



# DOMOVNÍK

č. 4- DUBEN 2009

**Dále čtete:**

- Klub sv. Anežky (str. 2)
- T. Pchálek: V Charitě se hodně změnilo (str. 4)
- Učme se být zdraví (str. 5)

CITÁT MĚSÍCE: „Fantazie, to není představovat si, co věci nejsou, ale udělat něco, co by mohly být.“

Karel Čapek (1890-1938), český spisovatel a novinář

## Charita je víc než jen neziskovka



Zlaté časy? Mnoho zaměstnanců vzpomíná na dobu, kdy byla Charita „mladší“.

**Rozpočet na několik desítek milionů, na dvě stovky zaměstnanců, necelé dvě desítky poskytovaných služeb a aktivit. Řeknete si: „Slušná firma!“ Jste kousek vedle. Jsme nevládní nezisková katolická organizace. Charita Opava.**

Čím se ale lišíme od ostatních neziskovek nebo od firem se sociálním programem?

Už založení Charity Opava mnohé napoví. Na podzim roku 1989, když se začala uvolňovat politická atmosféra, se skupina žen v čele s Annou Ekslerovou, první ředitelkou Charity Opava, rozhodla, že svou víru projeví skutky. A tak započaly aktivity v péči o nemocné, osamělé osoby či početné rodiny. Charita Opava tedy vznikla na podkladě víry a osobního nasazení dobrovolnic a později dobrovolníků. V té době své aktivity nazývaly „Služba křesťanské pomoci“. Pak se ujal označení Charita.

Charita se však rozrůstala. První profesionální službou se stala Charitní ošetrovatelská služba, zde již pracovaly proškolené zdravotní sestry.

A následovala další střediska, jak bychom řekli dnes. O dnes již historických aktivitách si můžete číst v Kalendáriu našeho Domovníku.

Potom přišly povodně roku 1997 a voda připlavila spoustu nových výzev a pomocníků, kteří jsou dnes třeba ve vedení Charity Opava. Za deset let po povodních přišel zákon o sociálních službách, který zase pozměnil tvář Charity. A minulý rok certifikace norem ISO.

Jsou slyšet hlasy, že to již není takové jako dřív. „Víte, kdysi jsem všechny z Charity znala jménem, trávili jsme společně i čas mimo práci. Teď mám pocit, že znám jen jejich elektronický podpis v e-mailu...“

„Někdy mi chybí to nadšení, které jsme měli na počátku. Mám pocit, že se z nás vytráčí naše lidství...“ „Pamatuji si,

že kdysi každý musel přinést osvědčení o tom, že je aktivní věřící. teď je to jiné...“

Jsou to jen pocity, nebo i kus pravdy?

Určitě se mnohé změnilo. Možná by se tento stav organizace dal přirovnat k manželství po letech. Prvotní zamilovanost opadla, nastalo vystřízlivění. Ale pokud se vztah dál buduje, pomalu se mění v lásku. Celoživotní, bez velkých iluzí, ale s pocitem, že my dva k sobě patříme.

A tak je to snad i s Charitou – patříme k sobě jako klienti, zaměstnanci, vedení. A čím ještě je Charita jiná?

Pracují v ní lidé s dobrým srdcem, pracovití, s lidským a přesto profesionálním přístupem. Dalo by se říct s křesťanským duchem, i když se mnozí křesťany nenazývají.

### Poslání Charity Opava

...jen pro připomenutí...

„Naše poslání je profesionálně poskytovat sociální služby potřebným a zaměstnávat znevýhodněné osoby.“

charita opava



### ✦ Slovo ředitele

#### Dvě misky vah

Milí kolegové a přátelé Charity

Opava, nedávno jsem vzpomínal na naše úplné začátky. A srovnával. Už jsme velký kus cesty. Od dobrovolníků pracujících s úžasným nadšením až po profesionály s velkým stupněm odbornosti.

Zdá se mi, že zaujetí pro pomoc lidem se s přibývajícím časem vytrácí a schovává se pod roušku odbornosti. Udušávají její administrativní požadavky, které před 15 lety nebyly.

Trochu s nostalgií vzpomínám na povodně, kdy jsem vařil polévku a čaj a jel je rozdávat lidem, které voda odřízla od okolního světa.

Dnes, než bych se vypravil na cestu, pověřil bych právníka, aby mi zjistil, které požadavky musím splňovat, hlavně z hlediska hygieny.

Jistě vnímáte tu tíhu obou misek vah, na kterých je třeba denně vážit. Profesionalita a hluboké přesvědčení o smyslu pomoci se musí doplňovat. Zachraňovaný vnímá a potřebuje obojí. Bohužel mnohým pracovníkům v pomáhajících profesích právní klíčky berou tolik potřebný elán a svobodu. Můžete řídit auto bez řidičského průkazu, když to někomu zachrání život. Můžete se bránit, když vás někdo napadne, ale u soudu bude moralista posuzovat adekvátnost vaší obrany. Něco bych měl udělat. Něco, co by pozvedlo nadšení zaměstnanců, dobrovolníků i sponzorů z dobře vykonané práce, která pomáhá lidem. Ale já nevím přesně, co.

Až půjdete kolem, zastavte se na kus řeči, třeba společně něco vymyslíme.

Jan HANUŠ, ředitel

+

DUBEN

**Dostali jsme vysokozdvizný vozík**  
Přes složitosti, které nám dláždily cestu k získání nového vysokozdvizného vozíku, se nám to podařilo. Díky štedrnosti a vstřícnosti firmy ČEZ mohou dělníci v Chráněné technické dílny využívat toto nové technické zařízení. Děkujeme!

- DUBEN

**Nedostali jsme „finanční gramotnost“**

Občanská poradna se těší, že spustí nový projekt „Finanční gramotnost“, který zajišťuje Asociace občanských poraden. Byla však vybrána jiná zařízení v České republice, která lépe splňovala představy o realizátoru projektu.

## Stalo se

### Schůzky přátel Charity Opava

Každý měsíc se konají v Denním stacionáři pro seniory schůzky Přátel Charity Opava, kterých se účastní na 40 osob. Zejména seniři z Opavy a okolí se zde seznamují se zajímavými skutečnostmi z Charity a probírají aktuální témata například z duchovní či sociální oblasti.

### Autorské čtení v Radosti

Karel Pavlica, začínající spisovatel, představil 23. března v sociálně terapeutické dílně knihu „Povídání vlčí mámy“. Bajky pro malé i ty největší potěšily klienty, rodiče i zaměstnanc. Na úvod si klienti připravili taneční vystoupení, které kulturní odpoledne mile ozvládlo.

### Jarnímu úklidu počasí neprálo

I přes střídání sněhové vánice a svítícího slunce se 20. března zaměstnanci Charity Opava dali do úklidu. Výměna počítačů za hadr a kbelík nebyla na škodu.

## Kalendárium

\* V dubnu 1990 byla v prostorách fary minoritského kláštera na Masarykově ulici v Opavě otevřena charitní knihovna křesťanské literatury.

\* V dubnu 1994 jsme uspořádali charitní bazar darů z Holandska.

\* V duben roku 1998 začíná pracovat Středisko vzájemné pomoci na nové adrese v areálu Domu sv. Josefa v Opavě-Jaktaři. Jako součást střediska také vzniklo Nouzové ubytování pro ženy a matky s dětmi.

\* V dubnu 2001 proběhla finanční sbírka na pomoc Zakarpatské Ukrajině.

\* 10. dubna 2002 vznikl Domov Agapé - resocializační zařízení pro drogově závislé děti ve věku 12-15 let.

\* 21. dubna 2004 navštívili členové parlamentního Výboru pro sociální politiku a zdravotnictví Vlaštovičky.

\* V dubnu 2004 byl také otevřen klub Chráněného a podporovaného bydlení s názvem Setkávárna se sebou samým i s druhými ve 3. patře na Kylesovské ulici č. 10.

# Klub svaté Anežky

## Osvědčený název s novým obsahem



Společná akce Klubu sv. Anežky a Seniorcentra. Kulturní program zajistily děti...

Sdružení dobrovolníků pod názvem Klub svaté Anežky začalo působit od 1. února letošního roku v rámci Sekce služeb seniorům a zdravotnických zařízení opavské Charity. Pod staronovým názvem Klub sv. Anežky se skrývá projekt, který spojuje již dříve známé činnosti opavské Charity - aktivity střediska Klubu seniorů a přátel Charity Opava s Křesťanskou knihovnou. S nápadem na tuto reorganizaci přišly dobrovolnice Charity Opava spolu s managerkou sekce Petrou Thiemlovou, Dis.

Cílem sdružení je umožnit občanům Opavy smysluplná setkávání a přístup informací „Tyto aktivity mají zázemí ve stávajících prostorách minoritského kláštera, kde sídlí Denní stacionáře pro seniory, a v místnosti určené pro Křesťanskou knihovnu,“ vysvětluje Petra Thiemlová. „Prostory nejsou úplně vyhovující a tak hledáme nové možnosti, abychom svou činnost mohli rozjet naplno. Tímto projektem bychom částečně splnili cíle Strategického plánu Charity Opava na období 2008 - 2013,

aby Charita Opava byla součástí společenského života města a působila v jeho centru. Myslím, že se tím jako organizace dostaneme do podvědomí široké veřejnosti,“ dodává managerka.

Personálně budou středisko zabezpečovat zejména dobrovolníci, aktivity pak bude řídit Petra Thiemlová. A čím konkrétně se bude středisko zabývat?

Křesťanská knihovna by měla dostat moderní kabát. Klubovými aktivitami nazývá autorka myšlenky pravidelného setkávání seniorů, aktivizační a přednáškovou činnost. Samotní dobrovolníci by měli řídit aktivity pro ostatní dobrovolníky sdružené v Klubu sv. Anežky. Středisko si klade za cíl spolupracovat s jinými zařízeními pro seniory jako jsou Domov sv. Zdislavy, Charitní domov na Kylesovské ulici a Seniorcentrum na Rolnické ulici. Duchovní život občanů Opavy by měl Klub sv. Anežky podporovat formou přednášek, pořádáním duchovní obnovy a poutí.

Přínosem by mělo být i organizované setkávání těch, kteří jsou nějakým způsobem spjati s Charitou Opava - tedy přátel Charity Opava.

## Mraveneček a jaro



Jarní výzdoba v Mravenečku stála spoustu úsilí. Na fotce Kuba se svým obrázkem.

Postní doba byla v Mravenečku, denním stacionáři pro děti s kombinovanými vadami, také dobou příprav na jaro. Začalo se už dlouho předtím, v lednu, protože Mravenečci jsou sice pilní, ale často je pro ně práce velmi namáhavá.

Vytváření atmosféry jara bylo pozvolné, ale všichni se velmi snažili, aby uvítali první teplé sluneční paprsky s krásnou barevnou výzdobou. Jaro probouzí přírodu, rozkvétají první květiny. Ve stacionáři rozkvetly nejrůznější květy - některé sice nepatří k prvním jarním, ale vypadá to, že se nám všechny povedly. Na

fotce možná není vidět, kolik to dá práce, než se jedna květinka vytvoří. Nakreslit, vytvořit kuličky nebo válečky z krepového papíru, potom natřít lepidlo, posunout kuličku na správné místo a přimáčknout - pro človíčka, který nedokáže koordinovat své pohyby rukou, je to téměř nadlidské úsilí.

## Výroční schůze Charity Opava proběhla

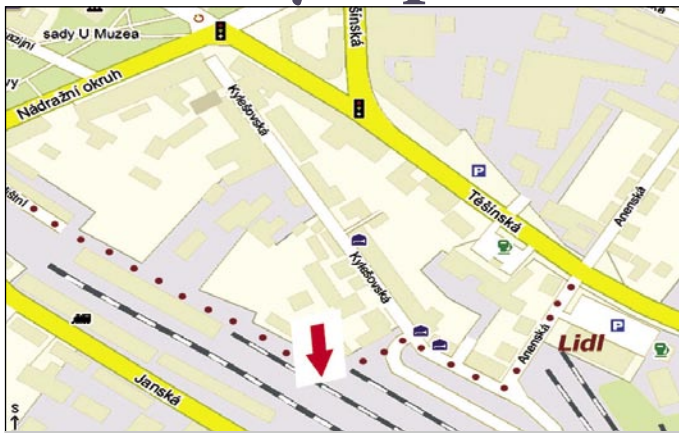


V duchu letošního motto „Setkávání“, které si jako svůj cíl vytýčil ředitel Charity Jan Hanuš, se konala 30. března Výroční schůze zaměstnanců Charity Opava.

Od rána se postupně scházeli zaměstnanci na všech stupních řízení, aby se měli možnost setkat, zhodnotit uplynulý rok a vyslechnout si představy o dalším vývoji naší organizace. Výroční schůze vyvrcholila ve 14 hodin ve velkém sále Minoritského kláštera, kde se z celé organizace sešlo 152 zaměstnanců. Závěrem bylo pro všechny připraveno malé občerstvení, při kterém si mohli popovídat ti, kteří k tomu dlouho neměli příležitost.



# Tradiční sbírka šatstva Charity Opava se opět blíží



Sbírky šatstva do vagónů se pořádají dvakrát ročně. Šatstvo putuje do Diakonie Broumov, kde se třídí. Zaměstnaní jsou při tom osoby znevýhodněné na trhu práce.

Tradiční a všemi oblíbenou jarní sbírku šatstva do vagónů pořádá v dubnu Středisko vzájemné pomoci. Chcete-li si doma udělat jarní úklid a přitom věnovat věci potřebným pro Diakonii Broumov, máte příležitost. Sběrka proběhne v pondělí 27. dubna od 8 do 17 hodin a v úterý 28. dubna od 8 hodin až do naplnění vagónů.

Vagóny budou tak jako vždy přistaveny na nákladním nádraží ČD ve stanici Opava-Východ. Na místo se dostanete z Těšínské ulice kolem Lidlu, dále pak po Kylešovské ulici, kde je naproti penzionu Mirka a Věra vjezd do bývalých uhelných skladů. (viz mapka)

„Zájem o darování šatstva pocítujeme už nyní. Musíme ale upozornit, že si Diakonie Broumov vymezila, které věci můžeme sbírat a které nikoliv,“ osvětluje

podmínky akce koordinátora sbírky Veronika Fussová.

„Podrobné informace o tom, co je možné donést, budou na vylepených plakátcích. Rádi také zodpovíme Vaše dotazy na telefonnu 553 653 776 či emailu [svp@charitaopava.cz](mailto:svp@charitaopava.cz).

V rámci sbírky bude možnost přispět na dopravu a pomoc potřebným.

Těšíme se, že účast na sbírce bude stejně velká jako v minulých letech.“

## Věci, které nám pomáhají

- dámské, pánské, dětské oblečení z bavlněného materiálu - i poškozené
- lůžkoviny, ručníky, utěrky, látky - nejméně 1 m<sup>2</sup> i poškozené
- kožené nepoškozené
- nepoškozené záclony, larisy, vlenné deky
- knihy, plyšové hračky, spací pytle - nepoškozené
- boty (pouze nové), přikrývky a polštáře pouze pérové

## Věci, které nemůžeme sbírat:

- vše špinavé, zatuchlé, mokré
- molitanové věci
- svetry, silonové, balonové a vataové věci
- stany, koberce, matrace, lyže
- nebezpečný odpad
- nábytek, kola, lampy, lustry, kuchyňské potřeby, kufrы, kofčárky, školní potřeby



## Mraveneček na natáčení Pomozte dětem



Sbírkový projekt Pomozte dětem již od svého počátku podporuje aktivity Denního stacionáře pro děti s kombinovanými vadami. Všem dárcům patří velký dík. I díky nim se děti před časem podívaly na natáčení pořadu Pomozte dětem, který se bude vysílat na Velikonoční pondělí od 18 hodin na ČT. Na Slezskostravském hrade se 22. března pobavily na představení s názvem „Kašpárek v rohlíku.“

Cirkusový stan plný dětí a skupina Bejbypank vytvořily skvělou atmosféru. I když natáčení probíhalo v ne příliš vlnném počasí, děti i rodiče byli skvělí.

Občas při nějakém žertovném kousku účinkujících i vyskali nadšením.

„Tahle neděle byla fajn, takové zpestření. Jsme rádi, že jsme

mohli jet,“ zhodnotila účast na představení jedna z maminek.

Letošní podpořený projekt Mravenečka, nesoucí název „Pobavme se s dětmi – třeba o cvičení“, pomůže dětem s kombinovanými vadami ke zlepšení a udržení zdravotního stavu a rozvoji komunikace.

Den strávený ve stacionáři je smysluplně využitým časem.

Díky projektu budou moci využívat pravidelně zdravotní rehabilitaci, canisterapii a prohlubovat dovednosti v usnadňované komunikaci. Cílem jsou spokojenější a zdravější děti. Zvýšení kvality jejich života se pak pozitivně odrazí na celé rodině. Činnosti budou probíhat po celý rok a jsou vyhodnocovány v individuálních plánech.

Mravenečci a jejich rodiny moc děkují všem, kteří je podporují metaforou Františka Hrubína něst „těžkou kládu“, kterou občas neunesou sami.

## Stane se

### • Volno na Velký pátek

Ředitel Charity Opava Jan Hanuš vyhlašuje na Velký pátek pracovní volno. Ti zaměstnanci, kteří jej z provozních důvodů nemohou využít, si jej mají možnost vybrat v náhradním termínu.

### • Oslava Dne matek

Denní stacionář pro seniory a mateřské centrum Neškola pořádají 12. května Den matek pro všechny klienty, dobrovolníky a zaměstnance Charity Opava. Oslava se bude konat v prostorách církevní konzervatoře. Program vystoupí studenti konzervatoře.

### • Přeshraniční spolupráce

Chráněné a podporované bydlení připravuje na polovinu května a počátek června výměnné pobyty pro klienty a zaměstnance Charity Opava v Polsku.

### • „Kolečko“

Půldenní cesta po Charitě pro nové zaměstnance se konala 26. března. Pro další zájem je plánováno kolečko v nejbližších měsících.

## Napsali o nás

### • Charita Opava: Můj svět 2008

Čtyřicet porotou vybraných fotografií v soutěži pořádá Charitou Opava, které se může zúčastnit každý pracovník nebo dobrovolník Charity v České republice, bylo vystaveno ve foyer Fabriky Svitavy. Všechny snímky na [www.charitaopava.cz](http://www.charitaopava.cz).

**Naše město, Svitavy, únor 2009**

### • Charita dostala peníze pro seniory

Hudba, práce, cvičení a zába-va, tak by se dala popsat hlavní náplň programu Denního stacionáře pro seniory provozovaného Charitou Opava. Programy pro seniory podpořila částkou 33 000 korun Nadace OKD. Charita Opava je největším poskytovatelem sociálních služeb na Opavsku. Zaměřuje se hlavně na pomoc zdravotně, duševně a mentálně postiženým lidem, seniorům a opuštěným osobám či lidem v krizových situacích.

**Region Opavsko, 10.2. 2009**



# „V Charitě se změnilo strašně moc,“

## bilancuje při odchodu náš dlouholetý kolega Tomáš Pchálek

V únoru jsme se dozvěděli v krátké době o odchodu jednoho z našich služebně nejstarších zaměstnanců. Tomáš Pchálek v posledních letech působil jako technický pracovník, zajišťoval smlouvy, mobilní komunikaci, pojištění a bezpečnost a ochranu zdraví při práci. Nejen sestřičky z ošetrovatelské služby ho znají jako „první pomoc“ při haváriích všeho druhu. Jak vzpomíná na Charitu a co by nám chtěl vzkázat?

**\* Jaká byla Vaše cesta do Charity Opava?**

To takhle jednou za mnou přišel Jan Hanuš – současný ředitel Charity – tenkrát pracoval na projektu Vlašoviček, a jestli bych chtěl jezdit v Charitě. A tak jsem dal výpověď ve stávajícím zaměstnání signalisty a šel jsem. Tenkrát jsem byl svobodný a šel jsem z většího platu na menší. Dnes bych to už neudělal.

**\* Jak dlouho jste tady vlastně pracoval?**

Odhaduji nějakých 14 let. S malou pauzou to tak asi bude

**\* Za tak dlouhou dobu jste určitě vystřídal spoustu pozic. Co všechno jste dělal?**

Začal jsem na pozici řidiče v Klubu svatě Anežky (ano – tenkrát se to tak jmenovalo) – dnes tuto pozici zastává Standa Židek. No a teď už to půjde, jak si vzpomenu, snad ani ne po pořádku: Vlašovičky – kluk pro všechno, na ředitelství na Kostelní ulici – správa budov a vše možné. Časem přibýlo pojištění, telefony, starost o auta, jednorázově humanitární pomoci (jednu jsem i sám organizoval), sbírky a odvoz hader do Otrokovic – dnes se tomu vznešeně říká logistika. Po koupi objektu v Jaktarži jsem měl na starosti jeho zprovoznění dle potřeb provozu Charity. Nárazově jsem poskytoval také výpomoc při různých projektech jako Minicarususshow, rozvoz nábytku po povodních... No a v neposlední řadě také bezpečnost práce, školení nových zaměstnanců, zajišťování revizí, smluv

a f u n -  
gování s  
dodavateli  
e n e r g i í,  
likvidace  
faktur,



řešení havárií vozidel... Prostě je toho moc.

**\* Myslíte, že se Charita Opava od Vašeho příchodu až do letoška změnila, a pokud ano, tak jak?**

To si nemyslím, to vím. A jak? Strašně moc! Na začátku se psalo na tříosmšestce. Kdo ze zaměstnanců by dnes dokázal napsat a vytisknout dopis v T602 editoru? To bylo slávy, když z tiskárny vylezl nápis do oblouku!

První mzdová účetní, na kterou si pamatuji – paní Vančátová, seděla v cimře s regály. Dovede si nyní někdo představit své pracoviště v dobře vytápěném skladu? Dnes nikoho ani nenapadne, že by se nedalo sehnat pracovníka v terénu. Mobil už má každý. V začátcích se domlouvaly věci více dopředu. Dorozumívali jsme se pomocí CB radiostanic. Honza Hanuš je sehnal, nechal nainstalovat a naučil nás s tím pracovat. Provoz nestál skoro nic, dosah byl někdy ohromující, někdy to byl systém vidím ale neslyším. I v osobnostní rovině je dnes rozměr charity o hodně jiný než kdysi. Dovolil bych si přirovnat

Charitu k církvi. Na počátku malá rozrůstající se skupina s charakterem rodiny, dnes velká instituce. Obě však mají pořád stejný směr. I když to mnohdy na první pohled není patrné.

**\* Je něco, co byste v Charitě změnil, pokud by to šlo?**

Ani nevím. Nejsem inovátor, i když mě občas něco šikovného napadne.

**\* Co Vás na nové práci láká a po-čem**

ním ptát se. A také vřelý a hojný vztah s Hospodinem. A pokud bude něco chtít, ať zavolá.

**\* Kdybyste si měl vzít na roční pobyt na pustém ostrově tři věci, které by to byly?**

Tak toto mi dalo nejvíce zabrat ze všech otázek. Lidi nepočítám za věc a tak je nezmiňuji. Určité by to byla bible – tu jsem ještě nestihl přečíst celou. Pak nůž – bez něho jde spousta věcí, ale s ním ještě více. No a jako třetí věc bych bral udici se trpytkou na zlaté rybky. To abych si těch věcí mohl přát ještě více. :-))

**\* Chcete něco vzkázat čtenářům Domovníku?**

Každému přeji Nu 6, 24-26.

### Tomáš Pchálek

- BYDLIŠTĚ: Vávrovice
- RODINA: ano - žena a tři synové
- STUDIUM: elektrikář a pak maturita (podnikání v technických oborech)
- ZAMĚSTNÁNÍ: elektrikář, signalista, chariták, obchodák a pojišťovák
- KONÍČKY: toulání přírodou – pěšky, na kole, v lodi; extrémní sporty či spíše extrémní zážitky (sem tam), dobrý film, posezení u dobrého jídla a pití s dobrými lidmi, návštěvy kulturních památek – to je zatím pouze mé velké přání.

**z Charity Vám bude smutno?**

Je to zčásti finanční ohodnocení a motivační program, který je jasně nastaven, pak způsob a rozsah fungování firmy, různorodost, a také nová příležitost nechat vyrůst další část mé osobnosti. Smutno mi bude po lidech, které jsem opustil. A proto se budu snažit vás navštěvovat, co to jenom půjde.

**\* Co je Vaší nynější náplní práce, jestli nám to můžete prozradit?**

Jsem obchodní zástupce ve firmě s celosvětovou působností.

**\* Chcete vzkázat svému nástupci nějakou kolegiální radu?**

Pro mě bylo či je důležité umění naslouchat v kombinaci s umě-



Tomáš Pchálek se syny na trampu.



Manželé Pchálkovi na charitním plese.

# Učme se být zdraví



**Gabriela LUKŠÍČKOVÁ**

Zdraví může být definováno negativně jako absence nemoci. Světová zdravotnická organizace (WHO) definuje zdraví jako „stav kompletní fyzické, mentální a sociální pohody, a nesestává se jen z absence nemoci nebo vady“. Dnes se k výše uvedenému přidává i duchovní složka. Přestože toto je užitečná a přesná definice, dá se považovat za idealistickou a nerealistickou. Podle této definice WHO se dá klasifikovat 70–95 % lidí jako nezdravých.

Každoročně 7. dubna má svůj mezinárodní den právě zdraví. Pohled na zdraví se mění s postupující civilizací a také s věkem jedince. Pokud se lidí kolem sebe zeptáte na žebříček hodnot, nejspíš se dozvíte, že prioritami je zdraví s láskou a štěstím na

předních příčkách. Příliš se ale podle svých priorit neřídíme. Některé věci lze ovlivnit jen těžko, ale za spoustu zdravotních problémů si můžeme sami.

A když už se přestaneme cítit dobře, je většinou pět minut po dvanácté. Svě by o zdraví mohly vyprávět jistě sestry z Charitní ošetrovatelské služby a Mobilní hospicové jednotky Pokojný přístav.

„Lidské tělo a duše jsou neoddelitelné spojené nádoby. Většinou je dokonce obtížné určit, kde je prvotní příčina nemoci. Téměř každá nemoc je důsledkem kombinace fyzických, psychických a sociálních vlivů působících na člověka,“ potvrzuje komplexní pohled na zdraví vedoucí Charitní ošetrovatelské služby Brigita Pohanělová. „Pokud naše zdravotní problémy i přes intenzivní léčbu přetrvávají nebo se příznaky nemoci stále vracejí, pak to může znamenat, že naše tělo je moudré a bolí, aby nás vyzvalo k řešení otázek týkajících se našeho života, naší rodiny, práce, zázemí. Při celostní léčbě nemoci a péči o zdraví je proto potřeba se věnovat zároveň dobré kondici těla a duše,“ uzavírá na závěr.

K prevenci onemocnění se vyjádřila také vedoucí Pokojného přístavu Libuše Smějová. „Jak pečovat o své zdraví? Pokud konstatujeme, že je důležitý zdravý životní styl – stravování

v rozumné míře, omezit příjem živočišných tuků, zvýšit příjem syrové zeleniny a ovoce, mít dostatek pohybu apod. tak bychom asi nějaké nové informace čtenářům nedali, o tom se píše skoro pořád,“ říká a dodává: „Ale co je velmi důležité a doporučuji to všem, aby v dnešní hektické době uměli odpočívat. Aby si pracovní problémy nenosili domů a snažili se věnovat rodině, koníčkům. V naší profesi je to velice těžké, protože při práci s těžce nemocným a umírajícím klientem jsme někdy vtaženi do rodiny tak těsně, že sdílíme každou emoci a někdy je problém se od toho odpoutat i doma. A proto si stanovujeme hranice, protože jinak bychom tuhle práci nevydržely dlouho dělat.“

Dobrá rada. A co vy, jak často řešíte práci i doma? Přeji všem čtenářům hodně zdraví.

(autorka je manažerka Sekce PR)



Charitní ošetrovatelská služba si 1.4. připomíná rok od rozdělení střediska.

## ✦ Duchovní slovo



### • Velikonoční zamyšlení

Nevím, je-li správné přirovnání, když letos řekneme, že s vírou ve vzkříšení je to stejné jako s přírodou, která se probouzí s jarem. Letos bych spíš řekl, že se jaro podobá dnešnímu světu. Říkám to alespoň podle stavu ke 23. březnu - a doufám, že když budete číst tato slova, bude venku už to pravé jaro.

Vrátím se zatím k myšlence, že s vírou dnešního světa ve vzkříšení Ježíše Krista, což souvisí s naším správným životním cílem, je to skoro stejné jako s letošním jarním počasím. Svatý Pavel, kterého rok stále prožíváme, během své misijní cesty navštívil Recko, a tam přímo v srdci Atén na Areopágu hlásal dobrou zvěst o Ježíši Kristu. Zrovna když se dostal k myšlence o vzkříšení, jeho posluchači nevydrželi a řekli: „Poslechneme si Tě příště.“

Před několika lety novináři v jednom ze států, kde se většina lidí považuje za věřící, udělali průzkum. První otázka zněla, jestli je člověk věřící. Většina, kolem 90%, řekla ano. Druhá otázka zněla, jestli věří dotazovaní ve vzkříšení. Z těchto 90% řeklo ano pouze 25%. Myslím, že letošní Velikonoce, doufám, že s pomocí přírody, která se bude pomalu stabilizovat, nám dají příležitost, abychom se nad tím zamysleli. Osobně si rovněž myslím, že pravda o vzkříšení Krista, a také o tom, že je to náš opravdový cíl života, není jenom myšlenka z katechismu, kterou bychom si měli pamatovat, ale především odpověď na základní otázky lidské existence. Proč člověk žije? K čemu směřuje? Proč trpí?

otec Mieczyslaw  
AUGUSTYNOWICZ  
(autor je spirituál  
Charity Opava)

## ✦ Sociální práce

### Není sociální pracovník jako sociální pracovník



Na posledních společných schůzkách sociálních pracovníků jsme se bavili o náplni práce. Shodli jsme se, že některé činnosti máme všichni společně. Například základní poradenství, to je přímo zakotveno v zákoně o sociálních službách. Také každý vedeme určitou agendu o klientech či jejich případech. Rozdílů je však víc než společných činitelů. Vezměme si například sociál-

ního pracovníka se zdravotně znevýhodněnými klienty a sociálního pracovníka řešícího převážně psychosociální problémy klienta.

První se bude zřejmě více zaměřovat na zdravotně sociální poradenství, nácvik sebeobsluhy nebo hledání chráněného zaměstnávání. Kdežto u druhého půjde o krizovou intervenci, doprovázení klienta jeho životními strastmi, případně vyhledání

odborné psychologické nebo psychiatrické pomoci. Jde o velmi zjednodušené příklady, ale jedno z toho vyplývá. Není sociální pracovník jako sociální pracovník. A proto také potřebují individuální vzdělávací plán, aby mohli být specialisty na svou oblast. O tom až někdy příště.

Gabriela LUKŠÍČKOVÁ

Mše svatá  
za Charitu Opava  
je sloužena  
každý čtvrtek  
v 7 hodin ráno  
v kostele sv. Petra a Pavla  
v Opavě - Jaktaři.



## ••• Inzerce Charity

### Prodám, koupím

**Pište nám své inzeráty, rádi je zdarma zveřejníme!**  
luksickova@charitaopava.cz

### Vzdělávání

#### • Seminář

#### „Lidské zdroje v neziskových organizacích“

Práce s lidskými zdroji - motivační procesy, zákonná legislativní úprava, smlouvy se zaměstnanci (DPP, DPC, PP apod.), dobrovolníci v organizacích, personalistika. Praha, 22. 4. 2009, 10 - 15 hod; kontakt Generace Plus, o.s., Matoušova 19, 150 00 Praha 5; www.generaceplus.cz, e-mail: seminare@generaceplus.cz, tel. 733 369 892.

#### • Kurz „Komunikace a klientský přístup“

Pořádá společnost VEVA CZ s.r.o., specialista na emoční inteligenci a práci s osobnostními tendencemi. Praha, 15. - 16. 4. 2009, Cena: 2 500,- (+ 19% DPH). Zvýhodněná nabídka 1+1 pracovník zdarma. Další kurzy a kontakt e-mail veva@veva.cz nebo na telefonu +420 271 752 098.

#### • Kurz

#### „Úvod do supervize“

Pořádá Diakonický institut. Místo konání Ostrava, Stodolní 3, 9. 4. 2009, 9.00 - 16.15. Více informací naleznete na www.diakonickyinstitut.cz.

#### • Psychohygienu v pomáhající praxi

Kurz s akreditací MPSV o tom, jak umí (a mohou) pomáhající pomáhat sami sobě, o tom jak se o sebe starají ti, kteří se rozhodli, že se budou starat o druhé. Termín konání: 19. - 21. března 2009, 24 hodin, cena: 2. 000,- Více informací na e-mailu: info@spas-praha.com, www.spas-praha.com.

#### • Kurz lektora

Neziskovky.cz, o.p.s ve spolupráci se společností PricewaterhouseCoopers Česká republika nabízí rekvalifikační kurz pro lektory. Více informací na www.neziskovky.cz.

## ••• Společenská kronika

### Jubilea



\* Milá **Blaženka**,  
8. dubna slaví 60 let, čas letí a nevrátí se zpět.  
Věk není to, v čem poznává se stáří,  
když Tvé oči mladím září,  
a když se Tvé srdce umí pousmát,  
tak ten věk není znát. Ještě se ti může splnit tisícero snů,  
z kterých se budeš radovat...

Přejeme Ti z celého srdce, ať onen sváteční den i ty všechny další jsou plné lásky, štěstí a pohody.

**Vše nejlepší, hlavně zdravíčko Ti přeji všichni ze SSP**



\* K životnímu jubileu Ti **Libuško** přejeme, hodně zdraví, lásky, elánu a optimismu.

**Kolegyně z Pokojného přístavu**

### Blahopřejeme

\* Zdraví, štěstí a krásné narozeniny přejeme paní **Iloně MICHALČÍKOVÉ, Kamile KUPKOVÉ, Marcelu RYBÁŘOVÉ, Jarmile MIČKOVÉ** a panu **Petru BSIRSKÉMU**.

**Zaměstnanci Chráněných dílen sv. Josefa**

\* Milá **Katarino**, děkuji Ti za Tvou lidskou i kolegiální podporu a přeji Ti k narozeninám hodně spokojených dní a Boží požehnání.

**Tvá kolegyně Gabriela**

## ••• Listárna Domovníka

### Díky za informaci o odečtu z daní

Vážení,  
děkuji za zprávu o možnosti odečíst z daně částku věnovanou jako dar. Jsem ještě zaměstnaná, a tak budu ráda, když mi o tom vždycky dáte vědět. Přeji vám k vaší záslužné činnosti hodně zdraví a síly! A buďte ujisti, že na „Vlastovičky“ nikdy nezapomenu.  
Se srdečným pozdravem

**Klára VACHULOVÁ, Praha**

### Děkujeme

Hezký den,  
velice Vám děkujeme za podporu a za vyplněná vysvědčení, kterými nám plníte mailové i dopisní schránky. Při této příležitosti si Vám dovoluujeme zaslat nové číslo bulletinu Nadace OKD. Přejeme Vám příjemné čtení.

**S přáním hezkého dne, Nadace OKD**



*Požehnané Velikonoce  
a prosluněné jaro  
vám přeji  
pracovníci Charity Opava*

## ••• Info servis

### Informujeme

#### • Neškola zve na bruslení

Pokud chcete zažít ještě poslední záchrvěv zimy, přijďte v sobotu 4. dubna na ledovou plochu BULY ARÉNY v Kravařích, kde proběhne volné bruslení pro všechny zájemce. Začínáme v 10.15 a končíme v 11.45 hod. Vstup zdarma, podmínkou jsou brusle a teplé oblečení.

#### • Misie v Paraguai

**Klub sv. Anežky** srdečně zve na přednášku generální představené Kongregace Milosrdných sester III. řádu sv. Františka z Assisi, sestry Františky Marie Ryškové, na téma Misie v Paraguai. Na této misií působí bývalý kaplan chrámu Sv. Ducha v Opavě, otec Marek Duda. Přednáška se uskuteční v úterý 28. dubna v 16 hodin v pastoračním středisku minoritského kláštera v Opavě.

#### • Chráněné dílny

#### ani Krámek nezahájí

Zdravotního veletrhu Non-handicap v Praze se v době od 21. do 24. dubna zúčastní Chráněné dílny sv. Josefa. Výroba zde proto jede na plné obrátky. V Krámku se zase zaměřili na velikonoční zboží a rukodělné výrobky, aby zpřesřtili sortiment nabízených výrobků. Přijďte se podívat - obchůdek Chráněných dílen a Krámek u Josífka zvou „charitáky“ i všechny ostatní k příjemnému nákupu.

### Nepropáštěte

#### • Nadace OKD zve do ZOO

Nadace OKD pozývá všechny 18. dubna 2009 na **Den s NADACÍ OKD v ZOO**. Akce se bude konat při příležitosti otevření pavilonu Malá Amazonie v ostravské zoologické zahradě, kde bude již od 10 hodin připraven bohatý program, který skončí kolem 16 hodin.

#### • Otevírání Moravice

Víkendovou akci otvírání řeky Moravice a výlet do okolí větrného mlýna pořádá 18. A 19. dubna **Holos, o.s.** Více informací zjistíte na tel. 603718 185.

### Pište nám!

Hledáte něco? Chcete někomu popřát? Těšíme se na vaše příspěvky a postřehy! Posílejte je na adresu [luksickova@charitaopava.cz](mailto:luksickova@charitaopava.cz).



**DOMOVNÍK**

CHARITNÍ DOMOVNÍK. Vydává Charita Opava, Přemyslovců 26, 747 07 Opava, pro své zaměstnance, dobrovolníky a příznivce. Tel. a fax: 553 612 780, 553 612 788, e-mail: redakce@charitaopava.cz, www.charitaopava.cz. Duben 2009.