

## DOMOVNÍK

Charita  
Opava

č. 9 – ŘÍJEN 2022

CITÁT MĚSÍCE: „Hezké chvíle a zážitky jsou taková geriatrika – léky proti stárnutí. Jenomže se nedostanou na předpis v žádné lékárně.“

Jiřina ŠIKLOVÁ, česká socioložka (1935–2021)

Klub sv. Anežky je recept  
na pěkné stáří, přidejte se!

Scházejí se už šestnáct let každé úterý, poslední roky v domě sv. Anežky na Kylešovské ulici v Opavě. Společně si nejen posedí u kávy nebo čaje, ale pořádají pravidelné besedy a přednášky na inspirativní témata, čtenářská setkání, výlety na zajímavá místa a dbají také na duchovní obnovu. Seniori, kteří se potkávají v Klubu svatých Anežky – dobrovolném sdružení Charity Opava, jsou všim, jen ne pasivními důchodci. Klub je otevřen všem a právě zve do svých řad další zájemce z řad dříve narozených.

Na počátku vzniku Klubu sv. Anežky, jak ho známe v současné podobě, stál projekt s názvem D-venkov, který probíhal v letech 2003 a 2005. Projekt měl za cíl rozšířit charitní služby pro seniory na Opavsku pomocí sítě dobrovolníků a aktivně se ho zúčastnila řada seniorů, kteří se rekrutovali z řad bývalých pracovníků či dobrovolníků Charity Opava. „Jako koordinátorka dobrovolníků na venkově jsem ty venkovské v obcích dva roky vyhledávala. S RNDr. Olinkou Rampáčkovou, spoluzakladatelkou Charity Opava, jsme kontaktovaly starosty a kněze. Nesčetněkrát jsem slyšela její nadšená slova o poslání Charity. Případaly jsme si jako národní buditelé 19. století,“ vzpomínala na tu dobu koordinátorka dobrovolníků akce D-venkov Marie Smolková. S ukončením pro-

jektu skončily také oddělené schůzky klubů venkovských dobrovolníků v obcích v okolí Opavy. „Některí byli přičleněni ke skupině opavských a já cítila povinnost zůstat jim věrná. Sdíleli své klubové nadšení,“ dodává Marie Smolková. V listopadu roku 2006 tak vznikl dekretem ředitele Charity Opava Jana Hanuše Klub sv. Anežky, který je jako dobrovolné sdružení Charity Opava pevně spojen se svou mateřskou organizací „Jsme otevření lidem nejen z Opavy, ale celého Opavska,“ říká Marie Smolková, jedna z dam, které mají fungování klubu na starosti. A záběr Klubu sv. Anežky je pod jejich vedením velmi široký. Patří sem přednášky zajímavých lidí na různá historická, kulturní či společenská témata, návštěvy výstav, muzeí či komentovaných prohlídek Opa-

vy, ale také výlety do vzdálenějších míst, například na poutní místo Hostýn, na zámek v Kroměříži a mnoha dalších lokalit. Seniori na společných schůzkách se svými vrstevníky mohou při přátelském posezení sdílet společné zájmy, své životní příběhy a zkušenosti, podělit se o své radosti i starosti. Pravidelně jsou informováni o dění v Opavě i širším regionu v oblastech veřejného života, kultury, historie, zdravotnictví a duchovního života. Na výčet všech přehánek, výletů a zájezdů by nestačil rozsah celého Domovníku. Seznam těch nadcházejících v měsíci říjnu přinášíme na str. 3. Program klubu najdou zájemci každý měsíc také ve zpravodaji Cesta nebo v Domovníku.

Tradicí je také pořádání celodenních duchovních obnov vždy v době postní a adventní. Poslední dobou probíhají v Marianu na Rooseveltově ulici v Opavě a pravidelně se jich účastní více než stovka zájemců. Duchovní obnovy zde vedla na různá témata řada kněží, o. Vítězslav Řehulka, o. Daniel Vícha, o. Petr Chalupa, o. Petr Smolek, o. Jan Czudek, o. Vít Zatloukal, nebo známá teoložka Kateřina Lachmanová. „Pro mnohé z nás jsou tyto duchovní obnovy i společenskou záležitostí, kde se setkáváme s přáteli a se známými,“ upřesňuje Marie Smolková. „Řady členů Klubu sv. Anežky se v nedávné době rozšířily o pět nových členů, ale dveře jsou i nadále otevřeny všem, kdo by se chtěli účastnit zajímavých setkání i pestrého programu,“ zve Marie Smolková jménem celého klubu a přidává své telefonní číslo 721 570 543, na které se jí mohou zájemci ozvat.

## Slovo manažerky

## Mysleme na seniory

Na první den v říjnu připadá jako každoročně den seniorů. Pro Charitu je to den důležitý, protože o seniory pečujeme hned v několika svých střediscích.



V Denním stacionáři pro seniory se staráme o klienty, kteří potřebují soustavný dohled. A i přes jejich různé zdravotní neduhy pro nás personál umí vymyslet takový program, že odchází domů s úsměvem na tváři. Také v terénních službách se setkáváme s lidmi, kteří i přes vysoký věk nerezignují na život. A učíme se od nich, že i v devadesáti můžete surfovat po internetu, používat internetové bankovníctví či hledat vhodný protějšek. Ale třeba také malovat obrazy, jezdit s rodinou na dovolené a přes různá omezení si prostě užívat života. Spolu s nimi se seznamujeme s rodinnými pečovateli, kteří se s naší pomocí starají o své blízké upoutané na lůžko. A to není vše. V Klubu sv. Anežky – dobrovolnému sdružení Charity Opava, se setkávají aktivní lidé, kteří organizují programy pro širokou seniorskou skupinu zájemců, a je opravdu obdivuhodné, co vše dokážou.

Co tyto naše klienty spojuje? Co potřebují? Potřebují pocit, že někam patří, že jsou pro někoho důležití, jedineční. Potřebují kontakt s rodinou. Potřebují zkrátka náš čas a naši pozornost.

Naše generace dostává šanci užít si dar stáří hned dvakrát. Darovat seniorům svůj čas, nabídnout jim svou pomocnou ruku, přispět k větší barevnosti jejich dnů a vnímat každou vteřinu vzácného soužití. To všechno nám může přinést uspokojení z daru i potěšení a klid na duši. Prosím, myslíme nejen v měsíci říjnu na naše blízké.

Petra THIEMLOVÁ,  
manažerka Charity Opava

## + ŘÍJEN

## Úspěšný Sportovní den

Výbornou zábavu i poučení přinesl Sportovní den pro hospic, který jsme v září uspořádali společně s Okresním fotbalovým svazem Opava na hřišti v Kylešovicích. V pořadí již pátý Sportovní den navíc přinesl skvělý výsledek, protože díky příspěvkům firem, obcí i jednotlivců se pro mobilní hospic Pokojný přístav vybralo více než 140 tisíc korun. Více informací i fotografie najdete na str. 6.

## - ŘÍJEN

## Váleční uprchlíci stále potřebují pomoc

Už osm měsíců uběhlo od počátku ruské války proti Ukrajině. Státisíce především žen a dětí uprchly do zahraničí. Také v Opavě hostíme utečence, pro něž je stále zapotřebí shánět jídlo, drogerii, oblečení a vybavení domácnosti. Do pomoci je zapojena i Charita Opava, která spolupracuje s Dobrovolnickým komunitním centrem Pařanycja v areálu bývalé tiskárny Optyns na Nákladní ulici v Opavě.

## STALO SE

### • Milostivé léto II stále trvá

Už jen do konce měsíce bude probíhat akce s názvem Milostivé léto II, díky které se mohou fyzické osoby zbavit svého dluhu vůči státu a jiným veřejnoprávním věřitelům. S uplatněním Milostivého léta II je stále připravena dlužníkům pomoci Občanská poradna. „Obrátit se na nás mohou všichni, kteří mají dojem, že by se jich tato akce mohla týkat,“ vzkazuje vedoucí Občanské poradny L. Trunečková. Občanskou poradnu můžete vyhledat na Kylešovské ulici č. 10 v Opavě. Pro posouzení jednotlivých případů je nejvhodnější osobní konzultace, ale je možné se zde s žádostí o pomoc obrátit i telefonicky na tel. číslech 553 616 437 či 731 316 552 nebo e-mailem na [obcanskaporadna@charitaopava.cz](mailto:obcanskaporadna@charitaopava.cz). Všechny potřebné informace lze rovněž nalézt na webových stránkách Charity Opava [www.charitaopava.cz](http://www.charitaopava.cz).

## KALENDÁRIUM

• Už dvaadvacet let je **Občanská poradna** Charity Opava členem Asociace občanských poraden. Příjata byla v **říjnu roku 2000**.

• Na státní svátek **28. října 2009** byl Řádem T. G. Masaryka III. stupně **vyznamenán Msgre. Josef Veselý**. Vyznamenání si ze zdravotních důvodů nemohl převzít na Pražském hradě, ale až později v Ostravě z rukou tehdejšího prezidenta Václava Klause.

• V **říjnu roku 2018** jsme se připojili ke **sbírce na pomoc obětem zemětřesení**, které postihlo indonéský ostrov Sulawesi. Vlna tsunami si zde vyžádala stovky lidských životů, celkový počet postižených obyvatel dosáhl až dvou milionů.

• Velmi úspěšnou **burzu dětského oblečení** jsme uspořádali v minoritském klášteře na Masarykově třídě v Opavě v **říjnu roku 2019**.

• Hostem rozhlasového pořadu **Zibiho Czendilka** „Jak to vidí“ byl **11. října 2020** ředitel Charity Opava **Jan Hanuš**. Záznam jejich povídání je stále k poslechu na stránkách Charity Opava.

• **Loni 6. října** biskup Martin David požehnal za přítomnosti řady hostů **nově zrekonstruované prostory sociálně terapeutické dílny Radost v Jaktáři**.

# Otec Marcin Kieras provedl Mravenečky hradeckým kostelem



Ani deštivé počasí nepřekazilo klientům denního stacionáře Mraveneček výlet do Hradce nad Moravicí. Kromě procházky po zámeckém parku zvládli všechno, co si dlouho dopředu museli naplánovat – bezbariérovou prohlídku zámku, návštěvu zdejšího kostela sv. Petra a Pavla i oběd v restauraci Sonáta.

Bezbariérovou prohlídku zámku je zapotřebí vždy domluvit dopředu. „Paní průvodkyně měla s našimi klienty trpělivost, vše vysvětlila, dala nám prostor na dotazy a něco málo nám řekla i o zámeckém duchovi Felixovi,“ pochvaluje si dobrou spolupráci se zámekem vedoucí Mravenečku Jana Konopková.

Plánovanou procházku parkem sice

zmařil déšť, ale o zajímavý program se Mravenečkům postaral místní duchovní správce o. Marcin Kieras, který je provedl hradeckým kostelem a povypřávl o jeho historii. Zlatým hřebem všech výletů Mraveneček je vždy oběd. „A ten byl skutečně výborný, završený lahodnou kávou. Prostředí restaurace Sonáta je velmi pěkné a vše korunuje příjemná

obsluha, můžeme skutečně všem doporučit,“ říká Jana Konopková.

Uspořádat výlet denního stacionáře Mraveneček, jehož klienti jsou lidé s kombinovaným postižením odkázáni na vozíček, je pokaždé organizačně a logisticky velmi náročné. Hlavním problémem je doprava.

„Děkujeme proto Domu sv. Cyrila a Metoděje ve Vlastovičkách a ředitelství za zapůjčení aut,“ vzkazuje Jana Konopková. „I když máme vlastní auto, na uspořádání tak velkého výletu potřebujeme vždy další dvě,“ dodává s díky.

# Klienti Radosti pozvali rodiče a opatrovníky na kafičko



V říjnu to bude rok, co biskup Martin David na slavnostním setkání požehnal k nepoznání zrekonstruované prostory sociálně terapeutické dílny Radost na ulici Přemyslovců v Jaktáři. Nové možnosti, které se díky rozsáhlé rekonstrukci před tímto střediskem Charity Opava otevřely, zde využívají opravdu naplno. Přibyli noví klienti, v nabídce činností se objevila dřevařská dílna, prádelna, cvičná kuchyně nebo stále populárnější pojízdná Kavárna pro Radost.

Dalším úspěchem je zprovoznění cvičné kavárny, kde se klienti učí baristickým znalostem a dovednostem. Ta v září hned dvakrát přivítala vybrané hosty z řad opatrovníků, pečujících

osob a také pracovníků Radosti. Obě setkání proběhla pod názvem „Na kafičko s Radostí“. „Dát život cvičné kavárně, to je přesně to, co měla setkání splnit,“ říká vedoucí Radosti Lucie Švejdičková. „Nic

jsem neočekávali a jen se těšili, a nakonec se ukázalo, že bylo na co,“ dodává. Hned na první setkání, určené pro rodiče či opatrovníky klientů s mentálním znevýhodněním, přišlo třicet lidí. „Atmosféra byla úžasná, opravdu jsme do cvičných prostor vdechli pravý kavárenský duch,“ rekapituluje Lucie Švejdičková. A stejně přátelská kavárenská atmosféra panovala také 27. září, kdy si na kafičko s Radostí mohli přijít hosté klientů s duševním onemocněním.

„Věřím, že to nebyly poslední pěkné chvíle, které jsme v kavárně měli možnost zažít,“ dodává Lucie Švejdičková.

Klienty i pracovníky sociálně terapeutické dílny Radost ještě v dohledné době čeká absolvování kurzu, který pro ně zdarma připravuje majitelka krnovské kavárny Malé Café a renomovaná baristka Šárka Bolatzká. Její cenné zkušenosti jistě využijí klienti ve své cvičné kavárně i v pojízdné Kavárně pro Radost.

# Nastupování do autobusu už není branný závod



Pokud jste byli během posledních dvou let náhodnými svědky toho, jak na autobusové zastávce před průmyslovým areálem na konci Jaktáře, v němž sídlí Chráněné dílny Charity Opava, nastupují lidé do autobusu směrem na Opavu, museli jste získat dojem, že jste se ocitli uprostřed branného závodu. Aby se cestující k zastávce směrem na Opavu mohli dostat, museli překonat zatravněný příkop. To bylo především při špatném počasí náročné i pro zdravého člověka, ovšem pro osoby na vozíčku nebo lidi se zrakovým či jiným handicapem to již bylo vyložené nebezpečné. Chráněné dílny Charity Opava přítom v přilehlém areálu zaměstnávají více než dvě stě lidí s různými handicapem.

Pan Radim Šupík, který je upoutaný na vozíček, dojíždí do Chráněných dílen Charity Opava za prací z Oldřišova. „Mé nastupování do autobusu směrem na Opavu byl po každé malý horor,“ vzpomíná. „Aby mohl řidič vysunout nástupní plošinu pro vozíčkáře, musel najet do protisměru a pak vystoupit. Zablokoval tak průjezd autům z obou stran minimálně na pět minut, než jsem se s pomocí kolegů dostal dovnitř,“ popisuje s tím, že někteří nervózní řidiči často začali troubit, čímž zahušťovali už tak nervózní atmosféru. Velmi problematické bylo nastupování

také pro lidi se speciálními chodítky nebo francouzskými holemi. „I nevidomí museli často vykročit do neznáma a byl jsem i svědkem toho, jak někteří spadli do příkopu,“ dodává Radim Šupík.

O opravu nástupních ploch se snažila Charita Opava již od roku 2020, zpočátku z důvodu byrokratických překážek neúspěšně. „Nakonec jsme v zájmu urychlení celého procesu nechali vypracovat a zaplatili projektovou dokumentaci a věci se daly do pohybu,“ popisuje zástupce ředitele Charity Opava Tomáš Schaffartzik. A od poloviny září jsou konečně dva

roky nedůstojného a nebezpečného nastupování minulostí. Opravené autobusové zastávky v obou směrech byly zprovozněny 15. září a stovky zaměstnanců dílen, většinou s různými zdravotními handicapem, mohou do autobusů konečně nastupovat bezpečně a důstojně.

„Rádi bychom poděkovali všem majitelům pozemků za vsřícné jednání, statutárnímu městu Opava za uvolnění finančních prostředků a Technickým službám Opava i stavební firmě za rychlou realizaci,“ vzkazuje manažer Charity Opava Tomáš Schaffartzik. Zároveň dodává, že Charita Opava pokračuje v dalších krocích ke zvýšení bezpečnosti a podala proto na opavský magistrát podnět na snížení rychlosti na pozemní komunikaci v prostoru zastávek a vjezdu do areálu chráněných dílen. „Doufáme, že to půjde rychle, i když po zkušenostech se zastávkou bych se nedivil, kdyby se administrativní vyřizování opět táhlo celá léta,“ dodává Schaffartzik.

## Dílny pořádají kurz šití



Kurz šití otvírají v říjnu Chráněné dílny Charity Opava. Celkem pět lekcí je určeno pro každého, kdo má chuť naučit se šít na šicím stroji a potěšit svými výrobky sebe nebo své blízké.

Kurz je vhodný především pro ty zájemce, kteří už mají s šitím alespoň základní zkušenosti a chtěli by se posunout zase o krok dále. V letošním roce jsou v plánu lekce o tom, jak překreslit stříh a jak s ním dále pracovat. K dispozici budou mít účastníci kromě klasických šicích strojů také overlock.

Kurz bude probíhat v zařízené šicí dílně v Opavě na ul. Přemyslovců 37 a povedou ho odborní lektoři. Účastníci budou mít možno si na místě zakoupit látku a galantérii za výhodné ceny a v případě potřeby také si zapůjčit šicí stroj.

Kurz se uskuteční v termínu od 3. října do 30. října vždy každé pondělí od 15.30 do 18.30 hodin a cena 1 500 korun obsahuje celkem pět lekcí.

### STANE SE

#### Jaký bude říjen v Klubu sv. Anežky

Přednáška, beseda a informativní setkání čekají v říjnu členy Klubu sv. Anežky - dobrovolného sdružení Charity Opava. Informativní schůzka se uskuteční v úterý 4. října v 16 hodin v domě U Svaté Anežky, konkrétně v Denním stacionáři pro seniory na Kylešovské ulici 4. V úterý 11. října, bude pro členy klubu přednášet od 16 hodin v pastoračním středisku minoritského kláštera plukovník v. v. František Valdštýn na téma „Mnichov 1938“. V úterý 18. října bude na Kylešovské 4 od 16 hodin besedova Mgr. Ivana Malušková na téma „Osobnosti Kateřinek“, poté proběhne návštěva Švédské kaple v Kateřinkách. Členové Klubu sv. Anežky zvou na tyto akce i do svých řad všechny zájemce z řad seniorů.

#### Wellness centrum bere karty Edenred

Ve Wellness centru Charity Opava je již možno platit elektronickou kartou Edenred. Edenred je společnost specializující se na zaměstnanecké benefity, konkrétně stravenky a poukázky na kulturu, sport či zdravotní péči. Díky novému terminálu tak mohou návštěvníci využít benefity od zaměstnavatele také na procedury v našem Wellness centru.

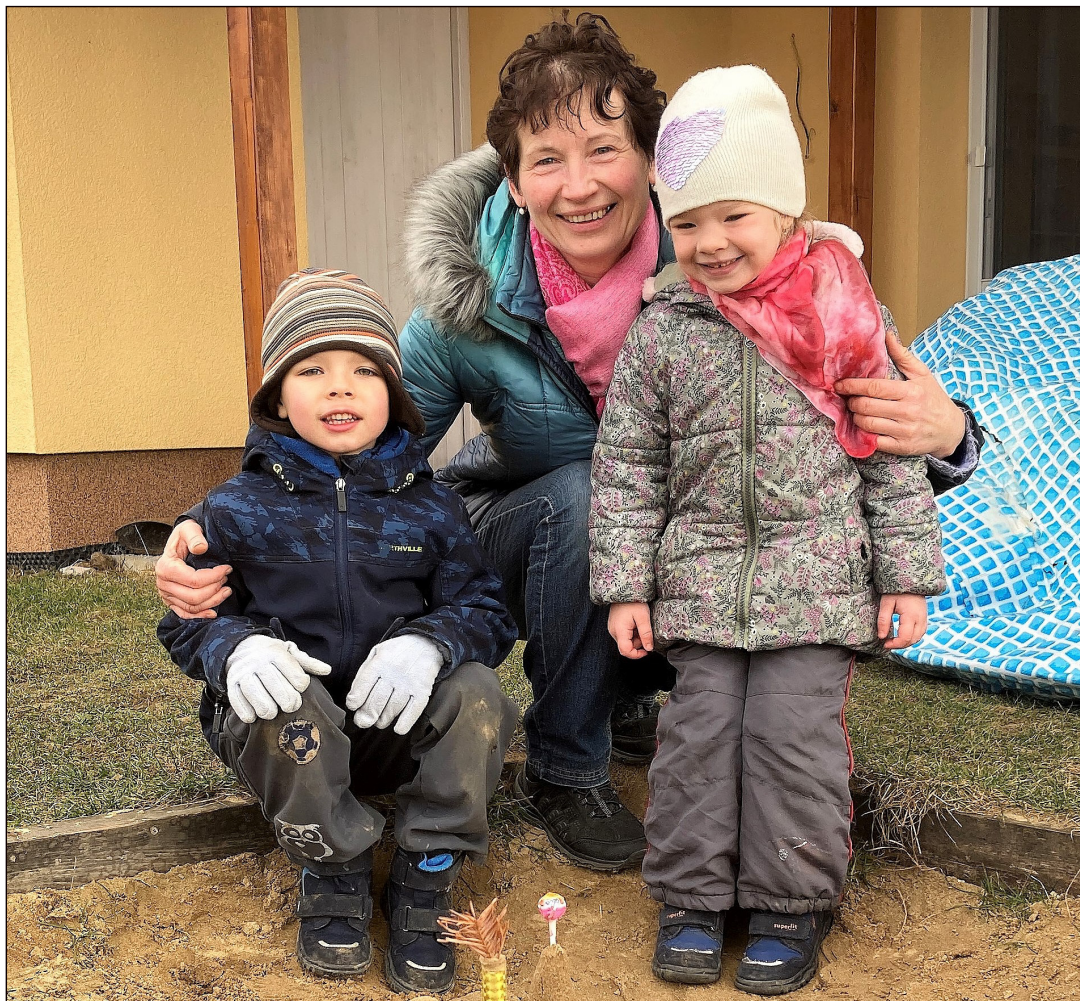
### Napsali o nás

#### Patnáct let spolupráce s REGIONEM OPAVSKO

Nejdelší a nejvýznamnější partnerství, které Region Opavsko za patnáct let své existence má, je s Charitou Opava. Bylo uzavřeno už v druhém roce vydávání a okamžitě začalo přinášet výsledky. „První větší akcí byla výměna oken v chráněném bydlení, které Charita Opava provozuje,“ vzpomíná ředitel Jeník. Záhy také přišel nápad pomáhat prostřednictvím novin lidem v nouzi a při řešení nepříjemných životních situací. Tak vznikla jedna z nejdelší vydávaných rubrik „Občanské judo“, v jejímž rámci pracovníci Občanské poradny odpovídají na otázky týkající se konkrétních problémů tazatelů. Dlouholeté partnerství má ale mnoho dalších podob. Naposledy to bylo před dvěma měsíci, kdy Charita Opava oslovila veřejnost s prosbou o pomoc na pořízení automobilu pro mobilní hospic Pokojný přístav.

REGION OPAVSKO

# „Kdybych se znovu narodila, hodnotí více než čtvrt století svého působení v terénních



Už déle než pětadvacet let vyjíždí vždy ráno zdravotní sestra Charitní ošetrovatelské služby Charity Opava Lenka Roháčková do terénu, aby v domácím prostředí poskytla svým klientům potřebnou zdravotní péči. Najela za tu dobu kolem dvou set tisíc kilometrů a počty lidí, kteří na ni vzpomínají jako na anděla, který jim pomáhal mnohonásobně víc nad rámec svých povinností a často i ve volném čase, se už asi nedají spočítat. I proto ji před několika lety za zásluhy vyznamenal tehdejší ostravsko-opavský biskup František Václav Lobkowicz.

**Jak se stalo, že jste se stala součástí velké charitní rodiny?**

V roce 1996 mne oslovila tehdejší ředitelka Charity Opava Anička Ekslerová, zda bych nechtěla pra-

covat v terénní zdravotnické službě, dnes známé jako domácí péče. Téhož roku jsem tam nastoupila a jsem tomu dodnes ráda. Začátky naší služby byly velmi pionýrské. Chodily jsme ke klientům pěšky,

## LENKA ROHÁČKOVÁ

je rodilá Opavačka, ale vyrostla ve venkovském prostředí, což se podle jejích slov odrazilo v blízkém vztahu k přírodě a k lidem. Pochází z Chvalíkovice, kde vyrůstala v láskyplném rodinném prostředí. „Byla jsem vychovávána v křesťanském duchu a to mělo rozhodující vliv na můj osobnostní vývoj,“ říká o svém dětství a mládí. Po ukončení základní školy v Raduni začala studovat Střední zdravotnickou školu v Opavě, kterou za-

končila v roce 1981 maturitou. Pět let do své první mateřské dovolené pak pracovala v Rehabilitačním ústavu v Chuchelné. Od roku 1996 pracuje jako ošetrovatelka v Ošetrovatelské službě Charity Opava a také v mobilním hospici Pokojný přístav. S manželem vychovala tři děti, dnes již dávno dospělé. Ve volném čase se věnuje zpěvu ve sboru u sv. Duha, zahrádce, výletům do přírody a třem milovaným vnoučatům.

jezdily na kole nebo MHD, sice s poměrně skromným vybavením, ale s o to větším nadšením a láskou pomoci zvláště starým a nemohoucím lidem.

**Prozradte nám, jak vypadá Váš běžný pracovní den dnes...**

Naši službu nemocným začínáme v sedm hodin ráno. Postupně navštívím v Opavě a okolí zhruba v rozsahu okresu určené pacienty. Denně ošetřím asi deset klientů podle ordinace lékařů. Ošetření se týká odběrů krve a dalších biologických vzorků, převazů, injekcí a infúzní terapie, monitoringu fyziologických funkcí, rehabilitace a zdravotní edukace.

Po příjezdu z terénu, což bývá mezi 13. a 14. hodinou, je nutno zpracovat u každého pacienta zdravotnickou dokumentaci. V té době se schází všechny sestry a pečovatelky v našem středisku na Kylešovské ulici v Opavě a tam je pak rušno.

**V terénu jste už šestadvacet let,**

**tedy déle než čtvrt století. Jak se za tu dobu změnila péče o lidi? Je to stále stejné, nebo už je něco jinak?**

Péče se v mnohém změnila. Využíváme moderní pomůcky a přístroje, jezdíme k pacientům auty, abychom mohly ošetřit i lidi ve vzdálenějších místech. Máme také doplněné vzdělání v oboru domácí péče, musíme řešit (byť za pomoci počítačů) stále nové, někdy i nesmyslné administrativní úkoly, klienti jsou vzdělanější a mnohdy i náročnější... Ale to, co zůstává stejné, je snaha o pečlivý, laskavý a empatický přístup k nemocným lidem.

**Statistická data prozrazují, že populace v České republice velmi rychle stárne. Jedním z důsledků tohoto trendu je i to, že přibývá seniorů, o které se nemá kdo starat. Potkáváte se s tím ve své práci?**

Ano, odráží se to například ve stále větším zájmu o naše služby, zvláště o pečovatelskou.

**Zmiňujete, že dosti zásadně se změnila administrativa, která je s Vaší prací spojena. Od fyzického vypisování evidence jste musela přejít k evidenci digitální. Jaké to bylo?**

Pro mě opravdu hrozné, protože jsem se dostala aktivně k počítači poprvé až při této činnosti. Zpočátku jsem neuměla počítač ani nastartovat. Musela jsem zůstat v práci dlouho přes pracovní dobu, abych se tyto programy vůbec naučila používat.

**Máte představu, kolik jste za tuto dobu mohla najet kilometrů? A kolik jste poznala lidí?**

Můj muž vypočítal, že jsem za patnáct let, co jezdím autem, najela asi 200 tisíc kilometrů. A těch lidí! Nemám to spočítané, ale nemohu chodit přes město pěšky, protože se jich ke mně hlásí tolik, že bych se vůbec nedostala domů. Myslím to samozřejmě s nadsázkou, ale náš nejmladší syn proto se mnou nikdy nechtěl nikam chodit.

**Máte některé klienty, na které si vzpomenete i po mnoha letech?**

# zase bych sloužila nemocným,“ službách Charity Opava zdravotní sestra Lenka Roháčková

Jistě, celou řadu. Pamatuji si také, kde bydleli nebo bydlí, a znám i celé jejich rodiny. Mám pár klientů, které navštěvuji dodnes v domovech důchodců a u jiných přetrvalo přátelství až do jejich odchodu na věčnost.

**Stává se tedy, že se pro klienty zařizujete i něco nad rámec své práce?**

Moje rodina tvrdí, že jsem u pacientů někdy více než doma nebo si s nimi aspoň telefonuji, proto chci ocenit schovávavost a trpělivost mých nejbližších, zvláště svého manžela. Klienti i jejich rodiny totiž potřebují nejen zdravotní, ale také psychickou podporu.

**Co byla za tu dobu Vaše nejhorší zkušenost? Bylo to období nouzového stavu z důvodu covidu-19, nebo něco jiného?**

Neřekla bych nejhorší, ale spíše

nejbolestnější zkušenost. V době mého desetiletého působení v hospicové službě mně vždy nejvíce zasáhlo umírání a smrt mladého člověka. Nezapomenu nikdy na statečnou a obětavou maminku, která se až do posledku starala o svého jedenadvacetiletého syna. Sama již v té době byla vdovou, muž jí zemřel na rakovinu, a po skonu syna jí zemřela i tchyně, o kterou taktéž pečovala až do její smrti.

**A z opačného konce – co bylo naopak to nejhezčí nebo nejpozitivnější? Bylo to ocenění za zásluhy v ostravsko-opavské diecézi, které Vám v říjnu 2015 předal biskup František Václav Lobkowicz?**

Na pana biskupa Františka Václava moc ráda vzpomínám pro jeho lidský přístup a tohoto ocenění si velice vážím. Ale těší mě každý spokojený a dobře ošetřený paci-



ent, který se umí na mě usmát.

**Vydržet tak dlouho v tak náročné profesi určitě vyžaduje silnou motivaci. Čím je pro Vás Vaše práce?**

Matka Tereza z Kalkaty řekla:

„Naše práce je jen kapka v moři. Ale bez této kapky by zde na zemi něco chybělo.“

S tímto se ztotožňuji a jsem přesvědčena, že kdybych se podruhé narodila, chtěla bych zase být zdravotní sestrou a sloužit nemocným.

## Ocenění si odnesly Lenka Roháčková a Hana Komárková



Ocenění biskupa Františka Václava Lobkowicze, o němž je řeč v rozhovoru s Lenkou Roháčkovou, obdržely v říjnu 2015 dvě zdravotní sestry terénních služeb Charity Opava. Vedle Lenky Roháčkové to byla také Hana Komárková, v té době pracující jako zdravotní sestra mobilního hospice Pokojný přístav.

Zdravotní sestry byly oceněny za přínos ke službě Charity Opava u příležitosti svátku svaté Hedviky v kostele sv. Václava v Ostravě. Ocenění, které je udělováno těm, kdo se příkladným životem a svou obětavostí a ochotou zvláštním způsobem podílejí na životě diecéze, proběhlo na závěr mše svaté a živě je přenášela televize Noe.

„Obě zdravotní sestry si ocenění jednoznačně zasloužily,“ vzpomíná

manažerka Charity Opava Petra Thiemlová, která jejich nominaci navrhla. „Lenka Roháčková je velmi empatický člověk s lidským přístupem ke klientům. Osud lidí jí není lhostejný, a proto často pracuje nad rámec svých svěřených povinností. Zprostředkovává duchovní služby našim klientům, kteří to velmi oceňují a jsou vděční. Ke klientům vždy přistupuje s láskou a úsměvem. Doprovází také klienty mobilního hospice při

jejich poslední cestě a pro jejich rodinu je velkou oporou v těchto těžkých chvílích,“ popisuje své zkušenosti Petra Thiemlová. Se stejným uznáním hovoří o Haně Komárkové, která nyní pracuje jako zdravotní sestra ve Slezské nemocnici v Opavě. „Stála u zrodu mobilního hospice Pokojný přístav. Pro klienty a jejich rodiny měla vždy vlídné slovo, vynikala

trpělivostí a uměním naslouchat,“ dodává. „Velmi citlivě doprovázela umírajícího člověka i jeho rodinu a dodávala jim útěchu, sílu i energii.“ A protože obě dámy před časem oslavily významné životní jubileum, přidáváme určitě i jménem mnoha vděčných klientů a pacientů přání Božího požehnání a mnoha dalších let ve zdraví a spokojenosti.

## Térenní služby jsou charitní vlajkovou lodí

Jednou z vlajkových lodí Charity Opava jsou její terénní služby. Patří mezi ně Charitní pečovatelská služba, Charitní ošetrovatelská služba a mobilní hospic Pokojný přístav.

Tyto služby se nazývají terénní proto, že jsou poskytovány přímo v domácím prostředí klientů. Znalosti a dovednosti pečovatelek a zdravotních sester, k nimž se váže empatie a osobní přístup, už ocenily tisíce klientů z Opavy a okolí.

Doplňkovou činností terénním službám poskytuje charitní Půjčovna kompenzačních pomůček, která nabízí k zapůjčení například polohovací postele,

toaletní křesla, invalidní vozíky, chodítka, toaletní mísy, jídelní stolky či berle.

Po poradě s vedoucí střediska je možno si zapůjčit také speciální pomůcky, jako je například lineární dávkovač nebo kyslíkový koncentrátor. Tyto pomůcky jsou sice přednostně půjčovány klientům terénních služeb Charity Opava, ale pokud jich máme ve skladu dostatek, rádi vyhovíme i dalším žadatelům.

Podrobné informace o nabídce těchto terénních služeb včetně adres a kontaktů na jednotlivá střediska najdete na webových stránkách Charity Opava [www.charitaopava.cz](http://www.charitaopava.cz).

# Zábava, poučení i dárcovství - takový byl Sportovní den pro hospic

Díky příspěvkům firem, měst a obcí i občanů se vybralo přes 140 tisíc korun



Výbornou zábavu i poučení korunované výtěžkem přes 140 tisíc korun. To vše přinesl v pořadí již pátý Sportovní den pořádaný na hřišti v Kylešovicích společně Charitou Opava a Okresním fotbalovým svazem Opava.

## Vyšlo nám počasí

Nepříznivá předpověď počasí slibující na sobotní dopoledne 17. září zimu a déšť našťastí nevyšla. A tak jediné hřmění, které se návštěvníkům ozývalo nad hlavami, pocházelo od stíhaček ze Dne NATO probíhajícím v nedalekém Mošnově.

## Originální disciplíny pro všechny soutěžící

Cílem letošního Sportovního dne,

jehož celý název zněl Sportovní den pro hospic, bylo získat finance pro mobilní hospic Pokojný přístav, který doprovází v domácím prostředí v posledních dnech života lidi z Opavy a okolí. Dramaturgie Sportovního dne spočívá již od začátku v tom, že se společně potkají klienti různých sociálních organizací spolu s lidmi bez handicapu, aby se utkali ve speciálních disciplínách. Soutěžící si tak moh-

li opět vyzkoušet jízdu na invalidním vozíku, hru šupec, zvukovou střelbu, jízdu na dvoukole, změřit své síly v ruských kuželkách a podobně. Zkrátka nepřišel žádný ze soutěžících, protože každý obdržel diplom i originální vyřezávanou medaili a mohl se zúčastnit tomboly se zajímavými cenami.

## Bohatý program

Připraveno bylo rovněž občerstvení a bohatý doprovodný program, o který se postaraly mažoretky skupiny Banimo či příslušníci policie ČR, kteří předvedli svou techniku a také cvičení policej-

ních psů. Velkému zájmu se těšili i ukázky poskytování první pomoci ve stánku Střední zdravotnické školy Opava.

## Skvělý výsledek sbírky

Zatímco v prvním ročníku Sportovního dne se vybralo přes 73 tisíc korun, druhý i třetí ročník přinesl Pokojnému přístavu vždy přes 120 tisíc korun, a loni se vybralo již přes 177 tisíc korun. Letošní výsledek přes 140 tisíc korun je vzhledem k ekonomickým problémům, s nimiž se české firmy musí vypořádávat, skutečně skvělý výsledek.

## Šek pro vedoucí hospice

Šek na částku 135 911 korun předal vedoucí Pokojného přístavu Evě Mertové a řediteli Charity Opava Janu Hanušovi předseda OFS Opava Miroslav Zálaha. Malého ceremoniálu se zúčastnili také senátor Herbert Pavera, pod jehož záštitou celá akce probíhala, místopředseda OFS René Černožský, primátor Opavy Tomáš Navrátil a jeho náměstek Petr Oriješčík. Za firmy a města či obce, které přispěly na výslednou částku, byl přítomen ředitel společnosti Hagemann Zdeněk Gróman. Zbývající finance do celkové částky přes 140 tisíc korun dodali návštěvníci akce svými příspěvky do kasičky.

Všem děkujeme!



## DĚKUJEME SPONZORŮM!

### SPORTOVNÍ DEN PRO HOSPIC finančně podpořily firmy a obce:

Hagemann a. s., Ostroj a. s., VIKPAP GROUP s. r. o., KSR Industrial s. r. o., Haberkorn s. r. o., Autoservis Sátek, AgroBio Opava s.r.o., Město Kravaře a obce Bolatice, Bohuslavice, Brumovice, Hněvošice, Otice, Skřípov a Sudice.

**Občerstvením pro soutěžící a dary do tomboly přispěli:**  
Globus, Moravskoslezské cukrovary a. s., InSPORTline, Šindler Luděk s. r. o. a další.  
Děkujeme!

Obsáhlou fotoreportáž ze Sportovního dne pro klienty najdete na stránkách [www.charitaopava.cz](http://www.charitaopava.cz).

# Papučový den připomíná záslužnou práci hospiců



Pokud potkáte ve středu 5. října na ulici nebo v práci někoho v papučích, nebude to roztržitý člověk, který se zapomenul při odchodu z domu přezout. Na tento den totiž připadá takzvaný Papučový den, který pořádá Mobilní hospic Ondrášek a Fórum mobilních hospiců. Organizátoři chtějí touto formou připomenout záslužnou práci mobilních hospiců, které umožňují umírajícím strávit poslední chvíle důstojně doma. Kampaně se letos účastní celkem 36 hospiců, mezi nimiž nechybí ani mobilní hospic Charity Opava Pokojný přístav.

Podle průzkumů Asociace hospiců ČR si 80 % lidí přeje zemřít doma, ale pouze 20 % se to opravdu podaří. Mobilní hospice přitom přinášejí do domácností odbornou zdravotní péči, informace a potřebnou podporu a pomáhají rodinám doprovázet jejich blízké až do úplného konce. Papučový den připomíná, že umírat doma v kruhu svých blízkých je možné. „Zapojte se i vy,“ vyzývají organi-

zátoři. „Obujte si papuče a ukážete, že podporujete mobilní hospicovou péči v České republice.“ Vyfoťte se tak jako celý tým Pokojného přístavu, který vidíte na fotografii, v papučích, sdílejte fotky na Facebooku nebo Instagramu s hashtagem #papucovyden a předejte toto poselství dál. Svým blízkým, kolegům a všem ostatním, kteří vás mohou následovat v akci, která má smysl. Pomůžete tak šířit povědo-

mí o domácích hospicích a šířit informace o možnosti dožít svůj život důstojně a doma i pro nevláčetelné nemocné za pomoci služeb, které nabízejí odborný i lidský doprovod.

Mezi tyto hospice patří také Pokojný přístav, který již za patnáct let existence posloužil téměř dvěma tisícům nevláčetelných nemocných lidí na Opavsku. Jeho pomoc je na Opavsku nenahraditelná. Multidisciplinární tým profesionálů nabízí zdravotní i psychickou podporu a umí v paliativní péči zásadně zmírnit bolesti. Provoz mobilního hospice je finančně velmi náročný, a tak budeme rádi za Vaši pomoc. Přispět můžete převodem na náš účet 154872573/0300, VS 20. Děkujeme!

## Opravárna přijímá mobily i notebooky



Od 9 do 17 hodin bude v sobotu 1. října opět otevřena tzv. Opravárna, ve které Vám technik zdarma diagnostikuje poškozené elektro a v případě menších nenáročných poškození ho rovnou zdarma opraví. Najdete ji v zelené kontejnerové sestavě před areálem Chráněných dílen Charity Opava na ulici Přemyslovců č. 37 na konci Jaktáře.

Opravárna je společným podnikem společnosti ASEKOL, Charity Opava a Moravskoslezského kraje. Za dobu jeho působení od loňského listopadu ho využilo již téměř tři sta zájemců. Mezi sportřebiči, které mohou lidé přinést

bez předchozí telefonické domluvy, nově vedle lehké bílé techniky patří také veškerá černá technika, tedy televize, mobily, počítače, notebooky a různé audio či video přehrávače. „Je ale třeba počítat s tím, že většinu problémů u těchto

produktů nelze opravovat na místě a je nutno objednat nové originální komponenty,“ vzkazuje technik, s nímž je možné dovoz techniky k opravě konzultovat dopředu na tel. čísle 734 130 467. Složitější opravu nicméně vždy nacení, aby se zákazník mohl rozhodnout, zda se mu ještě vyplatí.

Pokud v tento termín nemůžete, napište si další termíny, kdy budete moci tuto zajímavou službu využít. Bude to v sobotu 5. listopadu a naposledy také v sobotu 3. prosince.

 **asekol**  
ZE STARÉHO NOVÉ!

 **Moravskoslezský kraj**

## OBČANSKÉ JUDO

### • Opustil mne přítel

Dobrý den, jsem čtyřiatřicetiletá žena, pracuji jako sociální pracovníce se seniory. Před měsícem ode mne odešel přítel, se kterým jsem byla deset let. Bydleli jsme spolu, plánovali si budoucnost, chtěli jsme spolu děti. Oznámil mi, že mě již nemiluje a stěhuje se pryč. Nic nechápu, přepadají mě záchvaty paniky, neumím být sama. Žila jsem jen pro nás, pro něj. Dozvěděla jsem se, že má jinou přítelkyni a ta je těhotná. Neumím přemýšlet nad ničím jiným, mám v hlavě totální zmatek. Petra



Předně bych chtěla ocenit vaši snahu se s těmito pocity někomu svěřit a říci si o pomoc. Rozchod je jednou z nejméně zatěžujících a bolestných situací v životě člověka. Pokud se partneri nerozešli v dobrém a po oboustranné úvaze, je to vždy pro jednu stranu obrovský šok, a to i v situaci, kdy partner odejde k jiné partnerce, která je navíc těhotná. Sama jste si dítě přála a o to pro vás může být situace náročnější. Můžete si připadat podvedená, zrazená, opuštěná, zmatená. Na tyto pocity máte právo, ve vaší situaci jsou pochopitelné. Dovolte si je mít. Avšak je dobré si uvědomit, že každá náročná situace může být příležitostí, ze které můžete vyjít silnější, i když to tak nyní nemusí vypadat. Máte sama za sebe nějakou volnočasovou aktivitu, kterou jste se věnovala bez přítelky? Může vám to v nynější situaci pomoci se odreagovat? Můžete se případně více ponořit do vaší práce? Vzdělávat se? Co vaše rodina či přátelé? Je někdo, o koho se nyní ve vašem okolí můžete opřít? Jak to vypadá, když jste sama? Jak se panika, o které se zmiňujete, projevuje? Omezuje vás v běžných aktivitách? Berete samotu jako příležitost či jako hrozbu? Chápu, že tato životní situace je pro vás náročná a vyčerpávající. Pokud byste si chtěla o vaší situaci pohovořit osobně, můžete navštívit naše středisko Naděje – středisko krizové pomoci. Konzultace probíhají anonymně a bezplatně. Preji vám hodně sil.

**Dita DERICHOVÁ,**  
Naděje - středisko krizové pomoci

## Krátce

### • Nová Vlaštofka o veřejném prostoru

Veřejný prostor je k osobám s postižením zraku stále přátelštější. Jak fungují reliéfní chodníky, označníky, majáčky nebo ozvučené semaforey? A kdy je vhodné nabídnout nevidomým na cestách pomoc, a kdy to naopak není příliš vhodné? Na tyto a další otázky odpovídá třetí letošní vydání občasníku lidí z Domu sv. Cyrila a Metoděje Vlaštofka. který přináší také rozhovor s Marií Kořínkovou, která obyvatele Domu sv. Cyrila a Metoděje učí prostorové orientaci a samostatnému pohybu. Vlaštofku č. 3/2022 najdete na webových stránkách Charity Opava v aktualitách nebo pod záložkou „Ke stažení“ v sekci „Vlaštofka“.



## Listárna

### • Děkujeme za péči o našeho tatínka

Chtěla bych srdečně poděkovat za celou svou rodinu všem sestřičkám, zdravotním bratrům a pečovatelkám z Charity Opava za jejich příkladnou a obětavou péči o mého tatínka pana Jana Valečka v nelehkých posledních dnech jeho života.

Zároveň děkuji praktické lékařce MUDr. Marii Turoňové a celému kolektivu hematologického oddělení Slezské nemocnice v Opavě za lidský a laskavý přístup. Moc si vážím Vaší práce. Děkuji.

Ludmila BÖHMOVÁ

## Zajímavosti



### Mraveněci na exkurzi u opavských hasičů

Zajímavou exkurzi v opavském územním odboru Hasičského záchranného sboru absolvovali klienti i zaměstnanci Denního stacionáře Mravenček. Kromě prohlídky všemožné požární techniky si poslechl také poutavé povídání o práci hasičů.

„Věnovali se nám dva příjemní a sympatičtí hasiči, kteří nám ukázali snad téměř všechno, co ke své práci potřebují, jaká používají auta, požární přístroje a pomůcky,“ pochvaluje si vedoucí Mravenčku Jana Konopková. Následovalo povídání o náročné práci hasičů i o konkrétních záchranných akcích, které již mají za sebou. „Klienti i my pracovníci jsme se pak mohli ptát na různé věci týkající se jejich práce, a všichni jsme se dověděli opravdu hodně zajímavostí,“ dodává Jana Konopková, která připojuje poděkování za skvěle přichystanou prohlídku.

### Dámy z Radosti obětavě reprezentovaly Charitu Opava na Opavské míli

Statečně a úspěšně reprezentovaly v úterý 6. září Charitu Opava na desátém ročníku populárního běžeckého závodu Opavská míle dámy ze sociálně terapeutické dílny Radost. V kategorii „firemní tým“ utvořily šestičlenné družstvo a šťastně doběhly až do cíle.

„Nápad zúčastnit se závodu vznikl na naší opožděné oslavě 30. výročí vzniku Radosti, když jsme v Krnově šlapali na kopec Cvilín,“ vzpomíná vedoucí Radosti Lucie Švejdičková. „S blížícím termínem závodu jsme se navzájem hecovali, ať do toho opravdu jdeme, někoho jsme museli přemlouvat, ale nakonec jsme dali dohromady šestičlenný tým,“ říká. Dámy si nechaly vyrobit trička s logem Radosti i Charity Opava a odvázně vyrazily do boje. „Naše heslo znělo 'I cesta může být cíl', a v cíli to byla opravdu radost neskutečná,“ dodává Lucie Švejdičková. „Jako tým jsme nezklamaly a podpořily jsme jedna druhou, koneckonců tak jako se to snažíme dělat i v práci.“ Blahopřejeme!



## Eko okénko

### • Neznečišťujeme životní prostředí

Charita Opava podle platných kritérií nepatří mezi znečišťovatele životního prostředí. Naopak se svými činnostmi, jako je například separace elektroodpadu v chráněných dílnách významnou měrou podílí na snižování negativního vlivu odpadů na životní prostředí a druhotného využívání surovin. Snižuje tím nutnost jejich čerpání z přírodních zdrojů. Pozitivní přístup k ochraně životního prostředí je patrný také například z toho, že provozuje vlastní čistírnu odpadních vod, ve středisku ve Vlaštovičkách používá pro technické využití neupravenou studniční vodu a dbá také na výsadbu zeleně na volných prostranstvích organizace.

## Krátce

### • Pravidelné mše sv. za Charitu Opava

Po prázdninové přestávce budou opět pravidelně v kostele sv. Vojtěcha na Dolním náměstí v Opavě každý první čtvrtek v měsíci probíhat mše svaté za Charitu Opava. První mši sv. sloužil 8. září opavský děkan o. Václav Koloničný, v říjnu se potkáme ve čtvrtek 6. 10. ve 14 hodin na mši celebrowané o. Petrem Kříbkem. Zváni jsou nejen zaměstnanci a klienti Charity Opava, ale každý zájemce, který by chtěl spolu s námi poděkovat za celé charitní dílo a poprosit za lidi, o které pečujeme a které doprovázíme.

### Naši činnost podporují:



**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!

## DOMOVNÍK

DOMOVNÍK. Vydává Charita Opava, Přemyslovců 26, 747 07 Opava, pro své zaměstnance, dobrovolníky a příznivce. Evid. číslo MK ČR E 23233. Tel. 553 612 780, e-mail: [mludek@charitaopava.cz](mailto:mludek@charitaopava.cz), [www.charitaopava.cz](http://www.charitaopava.cz). Charita Opava je členem Okresní hospodářské komory Opava a její činnost je certifikována podle norem ISO 9001 a 14001. Říjen 2022.