



Komunitní centrum má nové zázemí

Charitní středisko Gabriel – komunitní centrum pro seniory od února slouží svým klientům v nových, rekonstruovaných prostorách v Ostravě-Zábřehu. Investici do obnovy nájemních prostor zajistil městský obvod Ostrava-Jih, Statutární město Ostrava a Charita Ostrava.

„Jsem velmi vděčný, že můžeme sociální službu poskytovat klientům v nově zrekonstruovaných prostorách na Čujkovově 1713/17, které nám poskytuje Městský obvod Ostrava-Jih,“ uvádí ředitel Charity Ostrava Martin Pražák. *„Rekonstrukci za celkových 2,35 mil. Kč uhradila částkou 1,689 mil. Kč právě Ostrava-Jih, částkou 257 tis. Kč z dotace Statutární město Ostrava a bezmála 400 tis. Kč jsme dokryli z výnosů minulých Tříkrálových sbírek a vlastních zdrojů“* upřesňuje financování projektu ředitel Pražák. V pondělí 3. února 2025

nové prostory Charitního střediska Gabriel za účasti vedení Městského obvodu Ostrava-Jih v čele se starostou Martinem Bednářem, vedení Charity



Ostrava a klientů komunitního centra požehnal prezident Diecézní charity ostravsko-opavské P. Jan Larisch.

Cílem služby je udržovat

a rozvíjet sociální začleňování klientů do společnosti s pomocí nabízených aktivit, jako jsou přednášky, besedy, lekce cizích jazyků, dámský klub, cvičení, tanec tvořivé práce, trénink paměti, rozvoj práce s počítačem atd. *„Poskytovaná sociální služba pomáhá klientům od roku 2007 a její ambulantní formu, kdy klienti přicházejí*

k nám, jsme od loňska rozšířili také o terénní formu a pomoc klientům s počínajícím onemocněním demencí způsobenou např. počínající demencí,“ sděluje Veronika Curylová, vedoucí střediska.

Děkujeme za spolupráci a podporu Městskému obvodu

Ostrava-Jih a statutárnímu městu Ostrava, díky kterým můžeme potřebnou sociální službu poskytovat v nových prostorách. *dk*

Projekt „Zázemí pro pečovatelskou službu“ pokračuje

Díky finančním prostředkům z Evropské unie a rekonstrukci letos vznikne nový dispečink terénní pečovatelské služby Charitního střediska Matky Terezy v Moravské Ostravě.

Podpora z Evropské unie z Národního plánu obnovy, vyhlášeného MPSV ČR, ve výši 22,3 mil. Kč umožňuje pořízení, rekonstrukci a zajištění bezbariérovosti objektu. Stavební práce zajišťuje společnost

Ristorispetto s.r.o. vybraná v rámci veřejné zakázky. Velice děkujeme za finanční podporu, která nám umožní zkvalitnit poskytovanou službu pro seniory a lidi se sníženou soběstačností. *dk*



Poradna Charity Ostrava se hlásí z nového působiště

Poradna Charity Ostrava od ledna 2025 poskytuje sociálně-právní poradenství na nové adrese: Charvátská 785/8, Ostrava-Výškovice (budova Hospice sv. Lukáše), kam se přestěhovala z Ostravy-Vítkovic.



Odborné sociálně-právní poradenství zaměřené na rodinné právo, sociální zabezpečení, bydlení, zaměstnání, majetkoprávní vztahy, dluhovou problematiku, spotřebitelské právo i pomoc obětem sexuálního násilí nyní poskytuje v přízemí budovy Hospice sv. Lukáše.

Všechny služby Poradny jsou anonymní a bezplatné,

určené lidem starším 18 let. Konzultace jsou poskytovány telefonicky, e-mailem nebo osobně v otevírací době Poradny Charity Ostrava. Po domluvě je možná návštěva i u klientů doma. V rámci terénních výjezdů je pomoc zaměřena především na osamělé seniory. Konzultovat a objednat se můžete na kontaktech: Poradna Charity Ostrava, tel.: 731 625 767, e-mail: poradna@ostrava.charita.cz, www.ostrava.charita.cz

Vernisáž obrazů klientů nízkoprahu

V prosinci proběhla v příjemné atmosféře ostravské galerie Plato výjimečná vernisáž.

Děti a mladí lidé z Charitního střediska Michala Magone – nízkoprahového zařízení pro děti a mládež obdarovali vlastními autorskými obrazy klienty denního centra v Charitním domě sv. Alžběty a ti se spolu s pracovníky na poděkování rozhodli uspořádat jejich veřejnou expozici. Pozitivní energie a přístup, který děti do výtvarných děl vložily, se ve společném mezigeneračním setkání s klienty denního centra při realizaci výstavy v krásném



prostředí galerie přetavily ve společnou radost. Výstava zůstala přístupná širší veřejnost ještě následující 3 dny.

Děkujeme galerii Plato a všem lidem, kteří se na této aktivitě podíleli.

dk

Nadace ČEZ podpořila práci psychoterapeuta

Grantem 150 000 Kč podpořila Nadace ČEZ ze svého programu „Neziskovky 2025“ práci psychoterapeuta v sociálních službách Charity Ostrava.

Smyslem práce psychoterapeuta je zlepšování kvality života klientů. Psychoterapeutické služby jsou velmi žádané, ale nejsou ukotveny v zákonech

o sociálních službách. Proto jsou financovány pouze díky donátorům, vlastním zdrojům a dalším podporovatelům. Velice děkujeme Nadaci ČEZ za

významnou podporu kvality života klientů služeb Charity Ostrava.

dk

Tříkrálová sbírka podpoří potřebné na Ostravsku

Tříkrálová sbírka 2025 opět přinesla významnou pomoc lidem v nouzi na Ostravsku. Díky štědrosti obyvatel Ostravy a okolních měst a obcí se podařilo shromáždit rekordních 3 031 594 Kč. Tyto prostředky využije Charita Ostrava a Charita sv. Alexandra na podporu a rozvoj služeb pro klienty hospicových služeb, seniory, ohrožené děti, lidi bez domova a lidi se zdravotním postižením. Děkuje všem za podporu!

Pětatřicátý ročník Tříkrálové sbírky se stal velkým úspěchem díky obrovské podpoře dárců a aktivní účasti dobrovolných koledníků, kteří v první polovině ledna vyrazili mezi obyvatele Ostravy a okolních obcí, aby jim popřáli do nového roku štěstí a zdraví. Výnos sbírky letos překonal loňský rekord a dosáhl částky 3 031 594 Kč. „Tříkrálová sbírka je jedinečná událost, která nejenže přináší radost a naději, ale také díky velké solidaritě pomáhá těm, kteří to nejvíce potřebují. Děkuji všem dárcům za jejich štědrost a všem koledníkům, kteří se na sbírce podíleli,“ říká Martin Pražák, ředitel Charity Ostrava.

Celkem bylo úředně zapečetěno 452 pokladniček, z toho 20 pokladniček bylo umístěno stacionárně na úřadech, v obchodech, lékárnách, ve farnostech a na dalších místech v Ostravě, okolních městech a obcích. „Do sbírky se i letos přispívalo

do on-line pokladničky a prostřednictvím bezhotovostních převodů. Díky těmto formám sbírky se shromáždilo téměř 200 tis. Kč,“ informuje Veronika Curylová, koordinátorka sbírky v Charitě Ostrava.

„Velmi si vážím důvěry, kterou Tříkrálová sbírka v Ostravě, okolí a v celé ČR má. Díky shromážděným prostředkům můžeme dlouhodobě provozovat a rozvíjet sociální a zdravotní služby Charity Ostrava. Sbírka nám pomůže při přípravách výstavby nového domova pro seniory a také při realizaci nové kuchyně pro klienty domova pokojného stáří. Podpoří obnovu infrastruktury nízkoprahového zařízení pro děti a mládež, stejně jako zajištění provozu Mobilního hospice sv. Kryštofa a Satniku Charity Ostrava,“ vyjmenovává projekty, kde Tříkrálová sbírka 2025 pomůže, ředitel Pražák. Podrobnosti o výsledcích a využití

Tříkrálové sbírky naleznete na webu: www.ostrava.charita.cz

Na Ostravsku sbírku organizovala Charita Ostrava společně s Charitou sv. Alexandra. Z celkově vybrané částky 3 031 594 Kč je 65 % (tj. 1 970 536 Kč, z toho Charita Ostrava 1 576 429 Kč a Charita sv. Alexandra 394 107 Kč) určeno na financování předem stanovených a schválených projektů pro lidi v nouzi v Ostravě. Zbývajících 35 % z částky bude použito na tyto aktivity: regionální projekty Diecézní charity ostravsko-opavské, dlouhodobé rozvojové projekty Charity Česká republika v 21 zemích (např. Ukrajina, Etiopie, Blízký východ atd.) a pomoc při mimořádných událostech – povodně, zemětřesení apod. Na pokrytí organizačních nákladů republikového pořadatele sbírky – Charity ČR je využito 5 %.

Na podporu Tříkrálové sbírky v Ostravě proběhl v ostravském kostele sv. Václava Tříkrálový koncert smíšeného pěveckého Komorního sboru Ostrava a dětské kapely BROUCI a na Alšově náměstí v Ostravě-Porubě byl vydáván Tříkrálový punč. „Tříkrálová sbírka je symbolem vzájemné solidarity, štědrosti dárců, obětavosti dobrovolníků a podpory mnoha dalších, kteří se do sbírky zapojili. Velice si vážím tohoto společného úsilí a chci poděkovat všem, kdo sbírku jakýmkoli způsobem podpořili,“ říká Veronika Curylová, koordinátorka sbírky v Charitě Ostrava. Na poděkování dobrovolníkům, kteří se zapojili do tříkrálového koledování, jsme připravili společné bruslení v hale Sareza v Ostravě-Porubě a také setkání a prohlídku ZOO Ostrava.



Podpora pro lidi s demencí a seniory

Charitní středisko Gabriel – komunitní centrum pro seniory nabízí služby lidem s různými formami demence a seniorům ohroženým sociálním vyloučením.

Aktivita „Stále jsem to já“ je určena pro lidi, kterým byla diagnostikována Alzheimerova choroba nebo jiná forma demence. Určení této diagnózy může být pro člověka i jeho blízké velkým zásahem do života. Charitní středisko Gabriel poskytne zájemcům informace, poradenství, podporu a bezpečné místo, kde můžete být sami sebou, kde mohou sdílet své obavy a představy o budoucnosti. Tato

pomoc je poskytována každou středu od 10 do 12 h a od 13 do 15 h nebo po domluvě v jiném termínu.

Kromě ambulantních aktivit poskytovaných v komunitním centru nabízíme sociálně-aktivizační pomoc seniorům také přímo v jejich domácnostech. Tato služba je určena lidem, kteří jsou z důvodu věku, zdravotního postižení nebo chronického onemocnění ohroženi

sociálním vyloučením. Sociální pracovník Vám pomůže s udržením soběstačnosti, rozvojem dovedností a komunikačních schopností, posílením psychické kondice a smysluplným trávením volného času. Terénní služba je stejně jako všechny další aktivity centra bezplatná.

Kontakt: Charita Ostrava, Charitní středisko Gabriel – komunitní centrum pro seniory, Čujkovova 3165/40a, Ostrava-Zábřeh, Bc. Veronika Curylová, tel.: 731 131 951, e-mail: gabriel@ostrava.charita.cz

dk

Kurz – specifika hospicové péče

Pro lékaře se zájemem o hospicovou péči připravuje Charita Ostrava v letošním roce akreditovaný kurz „Specifika hospicové péče“, který je garantován ČLS JEP.

Jedná se o akci postgraduálního, kontinuálního vzdělávání ohodnocenou ČLK 30

kredity. V rámci 2 týdenního kurzu lékaři absolvují teoretickou část v Hospici sv. Lukáše

a praktickou část v hospicích v rámci ČR dle vlastního výběru.

dk

Dárek Jam v Parníku

V prosinci 2024 proběhla z iniciativy dobrovolníků, za podpory Moravskoslezského kraje, partnerů a ostravského klubu Parník benefice Dárek Jam.

Několik desítek účastníků přišlo udělat radost vánočním dárkům maminkám s dětmi v tísni z charitního azylového domu a také podpořit lidi v nouzi, kterým pomáhá humanitární jídelna financovaná ostravským spolkem Pomůžu jak můžu z. s. v. v jemenském hlavním městě San'á. Vystoupili Beata Hlavenková a ostravské kapely Green House Effect a Můry. Autorskou pozici představil Radim Hamrosi. Děkujeme za umělecké výkony, účast návštěvníků a podporu.

dk



Denním centru sv. Alžběty

Denní centrum v Charitním domě sv. Alžběty poskytuje služby lidem od 50 let s nejrůznějšími zdravotními omezeními vč. onemocnění různými typy demence. Jak vnímají tuto sociální službu její klienti, si můžete představit přečtením řádků níže, které zpracovali sami klienti za podpory personálu služby.

■ Den v centru

Zeptali jsme se našich klientů, jaké slovo se jim vybaví, když se řekne Denní centrum. K našemu překvapení se společně shodli na slově „**rodina**“. Místo, kde se cítí dobře, kde mají s kým sdílet radosti i starosti, kde každý den přináší něco nového a kde je vždycky co vyprávět.

„Do denního centra jsem začala chodit, protože si ráda popovídám s lidmi,“ říká paní Olga. „Jsem ráda ve společnosti, a když mi volají vnučky a vnuci, vždycky se mě ptají, co jsme v denním centru dělali. A já jim mám co vyprávět.“

■ Ráno plné pohody a smíchu

Den v centru začíná obvykle společným rituálem – pití kávy. Když se všichni sejdou, zavoní káva a ke slovu přijdou novinky – ať už z domova nebo z denního tisku, který k nám dochází a který společně pročítáme. Často se už ráno začne smíchem. *„Mně denní centrum pomáhá zapomenout na zdravotní neduhy,“ říká paní Boženka, zatímco paní*

Zdeňka dodává: „Člověk si doma občas připadá sám, ale tady? Tady se pořád něco děje.“

Ranní program je vždy pestrý. Někdy si cvičíme paměť, jindy se pustíme do kreativního



tvoření, zpěvu nebo pohybových aktivit – od relaxačního cvičení po přizpůsobený ping-pong. Oblíbené jsou i výlety do knihovny nebo na zajímavá místa. *„Baví mě trénování paměti, občas se u toho zapotíme, ale i nasmějeme. A tím, že trénujeme tělo i mysl, stárneme pomaleji!“* říká s úsměvem paní Anička.

■ Společný oběd – nejen o jídle, ale i o sdílení

V 11:30 h zasedáme ke společnému obědu. Jídlo je vždy

dobré, ale senioři si nejvíce pochvalují příjemnou atmosféru u stolu. Oběd totiž není jen o jídle, ale i o konverzaci. Po něm následuje chvíle odpočinku – někdo odpočívá v relaxační místnosti, jiný sleduje oblíbený seriál (momentálně Korunu) nebo se věnuje křížovkám a debatám.

■ Odpoledne plné hudby a zábavy

Odpolední program je vždy nabýt. Někteří se s chutí pustí do společenských her, jako je bingo nebo karty, jiní se těší na vzdělávací programy, například na návštěvu městské policie. Nejvíce energie ale vždy přináší hudební odpoledne. *„Když hraje pan Daniel, je nám zase dvacet,“* smějí se senioři a s chutí si zazpívají. A pak už se pomalu loučíme, ale nikdy ne na dlouho. *„Odházím s pocitem, že jsem strávila krásný den. A hlavně, že příště mě čeká zase něco nového,“* shrnuje paní Ivana.

■ Místo, kde jsme spolu

V denním centru se našim klientům snažíme vytvářet příjemné prostředí, kde mohou posilovat své schopnosti, cítit se bezpečně a smysluplně trávit svůj čas.

*za klienty a personál služby
Mgr. Alena Milo, vedoucí střediska,
sociální pracovník*

Pracovníci pečovatelské služby pomáhali s dárky

Již druhým rokem pracovníci Charitního střediska Matky Terezy – pečovatelské služby Ostrava a další dárči podporují svým dobrovolným finančním příspěvkem a následným nákupem dárek podporují potřebné děti, které by s ohledem na nepříznivou sociální

situaci pod vánočním stromčkem mnoho štěstí nenalezly. V minulém roce jsme hračkami pomohli zajistit krásnější Vánoce 9 dětem, pro které jsme pořídili mimo jiné hrací kuchyňku, panenky, kočárky, autíčka a další krásné dárečky.

Tato dobročinná aktivita probíhá ve spolupráci s organizací Spolu pro rodinu, z. s., která celý projekt organizuje.

*Bc. Ondřej Zuchnický,
vedoucí střediska
Charitní středisko Matky Terezy –
pečovatelská služba Ostrava*

Krnovští klienti na atletickém mítinku

Na počátku února proběhl v Ostravě prestižní atletický mítink „CZECH INDOOR GALA“.

Byli jsme vděční, že jsme opět s klienty Charitního domu



Salvator Krnov – domov pro osoby se specifickými potřebami mohli být součástí této sportovní události. Už v autě panovala skvělá nálada, povídali jsme si zážitky týkající se sportu. Začátek byl velkolepý, doprovázený hymnou České republiky. Na závodní ploše haly se uskutečnily tyto disciplíny: skok o tyči, vrh koulí, skok do dálky, běh na 400 m a běh na 3 km. Závodili muži i ženy, junioři a dorostenci. Po celou dobu jsme nadšeně sledovali

závody a fandili všem sportovcům. Po ukončení závodů na klienty čekala „třešnička na dortu“ – trojnásobný halový mistr světa i Evropy v běhu na 400 m Pavel Maslák, který rozdával podpisy a nechal se s klienty vyfotit. Poděkování za vstřícnost Atletickému klubu SSK Vítkovice za poskytnutí volných vstupenek vyjadřují všichni klienti pobytové sociální služby poskytované Charitou Ostrava v Krnově. Bylo to úžasné, děkujeme!

*Gabriela Prášilová,
aktivizační pracovník,
Charitní dům Salvator Krnov*

Posláním je vytvářet domov

Charitní dům Salvator Krnov – domov pro osoby se specifickými potřebami je jednou ze služeb sociální péče Charity Ostrava.

Každodenně si uvědomujeme, jak je naprosto nezbytné vytvářet pro naše uživatele s duševním onemocněním důstojné podmínky k životu. Jsme připraveni jim pomáhat, zabezpečit jejich potřeby a dávat jim útcu. Snahou celého týmu je vytvářet uživatelům důstojné domácí zázemí, které se co nejvíce přibližuje jejich potřebám.

Denně se snažíme uživatelům zpříjemnit volný čas aktivizačními činnostmi. Například v dřevařské dílně společně vyrábíme dekorace, kterými pak náš domov zvelebujeme, v kuchyňce něco dobrého upečeme nebo uvaříme a v kreativní dílně vytváříme pěkné věci jen tak pro radost. Někomu odreagování, radost a klid přináší relaxační kreslení, muzikofiletika nebo jiné odpočinkové aktivity. Ti, co mají sportovního ducha, mají

příležitost účastnit se výletů a poznávat nová krásná místa nebo také hokejových utkání či atletických závodů a fandit profesionálním sportovcům přímo z tribuny stadiónu. Velké oblíbené uživatelů se těší společenské hry či hudební aktivity a nezahálíme ani na naší krásné zahradě. Vždy se těšíme, až nám díky společnému úsilí na jaře zahrada krásně rozkvetne. Nezapomínáme na „pohlazení duše“ a naplňování duchovních potřeb uživatelů – pravidelně k nám dochází kněz sloužit mše svaté, ale i popovídat si s uživateli v duchovních skupinkách.

Radost a příjemné chvíle do života našim uživatelům přináší také pravidelné kavárničky, které se uskutečňují

díky dlouhodobé materiální podpoře a vstřícnosti ostravské pražírny Laura coffe – Pražírna a kavárna. Uživatelům kávička vždy velmi chutná a zároveň provoní společně strávené chvíle. V rámci celého týmu charitního domu máme radost, když je uživatel spokojený a cítí se v bezpečí. Děkujeme



všem donátorům za finanční podporu provozu a rozvoje charitního domu, jehož službu využívají lidé v nepříznivé životní situaci.

*Bc. Šárka Vichová, vedoucí
Charitního domu Salvator Krnov*

Bouldering – cesta k osobnímu rozvoji

Již třetím rokem docházíme s klienty Charitního střediska Michala Magone – nízkozprahového zařízení pro děti a mládež jednou až dvakrát měsíčně do lezeckého centra Tendon Blok v Ostravě-Vítkovicích na boulder.

Bouldering jsou umělé stěny v malých výškách bez lana. Tento pátek byl jiný, lezli jsme na vysokou stěnu a klienti se mezi sebou střídali po jednom. Podle lezeckého kouče U. Neumanna lanová centra, horolezecké stěny nebo bouldering napomáhají zvýšení pocitu osobní důvěry, zvýšení vzájemné podpory uvnitř skupiny, rozvoji obratnosti a pohybové koordinace, zlepšují dovednosti v rozhodování i v řešení konfliktů, rozvíjejí radost z vlastního tělesného bytí a z bytí s ostatními.

O tuto aktivitu je mezi klienty centra velký zájem. Chtěla bych moc poděkovat vedoucí

trenérce Michaelae Kupkové, která nás vždy osloví a zajistí pro nás trenéry.

*Lenka Loučimová,
pracovnice v sociálních službách
Charitní středisko Michala Magone*



Vánoce v azylovém domě

Vánoce v Charitním domě sv. Zdislavy – azylovém domě pro matky s dětmi jsou velmi výjimečné a plné emocí. I když pro některé maminky mohou být těžké a náročné, tyto chvíle společně strávené u vánočního stromčeka a v očekávání dárků mají své kouzlo a význam.

Pro maminky a děti to může být čas, kdy se cítí být vzájemně podporovány a kdy i v těžkém období mohou prožívat něco

krásného. Vánoční setkání je nejen o dárcích, ale také o společenské události, která poskytuje pocit sounáležitosti. To, že se na ně maminky s dětmi připravují, ukazuje, jak velkou hodnotu mají pro ně i maličkosti, které vytvářejí příjemnou a bezpečnou atmosféru. I pro ně je to příležitost, jak na chvíli zapomenout na těžkosti a najít radost a útěchu v přítomnosti ostatních.

Takové momenty jsou plné radosti a emocí. Taneční pásmo a koledy od dětí dodaly vánoční atmosféře zvláštní kouzlo a ukazují, jak si vzájemně dokážou udělat radost. Zpěv koled a tance, které si děti

připravily, byly pro maminky obrovským darem – viděly své děti šťastné a zapojené do společné oslavy.

Rozdávání dárků bylo opravdu krásné. Bylo úžasné, jak i v těžkých situacích může společné sdílení a podpora přinést štěstí, radost a úsměv.

Na závěr byla každá maminka obdarována růží. Některé maminky dostaly květinu poprvé v životě a se slzami v očích děkovaly za Vánoce, které ještě některé z nich v životě nezažily.

Velké poděkování patří za podporu Diakonii ČCE – Krabice od bot, Shopland Galerie Ostrava – Strom splněných přání a p. Honzkové za dárky, kterými byly maminky a děti obdarovány.

*Bc. Petr Matěj, vedoucí střediska
Charitní dům sv. Zdislavy –
azylový dům pro matky s dětmi*



Vánoční setkání klientů pečovatelské služby

Jak je již krásnou tradicí, i letos pracovníci pečovatelské služby charitního střediska Matky Terezy připravili pro své klienty vánoční setkání.

Příjemnou předvánoční atmosféru kromě dobrého občerstvení zajistila také návštěva sv. Mikuláše s jeho družinou – andělem a čertíky, kteří přítomným kromě dobré nálady, úsměvu na tváři a nostalgického vzpomínání na dětství rozdali také drobné dárečky s vánočním

práním, které připravili žáci 2. A ze ZŠ Bohumínská. Za odměnu klienti v doprovodu pracovníků zazpívali vánoční koledy a popřáli si příjemné prožití vánočních svátků a vše dobré do nového roku.

Jsem rád, že i letos toto společné setkání napomohlo

tomu, aby se naši klienti společně setkali, popovídali si a alespoň na chvíli zapomněli na to, co je v životě tíží. Velké poděkování patří všem, kteří se na organizaci setkání podíleli, a klientům, kteří se na tato setkání těší a rádi se jich účastní.

za tým pečovatelské služby

Bc. Ondřej Zuchnický,

vedoucí střediska

*Charitní středisko Matky Terezy –
pečovatelská služba Ostrava*

Sdílená radost je dvojnásobná radost

S dětmi v mateřské škole Krajánek mluvíme i o abstraktních pojmech, jako je radost. Ptali jsme se, co radost znamená a jak ji můžeme rozdávat. Pětiletá Juliannka vystihla podstatu: „Když někomu udělám radost, mám radost já i on.“

Rozhodli jsme se tedy potěšit babičky a dědečky z Charitního domu sv. Alžběty, s nímž dlouhodobě spolupracujeme. Děti si všimly, že senioři mají rádi písničky, hry i sladkosti, a tak přišel nápad – zahrajeme jim zpívanou pohádku O Červené Karkulce a upečeme bábovku ve tvaru srdce. K tomu děti v programu Malý řemeslník vyrobily dřevěné květinčky jako dárek.

Předškoláci s nadšením navrhovali představení, překonali třému a dokázali, že společným úsilím lze vytvořit krásný zážitek. Pekařská příprava byla stejně radostná – v kuchyni se z nás stali mistři cukráři.

Nastal den D. V kostýmech, s bábovkou a květinami jsme zavítali za seniory v charitním domě. Ti nás odměnili potleskem a milými dárky – keramickými

srdíčky, sladkostmi a básničkami. Největší radost jsme však měli z toho, že jsme mohli druhým udělat radost.

Těšíme se na další společná setkání, například blížící se Masopust. Bylo nádherné sledovat, s jakým nadšením děti vše připravovaly, a věříme, že si tento krásný pocit zapamatují. Jak řekla Juliannka – „*Udělám-li radost druhému, mám radost já i on.*“

Za třídu Krajánek

Mgr. Petr Kudělka, Mgr. Kamila

Juričková a Jiřina Seděnková

(text byl redakčně upraven)

Na věku nezáleží

První týden v únoru jsme v rámci mezigeneračních aktivit v Charitním domě Salvator Krnov přivítali děti z Charitního střediska Michala Magone.



Klienti pobytové služby pro lidi se specifickými potřebami se tak společně s mladými lidmi z nízkoprahového zařízení pobavili při společenských hrách, jako je např. jimi velmi oblíbené „Člověče, nezlob se“. Jiní se věnovali stolnímu fotbalu a kdo měl zájem, vytvořil si „náramek přátelství“ z bavlnek a korálků.

Nezapomnělo se ani na karaoke, které se u našich uživatelů těší velké oblibě. K dobré náladě a příjemné atmosféře přispěla též reprodukováná hudba a skvělé občerstvení, o které se postaraly naše kuchařky. Opět se potvrdilo, že na věku nezáleží a společně strávené odpoledne si všichni skvěle užili. Těšíme se na příště.

Bc. Ivana Klientová,

vedoucí pracovník sociální péče

Charitní dům Salvator Krnov

Pro tento rozhovor byla oslovena vedoucí Charitního domu sv. Alžběty – denního centra paní Mgr. Alena Milo. Se svým týmem 3 pracovníků sociální péče a řidičem zabezpečují potřebnou ambulantní službu určenou pro seniory a další lidi se zdravotními omezeními od 50 let věku. Velmi často diagnostou je onemocnění demencí. Náplní vedoucího střediska této služby je i sociální práce, kterou spolu s kolegy naplňují poslání služby – poskytování podpory, péče a aktivit klientům v době, kdy o ně nemůže pečovat rodina nebo blízcí. S dobrými předpoklady paní Mgr. Aleny Milo pro tuto práci se můžete seznámit v následujícím rozhovoru.

■ Mohla bys čtenářům čtvrtletníku říci něco o sobě – kde ses narodila, chodila do školy a připravovala na své budoucí povolání?

Narodila jsem se a celý život žiji v Ostravě. Vystřídala jsem různé části města, ale nejdéle jsem bydlela na Dubině, kde jsem strávila velkou část života. Tam jsem také začala pracovat v sociálních službách. Základní školu jsem absolvovala rovněž na Dubině a poté jsem se rozhodla pro studium výchovné a humanitární činnosti v Bohumíně. Už od základní školy mě to táhlo ke službám péče a pomoci ostatním.

Po střední škole jsem se ale rozhodla co nejrychleji osamostatnit, začala jsem pracovat a na chvíli se od sociálních služeb „odklonila“. Pracovala jsem v obchodní sféře, chvíli i v bankovníctví, ale stále jsem cítila, že to není to pravé. Udělala jsem si sanitářský kurz a pracovala v nemocnici na jednotce intenzivní péče a na příjmu. I když mě tato práce bavila svou akčností, stále jsem cítila, že chci pracovat přímo s lidmi v pomáhající profesi.

S podporou rodiny jsem se při první mateřské dovolené rozhodla vystudovat vysokou školu. Po dokončení bakalářského studia jsem se poprvé setkala s Charitou Ostrava a úspěšně prošla výběrovým řízením. Těsně před nástupem jsem ale zjistila, že čekáme druhou dceru. Po roce jsem se vrátila a od 1. ledna 2020

nastoupila na částečný úvazek jako sociální pracovník do Charitního střediska Michala Magone – nízkoprahového zařízení pro děti a mládež. Konečně jsem našla to, co jsem celou dobu hledala...



■ Jak se liší práce v sociálních službách oproti Tvým předchozím zkušenostem?

V obchodní sféře i v bankovníctví mě nejvíce bavila komunikace se zákazníky. Co mě ale frustrovalo, bylo, že jsem jim často nemohla pomoci, pokud jejich problém přesahoval mé možnosti. V sociální práci mohu klientům nabídnout skutečné řešení a podporu, což mi dává vnitřní spokojenost. Ve zdravotnictví je pak velký rozdíl v tom, že na pacienty není tolik času – v sociální práci mohu s klienty trávit čas, naslouchat jim a pomáhat v jejich každodenním životě.

■ Jaké to bylo, když ses v roce 2024 z pozice sociálního pracovníka přesunula do role vedoucí střediska denního centra?

Byla to velká změna, zejména proto, že jsem přešla ze služby prevence do služby péče, což je zásadní rozdíl. Navíc jsem na jedinou měla odpovědnost nejen za klienty, ale i za celý tým. Musela jsem začít řešit věci, které jsem si dříve neuvědomovala.

■ Jaké principy považuješ při poskytování služby seniorům za nejdůležitější?

Zásadní je individuální přístup – každý klient je individuální bytost, i když se mohou zdát v podobné situaci. Klienti v prevenci měli ještě možnost svůj život měnit, zatímco senioři už svůj příběh mají napsaný a my jim jen pomáháme, aby byl co nejhezčí. Důležitý je také vztah mezi klientem a pečovateli, který by měl být založený na důvěře.

■ Jak vidíte budoucnost denního centra pro seniory?

Mou vizí je, aby se služba denního centra více otevřela nejen klientům, ale i jejich rodinám. Rádi bychom tu službu přiblížili rodinám a blízkým ošetřujícím. Denní centrum má být jenom jedním z článků pomoci v péči o ty klienty, u nichž společně s rodinou chceme, aby mohli žít co nejdéle doma. K tomu je potřeba, aby se blízcí klientů mohli spolehnout na to, že v nás mají dobré parťáky. Chceme vytvářet komunitní aktivity, kde se budou setkávat i rodiny klientů a sdílet zkušenosti. Klienti budou moci být hrdí na své děti a vnoučata, a ti zase uvidí, jak jejich blízký (klient) tráví čas.

Rodiny tak získají větší jistotu, že je o jejich blízkého dobře postaráno.

■ Co bys ještě chtěla pro čtenáře čtvrtletníku zmínit?

Myslím si, že sociální služby, jako je naše denní centrum pro seniory, mají smysl. Jsou

součástí systému, který umožňuje seniorům zůstat co nejdéle doma a zároveň rodinám poskytuje podporu. Zhruba 2/3 našich klientů trpí nějakou formou onemocnění demencí. Takový člověk třeba již neví, kdo je a kam patří, ale velmi potřebný pro kvalitu jejich života je pocit

jistoty a bezpečí, který v naší službě mohou vnímat. Důležité jsou samozřejmě související a návazné služby – terénní i pobytové. Naším cílem je, aby se senioři cítili dobře a měli jistotu, že jsou v dobrých rukou.

*Ža odpovědi děkuje
Dalibor Kraut*

Návštěvníci Vánočního městečka pro mobilní hospic

Po celé vánoční období mohli návštěvníci užívat krásnou atmosféru a akce ve „Vánočním městečku v ostravském Bělském lese“ připraveném organizací Kultura Jih.

Návštěvníci mohli také dobrovolně přispívat do veřejných sbírek tří organizací včetně našeho Mobilního hospice sv. Kryštofa. Výsledkem jejich štedrosti je částka 52 751 Kč, kterou nám formou symbolického šeku předal Martin Bednář, starosta Městského

obvodu Ostrava-Jih. Prostředky nám velmi pomohou při zajištění běžného provozu mobilního hospice, jehož multidisciplinární tým pomáhá pacientům v závěru jejich života přímo v domácnostech. Velice děkujeme za podporu! *dk*



Dotační podpora pro rekonstrukce a vzdělávání

Intenzivně pokračují vloni zahájené stavební práce, které přinesou rozšíření Charitního domu sv. Václava – domova pokojného stáří o 8 jednolůžkových pokojů s vlastním hygienickým zázemím, a vznikne nový evakuační výtah.

Rekonstrukci můžeme realizovat díky podpoře 15 mil. Kč od statutárního města Ostravy, 2,5 mil. Kč od Ministerstva práce a sociálních věcí ČR, 1,75 mil. Kč z Tříkrálových sbírek, 1 mil. Kč od Moravskoslezského kraje, 80 tis. Kč od Nadace ČEZ a darů mnoha dalších firemních i individuálních donátorů. Stavbu dodává v soutěži

vybraná firma Ostravské stavby, a. s. Děkujeme všem, kteří podpořili a ještě podpoří tento projekt, jenž přinese potřebné rozšíření pobytové sociální služby pro seniory.

Projekt „Vybudování zázemí pro službu sociální rehabilitace“ v Ostravě-Vítkovicích je také v plném proudu! S podporou 16,4 mil. Kč od Evropské unie, 0,5 mil. Kč od Moravskoslezského kraje a 230 tis. Kč z Tříkrálové sbírky se také o loňska realizuje stavební fáze zahrnující modernizaci a zkvalitnění zázemí dispečinku služby pro lidi, kteří se ocitli v těžké životní situaci a s naší pomocí z ní hledají cestu převážně ve startovacích bytech. Stavbu dodává ve veřejné soutěži vybraná firma Haospol s. r. o. Děkujeme

všem, kteří podpořili a podporují tento projekt!

Vzdělávání 30 zaměstnanců Charity Ostrava napříč registrovanými službami sociální prevence prostřednictvím „Kurzu řešení krizových situací a verbální sebeobranu pro pracovníky v sociálních službách“ akreditovaného u MPSV umožní v letošním roce dotace Moravskoslezského kraje z programu „Podpora komunitní práce v lokalitách se zvýšenou koncentrací osob sociálně vyloučených nebo osob ohrožených sociálním vyloučením a podpora preventivních aktivit ve prospěch obyvatel těchto lokalit“ ve výši 37 800 Kč. U pracovníků dojde k osvojení komunikačních technik a postupů, které jim pomohou deeskalovat krizové situace provázající jejich každodenní práci. Velice děkujeme za umožnění a zvýšení odborné způsobilosti našich zaměstnanců. *dk*



Svatý rok: „Naděje, která neklame“ (Řím 5,5)

Nedávno mě zaujala poznámka redaktora hudebního pořadu na stanici Vltava. Zrovna se mělo prezentovat dílo Schubertovo (pozdní klasicismus) a autor tohoto cyklu zmínil, že v těch dobách nebylo možné si hudbu pustit z gramofonu nebo rádia, a proto si ji lidé zahráli sami anebo i vytvořili.

Nemožnost, nedostatek nebo i nechtěná nutnost někdy něčemu prospěje. Tak tomu možná bylo u Franze Schuberta a jiných skladatelů. A nejen v hudební oblasti. Samozřejmě že v dnešní době nemusíme ani do koncertního sálu. Máme úžasné možnosti. Dokonce i v autě. Taková jízda při rytmické muzice moderní, či třeba svižné barokní, je pak i příjemná, jen hlídat rychlost! A tak trochu oklikou se chci dostat k tématu naděje – chvíle kdy se nám něčeho nedostává, a doufáme... Může jít o věci dočasné ale třeba i životní a velmi důležité. A ten čas doufání nemusí být prožitý pasivně.

Co vymyslím, co vytvořím? A přijmu i „vnuknutí“?

„Na jednu stranu poznáváme, že ani v těch nejlepších chvílích nemůžeme důvěřovat jen sami sobě, na druhou stranu se učíme, že ani v těch nejhorších chvílích není třeba zoufat.“ (C. S. Lewis). Tento rok Svätý otec prohlásil jako Jubilejní, Svätý

rok – tematicky zaměřeny na hodnotu naděje. Tedy rok určitého duchovního úsilí a především i konkrétních duchovních možností. (To jsou vlastně ony „odpustky“ v minulosti někdy



i znehodnocené lidskou hloupostí. Člověk pokazí kdeco.) Jde však o konkrétní milost, dar. A také výzva k putování – třeba jen symbolickému, jak vysvětluje papež, má pomoci vidět i hodnotu námahy a třeba i zkušenost mimo „konformní zónu“. Neustrnout! Pak lze mít „naději, která neklame“ (Řím 5,5).

Naděje je pak silou, která přesahuje obtíže přítomnosti. Někdy nás ovládne únava, stav apatie, dojde inspirace, motivace... Uzavřeme se sami do sebe. Pak je třeba vydat se na cestu. Je možný perspektivní pohled. A tak ani krizová období nejsou ztracená nebo zbytečná. Naděje oživovaná Bohem je pak provázána i s trpělivostí. František zdůrazňuje, že v době, kdy „místo a čas“ nahrazuje „tady a teď“, je třeba objevit také **trpělivost** – jak píše: ona „je dcerou naděje“. Naděje pak není pošetilým optimismem, ale darem, který je nám dán do reality života. **Naděje přitahuje k opravdu dobrým věcem!** Pak třeba znovu vytvoříme to dobré nebo v onom díle života budeme pokračovat (a nemusí se jednat o žádné veledílo!). A nehleď na výjimečnost jubilea, každým rokem před radostí Velikonoc prožíváme dobu postní, jisté „ustrnutí“ u kříže – zkoušku naděje, avšak v přítomnosti Kristově. A pak hledání, najít prázdného hrobu a Kristův pozdrav: Pokoj vám! Naplnění naděje.

Sílu a radost ze setkání s Kristem zmrtvýchvstalým!

P. F. Kuřa,
spirituál Charity Ostrava

Člen redakční rady v Paměti národa

Životní příběh a vzpomínky pana Miroslava Machálka, dlouholetého člena redakční rady Čtvrtletníku Charity Ostrava, zpracovali redaktori Paměti národa, realizované Post Bel-lum, z. s., a jsou publikovány na

webu: www.pametnaroda.cz/cs/machalek-miroslav-1933

Velmi si vážíme možnosti spolupracovat s touto vzácnou osobností.

dk



Výročí zaměstnanců Charity Ostrava v období LEDEN až BŘEZEN 2025

ŽIVOTNÍ VÝROČÍ

Curylová Veronika, Bc.
Chudobová Hana
Hořínková Jana
Gavendová Radmila
Kolková Denisa

Kostecká Hana
Kutláková Marcela, Mgr. Bc.
Milo Alena, Mgr. Bc.
Nedabýlek Petr

Navrátilová Markéta
DiS.
Pekara Jiří
Stoklasová Martina
Zajíc Pavel

PRACOVNÍ VÝROČÍ

5 let	10 let	20 let
Kopřiva Kamil, Bc. DiS.	Pustějovská Ludmila, DiS.	Hudec Milan, DiS.
10 let	15 let	
Adámek Marek, Mgr., DiS. Imrich Milan	Curylová Michaela Navrátilová Markéta	

Do dalších let přejeme kolegům hodně zdraví, štěstí, pracovních i životních úspěchů a Božího požehnání.
Charita Ostrava v číslech k **31. 3. 2025**: 302 zaměstnanci.

**Velikonoční svátky naplněné radostí a nadějí
Vám přeje redakce Čtvrtletníku.**

PARTNEŘI CHARITY OSTRAVA

Projekty Charity Ostrava jsou realizovány s finanční podporou statutárního města Ostravy, Moravskoslezského kraje, Ministerstva práce a sociálních věcí, Evropské unie a dalších donátorů.

OSTRAVA!!!



Moravskoslezský
kraj



Spolufinancováno
Evropskou unií



MINISTERSTVO
PRO MÍSTNÍ
ROZVOJ ČR



Financováno
Evropskou unií
NextGenerationEU



Národní
plán
obnovy



 Dieceznie charita
ostravsko-opavská



FATHER'S



Charita
Česká republika



Lékárna
Patro

 **BRUNTÁL**
město mezi horami a vodou

 **KLIMKOVICE**

OSTRAVA!!!
OSTRAVA-JIH



 **SATUM**

 **SCADA**
www.scadaservis.cz

 **TEMAR**
spol. s r.o.
www.temar.cz

PROFIL s.r.o.

Anna Antlová, MUDr. Ladislav Bortlík, Jana Bortlíková, Jan Czudek, Zdeněk Čech, Michal Čech, Milan Čech,
Martin David, Radim Dvořáček, Ing. Ondřej Francík, Tomáš Chrostek, Marcela Kihůvková,
Mgr. Aleš Koběorský, Pavel Navrátil, Václav Pastrňák, Monika Pěničková, Gabriela Priestley,
Jana Rydlová, Ivan Rydlo, Ing. Martina Volková, Jan Všeťička

 **čtvrtletník**
Charity Ostrava 1 | 2025

Vydává ředitelství Charity Ostrava, Kořenského 1323/17, 703 00 Ostrava-Vitkovice, pro vlastní potřebu.
Datum vydání 10. 4. 2025, náklad 1 000 ks, neprodejné. Registrace: MK ČR E14375

Redakční rada: Ing. Miroslav Machálek, P. František Kufá, Bc. Marta Machová,
Mgr. Kateřina Matulíková, Jazyková korektura: Ing. Marie Světníčková, Grafický návrh: Petr Fajkoš,
Sazba a tisk: Repronis s. r. o., Odpovědný redaktor: Ing. Dalibor Kraut, tel.: 596 787 691,
e-mail: dalibor.kraut@ostrava.charita.cz, www.ostrava.charita.cz