



DOMOVNÍK

č. 8 – ZÁŘÍ 2018

Dále čtete:

- Pojďte slavit do Vlastoviček! (str. 3)
- Rozhovor s Terezou Adamcovou (str. 4+5)
- Dárek pro Jana Graubnera (str. 7)

CITÁT MĚSÍCE: „Všichni se snaží, pracují bez přestání, ale zapomíná se na jednu věc. Nejenom pracovat pro druhé, ale být s druhými.“ Z kázání otce Jožky MOTYKY (1976 - 2013)

Fénix nabízí pozůstalým pomoc na pouti truchlením



Odbornou kvalifikaci „Poradce pro pozůstalé“ získala Tereza Adamcová ze služby krizové pomoci Fénix. Středisko krizové pomoci Naděje, pod které Fénix patří, tak rozšiřuje nabídku svých služeb o pomoc lidem, kteří přišli o blízkého člověka a neumí se s touto těžkou ztrátou vyrovnat. Poradenství tak bude Charita Opava nabízet jako následnou péči pro klienty svého mobilního hospice Pokojný přístav, určeno je ale všem lidem, kteří tuto pomoc potřebují.

Smrt je nedílnou součástí lidského života, přesto se s ní nikdy nejspomejí definitivně vyrovnat. Když nám zemře někdo blízký, je to jako by se nám zhroutil celý svět, jako by náš život najednou ztratil smysl, smrtí ztrácíme milovaného člověka navždy, definitivně. Už nikdy se s ním nesetkáme, už nikdy nás nepohládá, nepochválí, už nikdy nic nebude tak jako dřív. Ztráta blízkého člověka nabourává u pozůstalých pocit vlastní identity („Jsem ještě manželka, když mi zemřel manžel? Ne,

už nejsem, jsem vdova...“), pocit vlastní integrity („Něco ve mně zemřelo, jako bych ztratil kus svého já...“), vztahy s jinými lidmi („Není mi dobře samotné, ale ani mezi lidmi.“) nebo přesvědčení o stabilitě a bezpečnosti světa („Jak to jen Bůh mohl dopustit?“).

V těchto těžkých chvílích se pak dopouštíme ať již jako přímí pozůstalí, nebo jejich blízcí, celé řady chyb a omylů, rezignujeme na pohřeb a tedy i poslední rozloučení se zesnulým, vyhýbáme se úzkostlivě hovorů o něm, nebo

naopak rozdáváme neúčelné nebo dokonce bolestivé rady. Smutek je přítom přirozenou a normální reakcí na tuto těžkou ztrátu. Proces truchlení představuje způsob jejího zpracování, proces vyrovnávání se s danou situací. Jen si s ní často neumíme sami poradit, máme obavy, strach, stud, dokonce i pocit provinění.

„Ne vždy se pozůstalému dostane potřebné podpory od rodiny, blízkého okolí,“ říká Tereza Adamcová. „Ze zkušenosti víme, že lidé citlivější témata raději řeší s někým nestranným, kdo není situací emočně zasažen, odborníkem na danou problematiku. Žádný člověk si nezaslouží být na trápení sám,“ dodává o novém poradenství Fénixu, které určené všem, kdo potřebují doprovod na pouti truchlením.

Slovo ředitele

Naším dobrovolníkům

V září se v Ostravě uskuteční již druhé setkání dobrovolníků ostravsko-opavské Charity,



na které se chystají také někteří dobrovolníci z Opavy. A já jsem si díky tomu opět uvědomil, jak je pravdivé heslo tohoto setkání, které zní „Bez vás to nejde!“. Řada služeb a činností Charity Opava by totiž skutečně nešla uskutečnit v tak velké míře a tak kvalitně, pokud bychom se nemohli spolehnout na dobrovolníky, kteří nám přicházejí pomáhat bez nároku na odměnu. A ledacos bychom nezvládli vůbec – stačí jen připomenout Tříkrálovou sbírku, kterou Charita Opava pouze koordinuje, ale kterou vytvářejí stovky dobrovolníků z řad velkých i malých kolektivů.

O prázdninách pobýval v České republice dánský vědec Meik Wiking, autor mnoha knih, zkoumajících fenomén štěstí, který v Kodani dokonce pro výzkum štěstí založil speciální Institut. V rozhovoru pro média pronesl také tato slova: „Je důležité být v kontaktu se všemi aspekty lidského života, protože máme tendenci se porovnávat s těmi, kteří se podle nás mají lépe. Zajímavé třeba je, že lidé, kteří dělají dobrovolníky v charitativních organizacích, vykazují vyšší míru štěstí.“

Naši milí dobrovolníci! Možná Vám to neříkáme tak často, jak bychom měli, ale Vaši práce si velmi vážíme. Nemáme moc možností, jak se Vám odměnit, ale věříme, že Vaše práce u nás přináší užitek nejen našim klientům, ale že vědomí smysluplné seberealizace pomáhá i Vám si uvědomit, co vše Vám bylo dopřáno, čeho si máte vážít. A že jste díky tomu alespoň o kousek spokojenější sami se sebou a tedy šťastnější. Děkujeme!

Jan HANUŠ, ředitel

+ ZÁŘÍ

Vyjde kniha MŮJ SVĚT - 10 let

Zastupitelstvo Moravskoslezského kraje schválilo dotaci na vydání výpravné publikace, která bude mapovat deset let fotosoutěže MŮJ SVĚT, pořádané Charitou Opava. Můžeme se tak těšit na krásnou knihu, která přinese vítězné fotografie za desetiletí soutěže a do níž přispěje svým snímkem také její patron Jindřich Štreit.

— ZÁŘÍ

Neukáznění řidiči nám stojí na místech

I přes dopravní značení nám stále na parkovacích místech na Kylešovské ulici, rezervovaných pro Charitu Opava, každou chvíli stojí cizí automobily. Vozů pečovatelské, ošetrovatelské a hospicové služby přitom stále přibývá a tak se stává, že vinou neukázněných řidičů, kteří nerespekují dopravní značení rezervace, nemáme kde zaparkovat.

STALO SE

„Výročka“ se snímky Fotosoutěže MŮJ SVĚT

Výroční zprávu za rok 2017 vydala Charita Opava. Na tento zajímavý dokument, svědčící o tom, kam tato organizace došla za 28 let práce pro potřebné na Opavsku, se můžete podívat na stránkách Charity Opava www.charitaopava.cz. Výroční zprávu ozdobily fotografie z 10. ročníku fotografické soutěže MŮJ SVĚT.



Film Opavská inspirace na našich webovkách

Čtvrt hodinový film o Charitě Opava pod názvem „Opavská inspirace“, který měl premiéru 11. srpna v TV NOE, je již k vidění na stránkách Charity Opava. Dokumentem z dílny kameramana a režiséra Martina Žuchy provádějí zakládající členka Charity Opava a její první ředitelka Anička Ekslerová spolu se současným ředitelem Janem Hanušem, vystupuje v něm ale také řada zaměstnanců, klientů a spolupracovníků Charity Opava včetně písničkáře Pavla Helana, jehož písnička „Zahrádka“ je hlavním hudebním motivem filmu. Najdete ho na adrese www.charitaopava.cz.

KALENDÁRIUM

- V září 1991 byl otevřen **Charitní šatník** Střediska vzájemné pomoci.
- 1. září 2004 převzal po odcházející ředitelce Anně Ekslerové vedení Charity Opava současný ředitel Jan Hanuš.
- Denní stacionář pro děti a mládež s kombinovanými vademí **Mravenček vznikl 27. září roku 2001.**
- Charitní **Jiřinkový bál** jsme uspořádali **18. září 2010** v kulturním domě v Otčích.
- **Týden otevřených dveří** všech sedmnácti středisek Charity Opava jsme uspořádali **v září roku 2014** u příležitosti Dne Charity.
- Novou masáž, takzvané **bančkování**, nabízí **od loňského září Wellness centrum** Charity Opava.

Vojáci 53. pluku budou opět pomáhat sportem seniorům



Již několik let pořádají vojáci z opavského 53. pluku průzkumu a elektronického boje generála Heliodora Píky spolu se Základní školou generála Heliodora Píky branný závod pod názvem „Pomáháme sportem“. Výtěžek z této akce je letos určen pro Denní stacionář pro seniory Charity Opava.

Ve čtvrtek 13. září se tak od 10 do 16 hodin ve sportovním areálu ve Štítině utkají v branném závodě šestičlenná mužstva, přičemž v každém z nich musí být zastoupena alespoň jedna žena. Součástí akce bude také odpolední doprovodný program pro veřejnost, zakončený posezením u tábora. Výnos z občerstvení, které si účastníci budou moci koupit po celý den, pak tvoří podstatnou část charitativní sbírky. Přispět darem ale mohou všichni i bez toho, že by museli soutěžit.

Výtěžek pak bude použit k nakupební informační techniky, která umožní seniorům z Denního stacionáře Charity Opava trénovat paměť. Těšit se tak můžou například na speciální klávesnice, velkou obrazovku a podobné pomůcky. V minulých letech pomohli vojáci

touto sportovně-charitativní akcí například Mateřské škole Eliška, Azylovému domu pro rodiče s dětmi nebo charitativnímu Dennímu stacionáři pro děti a mládež s kombinovanými vademí Mravenček.

„Přijďte si i Vy 13. září změřit sílu v branném závodě s příslušníky 53. pluku průzkumu a elektronického boje, bezpečnostních sborů, IZS a zároveň přispět na dobrou věc,“ zve za pořadatele velitel plukovník gšt. Ing. Pavel Varmus.



Vzácné pozvání pro klienty Domu sv. Cyrila a Metoděje ve Vlastovičkách



Vzácného pozvání se dostalo klientům Domu sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené ve Vlastovičkách. Dlouhodobý sponzor tohoto střediska Charity Opava MVDr. Petr Staňa z Ostravy je pozval na exkurzi do své zvířeni ambulance a také na degustaci vín.

MVDr. Staňa se do Vlastoviček přišel podívat počátkem července na Cyrilometodějské oslavy a pozvání tlumočil právě zde. Klienti nadšeně přijali a tak se ve čtvrtek 26. července vypravili spolu se zaměstnanci do

Ostravy na zajímavou prohlídku oftalmologické, tedy oční ambulance pro zvířata. Za zasvěceného výkladu MVDr. Staňa si zde mohli prohlédnout, osahat i vyzkoušet nejrůznější přístroje, sloužící nejen k vyšetření,

ale také třeba i k samotné operaci zvířat všech velikostí i druhů. „Mezi nejčastější klientelu MVDr. Staňa se ale řadí psi,“ upřesňuje vedoucí Vlastoviček Zuzana Janků.

Tím ovšem program, který pro své hosty MVDr. Staňa přichystal, zdaleka nekončil. U něj doma na zahradě totiž následovala degustace vína, opět spojená se zasvěcenou přednáškou, v níž klientům osvětlil celý proces od pěstování až k výrobě vína. Během povídání mohli všichni ochutnat bílé, růžové i červené víno a dovědět se celou řadu zajímavých podrobností o nejrůznějších odrůdách a druzích vín, jejich chuti a podobně. Všichni byli z akce velice nadšeni, a náladu nikomu nepokazil ani prudký déšť ke konci exkurze. „Tímto bychom chtěli panu Staňovi srdečně poděkovat nejen za překrásné dopoledne, které připravil našim klientům, ale také za pravidelnou finanční podporu, kterou nám poskytuje už od roku 2005,“ dodává vděčně Zuzana Janků.

Prožijte sváteční den na veselici ve Vlaštovičkách!



Koncert skupiny Naděje, výstavu vítězných snímků fotosoutěže Můj svět, mnoho atrakcí pro děti i dospělé a skvělé občerstvení. To vše nabídne v pátek 28. září lidová veselice, konaná u příležitosti výročí otevření Domu sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené ve Vlaštovičkách u Opavy.

Oslavy začnou ve 14 hodin mši svatou v kapli, tvořící střed bývalého kláštera dominikánek, který sestry po roce 1989 získaly zpět v restituci a darovali Charitě Opava. Zájemce o prohlídku tohoto domu s pohnutým osudem, v němž již déle než dvě desetiletí nacházejí

pomoc lidé se zrakovým postižením, provedou se zasvěceným komentářem zdejší zaměstnanci i klienti.

Od 15 hodin se malí i velcí návštěvníci mohou těšit na zajímavý program i řadu atrakcí. Za vidění určitě stojí koncert opavské popo-

vé skupiny Naděje, která pro Charitu Opava vystoupí jež podruhé a opět bez nároku na honorář. Ti, kteří počátkem letošního roku propáslí v Historické výstavní budově Slezského zemského muzea výstavu vítězných snímků desátého ročníku fotosoutěže Můj svět, pořádanou Charitou Opava pod patronací prof. Jindřicha Štreita, budou mít ve Vlaštovičkách možnost to napravit. Výstava, která přináší také několik snímků pořízených právě mezi klienty ve Vlaštovičkách, se sem na malou chvíli vrátí z putování po celé České republice.

Pro děti bude největším lákadlem jízda na poníkovi, skákací hrad, malování na obličej nebo klaunské vystoupení či tombola. Chybět nebude prodej oblíbených keramických i látkových výrobků charitních chráněných dílen, ani bohaté občerstvení.

Vstup na lidovou veselici, která může být inspirací k pěknému rodinnému výletu, je stejně jako v předchozích letech zdarma. „Přijďte do Vlaštoviček prožít skvělé sváteční odpoledne,“ vzkazuje vedoucí Domu sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené ve Vlaštovičkách u Opavy Zuzana Janků.

Dobrovolníci Charity se setkají v Třebovicích, připojte se i Vy!



V pořadí již druhé Diecézní setkání dobrovolníků pořádá pod heslem „Bez vás to nejde!“ 22. září Diecézní charita ostravsko-opavská. Chystají se na něj také dobrovolníci z Opavy a mezi účinkujícími uslyšíte také opavskou skupinu Naděje, která rovněž v posledním roce úzce spolupracuje s Charitou Opava.

Význam slova charita vychází z latinského caritas, to znamená milosrdenství. Podstatou charitní

práce je pak pomoc lidem v nouzi bez ohledu na vyznání, náboženství, rasu nebo politickou orien-

taci. Velkou měrou se podpory účastní také řada dobrovolníků a právě pro ně je připraveno na 22. září v orlovně v Ostravě-Třebovicích (Na Valech 7) od 15 hodin Diecézní setkání dobrovolníků charit. Třebovickou orlovnu zaplní dobrovolníci z celého kraje a také části Jesenicka. Těšit se mohou na pestrý program, v němž zahrraje opavská skupina Naděje, o dobrovolnictví promluví Helena Baránková a dobrovolníci z Českého Tešína zpěvem dokáží, že mají nejen zlaté srdce, ale také zlato v hrdle.

Na setkání se stejně jako loni chystají také dobrovolníci Charity Opava. Mailem na ně například pozvala všechny koledníky Tříkrálové sbírky Marie Gilíková. Ti z nich, kteří se ještě nerozhodli, mají možnost se přihlásit až do 10. září.

„Dopravu na setkání zajistí Charita Opava,“ upřesňuje Marie Gilíková, které dodává, že místo a čas odjezdu ještě bude upřesněno.

STANE SE

• Mraveneček zve na Den otevřených dveří

Pro veřejnost bude mít ve středu 19. září od 8 do 14 hodin Denni stacionář pro děti a mládež s kombinovanými vadami Mraveneček. „Na Neumannově ulici č. 3 v Opavě budou na Dni otevřených dveří vítáni nejen případní zájemci o naši službu, ale všichni, kteří mají zájem trochu poznat náš stacionář,“ zve vedoucí Mravenečku Jana Konopková. Návštěvníci si budou moci prohlédnout prostory stacionáře a přesvědčit se, jak vypadá běžný den pracovníků i klientů.

• Opava bude v pohybu pro Pokojný přístav

Mobilnímu hospici Pokojný přístav bude určen výtěžek charitativní akce „Město v pohybu“, kterou pořádá opavská radnice v Městských sadech v sobotu 15. září. Akce je součástí kampani „Evropský týden mobility“ a případně na světový Den bez aut. Zúčastnit se může každý a nejen, že se rozpohybuje a něco zajímavého se dozví, ale zároveň pomůže dobré věci. Za každého účastníka akce totiž město daruje Pokojnému přístavu 20 korun. Pro účastníky je přítom akce zdarma. Trať bude připravena pro všechny, cyklisté dostanou mapu s velkým městským okruhem, a ti ostatní, tedy chodci, běžci, maminky s kočárky, děti na odrážedlech, lidé na koloběžkách, in-line bruslích, vozičkáři a podobně budou moci absolvovat malý okruh v Městských sadech. Účastníci budou navštěvovat stanoviště dle mapky a plnit úkoly, kvízy apod. Po nasbírání razítek na stanovištích, mezi nimiž nebude chybět ani to z Charity Opava, se vrátí na start, kde dostanou drobnou odměnu.

• Napsali o nás

• O RADOST je zájem

„Máme plno, ale zapíšeme vás do pořadníku. Tak teď odpovídá vedení sociálně terapeutické dílny Radost, kterou v Opavě provozuje tamní charita. Zařízení je určené pro dospělé lidi s mentálním postižením. Zájem je obrovský i proto, že ve městě podobné zařízení neexistuje a v blízké době zřejmě ani nové nevznikne.“

Česká televize, Události v regionech, 19. 7. 2018

„Bolesti z odchodu blízkého

Tereza Adamcová z krizové pomoci Fénix o „hraběcích radách“ při pohřbech,

Vzchopte se, máte přece pro koho žít! Musíte být silná! Vzmuž se trochu! Jsi pořád mladá, můžeš se ještě znovu provdat. To bude dobré, máte ještě celý život před sebou... Taková a další podobná slova jsou často tím prvním, čím chceme podpořit a utěšit člověka, který přišel o někoho blízkého. A nejspíše nás nenapadne, že tyto „hraběcí rady“ mohou být nejen neúčelné, ale truchlícímu mohou v jeho trápení ještě přitížit. Pracovníci Charity Opava, která již přes deset let provozuje mobilní hospic Pokojný přístav, o tom vědí své. I proto rozšířila charitní služba krizové pomoci Fénix svou nabídku o poradenství pro pozůstalé jakožto návaznou pomoc v těžkých chvílích, v nichž se musí vyrovnat se ztrátou blízkého člověka. Odbornou kvalifikaci „Poradce pro pozůstalé“ získala Tereza Adamcová, která byla rovněž přijata do Asociace poradců pro pozůstalé.

Lékař Pokojného přístavu Petr Štěpánek před časem v rozhovoru pro Domovník prohlásil, že domácí pečující o pacienta v terminálním stádiu jsou na tom mnohdy hůře, než opečovávaní. Byl i toto jeden z důvodů, proč jste se rozhodli své služby rozšířit také o poradenství pro pozůstalé?

Protože jsme jakožto služba Fénix členem multidisciplinárního týmu mobilního hospice Charity Opava Pokojný přístav, docházíme i do prostředí, kdy rodina pečuje o blízkého v terminálním stádiu nemoci. Ačkoliv důvodem naší návštěvy bývá zpravidla konzultace s nemocným, nezřídka více hovoříme právě s pečujícími. Naše zkušenosti ukazují, že nemocný člověk bývá častokrát už s konečností svého života smířený, zatímco rodinní příslušníci s ním tuto skutečnost nesdílí. Nikdy nejsme pořádně připraveni na nevratný odchod blízkého z našeho života, ačkoliv neléčitelná nemoc signalizuje nevyhnutelné, a tato obava nás nejvíce postihuje právě během péče o umírajícího. Pečující jsou velmi často vysílení jak po psychické, tak fyzické stránce. Objevují se u nich pocity viny. Je přirozené, že nechceme vidět svého blízkého trpět a cítíme i určitý klid, když jeho utrpení skončí. Tuto „útěchu“ však pozůstalí poté nemusí být schopni vnitřně přijmout a stává se předmětem jejich trápení a nekončících výčitek. V té chvíli je dobré, když mají někoho, s kým své pocity mohou probrat a zpracovat. Takže ano, i péče o samotné pečující byla impulzem pro zkvalitnění naší služby o poradenství pro pozůstalé.

Smrt milovaného člověka je tou největší ztrátou, která nás může postihnout. Co se začíná odehrávat v naší psychice, co nám tu chvíli hrozí?

Když vám zemře milovaná osoba,

zhroutl se vám v okamžiku celý svět. Najednou nemá nic smysl, ztrácíte pevnou půdu pod nohama. Hlavou vám prolouvají společné zážitky, vzpomínky, někdy i výčitky, že jste spoustu věcí ne-

on či ona už tu není a nebude. Někdy. Lidé tomu nevěří nebo spíše nechťejí věřit. Nevěří mnohdy ani sami sobě, že toto těžké období zvládnou. Svou roli samozřejmě hrají i okolnosti, za kterých člo-



stihli. Promítáte si poslední chvíle s dotyčnou osobou. Co je důležité – jste zaměřeni pouze na minulost. A je velmi těžké, ba nejtěžší připustit si, že je to minulost. Náš život se nenávratně změnil, už nic nebude stejné, jako bylo. Protože

věk zemřel. Smrt blízkého znamená pro náš dosavadní život krizi. Je naprosto přirozené, že člověk nějakou dobu propadá smutku a slzám. Naprosto normální jsou i pocity blízkosti zemřelého. Neexistuje žádné pravidlo, které by

určovalo, jak má člověk truchlit. Důležité však je, aby si celým truchlením prošel. A pokud na to nemá sílu, je tu právě poradenství pro pozůstalé, které mu může pomoci se v této obtížné situaci zorientovat.

I proto, že je konfrontace se smrtí tak těžká, se před ní snažíme schovávat, vytěšňovat ji, tvářit se, že není. Roste počet lidí, kteří svým blízkým nevypraví pohřeb, protože tvrdí, že tím jen zbytečně ně jítí rány...

Smrt děsí. Odjakživa. Avšak v minulosti k ní lidé zachovávali jiný postoj. Děti byly na pohřbu běžně přítomny, smrt se považovala za přirozenou součást života. I pohřby bývaly jiné, než jsou teď. Setkávám se s názory, kdy lidé odmítají vypravít pohřeb. Důvody jsou různé. Někdy si prostě neví rady s praktickými věcmi. Mají nárok na pohřebné? Jak postupovat při objednání pohřbu? A proto je pro ně snazší pohřeb vůbec neřešit. Bohužel se pak stává, že absence tohoto smutečního rituálu se dříve či později projeví. Víte, někdy stačí lidem objasnit význam pohřbu, důvody, proč je dobré jej vypravít. Pozůstalí někdy ve svém akutním zármutku chtějí už „mít hlavně po všem“. Dalším častým důvodem, proč lidé odstupují od vypravování pohřbu, je i přání nemocného. Na pověstné smrtelné posteli lidé vyčerpaní nemocí často žádají, aby byli jen zpopelněni, bez obřadu. Za jejich rozhodnutím mnohdy stojí jen obava, aby nezpůsobovali svým blízkým další starosti. Je tedy dobré tyto záležitosti řešit dopředu. Věřte mi, těžce nemocní tuto příležitost velmi často uvítají. S kým jiným by toto citlivé téma mohli lépe probrat, než s pro ně blízkými osobami?

Rodiče mají často tendenci chránit své děti před účastí na pohřbu blízkého člověka, údajně proto, aby je nefrustrovaly... Tenhle postoj je stále rozšířenější, je ale správný?

Děti a pohřeb. Dilema dnešní společnosti. Já osobně si myslím, že není důvod děti z tohoto obřadu vynechávat. Naučí se tak chápat význam smrti, konečnosti lidského života. Mohou si připadat

člověka se nedá nikam utéct,“

chybách při vyrovnávání se se smrtí a o nově nabízené pomoci pozůstalým

i důležité, výjimečné, když se podílí na přípravě, například vybírají květiny. Je třeba jim ale dopředu vysvětlit, co takový pohřeb obnáší. Vše samozřejmě úměrně věku. Existuje spousta knížek, které se tomuto tématu věnují. Například Anna a Anička od Martiny Špinkové nebo od zahraničních autorů Laurie Krasny Brown a Marca Brown. Když dinosaurům někdo umře. Pokud jsou děti z jakéhokoliv důvodu z pohřbu vynechány, je potřeba jim takový důvod sdělit. Jinak by si také mohly po zbytek života například vyčítat, že nebyly na posledním rozloučení s milovaným dědečkem.

A jakých omylů se ještě jako pozůstalí nebo jejich rodinní příslušníci nebo přátelé dopouštíme?

Často se stává, že po smrti blízkého chtějí pozůstalí před smutkem utéct. A to doslova. Mění bydliště a zaměstnání v naději, že bolest přehluší. Bohužel se tak často dočkají ještě většího trápení. Nejenže tímto způsobem bolest prostě jen tak nezmizí, ale dostanou se ještě do větších problémů. Jen si to představte. Jste v cizím prostředí, mezi cizími lidmi a nosíte v srdci takovou ránu... Proto odrazují pozůstalé od nějakých radikálních rozhodnutí. V praxi to častěji přináší mnohem více škody než užítku. Některé maminky, které přišly o dítě, mohou mít zase naopak snahu své ztracené dítě „nahradit“ novým. Ale nikoho přece nelze nahradit... Každý člověk je jedinečný. Co se týče rodinných příslušníků a přátel, doporučila bych jim hovořit s pozůstalým o zemřelém. Většinou mají strach, že takovou konverzaci blízkého ještě více zdrtí. Není tomu tak. Jak trefně říká paní Špatenková „To smrt je příčinou jejich trápení, ne mluvení o ní“.

Lidé se asi v těchto těžkých situacích uzavírají více do sebe a nejspíše se stydí požádat o pomoc, třeba i tu odbornou, možná jim také připadne, že tím blízkého, o kterého přišli, zvláštním způsobem zrazují... Je takovéto obviňování se na místě?

Naše společnost podle mého názoru ještě není úplně nastavena na využívání psychologické, psychoterapeutické či jiné odborné pomoci v této oblasti. Pro lidi je to stále tabu. Někomu například

citlivě doporučíte psychologa a on se může cítit dotčený, že jej posíláte ke „cvokaři“. Lidé si nedokáží představit, co je u takového odborníka čeká a proto tuhle nabídku pomoci rovnou odsoudí. O takovém poradenství pro pozůstalé a de facto i pro pečující o terminálně nemocné se tak dozví jen malá hrstka lidí. Nesetkávám se u svých klientů s pocity zrady svých blízkých, když si zažádali o pomoc. Spíše na schůzkách pracujeme se zmíněnými pocity viny. Dalším častým tématem sezení bývají nedokončená rozloučení, tedy smutek pozůstalých, kteří se nestihli se svým blízkým rozloučit. V tomto případě společně hledáme vhodný rituál, jako způsob dodatečného rozloučení. Zejména pomoci v této oblasti si pozůstalí velice cení.

Jak tedy Vaše poradenství přibližně probíhá? Kdy mají lidé přijít, co od Vás můžou očekávat?

Konzultace se vždy snažím při-

způsobit režii klienta. Jde mi hlavně o to, aby se lidé v naší službě cítili bezpečně, komfortně a dobře. Celý proces pomoci je založen na důvěře, proto je pro mě velmi důležité eliminovat veškeré nepříjemné pocity klienta. Na klienta není tlačeno například zbytečnými otázkami, pokud potřebuje mlčet, mlčíme spolu, pokud se dostaví pláč, nebrzdíme jej v emocích. Vždy se snažíme na prvních schůzkách poznat nejen člověka, který k nám do služby přichází, ale i jeho zesnulého blízkého. Kolikrát jsme první (a někdy možná i jediní), kteří pozůstalým dávají pro tuto konverzaci prostor. Každé sezení je jiné. Ale v každém se snažíme posouvat dál k cíli: naučit se žít bez zemřelého. Lidé se na naší službu mohou obrátit kdykoliv v rámci otevírací doby služby krizové pomoci Fénix, tedy od pondělí do pátku od 7 do 15:30 hodin. Ti, kteří nejsou připraveni na osobní schůzku, mne mohou kontaktovat na emailu fenix@charitaopava.cz. V určitých případech můžeme také naše klienty navštívit přímo

doma prostřednictvím terénní služby.

Vaše služby tedy nejsou určeny jen pro klienty mobilního hospice Charity Opava Pokojný přístav...

Krizová pomoc Fénix je poskytována všem, kteří se ocitli v těžké životní situaci a nedokáží ji zvládnout vlastními silami. Smrt blízkého pro člověka znamená nejbolestnější ztrátu. Ne vždy se pozůstalému dostane potřebné podpory od rodiny, blízkého okolí. Ze zkušenosti víme, že lidé citlivější témata raději řeší s někým nestranným, někým, kdo není situací emočně zasažen, odborníkem na danou problematiku. Žádný člověk si nezaslouží být na trápení sám. Naše služby tedy nejsou určeny jen pro klienty Pokojného přístavu, ale pro všechny, kteří potřebují doprovod na své pouti truchlením.

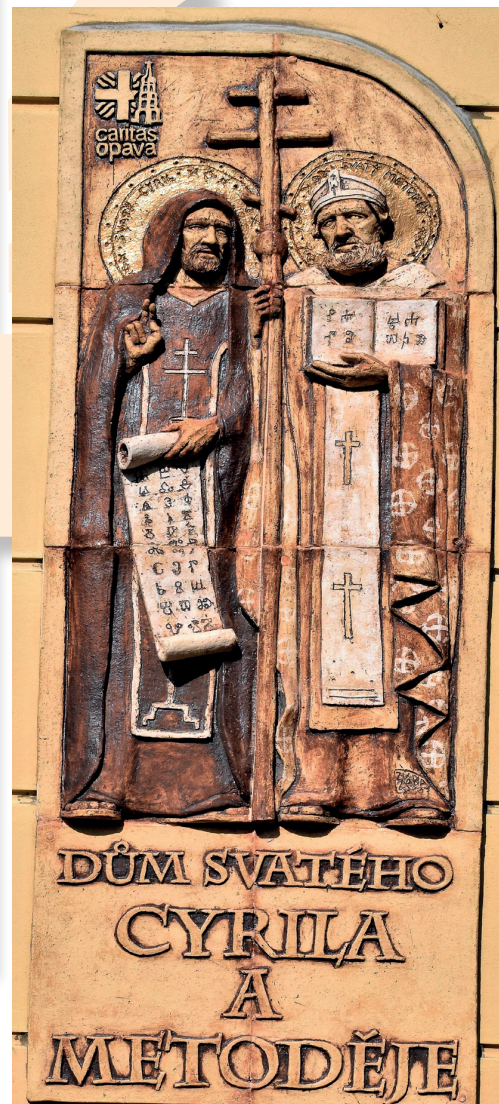
Děkujeme Vám za Vaše odpovědi.





ZAHRADNÍ SLAVNOST VE VLAŠTOVIČKÁCH

- **Mše svatá (14 hod.)**
- **Komentovaná prohlídka domu (od 15 hod.)**
- **Výstava vítězných snímků 10. ročníku fotosoutěže MŮJ SVĚT**
- **Koncert opavské skupiny NADĚJE**
- **Vystoupení klaunského dua Hugo a Kalimero**
- **Bohatá tombola, skákací hrad, jízda na poníkovi a další atrakce pro děti**
- **Prodej výrobků chráněných dílen**
- **Bohaté občerstvení zajištěno**
- **Vstup zdarma!**



*Dům sv. Cyrila a Metoděje, Vlašтовиčky u Opavy,
pátek 28. září od 14 hodin*

zve pořádá chystá pořádá chystá zve pořádá chystá pořádá chystá zve pořádá chystá pořádá chystá zve pořádá chystá

Keramický totem zdobí sbírku umění v Toskánsku



Vysoký zelený keramický totem, který bylo možno donedávna spatřit v prodejně Chráněné dílny Vlašovičky v Obchodním centru Breda & Weinstein, se stal součástí soukromé sbírky architekta a mecenáše umění George Lose v Toskánsku.

Totem, pocházející z chráněné keramické dílny ve Vlašovičkách, navrhla její mistrová Iva Přibylková, na výrobě se kromě ní podíleli také klienti Vlašoviček nevidomá Iveta Dunková a Radim Šupík spolu se zaměstnanci dílny a glazovny. Jak se ale mohlo přihodit, že si ho všiml až v Toskánsku žijící George Los, architekt, sběratel a velký mecenáš umělců nejen z Čech, ale z celého světa?

George Los pořádá v Toskánsku výtvarná symposia a několika z nich se zúčastnila také mistrová keramické dílny ve Vlašovičkách Iva Přibylková. „S panem George Losem jsem zde navázala přátelský kontakt. Na mé doporučení se podíval na fotografie našeho keramického totému a vyjádřil přání zařadit ho do své soukromé sbírky,“ vysvětluje. „V květnu jsem mu jej zavezla, nainstalovala, byl velmi spokojený jak s estetickým, tak řemeslným provedením,“ říká Iva Přibylková, a doplňuje, že Georgu Losovi se totem tak líbil, že ho má umístěný v blízkosti svého ateliéru.

Přebal na vzácnou Bibli pro arcibiskupa Jana Graubnera vyrobily jaktařské dílny



Přebal historického vydání Starého zákona, který dostane jako dar k 70. narozeninám od představitelů města Opavy arcibiskup olomoucký a metropolita moravský Jan Graubner, navrhla a vyrobila Chráněná dílna sv. Josefa. Zakázku dostala dílna od tajemníka Statutárního města Opavy Tomáše Elise.

Vzácnou a objemnou Bibli, kterou vydal vlastním nákladem v roce 1888 J. Otto v Praze a ilustroval francouzský umělec Gustav Doré,

se chystá Hláška věnovat Janu Graubnerovi u příležitosti jeho významného jubilea. Důležitou součástí dárku ale bude její originální

dřevěný přebal, který kompletně navrhli a technikou gravírovacího stroje vyrobili pracovníci Chráněných dílen sv. Josefa v čele s vedoucím Tomášem Rychlým. Není to poprvé, co vzácná osobnost obdržela od představitelů opavské radnice dárek, na němž se výrazně podílely jaktařské chráněné dílny. V březnu roku 2017 si například někdejší hlava Lichtenštejnska kníže Hans Adam II. odvezl z návštěvy Opavy věrnou dřevěnou kopii někdejšího sídla Lichtenštejnů, které stálo v Opavě od 14. století do roku 1892 nedaleko Slezského zemského muzea. Také ona pocházela z Chráněné dílny sv. Josefa. Loni si zase u Chráněné dílny Vlašovičky objednali zástupci Moravskoslezského kraje keramický set šálků jako dárek pro první dámu Ivanu Zemanovou.

OBČANSKÉ JUDO

• Vystěhovat dceru?

Má me problém s třicetiletou dcerou, která má trvalé bydliště v bytě, který vlastníme s manželem. V bytě se příliš nezdržuje, protože se dala do party, kde se jen pije a berou drogy. Obáváme se, že by mohla mít i dluhy. Prosím o radu, jak by bylo možné dceru odhlásit z bytu? **Hana F.**



S manželem vlastníte byt, ve kterém má trvalé bydliště vaše dcera, ale příliš se zde nezdržuje, pobývá v partě, ve které se užívají drogy a alkohol. Jelikož by mohla mít i dluhy, chcete jí zrušit trvalé bydliště. Trvalý pobyt je pouze administrativní údaj, který nezakládá žádná práva k bytu. Zrušit trvalý pobyt třetí osobě může pouze vlastník nemovitosti nebo ten, kdo k ní má užívací právo. O zrušení je třeba požádat prostřednictvím Žádosti na ohlašovně, již je obecní úřad obce, v jejímž katastru se nachází místo trvalého pobytu. Při podání žádosti o zrušení trvalého pobytu je třeba prokázat totožnost vlastníka a jeho vlastnické nebo užívací právo k nemovitosti (nájemní smlouvou, výpisem z katastru nemovitostí). Rovněž se musí prokázat, že dotyčná osoba již nemá právo byt užívat a fakticky jej neužívá. Zánik užívacího práva se dokládá například výpovědí nájemní smlouvy, uplynutím doby určité ve smlouvě, odvoláním souhlasu s užíváním nemovitosti. Předpokládám, že dcera žije v bytě na základě vašeho souhlasu, a proto je vhodné, abyste ho s manželem písemně doporučeným dopisem odvolali a dali jí přiměřenou dobu na vystěhování. Nepřevzme-li s dopisem, není to na překážku podání žádosti, kopie dopisu o odvolání souhlasu a o jeho odeslání bude prokazatelný způsob doložení. Podmínku, že se dcera skutečně již v bytě nezdržuje, lze doložit svědectvím dalších osob. Na úřadu doložíte i vaše vlastnické právo k bytu výpisem z katastru nemovitostí. V naší poradně máme k dispozici vzor pro odvolání souhlasu s bydlením.

Monika URBÁNKOVÁ,
Občanská poradna
Charity Opava

Krátce

• (Staro)nová jména v Charitě Opava

Lucie Švejdlíková a Lucie Trunečková – to jsou dvě nová jména, s nimiž se budeme po prázdninách setkávat v Charitě Opava. Nejedná se ovšem o nové zaměstnankyně. Po svatbě se totiž z manažerky Sekce sociální pomoci a vedoucí Občanské poradny a střediska krizové pomoci Naděje Lucie Vehovské stala Lucie Trunečková, a z vedoucí sociálně terapeutické dílny Radost Lucie Liché zase Lucie Švejdlíková. Lucie Švejdlíková zároveň odchází na mateřskou dovolenou a ve vedení Radosti ji zastoupí Tereza Šenková. Přejeme vše dobré!

• Je nás skoro 250

Hranici čtvrt tisícovky zaměstnanců začíná atakovat Charita Opava. Ke konci srpna jsme totiž registrovali 239 zaměstnanců. K tomuto číslu je ale zapotřebí dodat další důležitý údaj – až 137 z těchto zaměstnanců jsou osoby s různým druhem postižení. Charita Opava tím naplňuje důležitou část svého poslání, kterým je kromě zajištění poskytování služeb sociálně, zdravotně a společensky znevýhodněným lidem také zaměstnávání osob s problémy na trhu práce.

Rozloučili jsme se

Ve věku 88 let skonala 17. srpna 2018 paní Květoslava Olbrechtová z Opavy. Na paní Květu budeme vzpomínat jako na jednu ze zakládajících členek Charity Opava, která u nás také pracovala jako zdravotní sestra a posléze se mimo jiné angažovala v Klubu sv. Anežky. Děkujeme za vše!

Listárna

V solné jeskyni

Nedávno jsme spolu s dalšími obyvateli Domu sv. Cyrila a Metoděje navštívili tzv. solnou jeskyni. Tato jeskyně se nachází v Opavě blízko centra. Nejedná se samozřejmě o skutečnou jeskyni, je to vlastně taková větší místnost ve sklepech, kde je takové příšeří a panuje tam zvláštní mikroklima,

při kterém se uvolňuje sůl a řada dalších látek. Pobyt v takové jeskyni je pro zdraví velmi prospěšný. My jsme v tomto prostoru pobývali asi hodinku. Usadili jsme se do připravených lehátek a pustili nám tam příjemnou hudbu. Člověka to až svádělo ke spánku. Když jsme nakonec vyšli ven, měl jsem pocit, že se mi opravdu lépe dýchá. Jinak nějaké trvalé zlepšení zdravotního

stavu lze asi čekat při častějších návštěvách podobných míst.

Nakonec jsme tuto návštěvu ukončili zákuskem v cukrárně. Bylo to moc příjemné dopoledne, a jestli budu mít příležitost, rád zase solnou jeskyni, ať už v Opavě, nebo jinde, navštívím.

Marek, obyvatel Domu sv. Cyrila a Metoděje

Pište nám!

Listárna zpravodaje Domovník je určena vašim názorům, připomínkám a postřehům. Své příspěvky posílejte na adresu: mludek@charitaopava.cz. Těšíme se na ně!

Společenská kronika



• Pavel Rychta v důchodu a rozhlasu

Rozhovor z minulého Domovníku se služebně nejstarším pracovníkem Charity Opava Pavlem Rychtou, u příležitosti jeho odchodu na zaslužený odpočinek, zaujal redaktorku Ivu Piskalovou. S Pavlem Rychtou bude v nejbližších dnech natáčet rozhovor pro Český rozhlas. Jakmile budeme znát termín vysílání, zveřejníme ho na webu Charity Opava.

V září zazáří naši zářioví oslavenci

Milada Kallerová, Simona Putánková,
Martin Solnický a Pavla Lindovská

... a my jim přejeme do dalších let
spoustu elánu, lásky, optimismu,
zdraví a Božího požehnání

kolektiv Chráněných dílen sv. Josefa



POMOZTE NÁM V OPAVĚ POMÁHAT!

POŠLI TRVALOU DMS NA 87 777 VE TVARU

DMS TRV CHARITA OPAVA 30
DMS TRV CHARITA OPAVA 60
DMS TRV CHARITA OPAVA 90

Po dobu neurčitou nám přispějete měsíčně 30, 60 nebo 90 Kč.

Děkujeme!

Více na www.darcovskasms.cz



Naši činnost podporují:



Moravskoslezský
kraj



Krátce

• Klub sv. Anežky čekají dva zajímavé výlety

Celkem třikrát se v září po prázdninovém provozu sejdou členové Klubu sv. Anežky, dobrovolného sdružení Charity Opava. Zatímco první schůzka v úterý 4. září v 16 hodin v Denním stacionáři pro seniory na Kylešovské ulici v domě U svatých Anežky bude pouze informativní, na další dva týdny už jsou připraveny zajímavé výjezdy. V úterý 11. září to bude poutní zájezd do Jablunkova a na Hřčavu s otcem děkanem Janem Czudkem, v úterý 18. září bude následovat procházka po opavském židovském hřbitově s odborným výkladem Dr. Zdenka Kravara.

• Charita spolupracuje se Slezskou univerzitou

Už od roku 2009 spolupracuje Charita Opava s Fakultou veřejných politik Slezské univerzity v Opavě. V areálu ředitelství v Jaktari to nově připomíná také cedulka „Fakultní pracoviště Fakulty veřejných politik“. Spolupráce s Fakultou veřejných politik (v předchozích letech Ústav pedagogických a psychologických věd Ústav veřejné správy a regionální politiky) se dotýká studijních oborů Sociální patologie a prevence, Veřejná správa a regionální politika a Veřejná správa a sociální politika, jejichž studenti v charitních střediscích absolvují praxi. Dosud jich zde pobývalo celkem sto osm. Slavnostního vyvěšení informační cedule, která se stala součástí informačního systému Charity Opava, se kromě ředitele Charity Opava Jana Hanuše zúčastnili také proděkanka Fakulty veřejných politik Yvetta Vrublová a tajemník fakulty Josef Vícha.

