do divadla. Mým velkým koníčkem je také sbírání LP desek a turistika.

**\* Je něco, co byste chtěla čtenářům vzkázat?**

Snad jen to, že je důležité si uvědomit, že když já budu spokojená, tak budou spokojeni i lidé kolem mě. Často se orientujeme očekáváními ostatních a chce hodně síly překročit svůj vlastní stín a řešit věci tak, jak to sami cítíme. A přiznat si, že máme problém, že se necítíme dobře a požádat o pomoc, to není známkou slabosti, ale právě naopak.

**\* Děkujeme za rozhovor.**

**Klára KARABINOŠOVÁ**

**NAROZENÁ:** 25. 8. 1990

**BYDLIŠTĚ:** Havířov

**STUDIUM:** Střední zdravotnická škola Opava, Slezská univerzita v Opavě

**KONÍČKY:** četba, divadlo, turistika, sbírání LP desky





# Výlety mají senioři z Klubu sv. Anežky rádi



Po dvouměsíční prázdninové přestávce se v září opět sešel Klub svatě Anežky – dobrovolné sdružení Charity Opava. Svou činnost senioři zahájili dvěma pěknými výlety. Nejprve si prohlédli raduňský zámek a o týden později se vydali na poutní výlet do Nového Zábřehu a Rychvaldu, kde navštívili místní kostely.

Zájezdy, výlety a poutě organizuje Klub sv. Anežky už od roku 2009. „Vůbec poprvé jsme se vydali s otcem děkanem Veselým do Budišova, jeho bývalého působiště. Tam jsme mu tenkrát s předstihem popřáli k osmdesátinám,“ vzpomíná členka realizačního týmu Marie Smolková. Dodává však, že zpočátku v klubu vládly obavy, zda cestování nebude pro seniory

příliš náročné. To se naštěstí nenaplnilo. Výlety klub spojuje vždy se slavením mše svatě v cíli naplánované cesty. „Někdy nás kněz provází, ale obvykle se domlouváme dopředu s duchovními, kteří v daném místě působí. Většinu z nich známe, protože často mívají nějakou vazbu na Opavu. Vždy zajistíme posezení na některé faře, kde si poutníci mohou odpočinout a vypít čaj nebo

kávu,“ dodává Marie Smolková. Akce nejsou jen pro členy klubu, ale i pro širší veřejnost a je o ně velký zájem. Senioři už navštívili nejen jeden kostel a poutní místo. Vydali se i za hranice. Například v polských Branicích si prohlédli působiště svätícího biskupa Jozefa Martina Nathana a v Glucholazích zase kostel sv. Václava.

O své zážitky z Raduně se s námi podělila jedna z členek klubu Jaromíra Matýšková. Zprvu se rozmýšlela zda jet, protože jak řekla, raduňský zámek dobře zná. Hlavně se ale po prázdninách těšila na setkání s přáteli, takže nakonec jela a zklamání byla pouze pohledem na rybník. „Loni ho za miliony čistili, a dnes je zarostlý rákosím. Škoda, protože zámek se vždy krásně odrážel na hladině,“ říká Jaromíra Matýšková. Na druhé straně ale byla nadšená tím, že se v zámku rekonstruuje stále další a další prostory, takže vždy skýtá něco nového k shlédnutí.

Týden nato se vydal Klub svatě Anežky na pouť do Nového Zábřehu a Rychvaldu. „Zájemců bylo tolik, že jsme některé museli odmítnout. Autobus byl plně obsazen,“ říká Marie Smolková. V novém kostele Svatého Ducha v Novém

Zábřehu poutníky přivítal farář otec Vítězslav Řehulka, rodák ze Zlatník. Výletníkům pustil film o výstavbě chrámu a vyprávěl jim také příběh o obrazu Panny Marie Guadelupské, který kostelu věnovali mexičtí umělci v roce 2004, v době, kdy se teprve stavěl. „Jedna z pamětnic předání si prý vzpomněla, že se její babička celý život modlila za Mexiko. Proč právě za Mexiko? Když jí bylo deset let, vyzval je k tomu kněz ze Staré Bělé. Někdy ve dvacátých a třicátých tam tehdy byli vyvražďováni katolíci. Babička se dožila 85 let, takže se modlila celých pětasedmdesát let. A v této pětasedmdesátileté modlitbě vidí otec Vítězslav jistou spojitost s obrazem,“ pokračuje Marie Smolková.

Výlet zakončili senioři z Klubu svatě Anežky v kostele sv. Anny v Rychvaldu, v němž působí jako administrátor otec Petr Smolek, syn Marie Smolkové. Také on je vřele přivítal a odsloužil pro ně mši svatou za poutníky a rodiny. A než se vydali domů, poseděli ještě společně u káfičky.

A co seniory čeká v nejbližší době? V říjnu hned tři zajímavé přednášky - o psychotroce, o Hlučinu a pouti do Compstelly.

## Zachránila lidský život

Nečekaný závěr dovolené letos prožila pracovnice Denního stacionáře pro seniory Zuzka Paverová. O tom, co ji potkalo na břehu vodní nádrže v Jablonném pod Ještědem, nám pověděla její šéfka Jana Řehulková.

Všichni si možná pamatujeme, co nás kdysi učili ve škole pro případ, že bychom pomáhali tonoucímu. Zachraňovat takového člověka přímo ve vodě je hodně nebezpečné, mohl by nás totiž v panice snadno stáhnout ke dnu. Dovolit si to může jen skutečně dobrý plavec. Ten den se měli Paverovi vracet domů a tak se šli ještě naposledy okoupat. Sezóna definitivně skončila, na břehu už nikdo nebyl a zatímco manželovi těch pár temp ve vodě stačilo, Zuzce se ještě nechtělo. Vyhřívala se na sluníčku a čekala, až jí uschnou plavky. Když pak odcházeli, uslyšeli volání o pomoc. „Nejdříve si mysleli, že si někdo dělá legraci, ale ty hlasy byly plné zoufalství. Teprve po chvíli se zorientovali a v dálce, někde uprostřed nádrže, uviděli ve vodě tři hlavy. Musíš jim pomoci, řekl manžel. Zuzka umí dobře plavat, ale jak řekla, stála chvíli jako zařezaná. Nikdy tonoucího nezachraňovala. Pak se přestala rozmýšlet, ale měla šiléný strach,“ vypráví Jana Řehulková, která svou podřízenou obdivuje: „Já jsem také dobrá plavkyně, ale nevím, co bych v tu chvíli udělala, určitě bych

se bála.“ Když doplávala ke třem výrostkům, byla Zuzka Paverová naprosto vysílená, hlavou jí šlo všechno možné, tekly jí slzy z očí a hlavně se nepřestávala modlit. Díky Bohu se topil jen jeden z nich. Měl křeč v noze, zvracel a druzí dva si s ním sami nedokázali poradit. Zuzka jej chytila za vlasy a za pomoci dalšího z chlapců jej táhla ke břehu. Mezitím se k nim už ale blížil člun s policií... „Moc si Zuzky vážím, ona nám o tom vyprávěla jen tak mimochodem, jako by to byla běžná věc. Ale to je celá ona, skromná a ochotná pomoci, i kdyby ji to mělo stát život,“ neskrývá dojetí Jana Řehulková.



## Vyznamenání pro sestru Gitu

Ocenění za významný přínos k službě Charity v diecézi převezme v říjnu bývalá vedoucí Charitní ošetrovatelské služby Brigita Pohanělová. Stane se tak v katedrále Božského spasitele v Ostravě u příležitosti slavnosti svatě Hedviky, patronky diecéze.

Biskup Mons. František Václav Lobkowicz vyhověl návrhu ředitele Charity Opava. Zpráva o vyznamenání paní Gity udělala velkou radost všem bývalým kolegyním. „Zaslouží si to, byla vždy lidská a oddaná. To nevymizí ani s odchodem do důchodu,“ zdůraznila manažerka Sekce služeb seniorům a zdravotnických zařízení Petra Thiemlová. Brigita Pohanělová byla svým sestřičkám, zvláště těm mladým, takovou druhou mámou – ráznou, ale se srdcem na dlani. Charitní ošetrovatelskou službu

budovala krůček po krůčku až do dnešní podoby. Měla dar přesvědčit obvodní lékaře o významu této charitní služby, která tehdy byla ještě v plenkách. Na doktorech totiž záleželo, zda pacientům Charitu doporučí.

Podarilo se, a tak díky úsilí této neúnavné sestry a péči Charitní ošetrovatelské služby mohou lidé, kteří by jinak byli odsouzeni k dlouhému přežívání v nemocnici nebo v léčebně dlouhodobě nemocných, zůstat doma mezi svými blízkými. Děkujeme!

## ••• Inzerce Charity

### Zaznamenali jsme

#### • Za svatým Jakubem

Klub svaté Anežky – dobrovolné sdružení Charity Opava srdečně zve na přednášku otce Víta Zatloukala, faráře z Petřvaldu a bývalého ředitele sekce pro mládež. Otec Zatloukal se podělí o prožitky z pouti po Stříbrné cestě za svatým Jakubem do Compostelly. Přednáška se uskuteční 23. října 2012 v 16 hodin v I. poschodí pastoračního střediska minoritského kláštera v Opavě na Masarykově 39. Zvána je široká opavská veřejnost.

#### • Rekondiční pobyt

Třináctičlenná skupina klientů a zaměstnanců Domu sv. Cyrila a Metoděje vyrazí počátkem října na třídní rekondiční pobyt do Andělské Hory. „Jezdíme tam každoročně na charitní chatu, společně si vaříme a na zahradě opékáme párky,“ uvedla pracovnice domu Anna Vaňková. Prozdradila také, že si s klienty udělají výšlap na Praděd a v plánu je i návštěva Karlovy studánky.

#### • Kolečko zaměstnanců

Koncem září proběhlo v Charitě Opava pravidelné „kolečko“ nových zaměstnanců, během kterého navštívili všechna střediska a seznámili se s náplní jejich práce. Hluboce na ně zapůsobil především stacionář Mravenček a sociálně terapeutická dílna Radost.

## ••• Společenská kronika

### Blahopřejeme

#### \* Narozneniny v říjnu

Ať máte život jako sen, ať umíte si užít každý den. Od starostí žádné vrásky, v každé chvíli plno lásky, ať nepoznáte bolest ani klam, to vše přejeme k narozeninám. V říjnu oslaví své narozeniny zaměstnanci Jaroslava BAIEROVÁ, Marie BAJUŽÍKOVÁ, Milan ČERNÝ, Milena ČEVOROVÁ, Jana GLABASŇOVÁ, Regina HAVLÍKOVÁ, Zuzana JANKŮ, Libuše JANOTOVÁ, Jiří KONEČNÝ, Pavel KOSAK, Břetislav LEIFERT, Romana NAJVERTOVÁ, Ester SCHAFARTZIKOVÁ a Hana SOMMEROVÁ. Vše nejlepší přeje

redakce



\* Všem lidem na vědomost se dává, že v chráněných dílnách bude velká sláva. Přejeme všem oslavěncům Boží požehnání, ať jim slouží zdraví a ať je svatý Josef neustále chrání. Vše nejlepší Milanu ČERNÉMU, Libuši JANOTOVÉ, Jiřímu KONEČNÉMU a Haně SOMMEROVÉ přejí

zaměstnanci Chráněných dílen sv. Josefa



\* Je to právě 40 let, co spatřila jsi tento svět. I když je to nemilý, úřady se nemylí. A tak nevěš hlavu více, pro nás jsi vždy mladice. Lásku, štěstí, zdravíčko, to je naše přáníčko - pro Marušku BAJUŽÍKOVOU!

S radostí kolegyně z Radosti



\* Všem členkám a členům Klubu svaté Anežky – dobrovolného sdružení Charity Opava přejeme k Mezinárodnímu dni seniorů hodně zdravíčka, štěstíčka, rodinné pohody a k tomu ještě samé šťastné náhody. A ať Vás to v klubu stále baví!

Redakce

**POMOCTE NÁM V OPAVĚ POMÁHAT!**  
ODEŠLETE SMS NA 87 777 VE TVARU  
**DMS ROK CHARITA OPAVA**

## ••• Listárna Domovníka

### Dobrý den,

paní poslankyně J. Wenigerová se velice omlouvá, ale na oslavu 16. výročí otevření Domu sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené dne 28. září 2012 bohužel nebude moci přijít. Paní poslankyně Wenigerová Vám přeje do dalších let vše dobré a hodně zdraví. Přijemný den!

**Kateřina POKORNÁ,**  
asistentka poslankyně  
J. Wenigerové

### Vážený pane Šefránku,

po roce si Vás dovoluji pozdravit. Letos jsme opět s dechovkou hráli na dožínkách v obci Návsi. Těšila jsem se, že si opět něco krásného koupím a také jsem tak udělala. K loňské kočce jsem koupila náááádhernou myš. Sedí nám na chodbě a kouká a kdoví, co si myslí. Je překrásná. Děkuji, že jste opět přijeli, protože jste mi a myslím, že nejen mi, svými výrobky udělali velkou radost. Přeji Vám mnoho

úspěchů a radosti. Pozdravuji co nejsrdečněji do Opavy a zase někdy se těším...

**TÁŇA,**

Dechovka Jablunkovanka

### Pane Rychlý,

měla bych zájem o 3 andílky s bílými podstavci. Výběr bych nechala na Vás. Je to dárek. Děkuji Vám za ochotu a přeji hezký den!

**DUFKOVÁ**

### Pište nám!

Listárna zpravodaje Domovník je určena vašim názorům, připomínkám a postřehům. Své příspěvky pošlete na adresu [ivana.harazimova@centrum.cz](mailto:ivana.harazimova@centrum.cz). Těšíme se na ně!

## ••• Info servis

### Informujeme

#### • Sběrka šatstva v říjnu

Letošní třetí a celkově již dvánáctá sbírka šatstva, kterou pravidelně pořádá Naděje – středisko krizové pomoci Charity Opava, se uskuteční v pondělí 22. října od 8 do 17 hodin a v úterý 23. října od 8 hodin do naplnění vagonů, maximálně do 17 hodin. Vagóny budou přistaveny, jako obvykle, na nákladním nádraží ČD ve stanici Opava – Východ. Autem se tam dostanete z Těšínské ulice kolem Lidlu, odkud odbočíte na Kylešovskou ulici. Vjezd na nákladní nádraží je naproti penzionu Mirka a Věra. Naděje sbírá veškeré letní i zimní dámské, pánské a dětské oblečení, nepoškozené kožené věci jako bundy, kabelky, peněženky a pásky, nepoškozené záclony, larisy, vlněné deky, boty, knihy, plyšové hračky, nepoškozené spací pytle, příkrývky a péřové polštáře. Věci balte do pytlů nebo tašek – a nepřidávejte nic špinavého, zatuchlého či mokrého. Informace podá vedoucí Naděje K. Karabinošová: 553 653 776, 737 615 459.

#### • Šípková slavnost pomůže Charitě Opava

Sdružení rodičů a přátel školy a Farnost Dolní Benešov pořádají v sobotu 27. října v dolnobenešovském kulturním domě Šípkovou slavnost. Společenský večer s tancem a muzikou začíná v 19 hodin. Pořadatelé chtěli podpořit Charitu Opava a tak rozhodli, že cenami do tomboly budou výhradně výrobky Chráněné dílny Vlaštovičky a motivační dílny Pavla Rychty. Výtěžek bude předán oběma střediskům. Vstupné 150,- Kč, večer v ceně. Případní zájemci o vstupenky se mohou přihlásit u Petry Thiemlové, tel.: 607 985 622.

#### • Střecha déle vydrží

Mnozí si jistě v září povšimli nezvyklého ruchu na střeše ředitelství Charity Opava v Jaktarži. Pracoval tam Filip Laifert z firmy Laifert. Před zimou natíral střechu i rýny konzervačním nátěrem, který jim prodlouží životnost. Výšky mu zřejmě nedělají problémy, pochyboval se zcela neohroženě.