



# DOMOVNÍK

č. 4 – DUBEN 2022

## Dále čtete

- Obchůdek v Ternu v novém (str. 2)
- Relaxační metoda v Mravenečku (str. 3)
- Pomáháme Ukrajině (str. 4+5)

CITÁT MĚSÍCE: „Nebojte se! Moc Kristova kříže a vzkříšení je větší než veškeré zlo, z něhož by člověk mohl a musel mít strach.“

Jan Pavel II. (18. 5. 1920 – 2. 4. 2005)

## Pomáháme Ukrajině



Za plného provozu všech svých středisek se také Charita Opava podle svých možností zapojila do pomoci válkou těžce zkoušené Ukrajině. Přidali jsme se k centrálním sbírkám Charity ČR a Diecézní charity ostravsko-opavské, sami uspořádali sbírku pro Řeckokatolickou eparchii Košice a spolupodíleli se na řadě dalších sbírek i distribuci materiální pomoci válečným uprchlíkům.

Charita ČR vyhlásila krátce po vypuknutí bojů na Ukrajině finanční sbírku, ke které se připojila také Charita Opava. Souběžně jsme se organizačně spolupodíleli na dalších sbírkách, pořádaných pro potřebné na Ukrajině jinými organizacemi, například na sbírce během koncertu pro Ukrajinu pořádané Spolkem na záchranu OD Breda, nebo na dvou sbírkách Basketbalového klubu Opava. Charita Opava také ihned na svých webových stránkách založila odkaz „Pomoc Ukrajině“, kde se zájemci mohou dovědět aktuální informace o možnostech pomoci, a vyčlenila jako koordinátorku pomoci Marii Hanušovou.

S následující masivní vlnou uprchlíků před válkou se objevily požadavky také na konkrétní materiální pomoc. Ta vyvstala například v košíčce řeckokatolické eparchie která leží na slovensko-ukrajinských hranicích a od prvního dne války na Ukrajině velmi intenzivně pomáhá válečným běžencům, především ženám s dětmi a seniorům či nemocným lidem. „Poslali nám přesný seznam komodit, které nyní váleční uprchlíci nejvíce potřebují,“ říká Marie Hanušová. Kromě různých trvanlivých potravin se na dlouhém seznamu nacházely také například dětské pleny či malé balení vody. Charita Opava ihned vyhlásila od 10. do 13. března

sbírku a zajistila v areálu v Jaktři skladovací prostory a personální pokrytí včetně víkendu. Požadované zboží přinášeli lidé až do pozdního nedělního odpoledne 13. března. Přijížděli jednotlivci i celé rodiny, souhrnná sbírka za celou obec dorazila například ze Stěbořic a Koberžic. Lidé z Charity Opava a dobrovolníci, kteří se po celé čtyři dny střídali na sběrném místě v Jaktři, jednotlivé komodity průběžně třídili a balili do krabic. Ty pak popisovali slovensky i ukrajinsky, aby usnadnili příjemcům manipulaci při vykládání. Hned v pondělí 14. března pak pracovníci Charity Opava s naplněnou dodávkou vyrazili do Košic a předali zboží lidem z Řeckokatolické eparchie Košice, kteří ho budou spolu s místní Charitou distribuovat přímo potřebným. „Děkujeme Charitě Opava za humanitární pomoc, kterou nám dnes doručili. I díky dobrým lidem z České republiky můžeme pomáhat uprchlíkům z Ukrajiny,“ vzkázala na svém facebooku eparchie Košice.

Charita Opava se také přidala ke sbírce potravin, kterou vyhlásila ve druhé polovině března Diecézní charita ostravsko-opavská. Potravinu a drogerii, kterou lidé přinášeli opět do areálu ředitelství v Jaktři, již povětšinou distribuujeme válečným uprchlíkům v koordinaci s organizacemi a dobrovolníky, kteří pečují o válečné uprchlíky na Opavsku či Krnovsku. „Všem ochotným lidem, kteří přispěli finančním darem, konkrétním zbožím či svou prací, srdečně děkujeme,“ vzkazuje Marie Hanušová.

Vzhledem k pokračujícím bojům na Ukrajině a exodu válečných uprchlíků je více než jisté, že pomoc bude potřebná i nadále.

## Slovo ředitele

### Kde brát naději

Pondělí 14. března mělo být dnem, na který jsme se dlouho těšili. Protiepidemická



opatření se zmírnila, přestal platit příkaz nosit respirátor v obchodech nebo na společenských akcích, stejně jako omezení návštěv v nemocnicích a v sociálních zařízeních. Po dvou nekonečných letech potýkání se s nákazou covidu-19, které stálo všechny pracovníky Charity Opava těžko představitelné množství sil, jsme čekali, že se konečně začne rýsovat naděje na pomalý, ale jistý návrat k normálu. Konečně si budeme moci trochu oddychnout a nabrat ztracené síly, říkali jsme si až do ranních hodin 24. února. Místo úlevy přišla zpráva o tom, že Rusko napadlo Ukrajinu.

Ve zprávách z válčící Ukrajiny s obavami sledujeme strašlivé utrpení milionů lidí. Další miliony převážně žen a dětí uprchly před válkou za hranice, hostíme je i v České republice. Do pomoci potřebným se s neobyčejnou vervou pustilo množství lidí, svým dílem se snažíme přispět i v Charitě Opava. Zároveň už na nás dopadají ekonomické důsledky války, jejichž rozsah se nyní dá jen těžce předvídat. Úleva, ke které jsme se tak upínali, nakonec nepřišla, místo ní jsou tu další obavy a nejistota, další práce navíc. Kde v takové situaci hledat slova útěchy? Zanedlouho budeme slavit Velikonoce a připomínat si, že i když to někdy vypadá beznadějně, nakonec světlo zvítězí nad tmou, dobro nad zlem, život nad smrtí. Ze Pán vstal, že Bůh je živý a nedovolí temnotě, aby měla poslední slovo. Už dlouho jsme toto velikonoční poselství naděje nepotřebovali slyšet tak intenzivně, jako právě teď. Přeji Vám z celého srdce, ať Vás všechny potěší a dodá Vám chybějící síly do dalších dnů.

Jan HANUŠ

## + DUBEN

### Občanská poradna a Naděje bez omezení

K normálu se po epidemiologických opatřeních mohl vrátit provoz Občanské poradny a Naděje – střediska krizové pomoci. Od 1. března zde poskytují své služby ve standardním, tedy předepidemiologickém režimu. Klienti a zájemci o službu tak mohou do sídla obou středisek na Kylešovské ulici v Opavě přijít bez předchozí objednávky. Otevírací hodiny najdete na webových stránkách [www.charitaopava.cz](http://www.charitaopava.cz).

## — DUBEN

### Ceny energií se promítají do rozpočtu

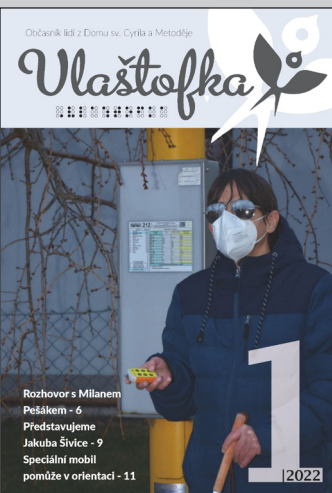
Už tak značně napjatý rozpočet Charity Opava bohužel čekají další nepříjemné dopady zvyšování cen elektrické energie, plynu a nově také pohonných hmot. Budeme se proto muset opět vyrovnat s tím, že se nám položka na straně nákladů vinou tohoto zdražování dosti výrazně navýší.

## STALO SE

### • MŮJ SVĚT také v Olomouci

Zatímco v Historické výstavní budově Slezského zemského muzea v Opavě je až do 4. dubna k vidění výstava nejlepších fotografií 14. ročníku fotosoutěže MŮJ SVĚT, v Olomouci byla na slavnostní vernisáži otevřena výstava vítězných snímků předchozího, tedy 13. ročníku. V pondělí 14. března ji slavnostně otevřel patron soutěže Jindřich Štreit ve vstupní hale CARITAS-Vyšší odborné školy Olomouc na náměstí Republiky 3.

### • O pomůckách pro nevidomé



V Domě sv. Cyrila a Metoděje finišují práce na vydání prvního letošního čísla zpravodaje Vlaštofka. Věnován je převážně technickým vymoženostem, které usnadňují život lidem se zrakovým postižením. Chcete se dovědět, jak fungují mluvící hodinky? Co to je čtečka etiket a co všechno umí chytrý náramek? Nová Vlaštofka bude ke stažení od 6. dubna na stránkách [www.charitaopava.cz](http://www.charitaopava.cz).

## KALENDÁRIUM

- V dubnu 1992 odeslala Charita Opava kamión darů do Ivanofrankovska na Ukrajině. Tehdy to ale ještě nebylo kvůli válce...
- Sbírku šatstva uspořádala v dubnu roku 2013 Naděje na nádraží Opava-Východ.
- Se zásadními problémy jsme se museli vypořádávat v dubnu roku 2020. Po vyhlášení karantény a nouzového stavu musela být některá střediska uzavřena, jiná omezovala provoz a především terénní služby byly náhle nuceny pracovat ve velmi komplikovaných podmínkách.

# Fotografie z Charit na výstavě



Ještě první čtyři dny v dubnu bude k vidění výstava vítězných fotografií 14. ročníku fotosoutěže MŮJ SVĚT v Historické výstavní budově Slezského zemského muzea v Opavě. Na vernisáži ji ve čtvrtek 4. března slavnostně otevřel patron soutěže prof. Jindřich Štreit spolu s pedagogem Institutu tvůrčí fotografie Slezské univerzity Jiřím Siostrzonkem za účasti autorů oceněných snímků a dalších hostů.

Mezi účastníky vernisáže byli kromě oceněných fotografů z Opavy také autoři z Charit z Českého Těšína, Prostějova, Písku či Mostu. Někteří z oceněných se ale museli na poslední chvíli omluvit, i když ještě počátkem minulého týdne cestu do Opavy plánovali. V místech, kde žijí, jsou totiž součástí krizových štábů zřízených na pomoc válkou

sužované Ukrajině.

Vernisáž letos oproti předchozím ročníkům obohatil nový prvek. Během předávání diplomů a cen totiž patronci Jindřich Štreit a Jiří Siostrzonek nechali přítomné nahlédnout pod pokličku práce odborné komise. U jednotlivých snímků promítaných na velkoplošnou obrazovku postupně vysvětlovali, čím je foto-

grafie zaujaly a co rozhodlo o tom, že je nominovali na tuto výstavu. „Jsem velmi hrdí na to, že můžeme být součástí této soutěže, protože nám to dává velký smysl,“ prohlásil během hodnocení Jiří Siostrzonek. Poděkování za vydařenou akci patří Slezskému zemskému muzeu a také začátkům Základní umělecké školy v Hradci nad Moravicí Zuzaně Hoňkové a Barboře Víchové, které večer ozdobily kytarovým vystoupením. Velkou pochvalu si opět zaslouží klienti a zaměstnanci sociálně terapeutické dílny Radost, kteří na akci přichystali profesionální raut.

## Obchůdek v Ternu je barevně sladěný a se stále novým zbožím



Krásně barevně sladěný a každou chvíli s obměněným zbožím. Takový bude krámk v supermarketu Ternu v Jaktáři, ve kterém nabízejí své výrobky Chráněné dílny Charity Opava.

„Několik let jsme se snažili do malého prostoru obchůdku devět metrů čtverečních vtěsnat co nejvíce druhů zboží, ať zákazníci vidí, kolik toho umíme udělat,“ vysvětluje důvody změny vedoucí marketinku chráněných dílen Ludmila Slaninová. „Ale nakonec jsme zjistili, že to není ku prospěchu věci, protože

to v naší prodejně vypadalo skoro jako v bazaru. A tak jsme si řekli, že si zákazníci zaslouží nové aranže,“ dodává. A tak z obchůdku zmizelo všechno různorodé zboží a pracovníci dílen vybrali jen takový sortiment, který barevně ladí a dobře se doplňuje. Běžovou barvu, která nyní domi-

nuje, už po měsíci vystřídá zelená, respektive motiv čtyřlístku, který bude dominovat na novém zboží. „Pak se zbarvíme do červena s motivem vlčích máků, v létě to budou námořnické motivy a speciální aranže ozvláštní obchůdek také na Vánoce,“ vypočítává Ludmila Slaninová.

V obchůdku kromě toho také rozšířili sortiment o dárkové balení kávy, mini bonboniéry, svíce či ručníky a další drobné zboží, z něhož dokáže milá obsluha na míru poskládat originální kompletní dárek. Zákazník si tak může odnést podle svého přání například wellness sadu, čajovou sadu či balíček k narozeninám, přičemž samozřejmostí bude také to, že se personál postará o dárkové zabalení.

Se změnou v prodejně jsou v chráněných dílnách spokojeni, ukázalo se, že méně je někdy více. Obchůdek je dnes útulnější a obměňující se sortiment, v němž bude možné vybrat dárek pro kohokoliv, bude pro návštěvníky zajímavější. „Tak doufáme, že se u nás bude zákazníkům líbit,“ uzavírá Ludmila Slaninová a zve všechny k návštěvě.

# „Číchat a dřímat.“ Mravenečci mají novou relaxační metodu



V sešerělé místnosti zní příjemná relaxační hudba, bublinkový vodní sloup zvolna mění barvy, na zeď se promítá hvězdná obloha. V denním stacionáři pro lidi s kombinovanými vadami Mraveneček se právě podařilo kompletně dovybavit sensorickou místnost, v níž mohou s klienty provozovat speciální relaxační metodu, která se jmenuje poněkud zvláště „snoezelen“.

Pojem „snoezelen“ vznikl v Holandsku složením slov „snuffelen“ a „doezelen“, což lze volně přeložit jako „číchat“ a „dřímat“. Výraz poukazuje na smyslový aspekt terapeutického postupu a také vystihuje stav blaha, klidu a relaxace. Tato multifunkční metoda se používá v útulné místnosti

pomocí světelných a zvukových prvků, vůní a hudby, protože jejím cílem je vyvolání příjemných smyslových pocitů a navození bezstarostného relaxačního uvolnění. Snoezelen je využíván v mnoha zařízeních, jako jsou speciální mateřské a základní školy, integrační centra, domovy sociálních služeb,

rehabilitační centra, denní stacionáře, hospice a jiné. S metodou snoezelen pracují odborníci z různých profesí, zejména léčební a speciální pedagogové, psychologové a psychoterapeuti, rehabilitační pracovníci, fyzioterapeuti a vychovatelé. Pro klienty Mravenečku je jako stvořená, protože je určena zejména pro osoby s vývojovými poruchami a s mentálním, tělesným nebo vícenásobným postižením.

„Relaxační místnost jsme u nás v Mravenečku měli již dlouho, ale dovybavení různými světelnými komponenty a projektory ji skutečně povýšilo na hodně vysokou úroveň,“ říká vedoucí Mravenečku Jana Konopková. „Navíc kdysi byly našimi klienty jen děti, což se nyní změnilo a máme zde dospělé lidi, nově vybavení relaxační místnosti je tedy více přizpůsobeno jejich věku,“ dodává. Klienti, kteří v místnosti relaxují vždy asi jednu hodinu, se zde postupně střídají, takže na každého se dostane minimálně jednou týdně. „A můžu říci, že to mají velmi rádi a skutečně u nich pozorujeme zklidnění a větší stimulaci smyslů,“ uzavírá Jana Konopková.

## Nový Volkswagen Caddy je pro klienty Vlaštoviček dar z nebes



Z nového krásného sedmimístného vozu Volkswagen Caddy se radují klienti Domu sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené ve Vlaštovičkách u Opavy. Lidé s těžkým zrakovým a lehkým mentálním handicapem, kteří zde naleží domov, se tak budou moci o poznání jednodušeji dopravit k lékaři, dojet si na úřad či na nákup, ale také k holiči nebo za dalšími volnočasovými aktivitami.

„Dům sv. Cyrila a Metoděje se nachází v obci Vlaštovičky, ve které bohužel není obchod se základními potravinami,“ vysvětluje vedoucí Zuzana Janků. „Za nákupy a dalšími aktivitami proto musíme dojíždět

do Opavy,“ dodává. Vzhledem ke zvyšujícímu se věku klientů a narůstajícímu počtu přidružených onemocnění bylo stále obtížnější cestovat městskou hromadnou dopravou či linkovým autobusem.

Potřebný vůz získali ve Vlaštovičkách díky Moravskoslezskému kraji, který ho klientům Domu sv. Cyrila a Metoděje pořídil v rámci projektu s názvem (S)vozem z Programu na podporu zvýšení kvality sociálních služeb poskytovaných v Moravskoslezském kraji na rok 2021. „Nový vůz je jako dar z nebes,“ pochvaluje si Zuzana Janků, „velmi nám usnadní přepravu klientů, a to i do těžko dostupných míst.“

Nový automobil oceňují také pracovníci Domu sv. Cyrila a Metoděje. Umožní jim snadný přезд za klienty do těch částí střediska, které sídlí v Opavě, nemluvě o snadnějším zajištění provozních nákupů. Velkou výhodou nového automobilu je také ekologický pohon na CNG.

„Děkujeme Moravskoslezskému kraji za podporu, velice si jí vážíme,“ vzkazuje Zuzana Janků.



### STANE SE

#### • Srdečně zveme do jarního občůdku

Jarní občůdek s originálním velikonočním a jarním zbožím bude až do 13. dubna provozovat sociálně terapeutická dílna Charity Opava Radost ve svém sídle na ulici Přemyslovců 26 v Jaktari. Otevřeno je zde vždy v pracovní dny od 8:30 do 15 hodin, popřípadě podle domluvy na telefonním čísle 734 435 133. „Přijďte si užívat radost velikonoční nebo jarní dekorací a ochutnejte výbornou kávu z naší pojízdné kavárny s něčím sladkým z cateringové kuchyně,“ zvou klienti Radosti.



#### • Šedesát volňásků pro Charitu Opava

Šedesát zaměstnanců Charity Opava fandilo v pátek 25. března na stadionu v Městských sadech v Opavě fotbalistům SFC Opava v zápase s pražskou Duklou. Volné vstupenky na zápas předal řediteli Charity Opava Janu Hanušovi šéf marketingu opavských fotbalistů Filip Labuda jako poděkování za jejich práci v době koronakrizy. Domácí utkání s pražskou Duklou se opavští fotbalisté rozhodli věnovat všem, kteří koronavirové pandemii čelili v první linii a poskytli jim volné vstupenky. Děkujeme!

### Napsali o nás

#### • Charita nám pomáhá

Charita Opava nám pomáhá maximálně. Už nám poskytla například peníze na matraci pro postiženého hochu, a to přes Základní školu Stěbořice. Děti ve čtvrté a šesté třídě zorganizovaly akci, kdy samy napekly palačinky a prodávaly je učitelům. Vybrané peníze pak byly nabídnuty Charitě Opava, který nám poté poskytla peníze na matraci.

Z rozhovoru s R. Hoffmannovou a M. Hájkovou z týmu dobrovolníků pro uprchlíky z Ukrajiny, REGION OPAVSKO, 22. března 2022

# „Musíme si hlídat svá srdce, aby nám říká Marie Hanušová, která se ze dne na den změnila z koordinátorky



Sotva stačila uklidit a uskladnit všechny pokladničky Tříkrálové sbírky, kterou má jako koordinátorka na starosti, vyvalil před Marií Hanušovou další logisticky velmi komplikovaný úkol. Stala se koordinátorkou pomoci Ukrajině a každodenní shon Tříkrálové sbírky vystřídal každodenní shon při organizování pomoci při potravinových sbírkách a pomoci ukrajinským uprchlíkům na Opavsku. První akcí, kterou Charita Opava uspořádala, byla sbírka potravin a drogerie pro utečence v Košicích. Tam se také Marie Hanušová spolu s Tomášem Rychlým a Andreou Melarovou vypravili zboží osobně předat.

**Napadlo by Vás někdy, že povězte na Slovensko potraviny a další zboží pro lidi, kteří utíkají před válkou?**

Myslím, že tato situace nás našla všechny zcela nepřipravené a zároveň si myslím, že v naší zemi není člověka, který by tragickou skutečností, jakou je válka na Ukrajině, nebyl nějak zasažen. S ruskou okupací máme vlastní špatnou zkušenost a to, že je možné, aby po hrůzách 20. století znovu někdo rozpoutal dobovačnou válku téměř za našimi humny, je něco, co jsme nebyli ochotni si připustit. Takže odpověď na Vaši otázku: Ne, nenapadlo.

**Jak vznikl záměr upořádat a odvézt sbírku potravin a dalšího zboží právě do Košic?**

Vše vzniklo spontánně na základě osobních kontaktů. V Košicích se známe s rodinou dceřiny dobré kamarádky. Věděli jsme proto, že lidé z jejich řeckokatolické farnosti a z celé košické eparchie (což je obdoba naší diecéze) se od prvních dnů války na Ukrajině zapojili velmi aktivně do pomoci uprchlíkům na slovensko-ukrajinských

hranicích. Měli tedy velmi jasnou představu, co uprchlíci potřebují, a tak bylo snadné vyžádat si u nich seznam potřebných věcí a sbírku u nás uspořádat.

**Našlo se dost ochotných dárců?**

Ochota lidí pomáhat materiálně byla na začátku března opravdu veliká. Díky ochotě a štědrosti mnoha místních dárců jsme mohli sbírku uspořádat. Oslovili jsme naše přátele a spolupracovníky, mezi nimi také velkou skupinu tříkrálových koledníků. O uspořádání sbírky jsme se rozhodli ve středu a v pondělí následujícího týdne už jsme s plnou velkou dodávkou mohli vyrazit do Košic. Chci na tomto místě poděkovat všem, kteří do sbírky přispěli, děkuji obyvatelům Stěbořic a Kobeřic, kteří uspořádali sbírku u nich a věci pak přivezli k nám. A poděkování patří také všem, kteří nám pomohli věci roztrždit a zabalit.

**Jak dlouho se vlastně jede s plnou dodávkou zboží z Opavy do Košic?**

Vyjížděli jsme po osmé hodině ráno. Tomáš Rychlý skvěle řídí,

Andrea Melarová mu zdatně sekundovala. Potěšili jsme se výhledy na sluncem zalité Slovensko. Pohled na auta naložená tanky a vojenskou technikou jedoucí stejným směrem jako my nás vracel zpět do těžké reality. V cíli jsme byli kolem druhé hodiny.

**Jak Vás v Košicích přijali? S kým jste se tady potkali?**

Přijeli jsme přímo do sídla jejich eparchie, u nás bychom řekli na biskupství. Jejich eparchie je velice mladá. Mají proto jako sídlo moderní budovu s podzemními garážemi a s prostory, které v současné době využívají jako sklad humanitární pomoci. Setkali jsme se s velkou pohostinností a velmi srdečným přijetím. Po vyložení nákladu nás pozvali na kávu a čaj, ze kterých se nakonec vyklubal celý oběd. Setkali jsme se s otcem Tomášem Miněm, který má koordinaci pomoci na starost, a také jsme měli příležitost se pozdravit s jejich otcem biskupem Cyrilem Vasilem. Sestra Cyrila, která dokonce znala náš Kružberk, protože tady jako malá trávila prázdniny, se nám věnovala a provedla nás celou budovou.

**Povyprávěli Vám v Košicích, co vše teď musí v tomto městě zvládat?**

Ano, bylo na nich vidět, že jsou unaveni. Zvládají neuvěřitelnou spoustu věcí. Přimo v Košicích se věnují péči o běžence na místním nádraží, té se věnuje otec Janko

Fedorišin s dobrovolníky. Většina lidí tudy jenom projíždí dál, ale potřebují poradit – neznají naše písmo, a tak je pro ně orientace na nádraží opravdu složitá. Od prvních dnů jsou také zapojeni do dobrovolnické pomoci na hranicích. Moc mě zaujala jedna z jejich aktivit – totiž to, že na hranicích zřídili v jednom stanu jakousi mobilní kapli, která se stala prostorem pro ztišení a zastavení. Poskytují v ní duchovní službu utíkajícím Ukrajincům i pomáhajícím dobrovolníkům.

**Mají místní kontakt s městy za hranicemi? Směřují svou pomoc také tam?**

Ano, jako řeckokatolíci mají mnoho přátel a silných vazeb na Ukrajině, a tak organizují pomoc pro uprchlíky, kteří se shromažďují na západě Ukrajiny. Vyprávěli nám, jak přeplněná jsou města na západě Ukrajiny, o jednom z klášterů na známém ukrajinském poutním místě Univ, který otevřeli uprchlíkům a který je zcela naplněný lidmi. Jejich pomoc je možné počítat v kamionech a směřuje na konkrétní místa na Ukrajině. Jejich pan biskup je velice akční člověk, sám je do pomoci aktivně zapojen, má mnoho přátel v zahraničí, například v Itálii, takže jim s ukrajinskými uprchlíky přijíždějí pomáhat třeba italská skauti.

**Když se dnes díváme na zprávy z Ukrajiny, mnohé z nás přepadá pocit frustrující bezmoci, který často předchází rezignaci. Má podobná sbírka, jakou uspořádala Charita Opava pro válečné uprchlíky, pro lidi na hranicích smysl?**

Sbírky materiální pomoci mají smysl – samozřejmě pokud organizátoři takové sbírky mají také jasnou představu o tom, co je potřeba a kam vlastně sbírku povezu. Velmi účinná je také finanční pomoc. Charita ČR hned v prvních dnech konfliktu zřídila sbírkový účet Charita pro Ukrajinu. Stále je možné do něj přispívat. Číslo účtu je 55660022/0800, variabilní symbol 104. Je možné také přispět podobně jako v tříkrálové sbírce do kasiček rozmístěných v Opavě a okolí a je možné také nabídnout místo pro takovou pokladničku.

# neztvrdla pod tíhou frustrace z války,“ Tříkrálové sbírky na koordinátorku pomoci ukrajinským uprchlíkům

**Od sbírky pro Košice přeci jen uplynulo pár dní, jak vidíte situaci s uprchlíky aktuálně dnes? Na co Charita Opava zaměřuje svou pozornost?**

V této chvíli už zaměřujeme svou pozornost na uprchlíky, kteří jsou na Opavsku. Pomáháme také lidem, kteří se rozhodnou poskytnout ubytování, s vybavením bytu. Pořádáme znovu sbírku materiální pomoci, která už bude využita především pro uprchlíky v našem regionu. Tuto pomoc v areálu ředitelství na Přemyslovců 26 v Opavě Jaktarů ukrajinským uprchlíkům také nabízíme. Na tomto místě bych ráda poděkovala lidem z farnosti z Hněvošic, kteří nám letos věnovali svou tradiční postní almužnu.

**Zmiňovala jste uprchlíky, kteří už bydlí na Opavsku. Jak probíhá pomoc jim?**

Hlavní tíha péče o uprchlíky leží na úřednicích z výkonné složky krizového štábu opavského magis-

trátu a dalších státních institucích. Poděkování patří také všem, kteří se rozhodli nabídnout ubytování. Ostatní neziskové organizace a různé spolky a sdružení se zapojují podle možností. Můj velký obdiv patří lidem sdruženým kolem komunitního centra Gottfrei, které sídlí na Krnovské ulici. Kromě toho, že balí a posílají věci na Ukrajinu, také zprostředkovávají ukrajinským uprchlíkům možnost vybrat si oblečení a další materiální pomoc, kterou Opavané darují.

**Situace se mění každým dnem, stejně jako potřeby lidí z Ukrajiny, kteří jsou dnes na Opavsku. Co bude podle Vašeho názoru nejbližším úkolem pro lidi a instituce, které jim pomáhají?**

V tuto chvíli se nám jeví jako důležité, aby v Opavě vzniklo nějaké komunitní centrum, místo setkávání pro ukrajinské uprchlíky. Většinou jde o ženy a děti. Podporujeme proto s jinými organizacemi a sdruženími vznik dobrovolnického centra pomoci uprchlíkům, kde by se jim dostalo materiální



pomoci, ale které by také sloužilo jako místo setkávání a výměny informací. S tím, že do jeho chodu by se zapojily i samotné Ukrajinky.

**Dnes už je více než jisté, že Ukrajina bude potřebovat pomoc ještě hodně dlouho. Vydrží naši společnosti počáteční nadšení?**

Vlna počáteční solidarity je ohromná, ale skutečně to vypadá, že budeme muset vydržet dlouho. Musíme si hlídat svá srdce, aby nám neztvrdla pod tíhou frustrace z války, z obav ze zdražování, z drahých energií a křovů z čeho ještě. Takže vytrvale, trpělivě, tvořivě, s Boží pomocí.

## Basketbalisté pomáhají společně s Radostí



Částka 22.566 korun odešla na účet Charity ČR na pomoc Ukrajině díky spolupráci Basketbalového klubu Opava a Charity Opava.

Opavští basketbalisté uspořádali na dvou březnových zápasech s Nymburkem a Brnem sbírku na pomoc válečnicí Ukrajině, se kterou

jim vydatně pomáhali klienti sociálně terapeutické dílny Charity Opava Radost.

Klienti sociálně terapeutické dílny během obou zápasů vedle nabídky kávy ze své pojezdny Kavárny pro Radost také rozdávali fanouškům stužky v ukrajinských národních barvách, které sami vyrobili. U toho je zároveň požádali o příspěvek do kasičky na pomoc Ukrajině.

„Do kasiček se během obou zápasů vybralo od fanoušků 10.033 korun,“ vypočítává vedoucí Radosti Lucie Švejdičková, která je na hlavním snímku uprostřed vedle charitní koordinátorky pomoci Marie Hanušové (vlevo) a ředitelky marketingu BK Opava Alexan-

dry Šimonové. K této částce pak představenstvo a členové Basketbalového klubu Opava přidali dalších 12.533 korun. Celková částka 22.566 korun putuje na republikový účet Charity ČR na pomoc Ukrajině. Děkujeme!



## Koncert pro Ukrajinu s pomocí Charity Opava

Částku třicet tisíc korun na podporu válkou sužované Ukrajině předala v Charitě Opava předsedkyně Spolku na záchranu obchodního domu Breda Linda Bittová.

Peníze se vybraly na koncertu pod názvem Opava pro Ukrajinu, který spolek uspořádal na benefičním koncertu. Vystoupili mimo jiné sólisté a sbor Slezského divadla společně s ukrajinskou koncertní mistryní a houslistkou orchestru Slezského divadla Yelyzavetou Pruskou. Peníze, které Charita Opava ukázala na celorepublikový účet Charity pro Ukrajinu, převzala koordinátorka pomoci Marie Hanušová a paní Lindě Bittové přišel poděkovat také ředitel Charity Opava Jan Hanuš.



# HelpEx

## Evropská kvalifikace bývalých pacientů v průběhu pomáhajícího procesu při rehabilitaci a úzdavě

Projektový newsletter, číslo 3, jaro 2022



### SÍLA PEER PODPORY

**Jak efektivně a profesionálně pomoci lidem s problémy v oblasti duševního zdraví?** Jakožto profesionálové v sektoru duševního zdraví a sociální práce si tuto otázku klademe často. Mnohdy si lámeme hlavu nad tím, jaké odborníky bychom měli přizvat do týmu, abychom byli schopni maximálně podpořit nemocné či závislé lidi. Řešením tohoto problému by mohla být **změna perspektivy**, tedy inkluze modelu peer-to-peer do terapeutických programů.

Z předchozích analýz provedených v rámci mezinárodního projektu HelpEx vyplývá, že by klíčem mohlo být vyvolání pocitu sounáležitosti a motivace ke změně za pomoci navázání vztahů s lidmi, se kterými sdílíme společnou minulost. U těchto lidí totiž nalezneme odlišný typ odborné kvalifikace, a sice **kvalifikaci vycházející ze zkušeností**.

„V průběhu tohoto projektu jsem se toho mnoho naučila, neboť jsem měla příležitost se seznámit s různými lidmi pocházejících z různých zemí, mnohdy s různými představami, ale se stejnými cíli. Mohla jsem s nimi prodiskutovat, jak fungují a jaký vliv mají různá prostředí, a poučit se z toho. Účastníci pocházeli ze dvou odlišných prostředí – byli tam jak peerové, tak vystudovaní profesionálové. Pro mě jakožto peera bylo velice přínosné probrat druh mé práce s lidmi, kteří mají jiné pracovní zkušenosti. Celkový výstup projektu slibuje skvělé výsledky, neboť se na něm myšlenkově podílí lidé s odlišnými zkušenostmi.“

*Reference paní Christine Sacco, která je peerem v projektu Charity Malta*

### INTERAKCE MEZI PEERY A KLIENTY

Vztah mezi peerem a klientem je naprosto odlišný od vztahu mezi profesionálem a pacientem, kde profesionálem se rozumí „odborník“, který klientovi/pacientovi „doporučuje“ to, co je pro něj prospěšné. Peer podpora je založená na reciprocitě a společném procesu objevování, při kterém si lidé pomáhají a podporují se, přičemž zůstávají rovnocennými partnery, sdílejí své osobní příběhy, učí a rozvíjí se společně. Tento jedinečný vztah umožní oběma stranám najít sama sebe, nalézt životní smysl a rozvinout svůj vlastní potenciál.

Práce s lidmi trpícími duševní poruchou nebo se závislými vycházející z modelu peer-to-peer může zredukovat pocity zavržení, stigmatizace či odmítání společností. Tento model může být také nápomocný při komunikaci vzhledem k častým kognitivním a sociálním znevýhodněním mezi pacienty nebo vzhledem k jejich zvýšené labilitě, rozpakům a nepříjemným pocitům, společenské izolaci či strachu z kritiky okolí způsobené duševní poruchou. Vyhledání podpory a vytvoření sociálních vazeb je tudíž důležitým faktorem, který musí být zohledněn při léčbě pacientů s duševní poruchou, stejně tak jako může být k úspěšné léčbě a duševní pohodě stěžejní i správná volba druhu terapie.

Právě díky metodě peer-to-peer dokáží lidé s vážnými duševními chorobami sdílet své životní zkušenosti a otevřeně promluvit o své nemoci, přičemž „peerové“ s nimi mohou sdílet pozitivní příběhy o úspěšné léčbě a nabídnout jim podporu i při boji se stigmatizací a vyvrátit mýty a mylné představy o životě s duševním onemocněním.

### VÝZVY SPOJENÉ SE ZAVEDENÍM MODELU PEER-TO-PEER V RŮZNÝCH ORGANIZACÍCH

Zavedení modelu peer-to-peer může představovat spoustu organizačních, vzdělávacích, finančních nebo obsahových výzev. Dle zkušeností nabytých během interního školení provedeného naším francouzským partnerem (CEID-Addictions) vyvolává tento proces pochybnosti a otázky týkající se hlavně vztahu mezi profesionály a „peery“: „Jak máme přistupovat k obavám některých profesionálů ohledně přijetí nových kolegů (ex-pacientů) do týmu?“, „Měli bychom se k nim chovat laskavěji nebo bychom se k nim měli stavět tak jako k ostatním kolegům?“, „Jaká průprava by měla být peerům poskytnuta?“, „Jaké jsou strategie při přípravě na spolupráci profesionálů a peerů?“, „Jak odpovědět peerům, kteří sice chtějí plně spolupracovat, ale ještě nejsou připraveni či schopni se zapojit do vzdělávacího procesu na univerzitní úrovni?“. **HelpEx**, projekt založený na výměně zkušeností a znalostí mezi organizacemi působícími v sektoru duševního zdraví, může být také považován jako model spolupráce mezi peery. Tento projekt nám umožní analyzovat výše zmíněné otázky a zohlednit různé perspektivy. Zároveň nám pomůže si uvědomit složitost procesu realizace všech možných řešení, která byla navržena partnery projektu v jednotlivých organizacích.

„Hlavním cílem a výzvou projektu HelpEx je pro nás rozvoj přístupu peer podpory v rámci naší organizace, stejně jako přijetí tohoto přístupu ‚profesionálními‘ týmy,“ zdůraznil **Dr. Delile, generální manažer z CEID-Addictions**.

# Debatovali jsme v italském Miláně o problematice tzv. peerů



Po dvou letech pandemických opatření, kdy se mohli setkávat pouze online, se v závěru letošního března konečně potkali v italském Miláně tváří v tvář účastníci mezinárodního projektu s názvem HelpEx. Projekt, který je součástí programu Erasmus, se účastní také Charita Opava spolu s partnery z Německa, Itálie, Francie, Polska a Malty. Cílem projektu je vznik nadnárodních postupů vzdělávání tzv. peerů, tedy sociálních pracovníků, kteří si sami prošli psychickým onemocněním a mohou díky této zkušenosti lépe pomáhat lidem se stejnými zdravotními problémy.

Mezinárodní setkání v Miláně se ve dnech 22. až 24. března zúčastnili pracovníci Charity Opava Lucie Trunečková, Kateřina Vířchová a Vladan Jägermann. Setkání bylo plánováno již na jaro 2020, ale pandemická situace u nás i ve světě toto setkání neumožnila. „Až nyní, téměř o dva roky později, nám bylo umožněno toto setkání znovu uspořádat, a tak jsme se znovu naživo viděli po téměř dvou

letech a mnoha online setkáních,“ upřesňuje Lucie Trunečková. „Ráda jsem všechny zase viděla, Online forma je v určitém směru dobrá věc, ale osobní kontakt nic nenahradí,“ dodává.

Všichni v průběhu setkání dva a půl dne velmi intenzivně pracovali na finalizaci výstupů projektu, který končí v srpnu 2022. „Je výborné, že můžeme být součástí takového inspirativního meziná-

rodního projektu. Ačkoliv bylo setkání pracovně velmi náročné, i tak se našlo v průběhu intenzivního programu trochu času na návštěvu nádherné milánské katedrály Duomo,“ pokračuje Lucie Trunečková. Projekt HelpEx je partnerstvím osmi organizací z šesti evropských zemí, které poskytují služby osobám s psychickým onemocněním a osobám se závislostmi. Cílem projektu je tvorba vzdělávacích osnov nejen pro bývalé klienty/pacienty, kteří se po zvládnutí svých obtíží mohou stát peery, ale také pro profesionály pracující v tomto oboru.

Další informace se můžete dočíst v Newsletteru projektu, který naleznete na protější straně tohoto Domovníku.

## OBČANSKÉ JUDO

### • Nárok na otcovskou

S manželkou si budeme osvojit dítě. Víím, že existuje tzv. „otcovská“, dávka, která náleží otci, když se mu narodí dítě. Je možné této dávky využít, pokud nejde o dítě, které se nám narodilo?



Aleš

Otcovská je dávkou nemocenského pojištění. Jejím hlavním cílem je zabezpečit osoby, které zůstávají krátce po porodu doma, aby pečovaly o narozené dítě a matku. Má přispět k posílení vazby mezi dítětem a jeho oběma rodiči v prvních týdnech života. Základní podmínkou nároku je účast na nemocenském pojištění v době nástupu na otcovskou, to znamená, že z vašeho příjmu ze zaměstnání musí být odváděno pojistné na sociální zabezpečení. U osob samostatně výdělečně činných musí být splněna podmínka dobrovolné účasti na nemocenském pojištění aspoň po dobu tří měsíců bezprostředně předcházejících dni nástupu na otcovskou. Otec dítěte musí být zapsán v jeho rodném listě, ale rodiče spolu sezdání být nemusí. Kromě otců může mít nárok na otcovskou také osoba pečující o dítě, které převzala do péče nahrazující péči rodičů. Podmínkou je, že dítě ke dni převzetí do péče nedosáhlo 7 let věku. Otcovská náleží jen tehdy, pokud nástup na otcovskou nastal v období 6 týdnů ode dne narození dítěte nebo jeho převzetí do péče. Žádost o dávku zaměstnanec podává před nástupem čerpání dávky u svého zaměstnavatele, osoba samostatně výdělečně činná žádost podává u příslušné Okresní správy sociálního zabezpečení po skončení péče. Žádost se předává na předepsaném tiskopisu, který je k dispozici na kterémkoliv Okresní správě sociálního zabezpečení nebo i na webových stránkách České správy sociálního zabezpečení. Při převzetí dítěte do péče na základě rozhodnutí příslušného orgánu se k žádosti přiloží rozhodnutí o svěřeni dítěte do péče. V současné době je nárok na péči 7 dnů, v příštím roce se má délka výplaty dávky o týden prodloužit.

Romana NAJVERTOVÁ,  
Občanská poradna

## DUCHOVNÍ SLOVO

### Bratrské přijetí



Dovolte mi milí čtenáři, několik myšlelek na aktuální téma lidí, kteří musí v těchto časech prchat

před hrůzami války, všechno zanechat a jít do neznáma, a důvěřovat, že se najdou lidé ochotní jim zadarmo pomoci, rozdělit se někdy i o to málo, co sami mají.

Když se Ježíše zeptal jeden farizeus: „Kdo je můj bližní?“, Ježíš mu odvyprávěl podobenství o milosrdném Samaritánovi. V tom příběhu jsou vykresleny postoje a přístup různých typů lidí. Výsledkem Ježíšova výkladu je vlastně opravené znovupoložení si otázky. Už ne „kdo je můj bližní?“, ale „komu jsem já bližním?“

Křesťansky viděno bližní je možností, jak se setkat s člověkem potřebujícím pomoc, ale také jak se v něm setkat s Bohem. Známe přece Ježíšovu větu: „Cokoli jste učinili

jednomu z těchto mých nepatrných bratří, mně jste učinili.“ (Mt 25,40). Láska je darováním dobra druhému. Ten druhý člověk, to je pro nás bližní: bez bližního by láska neměla své uskutečnění a naplnění. Bližní se pro nás stává hmatatelnou příležitostí, jak vyjádřit, že milujeme Boha. Postoj ochoty k přijetí bližního je projevem otevřenosti srdce, nasloucháním jeho potřebám, dialogem, je pochopením, je službou, je darem pohostinnosti, je úlevou pro tělo i duši.

Přijmout bližního znamená přijmout Boha. Přijetí Boha pod způsobem bližního se nemůže hledat mezi nepředvídatelnými náladami a standardizovanou formálností, jeho zdroj je jediný: mít srdce naplněné láskou.

Láska je oheň, který rozšiřuje srdce k přijetí bližního. Čím více se zapaluje, tím více dělá místo k přijetí bližního. Lidská láska je slabá a neschopná rozšířit srdce pro každého bratra: limity jsou nespočetné, jako sympatie, krása, bohatství, kultivovanost, zájmy. Zatímco láska křes-

ťanská rozšiřuje srdce podle dimenzí lásky Kristovy, tedy podle lásky Boží, bez limitů, je nevyčerpatelná. Bratrská láska je nové přikázání, které nám Ježíš zanechal.

Láska Kristova je nekonečná, rozšiřuje srdce člověka způsobem dá se říct nekonečným. Pokora a tichost, čistota srdce a jednota s Bohem rodí pohotovost a radostnost, disponovanost ke službě a citlivost ve vnímání očekávání, vlídnost pohledu a opatrnost ve způsobech chování. Láska Kristova dává pokoj srdci člověka, který pak cítí radost a čest ji dávat bližnímu se kterým se setká. Vlídlost, radost a pokoj jsou klimatem pro přijetí bližního. Stálost nálady a trpělivost toho, kdo přijímá, dávají klid a důvěru tomu, kdo je přijímán. Opatrnost a bezelstnost pomáhají přijmout dobře a vždy, každého bližního, jakéhokoliv temperamentu a povahy. Modlitba a bdělost připravují a dávají sílu přijmout i ty nejkomplikovanější bližní. Jak je krásné umět přijímat druhého člověka. Je to projev lidské i křesťanské zralosti ušlechtilých lidí.

P. Václav KOLONIČNÝ, děkan

## Kariéra

### • Hledáme posilu na personální oddělení

Charita Opava hledá kolegu či kolegyni do svého personálního oddělení. Pracovní náplní bude vedení pracovněprávní agendy, správa personálních dat v informačním systému VEMA, nábor nových zaměstnanců, organizování výběrových řízení a další personální činnosti. Výběrové řízení bude uzavřeno 4. dubna, do té doby můžete posílat své přihlášky. Podrobnější informace včetně výše platu najdete na stránkách [www.charitaopava.cz](http://www.charitaopava.cz) pod záložkou „Kariéra“.

### • Radost přijme sociálního pracovníka/ci

O sociálně terapeutické dílně Radost je toho poslední dobou hodně slyšet. A Vy nyní můžete být její součástí! Charita Opava totiž vyhlásila výběrové řízení na pozici sociální pracovník či pracovnice do Radosti. Jedná se o zástup za mateřskou a rodičovskou dovolenou do března roku 2024. Staňte se součástí tvůrčího prostředí, které stále hledá nové cesty k rozvoji schopností svých klientů! Přihlášky můžete podávat do 8. dubna, podrobnější informace najdete na stránkách [www.charitaopava.cz](http://www.charitaopava.cz) pod záložkou „Kariéra“.

## Listárna

### • V novém domově čekají noví andělé

Trnitá cesta ženy s bílou holí, v dáli ve Vlastovičkách zvony zvoní. V novém domově mě čekají noví andělé. Paní sociální Jana, paní vedoucí Zuzka, paní klíčová Jarka H., paní Jana a pan Vašek.

Děkuji za všechno, co pro mě děláte a budete dělat.

Iva PANÁČKOVÁ,  
obyvatelka Domu sv. Cyrila  
a Metoděje pro zrakově  
postížené ve Vlastovičkách  
u Opavy

## Zajímavosti



### Turisté si pochutnají na perníčku z Radosti

Všechny odvážlivce, kteří se v sobotu 16. dubna zúčastní 62. ročníku dálkového pochodu Bezručova Moravice, čeká v cíli překvapení. Kromě pamětního listu a občerstvení dostanou také originální perníček, který upekli klienti sociálně terapeutické dílny Radost. Pochod Bezručova Moravice pořádá Odbor vysokohorské turistiky TJ Opava a odbor Klubu českých turistů vysokohorské turistiky Opava, jehož předsedou je Radek Porebský. Pochodu, který se pyšní přívrstvem nejstarší dálkový pochod v České republice, se spolu se svou manželkou Evou účastní již dvacet pět let. A tady je i odpověď na otázku, kde se vzal nápad, aby speciální zdobné perníčky pro účastníky letošního ročníku upekli právě klienti Radosti. Eva Porebská totiž v sociálně terapeutické dílně Radost pracuje s klienty s duševním onemocněním. „Asi tři sta perníčků jsme pekli ve formičce ve tvaru turistické boty a následně je zdobili jedlým papírem s nápisem Bezručova Moravice,“ popisuje Eva Porebská. „Každý z nich tak bude originál, který dostane účastník pochodu jako odměnu v cíli,“ dodává.

Tak tedy šťastnou cestu a dobrou chuť!

### Naši činnost podporují:



## Rozloučili jsme se



### • Navždy nás opustil dobrý kamarád

V únoru nás navždy opustil náš dlouholetý kolega a dobrý kamarád

#### Ing. Ivo VESELÝ.

Ivo, děkujeme Ti za Tvou obětavou práci a za Tvé přátelství. Budeš nám chybět.

Kolektiv Chráněných dílen  
Charity Opava

## Eko okénko

### • Šetříme i vodu

Charita Opava se chová ekologicky také v hospodaření s vodou. Produkujeme pouze splaškové vody. Většina provozoven je napojena na veřejnou kanalizaci a v areálu na ulici Přemyslovců 26 v Jaktarži je srážková voda z prostranství pro automobily svedena do nádrže na dešťovou vodu. Nově provozujeme čistírnu odpadních vod ve středisku Chráněné dílny Charity Opava na ulici Přemyslovců 37 v Jaktarži, kam se přestěhovaly Chráněné dílny. V rámci úspory pitné vody využíváme v Domě sv. Cyrila a Metoděje ve Vlastovičkách u Opavy studnu na užitkovou vodu. Jinak jsou veškerá zařízení napojena na veřejný nebo areálový vodovod. Samozřejmostí je také skutečnost, že veškerá naše Veškerá vodohospodářská zařízení jsou také vedena v souladu s legislativou.

## Krátce

### • Opravárna opět otevírá

Takzvaná „Opravárna“, ve které Vám technik zdarma diagnostikuje poškozené elektro a v případě menších závad ho rovnou opraví, bude opět otevřena v sobotu 2. dubna. Navštívit ji můžete v zelené kontejnerové sestavě před areálem Chráněných dílen Charity Opava na ulici Přemyslovců č. 37 na konci Jaktarže od 9 do 17 hodin. Technik opraví nejen menší elektrospotřebiče, jako jsou varné konvice, žehličky, fény, televize nebo mikrovlnky, ale také pračky, lednice či myčky. Řešit ale nemůže opravy mobilních telefonů ani tabletů. Během celé doby bude také otevřen přílehlý prodejní sklad Chráněných dílen Charity Opava, v němž najdete nepřehledné množství jarního a velikonočního zboží. Každý, kdo přinese poškozené elektro k diagnostice, bude zařazen do slosování o pět pětisetkorunových poukázek na tyto výrobky. Opravárna je společným projektem společnosti ASE-KOL, Charity Opava a Moravskoslezského kraje.

**Pište nám!** Listárna zpravodaje Domovník je určena Vaším názorům, připomínkám a postřehům. Své příspěvky posílejte na adresu: [mludek@charitaopava.cz](mailto:mludek@charitaopava.cz). Těšíme se na ně!