



# DOMOVNÍK

č. 8 – ZÁŘÍ 2013

**Dále čtete:**

- Komunitní bydlení (str. 2)
- Interview s Janou Rašťákovou (str. 4)
- Stále vzpomínáme na otce Jožku (str. 3)

CITÁT MĚSÍCE: „Hniloba zžírá trávu, rez železo a lež duši.“

Anton Pavlovič ČECHOV, ruský dramatik a prozaik

## Nový lis dá práci handicapovaným lidem



Pracovník Břetislav Leifert při obsluze lisu.

**Nový sedmdesátitunový lis plastových odpadů ARTechnic PBs700 má od srpna k dispozici Chráněná technická dílna ve Velkých Hořticích. V této strohě a na první pohled nezáživné informaci se skrývá daleko více zajímavého a prospěšného, než by se mohlo zdát na první pohled.**

Chráněná technická dílna, která je střediskem Charity Opava, se věnuje zpracování nebezpečných odpadů a zaměstnává 25 lidí, kteří by jinak na trhu práce pro své různé handicap neměli šanci obstát. Ekologická činnost se zde tedy potkává s chráněným zaměstnáním. Dílna produkuje ročně kolem padesáti tun plastů, především se jedná o odpad z televizí a monitorů počítačů. Tento odpad byla nucena prodávat dále nezpracovaný a tedy za výrazně menší cenu. To se může díky novému lisu změnit. Lis ale přinese také další významná pozitiva – čtyři nová pracovní místa, přičemž další dvě se již připravují. To vše se podařilo díky výrazné

pomoci tří institucí. Na projekt „Lisujeme odpady“ přispěla Nadace OKD v rámci programu „Pro zdraví“, také Moravskoslezský kraj v rámci dotačního Programu realizace specifických opatření Moravskoslezského krajského plánu vyrovnávání příležitostí pro občany se zdravotním postižením na rok 2013 a nakonec Úřad práce ČR, který podpořil vznik nových pracovních míst. Všem srdečně děkujeme!

Plasty slisované do těžkých balíků lze totiž lépe prodat a zajistit tak dodatečný příjem, který dílnám pomůže vykrytí pokles cen za zpracování a ve výkupu materiálů. Krom možnosti dokrytí tržeb také

přinesl práci dalším postiženým osobám. Pro lis je však zapotřebí zajistit přísun plastů. Chráněná technická dílna by proto ráda nabídla lisování materiálů také různým firmám a organizacím. Přijďte k nám! Zadaním práce u nás můžete nejen splnit povinný podíl zaměstnávání osob se zdravotním postižením, tedy tzv. náhradní plnění, ale zároveň pomůžete dobré věci. Díky vašim zakázkách budeme moci zajistit práci pro zdravotně postižené z Opavska.



život má mít hloubku



### • Slovo ředitele

Po dovolených...

Vážení a milí spolupracovníci, drazí přátelé. Vlastně je to tak každý rok – ani jsme se nenadáli a čas prázdnin a dovolených je najednou pryč. Letošní léto nás letos potrápilo rekordními vedry a tak je možné, že si mnozí neodpočali tak, jak jsme si představovali. A to je před námi do konce kalendářního roku ohromné množství práce – dokonce by se dalo obrazně říci, že se pořádně zapotíme, i když letní vedra vystřídá chladný podzim. Závěr roku je například nejnáročnějším obdobím pro naši administrativu, kterou čeká velmi hektický čas podávání žádostí o dotace na MPSV a město. Na výsledku jejich práce bude záviset naše finanční kondice pro další rok. V plném proudu už je příprava na Tříkrálovou sbírku, která sice vyvrcholí až v lednu příštího roku, ale do té doby musí být vše nachystáno a zorganizováno. Všichni také víme, že v sociálních službách je méně peněz, než bychom potřebovali. V Charitě Opava ale nechceme čekat s rukama v klíně a tak nás čeká shánění nových zakázek, jimiž bychom naši sociální práci mohli dofinancovat. A mnoho a mnoho dalšího – a to vše, jak také všichni dobře víte, za plného provozu všech našich sedmnácti středisek. Abychom to vše zvládli, musíme se naučit odpočívat nejen o dovolených, ale průběžně i během roku, musíme umět na chvíli vypnout a udělat si čas na sebe. Přechází si dobrou knížku, shlédnou pěkný film, těšit se se svými blízkými. A také se radovat z výsledků naší práce která má přes svou náročnost skutečně velký smysl. Tedy – čeká nás hodně práce, na kterou se i díky vám všem těším.

Jan HANUŠ, ředitel

+ ZÁŘÍ

### Kunštát je za dveřmi

Také v době dovolených měli zaměstnanci Chráněných dílen sv. Josefa hodně práce. Zúčastnili se tržních akcí v Klimkovicích, v Rožnově pod Radhoštěm a poprvé také na Kojetínských hodech. Nyní finišují s výrobou nových výrobků pro Festival dřeva v Ostravě, Prostějovské hanácké slavnosti a především se připravují na vrcholnou akci roku – Hrnčířský jarmark v Kunštátě.

– ZÁŘÍ

### Odebírají lidem důchody

Začínají přibývat případy, kdy jsou lidem se zdravotním postižením odebírány invalidní důchody nebo ztrácejí status osoby se zdravotním postižením. Jak uvedl zástupce ředitele Tomáš Schaffartzik, dotčení zaměstnanci, ale i Charita Opava, se ocitají v nepříjemné situaci, neboť na tyto osoby pak nelze čerpat dotace.

## STALO SE

### Charita v rádiu

Hned dvakrát se v srpnu prezentovala Charita Opava ve vysílání Českého rozhlasu Ostrava. Nejprve to bylo **8. srpna** v pořadu *Křížem krajem*, který se celý natáčel v Mraveněčku. Kromě vedoucí **Jany Konopkové** účinkovali také rozhodčí **Andreas Drastík** či místopředseda Okresního fotbalového svazu Opava **Pavel Novotný**. Pořad byl totiž díky za jejich angažování v akci *Pomozte postiženým dětem*. Poslechnout si ho můžete i ze záznamu zde: <http://prehravac.rozhlas.cz/audio/2942116>. Hořtickým Chráněným technickým dílnám se věnoval v pondělí **26. srpna** v živém vstupu v pořadu *Dobré ráno* předseda Rady Charity Opava **Ivo Mluděk**. Řeč byla o novém lisu na plastové odpady, která nám umožní vytvořit nová pracovní místa pro handicapované. V pořadu zaznělo také poděkování Moravskoslezskému kraji, Úřadu práce a Nadaci OKD, díky jejichž příspěvní byl lis zakoupen.

### Výlet k Panně Marii

O prázdninách vyrazilo 14 uživatelů a zaměstnanců střediska **Chráněné a podporované bydlení** na celodenní výlet do rodiště jednoho z klientů. Na krásném poutním místě v Klokočůvku u Oder – u Panny Marie ve skále – se prošli po okolí oderského údolí. Pan K. navštívil hřbitov, kde odpočívá jeho rodina. Svíčky rozsvítili výletníci také na poutním místě a kdo chtěl, mohl si nabrat vodu z pramene. V době oběda se všichni společně pustili do opékání párků a klobásek, které si s sebou přivezli. Pak ještě nezbytná kávačka a posezení v přírodě. V okolním lese pak ti čipernější, kteří se ještě vydali na „přízrům okolí“, našli i hřbitky, a tak měli postaráno i o dobrou večeři.

## KALENDÁRIUM

\* **29. září 1996** byl otevřen a vysvěcen **Dům sv. Cyrila a Metoděje** pro zrakově postižené ve Vlastovičkách.

\* **27. září 2001** vznikl stacionář Mravenček.

\* **15. září 2004** proběhla prezentační akce **Toulavý autobus pro dobrovolníky projektu D – venkov**.

\* **V září 2007** vyrobili pracovníci Chráněných dílen sv. Josefa šest „neviditelných“ keramických křížů pro ostravský hospic.

# Již tři roky pomáháme Opavanům s REGIONEM OPAVSKO



Již třináct let poskytuje Občanská poradna Charity Opava rady, informace a pomoc všem, kteří se na ni obrátí. Své služby poskytuje anonymně, odborně a také bezplatně. Tři roky jí v tom významně pomáhá týdeník REGION OPAVSKO.

Občanská poradna Charity Opava pracuje již od roku 2000, kdy se zároveň stala členem Asociace občanských poraden. Již třináct let se snaží, aby občané Opavy a okolí netrpěli neznalostí svých práv a povinností, neznalostí dostupných služeb, neschopností vyjádřit své potřeby a také aby uměli hájit své oprávněné zájmy. Svým klientům nabízí pomoc při řešení obtíží prostřednictvím rad, informací, vzorů smluv celkem v osmnácti právních oblastech.

Občané se na Občanskou poradnu obracují především v otázkách zadlužení, exekucí, rodinném poradenství, majetkových vztazích a podobně. Svět je čím dál složitější a neutěšenou situaci prozrazuje také množství klientů, kteří poradnu navštíví. Zatímco za druhé pololetí roku 2012 navštívilo poradnu 877 klientů, v prvním pololetí tohoto roku již 1018.

„Víme, co naše občany trápí, snažíme se proto také o prevenční snahy, kdy

zdarma nabízíme možnosti přednášek na nejpálčivější témata, jako jsou dluhy, exekuce či prezentační zájezdy, na nichž se snaží důchodce ožebračit pověstní 'šmejdi',“ dodává Lucie Vehovská z Občanské poradny. Občanské poradně také loni uspořádala s opavskou věznicí projekt „Jak na dluhy“, během něhož absolvovalo patnáct žen ve výkonu trestu téměř tříměsíční kurz finanční gramotnosti, který jim pomůže se po propuštění lépe zařadit do společnosti.

Nejrozšířenější prevenční snahou je však zcela jistě rubrika Občanské judo, kterou Opavané mohou již tři roky pravidelně nacházet na stránkách týdeníku REGIONU OPAVSKO, známého mezi lidmi také jako „červený Region“.

## REGION OPAVSKO

„Spolupráci s týdeníkem Region Opavsko si velmi ceníme. Právě prostřednictvím této rubriky se Občanské poradně daří širšímu okruhu opavských občanů nastiňovat řešení různých problémů, které se jich mohou týkat, upozorňovat na novinky v právních normách či právní praxi a varovat před různými nekalými praktikami,“ pochvaluje si spolupráci s týdeníkem REGION OPAVSKO Lucie Vehovská.

## Nové komunitní ubytování pro seniory



Charita Opava má nové komunitní bydlení. Do čtyř zařízení bytů se již v září mohou nastěhovat seniory, kteří se budou moci po většinu dne spolehnout na pomoc jak Charitní pečovatelské služby, tak i Charitní ošetrovatelské služby.

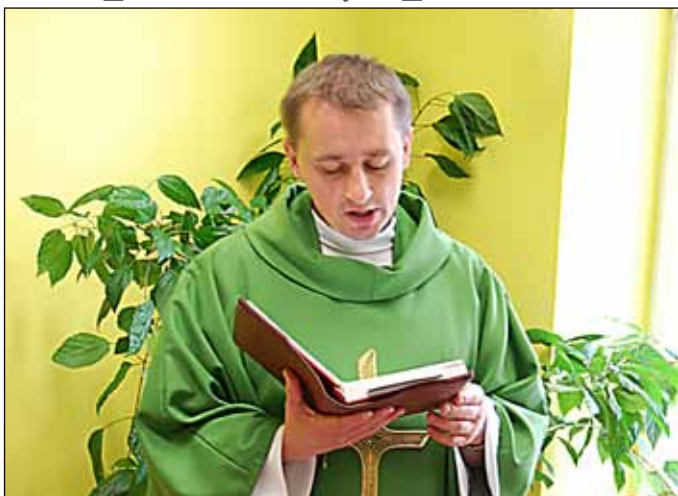
Když loni Kongregace Milosrdných sester III. řádu sv. Františka převedla na opavskou Charitu dům na Kylesovské ulici 4 v Opavě, už nic nebránilo realizaci myšlenky soustředit komplexní služby pro seniory a nemocné pod jednu střechu. „Dům na Kylesovské ulici jsme získali i s vybavením a ve vynikajícím stavu, takže nebylo třeba velkých a nákladných rekonstrukcí,“ dodává manažerka Sek-

ce služeb seniorům a zdravotnických zařízení Petra Thiemlová.

Nejprve se do nové budovy nastěhovala pečovatelská a ošetrovatelská služba, mobilní hospic Pokojný přístav a detašované pracoviště Wellness centra. Letos na jaře po přestavbě přízemí, která byla financována z výtěžku Tříkrálové sbírky, zde nalezl své útočiště také Denní stacionář pro seniory, což umožnilo přijetí osmi

nových klientů. Přestavba 2. patra na čtyři byty projekt završuje. „Původně jsme se rozhodovali mezi dvěmi variantami. Měli jsme v úmyslu zřídit velmi žádanou odlehčovací bytovou službu pro seniory, kterou by využívali klienti denního stacionáře a pečovatelské služby. To by však vyžadovalo nepřetržitý provoz, který by ale byl finančně náročný. Proto jsme zvolili komunitní ubytování. Jedná se o samostatné zařízení pokoje o rozloze přibližně dvaceti metrů čtverečních a s vlastním umyvadlem. Na patře je společná kuchyně a vždy dva pokoje mají společné sociální zařízení. Toto bydlení je vhodné pro lidi, kteří potřebují pomoc jak po zdravotní, tak i sociální stránce, ale ne nepřetržitou. Ošetrovatelská a pečovatelská služba zde bude k dispozici denně od 7 do 20 hodin a seniory mohou navštěvovat i denní stacionář. Přestože jsou pokoje zařízení, klienti si je mohou vybavit i vlastním nábytkem,“ vysvětluje manažerka Petra Thiemlová a doplňuje, že ani myšlenku odlehčovací bytové služby sekte nevzdává. V budově jsou ještě dva volné pokoje a možná už příští rok by mohly být využity za tímto účelem. Informace: Petra Thiemlová, tel. 553 764 084.

# Vzpomínky na otce Jožku Motyku pomáhají překonávat bolest



**Už jsou to dva měsíce, co nás opustil náš spirituál, otec Jožka Motyka. Mnozí se s jeho odchodem dosud nevyrovnali, ale díky Bohu – všem nám na něj zůstaly jen hezké vzpomínky, které pozvolna pomáhají překonávat bolest. Dnes na něj zavzpomínáme s paní Hankou Staňkovou z Mravenčůku:**

Kým pro mě byl otec Jožka? Předně to byl můj zpovědník, s nímž jsem si mohla povídat o všem. Poprvé jsem jej navštívila, když ještě působil v Novém Jičíně, a to na doporučení mé kamarádky. Vzpomínám si, jak jsem byla nervózní, protože jsem jej neznala, ale přes to všechno jsem si toužila popovídat o tom, co mě trápí a poprosit ho o radu, pomoc a duchovní vedení. Otec Jožka mi vyšel vstříc a já v něm našla oporu a člověka, s nímž jsem se mohla podělit o radost, když se mi něco povedlo.

Když jsem se pak dověděla, že se stěhuje na faru do Stěbořic, byla jsem štěstím bez sebe, že k němu budu mít blíž a budu-li chtít jít ke zpovědi, nebudu si muset vybírat dovolenou. Snažila jsem se mu přizpůsobit, jelikož vím, jak byl žádaný i jinde. Mohu mluvit o štěstí, které mě potkalo, protože on byl vlastně takový kněz na kolečkách, který se snažil vždy pomoci tam, kde byla potřeba a zahojit ránu v srdíčku, když to člověk potřeboval. Pro mě nebyl jen knězem a zpovědníkem, ale i psychologem a bratrem. U něj jsem opravdu nacházela klid a pokoj ve svém srdci, protože mi vždy poradil a navedl mě na správnou cestu. Snažil se, abych pochopila proč jsem na tomto světě, a i když mi bylo mnohokrát ouvej, všechno mělo smysl a řád, neboť Bůh sám nejlépe ví proč. Jen já jsem se jako malé dítě stále ptala, proč zrovna já. Na to mi vždy odpověděl, abych se modlila k Duchu Svatému, že odpověď dostanu. Věřte nebo nevěřte, odpověď opravdu dorazila a vždy to mělo smysl.

Čtrnáct dní před jeho dovolenou byl na návštěvě u nás v Mravenčůku. Chodil k nám rád. Povídat jsme si spolu i s klienty, někdy jsme si zazpívali a otec Jožka hrál na kytaru. Tak to bylo i naposledy, kdy nás učil tuto píseň: „*I když fíkovník nevypučí, réva výnos nevydá, i když pokrm z pole nezraje mi, nezrodí se oliva, i kdyby z ohrad zmizel všechen brav, i kdyby v chlévech dobytek nebyl, já budu jásat stále, zpívat k Boží chvále, Hospodinu píseň zazpívám. Já oslavím ho písní, dal mi radost v tísní, jenom Hospodín je spása má...*“ No moc nám to nešlo, ale snažili jsme se a bylo to fajn.

Zpráva o tom, co se přihodilo, mě hodně těžce zasáhla, protože první, co se mi hlavou mihlo, bylo – co teď budu dělat? Za kým teď půjdu? Kdo se mě ujme? Měla jsem pocit, že mi přestalo tlouci srdce. Pociťovala jsem úzkost a bezmocnost, najednou jsem byla opuštěná a tak sama. Ty pocity se nedají po-

psat. Stále jsem doufala, že to není pravda, že je to omyl, že se jen někdo spletl. Ale nespletl. Bůh ho tolik miloval, že si jej k sobě domů povolal.

S otcem Jožkou jsem byla i na kurzu v Optysu. Učili jsme se malování horkým voskem Enkaustickou žehličkou. Byla to náhoda. Viděl obrázky v Mravenčůku a hodně jen to oslovilo. Tenkrát jsem se od něj dověděla, že je vyučen jako umělecký kovář. Projevil zájem kurz absolvovat a tak jsem mu slíbila, že to zkusím domluvit, jestli ještě bude místo. Kurz byl již naplněn a byl limitován počtem žehliček. Pro otce místo nebylo. Snažila jsem se lektorku přesvědčit, ale chyběla právě žehlička. Najednou mi svítko a vzpomněla jsem si, že já můžu pracovat se svou osobní žehličkou, kterou jsem si koupila přes internet. Hned jsem lektorce volala, zda to tak můžeme udělat a bylo domluveno. Moc jsme si to užili. Lektorka mi pak řekla, že to pro ni byl obrovský zážitek, že farář v kurzu ještě neměla. V odpoledním kurzu pak byly zase ženy z věžnice, které hlídali bachaři. Tak takový kurz, kde se ráno sejde s knězem a odpoledne s vězeňkyněmi, už asi nikdy nezažije.

V době velikonoční, když jsem měla domluvenou zpověď, jsem otci Jožkovi upekla medovník s jedlým obrázkem zmrtnýchvstání Ježíše. Byl moc překvapen a jedině, co na to řekl, že taky jednou tak půjdeme za svým Otcem. Byla jsem šťastná, když jsem viděla, že je moc rád, že jej to potěšilo, ale netušila jsem, že se to tak brzy naplní.

Moc mi chybí, ale doufám, že mi za sebe pošle náhradu. O to prosím a volám do nebes. Otče Josefe, děkuji za všechno a hlavně za vaši trpělivost, kterou jste se mnou měl.

Hanka



## Stane se

### • Kurzy angličtiny

Mateřské centrum Neškola zahajuje v září oblíbené kurzy angličtiny pro maminky na mateřské dovolené. Kurzy budou probíhat pod vedením zkušené lektorky každé pondělí dopoledne. Začíná se **23. září** a přihlásit se mohou maminky, jejichž znalosti jsou pokročilé nebo mírně pokročilé. Využít mohou také možnost hlídání dětí. **Cena za hodinu činí 60,- Kč, cena za hodinu hlídání dítěte 20,- Kč.** První hodinu pak mohou maminky absolvovat zdarma. Všechny maminky dále upozorňujeme, že od září je Neškola otevřena vždy v pondělí, ve čtvrtek a v pátek od 8 do 12 hodin. Více informací na telefonním čísle 733 676 707.

### • Klubovní akce

Na zajímavý zářijový program už se těší senioři z **Klubu sv. Anežky**. V úterý **9. září** se v **Obecním domě** zúčastní komentované prohlídky výstavy na téma „**Vincenc Prasek: pedagog, učenec a vizionář**“. Čeká je také poutní zájezd do Krakova, kde navštíví klášter františkánů a v bazilice sv. Františka jim odslouží mši otec Krzysztof Ski-biński, který bude zájezd doprovázet. Po prohlídce památek a obědi v klášteře zajedou i na královský hrad Wawel. Více na [www.charitaopava.cz](http://www.charitaopava.cz).

## Napsali o nás

### • Biskup a 100 kněží na pohřbu faráře

Stovka kněží s čele s biskupem Františkem Václavem Lobkowiczem sloužila mši, při které se skoro tisíc lidí přišlo rozloučit s tragicky zahynulým mladým knězem Josefem Motykou. Ten zemřel na dovolené na Oravské přehradě poté, co do jeho člunu, na kterém s kamarádem rybařil, uhořel blesk. Lidí přišlo tolik, že se zdaleka všichni zájemci do kostela nemohli vejít a stovky jich postávaly okolo nebo seděly na lavicích ukrytých pod velkým stanem. „Byl to pohřeb století. Něco tak velkého nepamatuju. Jen kněží tady bylo 105, lidí pak skoro tisíc,“ řekl známý místní sbormistr a kapelník Karel Kostera.

REGION OPAVSKO,  
9. července 2013

# „Klienti nám často říkají, jak nás mají rádi,“ říká o své práci pečovatelka Charitní pečovatelské služby Jana Rašáková

V mládí si málokdo uvědomuje, že život uteče jako voda. Přijdou nemoci, stáří, osamění... Nejhorší je tato životní etapa pro lidi, kteří nemají nikoho. Tak jako paní Marie. Její příběh je o velké nenaplněné lásce. Její milý se nevrátil z ruské fronty. Truchlila po něm celá desetiletí, nikdo nebyl jako on. Neprovdala se, dřela jako dělnice, starala se o rodiče, o děti sourozenců, a navrch ještě o malé hospodářství. Nejprve odešli rodiče, po nich bratr i sestra. Neteře a synovci už mají dávno své životy a za staříčkou tetou moc nejezdí. Paní Marie dnes ujde sotva pár kroků, nemá spaní a tak od časného rána sedává v kuchyni u okna, vzpomíná a pozoruje, co se děje venku. Těší se na okamžik, kdy před vrátky zabrzdí červené auto z opavské Charity, pak vrzne branka a na dvorek vejde její pečovatelka. Od chvíle, kdy v roce 1991 začala Charitní pečovatelská služba fungovat, prošly její péčí tisíce klientů, kteří tak nebyli nuceni dožít v léčebnách pro dlouhodobě nemocné nebo v lepším případě v domovech důchodců. O práci pečovatelky jsme si vyprávěli s jednou z nich – Janou Rašákovou.

## \* Jak dlouho v Charitě pracujete a co vás vlastně k práci pečovatelské přivedlo?

Na podzim tady budu už šest let. Předtím jsem pracovala jako chemička v Galeně, ale už dlouho jsem uvažovala o tom, že by mě bavilo něco úplně jiného. Už tenkrát mě napadlo, že bych třeba ráda pracovala v Marianu. Když jsem pak v Galeně skončila, nabídli mi na úřadu práce nějaké rekvalifikační kurzy a mě hned zaujal dvouměsíční kurz pro pečovatelky, který probíhal v Hrabyni. Absolvovala jsem ho a s osvědčením pak hledala práci. Získala jsem ji v Magna Res u paní Chovancové, ale po krátké době firma zanikla a já jsem zkusila štěstí v Charitě. Od té doby jsem tady.

## \* Přinesla vám práce pečovatelské to, co jste od ní očekávala?

Ano, už od první chvíle, vlastně už během kurzu, jsem si uvědomovala, že jsem si vybrala dobře. A to i potom, co jsem začala pracovat v Charitě, kde bylo mnohem více práce než v Magna Res. Tam jsme měli tak tři klienty denně, v Charitě jich mám devět stálých, v době dovolených i víc. Začínala jsem v Opavě. Nejdříve jsem navštěvovala klienty pěšky, pak jsem dostala auto a dnes jezdím za klienty do Vávrovic, Stěbořic, Zlatníků, Milostovic, do Sádku i do Opavy. Práce s lidmi mě baví a uspokojuje, cítím to jako poslání, a i když jsou chvíle, kdy toho mám plně kecky, neměnila bych.

## \* Jak vypadá váš běžný pracovní den?

Služba nám začíná v sedm hodin a první na řadě je ranní hygiena. To

má přednost před koupelemi, nákupy a úklidy. Imobilní klienty myjeme a převlékáme na lůžku. Když je třeba, vyměníme povlečení. Některým klientům podáváme snídaní a dohlédneme, aby si vzali léky. Jinak děláme to, co mají lidé nasmlouvanou –

koupele, úklidy, základní nákupy, doprovázíme je na procházkách nebo k lékaři či do obchodu. Jednou týdně máme večerní službu a jednou měsíčně sloužíme o víkendech.

## \* Překvapilo vás něco na vaší práci?

Když tak nad tím přemýšlím, tak mi i po těch letech někdy přijde zvláštní, že chodíme do cizích bytů, otvíráme cizí skříně, cizí ledničky – a přitom se necítíme jako vetřelci. A to zvlášť v těch případech, kde je větší rodina. Stáváme se tak její součástí. Třeba ráno si někdo v kuchyni vaří kávu, je přitom v županu a to, že přišla pečovatelka, už považuje jako normál-

ní věc. Pozdravíme se, prohodíme pár slov. Zrovna nedávno jsem se ptala vnučky jedné klientky, zda ji nevádí, že po bytě chodí někdo cizí. Řekla, že ne, že si zvykla a že mě jako cizího člověka nebere. To je i o důvěře.

## \* Jste často jediným člověkem, s kým mohou vaši klienti promluvit, jak s nimi navazujete vztah?

U této práce je hodně důležitá komunikativnost a člověk musí mít i velkou dávku empatie. Je důležité dívat se, vnímat a mluvit. Klienti si rádi popovídají, svěřují se, vzpomínají na mládí, tíží je různé zdravotní či jiné problémy. Prostě člověk pozná, když se na něj někdo těší. Samozřejmě, že ti, kteří žijí sami, se na svou pečovatelku upínají více, než lidé, kteří kolem sebe mají svou rodinu. Ale i oni se na nás obvykle

pila se. Pak jsem ale zjistila, že to tak nejde, že to tak nemohu prožívat, protože to člověka ničí. Tak se snažím se tomu nepoddávat, ale není to vždy jednoduché.

## \* Jak bojujete proti vyhoření?

Některé období je skutečně hodně náročné, že si kolikrát myslíme, že to nedáme, ale pak to zase přejde a je lépe. Hodně se o práci bavíme s kolegyněmi a máme skvělou vedoucí Petru Thiemlovou, která nám hodně pomáhá, umí nás povzbudit v pravou chvíli, stojí při nás – a to je nesmírně důležité, když děláte práci, která jde ruku v ruce se stresem. V létě pro nás připravila výlet do Beskyd, který byl zaměřen právě na předcházení vyhoření. Moc nám to pomohlo, protože jsme se vrátily jako znovuzrozené. Jinak máme pravidelné supervize. Jako supervizorka za námi chodí paní Hana Neugebauerová. Probíráme různá témata, různé konkrétní případy a ona nás navádí, jak v dané situaci postupovat. Je fajn, že se na ni můžeme obrátit, kdykoli to potřebujeme.

## \* Jak trávíte volný čas?

Nejraději s rodinou a přáteli. Mám ráda aktivní odpočinek, protože neumím jen tak sedět. Ráda se pohybuji a pořád musím něco dělat. Takže sednout na kolo a jet se projet, to je pro mě ideální relax.

## \* Děkujeme za rozhovor.

## Jana RAŠÁKOVÁ

**NAROZENÁ:** 25. 1. 1962  
**RODINA:** syn Martin (32), dcera Tereza (23)  
**PRÁCE:** Galena Komárov, Tesco, Hypernova, Magna Res, Charita Opava  
**KONÍČKY:** rodina, zvířátka, příroda



# Ztuhlost kloubů a bolest ve svalech? Možná jste si zvykli... Pomůžeme!



Všem, kteří chtějí své potíže zmírnit nebo úplně odstranit, nabízejí naši nevidomí a zrakově postižení maséři a masérky svou pomoc.



Detašované pracoviště: Kylešovská 4, Opava  
nabízí tyto procedury:

klasická zdravotní masáž  
lymfatická manuální masáž

Provozní doba:

**Pondělí - čtvrtek: 8.00 - 18.00 hod.**

**Pátek: 8.00 - 15.00 hod.**

Objednávky: 605 443 222



WELLNESS CENTRUM  
Charity Opava,  
Přemyslovců 26, Opava - Jaktář

nabízí:

klasické zdravotní masáže  
sportovní regenerační masáže  
manuální lymfatické masáže  
přístrojové lymfatické masáže  
masáže lávovými kameny  
medové masáže  
havajské masáže  
estetické formování postavy  
perličkové a hydromasážní koupele  
suché uhličité koupele  
rašelinové zábaly  
multifunkční saunu Vario

**Pondělí - pátek: 7.30 - 19.30 hod.**

Pouze na objednávky

**Volejte: 553 611 322,  
605 444 322**



Každý čtvrtek masírují  
na Kylešovské ulici pouze  
masérky!

## ❖ Inzerce Charity

### Poděkování

#### • Stroj šije dobře

Nový šicí stroj má Chráněná dílna Vlastovičky. Mohla si jej pořídít díky **Obchodnímu družstvu TEMPO**, které Charitě Opava předalo výtěžek z prodeje časopisu Vysoké Tempo, a to ve výši **10.172 korun**. Jak uvedla pracovnice dílny Jarmila Fišerová, šicí stroj značky SIRUBA má velkou výhodu, protože dokáže prošívat hrubé látky a tkané koberečky. „Prošel úspěšně zatěžkávající zkouškou a jsme s ním spokojeni,“ dodala Fišerová s tím, že kolektiv dílny Tempu srdečně za tento dar děkuje.

**VYSOKÉ  
X  
TEMPO!**

#### • Mohou se radovat

Vážený pane řediteli,

moje sestra, která je mentálně postižená si následkem pádu zlomila bederní obratel. Děkuji rehabilitačním sestrám z Charity, zvláště **paní Marii Stoklasové**. Se zájmem, pomocí a s pečlivostí prováděla rehabilitaci. Obratel se zahojil, bolesti nejsou. Máme se z čeho radovat a děkovat Pánu.

**Jana KONEČNÁ,  
Velké Heraltice**

## ❖ Společenská kronika

### Blahopřejeme

#### \* Narozenyiny v září

Zvonky zvoní, svět se směje, každý vám dnes štěstí přeje. Posíláme kytičku v tento slavný den, ať je každý spokojen! V září oslaví své narozeniny tito zaměstnanci: **Milena ALTMANOVÁ, Jarmila FIŠEROVÁ, Milada KALLEROVÁ, Gerda KREMSEROVÁ, Jaromír KRPEC, Jiří LAIFERT, Zdeňka ONDEROVÁ, Simona PUTANKOVÁ, Martin SOLNICKÝ, Zdislava SOVADINOVÁ, Miroslava STOKLASOVÁ, Yvona STRÍLKOVÁ, Radim WACLAWIEC a Eva ŽÍDKOVÁ**. Vše nejlepší přejí

redakce



\* Osudem vám bylo dáno, říci si to své ANO. Vaše láska, sliby, snění, dosavadní přátelství, ať se ode dneška změni v nejkrásnější manželství. Dne 31. srpna 2013 vstoupila do svazku manželského naše milá kolegyně **Radka MATYÁŠKOVÁ** – nyní již **LENKOVÁ**. Vše nejlepší v manželství přejí

**Lucka, Radana, Klára, Romana a Veronika**



\* V září oslaví své narozeniny pracovnice CHD Vlastovičky **Jarmila FIŠEROVÁ, Gerda KREMSEROVÁ a Jaromír KRPEC**. Přejeme vám oceán štěstí, moře lásky, řeku přátelství, vodopád zdraví, pramen touhy a ani kapičku zklamání.

**Kolektiv Chráněné dílny Vlastovičky**



\* Srdečně blahopřejeme našim kolegům **Miladě KALLEROVÉ, Simoně PUTANKOVÉ, Martinu SOLNICKÉMU a Evě ŽÍDKOVÉ** k narozeninám a přidáváme jednu radu – nikdy smutku nepodléhat, v životě jen štěstí hledat! I když jste zas o rok starší, neberte to vážně, když se člověk netrápí, je na světě krásně!

**Kolektiv Chráněných dílen sv. Josefa**

\* Až ti v den narozenin všichni budou přát, chceme ti také ruku stisknout a pusku na tvář dát. **Jirkovi LAIFERTOVI**, který oslaví Kristova léta, přejeme hodně zdraví, štěstí a lásky!

**Kolegyně ze sekce**

## ❖ Foto měsíce



#### • Neckyáda

Letos v létě se ředitel Charity Opava Jan Hanuš zúčastnil Neckyády v Novém Dvoře, kterou každoročně pořádají místní hasiči. Loni plula posádka rodiny Hanušovy na lodi vodních Ufónů. Ani tentokrát ji neopustil smysl pro humor a zároveň i originalitu. Plavidlo, které ředitel Jan Hanuš postavil společně se svými syny, připomene hlavně dříve narozeným oblíbený polský seriál Čtyři v tanku a pes. Podíváte-li se pozorně, najdete i psa Šarika, který sedí pohodlně usazen na děle.

### Pište nám!

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

## ❖ Informujeme

### Zaznamenali jsme

#### • Vzpomínka na otce Františka Bureše

V srpnu uplynulo pět let od úmrtí **otce Františka Bureše**, který odešel v pokoji 26. srpna 2008. Pracovníci Domu sv. Cyrila a Metoděje na milovaného kněze nezapomínají. Pravidelně navštěvují místo jeho posledního odpočinku ve Štítné nad Vlárí. U hrobu otce Františka zapálili svíce také v pátek 30. srpna. Věnovali mu tichou vzpomínku a modlitbu. V úterý **10. září v 7.30 hod.** se pak v kapli domu ve Vlastovičkách uskuteční za otce Bureše **mše svatá**, kterou bude celebrovat kněz Petr Kříbek, farář z Jaktáře. Vítání jsou všichni charitní pracovníci.

#### • Navštívili Charitu

V nedávných dnech přivítal **ředitel Jan Hanuš** návštěvu z Německa. Charitu Opava si přijeli prohlédnout zástupci **Diakonického vzdělávacího centra Lobetal**. Během dvou dnů se seznámili s chodem všech středisek. Obě strany nyní uvažují nad možnou spoluprací, která by mohla vyústit i ve vypracování společného evropského projektu.

#### • Přijďte na oslavu!

V září uplyne už **17 let** od chvíle, kdy biskup František Václav Lobkowitz požehnal **Dům sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené ve Vlastovičkách** a co se nastěhovali jeho první obyvatelé. Oslava tohoto výročí se uskuteční v sobotu **28. září 2013 a začne ve 14 hodin** mši svatou, kterou oslouží otec Petr Kříbek. Zaměstnanci i obyvatelé domu na svou oslavu srdečně zvou také veřejnost, která si bude moci prohlédnout dům i chráněnou dílnu zevnitř. Hosté jsou zváni i na zábavný program. K tanci a poslechu zahrají manželé Hudečkoví, poté se uskuteční divadelní představení pro celou rodinu – „**Kouzelná paní Láry Fáry**“. Občerstvení je zajištěno. Dům bude návštěvníkům otevřen od 14 hodin až do večera. Srdečně zveme!



**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: [molvci@charitaopava.cz](mailto:molvci@charitaopava.cz), [www.charitaopava.cz](http://www.charitaopava.cz). Září 2013.