



ROUŠKA

ročník 28

číslo 3/25

Vydává Charita Bohumín, Štefánikova 957, Bohumín, mobil: 732 393 316

email: info@bohumin.charita.cz, www.bohumin.charita.cz

Facebook Charita Bohumín, Instagram Charita Bohumín ([charita.bohumin](https://www.facebook.com/charita.bohumin))

HLINĚNÁ NÁDOBA

Po Ježíšově nanebevstoupení a seslání Ducha Svatého se život prvotní církve začal úspěšně rozvíjet. Od prvního kázání apoštola Petra, neo-
hroženého hlásání víry apoštoly, působení jáhna Štěpána, přes šíření víry do Sýrie a okolních zemí. Vše dotvrzoval a svým působením dopro-
vázal Duch Svatý, mnohými znameními a divy. Duch Svatý naplnil apoš-
tola Pavla a spolu s Barnabášem si jej vyvolil k šíření víry mezi pohany. Pavel neohroženě vstupoval do synagog a v židovských obcích začal s hlásáním pravdy o Kristu, ale využíval příležitostí ve shromážděních pohanů (řecký Aeropág), aby vnášel světlo radostné zvěsti do myšlení tehdejších obyvatel mnohých měst. Povzbuzoval a poučoval založené církevní obce mnoha dopisy a vzkazy, ve kterých dokazoval svou lásku a starostlivost o ně, dával moudré rady a nabádal k jednání podle křesťanských zásad.

Z jeho listů, jak je máme zahrnuty v Novém Zákoně, bych se zastavil nad citací 2 listu Korintňanům (4,7-11): ***Poklad víry máme v nádobě hliněné. To proto, aby se ta nesmírná moc připisovala Bohu, a ne nám. Ze všech stran se na nás valí trápení, ale nesoužíme se. Býváme bezradní, ale ne zoufalí. Býváme pronásledováni, ale ne opuštěni. Býváme sráženi k zemi, ale ne zničení. Stále prožíváme na svém těle Ježíšovo umírání, aby i Ježíšův život byl patrný na našem těle.*** Výraz hliněná nádoba mi vždycky připadal srozumitelný ve srovnání s naší lidskou křehkostí a slabostí. Sami to zakoušíme, když jsme vystaveni ne-

snázím, které z naší tělesné stránky vycházejí: ať jsou to sklony ke hříšnému jednání, špatné návyky, jimiž podléháme tělesným žádostem, nebo nakonec situace spojené s utrpením a nemocemi, kdy slabost těla ohrožuje odhodlanost a vytrvalost duše. To vše je jistě pravda. Je tu však možná ještě jeden příměr k hliněným nádobám, který najdeme u starozákonního soudce Gedeona. Ten měl osvobodit Izrael od midjánských utlačovatelů. Podle Božího pokynu to z několikatisícového zástupu bojovníků učinil nakonec jen s 300 muži (to proto, aby se vítězství připisovalo Boží moci, a ne schopnostem Gedeona a jeho družiny). Ti muži nesli (vedle polnice) v rukou hliněné nádoby, ve kterých ukrývali světlo (pochodeň). Rozbitím nádob, z nichž světlo vyšlo, a spolu s troubením způsobili zmatek v táboře nepřítele a dosáhli vítězství.

Možná, že my, křesťané dnešní doby, jsme takovými „bojovníky“, kteří nesou ve svých hliněných nádobách světlo, světu skryté. Světlo, které svět nezná, ale které může překonat jeho temnoty. Naše slabost je příležitostí Bohu, aby právě na naší křehkosti projevil svou moc.

Býváme trápeni, píše Pavel, ale nesoužíme se. Za hranicí naší křehkosti, která je nejrůznějším způsobem zkoušena (a Bůh často nechává věci dojít do krajnosti), stojí Boží pomoc a síla: býváme trápení/ ale **nesoužíme se**; bezradní/**ne zoufalí**; sráženi/**ne zničení**. Jako bychom byli „rozbíjeni“ a současně nesení (jako pochodeň), aby vyniklo Boží světlo a moc. A jak často musí být rozbito naše sobectví, sebevědomí, soběstačnost, zatvrzelost ... Aby Bůh mohl jednat. Myslím ale i na všechny nemocné, zvláště na ty, kteří jsou těžce upoutaní na lůžku, zdánlivě bez smyslu a bez důstojnosti. Ve svém utrpení jejich křehkost i odevzdanost může vydat nejsilnější svědectví: Ježíšovo umírání na svém těle a tím i na tomto těle patrný jeho život – nekončící sílu ducha, nekončící obzor víry, naděje a lásky. Často bývám v setkání s nimi obohacen právě tímto světlem. Děkuji za to. Děkuji Bohu, že nás nenechává napospas našim slabostem a vkládá do našich životů příležitosti vydávat svědectví. On je naše záštita a síla.

Aleš Ligocký

VŠEOBECNÝ ÚMYSL CHARITY

**Kéž prožívání Svatého roku
přinese světu i každému z nás
novou naději a pokoj.**

KONKRÉTNÍ ÚMYSLY

- Aby dospělé děti věnovaly pozornost a čas svým rodičům.
- Aby hledající lidé našli důvěru v Katolickou církev.
- Aby žádný ztrápený člověk pod tíhou problémů nepropadl zoufalství, beznaději, či myšlence na sebevraždu.
- Ať charitní pracovníci ve službě předávají i neviditelné dary Ducha – lásku, pokoj a naději.

CANISTERAPIE

Canisterapie se zaměřuje na využití pozitivních účinků psů na psychické a fyzické zdraví a celkovou pohodu seniorů. Cílem je zlepšit kvalitu života, snížit stres, odbourat úzkosti a posílit sociální kontakt. Terapie může probíhat jak verbální, tak neverbální formou.



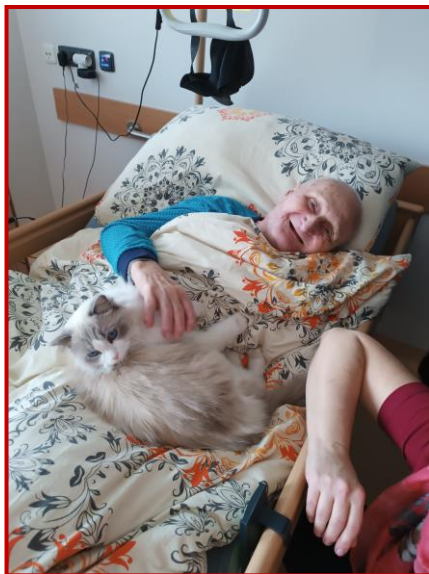
Díky paní Pavle D. z Bohumína, která do domova dochází pravidelně jednou měsíčně, mají klienti možnost setkávat se se zvířecí terapií buď skupinově, nebo individuálně při návštěvách přímo na pokojích. Canisterapie představuje léčebný kontakt mezi psem a člověkem. Pouhá přítomnost psa dokáže vyvolat dobrou náladu a úsměv – a jak známo, úsměv léčí.

Mazlení, hlazení a dotečky napomáhají procvičování jemné motoriky a stimulují schopnost komunikace. Přítomnost psa má navíc uklidňující

účinek. Navázání vztahu se zvířetem pomáhá překonat samotu a odbourává pocit izolace. Klienti rádi pejsky krmí, mají pro ně připraveny dobroty, což i touto drobností přispívá k jejich duševní pohodě.

U imobilních klientů využíváme metodu polohování, kdy pes nahrazuje polštáře, které klienta podpira-
jí. Díky tělesné teplotě a rytmu dechu psa dochází ke zklidnění dechu a celkovému uvolnění. Tato metoda se nejvíce osvědčuje u klientů se zvýšeným svalovým napětím a omezenou hybností.

Paní Pavla D. cvičí na kontakt s člověkem také jiná zvířata. Od začátku roku jsme v domově přivítali králíky, kachny, kozy, husy i exotického



papouška. Klienti se zvířat nebojí – naopak, často při kontaktu vzpomínají, jak je sami kdysi doma chovali, a s radostí o tom vyprávějí. Dá se říci, že v takové chvíli dochází k reminiscenční – vzpomínkové terapii, která probíhá v příjemné a uvolněné atmosféře.

*Kateřina Oršulíková,
aktivizační pracovník Domova pro seniory U Kaple Dětmarovice*

SPOLUBYDLÍCÍ

Milí čtenáři Roušky,

přemýšlela jsem nad různými tématy pro tento příspěvek, ale nakonec jsem podlehla předprázdninové optimistické náladě a rozhodla se podělit o příběh ze života naší služby, který mi v poslední době udělal radost.

Jak mnozí víte, naši klienti bydlí ve dvoulůžkových pokojích. Snažím se vždy co nejlépe vyvážit složení spolubydlících — a v létě je to obzvlášť důležité, protože kapacita bývá naplněná a málokdo má pokoj sám. V prvních letech jsem měla možná až příliš ambiciózní cíl: aby byli všichni se svým spolubydlícím spokojeni. Po pěti letech jsem svůj přístup upravila — dnes mi jde hlavně o to, aby spolu klienti dokázali pokojně vycházet.

S těmito myšlenkami jsem plánovala obsazení pokoje pro dva klienty, které zde budu nazývat Petrem a Pavlem.

Pan Petr k nám jezdí pravidelně několikrát do roka. Vždy, když jeho dcera odjíždí, přijíždí k nám. Před každým pobytem bývá podle jejích slov ve stresu, i když si nakonec službu pochvaluje. Opustit domov pro něj není snadné. V posledních pobytech jsme měli dojem, že si přeje hlavně klid — občas si popovídá s personálem, ale jinak o společnost příliš nestojí.

Letos však poprvé sdílel pokoj s panem Pavlem. Ten přišel s přáním, aby nemusel celý den ležet v posteli. Měl obavy, že se bude nudit, ale kvůli dceři byl ochoten to „nějak vydržet“.

A pak se stalo něco krásného. Zpočátku byli oba opatrní, každý si držel svůj prostor. Ale už po pár dnech jsme si všimli, že si mají co říct. Povídali si, smáli se, a dokonce si začali navzájem pomáhat. Pan Petr, který dříve vyhledával spíš samotu, se najednou těšil na společné chvíle. Pan Pavel zase ocenil, že má vedle sebe někoho, kdo ho chápe a s kým si může popovídat. Jednou dokonce přemlouvali rodinu pana Pavla, aby mu byl prodloužen pobyt, dokud nebude končit také pan Petr.

Když pobyt skončil, vyměnili si telefonní čísla. A co je nejhezčí — od té doby si volají téměř každý den. Dcery obou pánů byly mile překvapené, jak pozitivní vliv na ně společný pobyt měl. Pan Petr je podle své dcery mnohem otevřenější a veselejší, pan Pavel zase říká, že se už nebojí dalšího pobytu — prý se těší, až se s Petrem znovu uvidí. K velké radosti obou mužů i jejich rodin to nebude trvat dlouho.

Tento příběh mi připomněl, že i malé změny mohou vést k velkým věcem. A že přátelství může vzniknout i tam, kde bychom ho možná nečekali.

S přáním krásného léta

*Monika Adámková,
vedoucí, Charitní dům sv. Kláry*

NOVÝ ALTÁN Z TŘÍKRÁLOVÉ SBÍRKY PŘINÁŠÍ KLIENTŮM RADOST

Pořízení altánku pro klienty Charitního domu pokojného stáří sv. Františka bylo naším dlouholetým snem. Po prodebatování, jak bude altán vypadat, kde bude stát a po zajištění všech potřebných povolení (altán je v památkové zóně na pozemku Města Bohumín) jsme se pustili do realizace. Máme moc šikovného pana správce, který se ujal celé výroby

altánu. Chtěli jsme na jeho pořízení použít část výtěžku z Tříkrálové sbírky 2024. Takže jsme loni nakoupili dřevo a pan správce se svým kolegou se v září chystali začít natírat a kompletovat. Bohužel příšla povodeň. Na druhou stranu jsme měli neskutečné štěstí, protože uložené dřevěné trámy zázrakem přežily velkou vodu bez újmy. Pak ale opět nebyly myšlenky, ani čas a ani počasí na to, abychom vše dotáhli do konce. Ale my se nevzdáváme....



Díky štědrosti dárců v rámci Tříkrálové sbírky se podařilo zrealizovat další smysluplný projekt, který byl v našich hlavách po dlouhou dobu a jehož cílem bylo zkvalitnit trávení volného času našich klientů za hezkého počasí mimo budovu Domova.

V areálu našeho domova pro seniory byl proto nově postaven dřevěný altán, který se velmi brzy stal oblíbeným místem pro odpočinek, posezení a společné chvíle našich klientů.

Tato realizace byla financována z výtěžku Tříkrálové sbírky 2024. Díky těmto prostředkům jsme mohli nechat vyrobit a postavit kvalitní a krásně zpracovaný altán. Altán je umístěn v zahradě Domova, kam klienti s oblibou chodí trávit čas – ať už sami, s návštěvami nebo během různých venkovních aktivit.

Příprava a realizace proběhla během jarních měsíců. Obrovské poděkování patří panu Petru Hankemu, který altán projektoval, vyměřil, vyrobil a s pomocí pana Jana Siwého postavil. Musím říct, že výsledek předčil všechna naše očekávání – altán harmonicky zapadá do prostředí zahrady a stal se přirozeným centrem dění pod širým nebem.

Velké poděkování patří všem, kteří se do Tříkrálové sbírky zapojili – ať už jako koledníci nebo dárci. Díky vám má nyní náš Domov místo, kde si mohou senioři vychutnat klidné chvíle na čerstvém vzduchu, posedět s přáteli nebo se zúčastnit kulturních a společenských akcí, které pod altánem plánujeme pořádat.

Vaše pomoc má smysl. Děkujeme!

*Michaela Mičová
vedoucí Charitního domu pokojného stáří sv. Františka*

ZMĚNA JE ŽIVOT

Je příjemné slunečné odpoledne. Sedím venku na lavičce, pozoruji šumící a šplouchající vodu v blízké fontáně a v duchu se ptám. Je to možné? Tak už je to tady? A vzápětí si odpovím. Fakt jo. Odcházím totiž v blízké době do důchodu a mé myšlenky se soustřeďují na tu časovou osu deseti let mé práce pro Charitu.

Nelze nezpomenout na pracovní úspěchy či neúspěchy, na pracovní prostředí a na to, jaké to bylo, na náročná období a zkušenosti, které mne učily a posílily, na příjemné vztahy s kolegyněmi a kolegy minulými i stávajícími, na humor, který jsem s nimi sdílela. Vzpomínám i na početnou řadu klientů, z nichž někteří se s úspěchem posunuli, někteří zůstávají a spousta z nich již nejsou mezi námi.

Nelze zapomenout na společná setkání s kolegyněmi a kolegy nejen prostřednictvím pracovních porad, školení, stáží a společných výletů, ale i formou odpoledních gurmánských akcí společně s klienty v areálu pracoviště.

Těchto vzpomínek je spousta, a kdybych měla napsat o každé z nich, byla bych tady hodně dlouho. Jsou to vzpomínky radostné, smutné, humorné, krátké, někdy zdrcující, ale nezapomenutelné.

A čím mne moje práce naplnila? Jejím smyslem bylo především pomáhat lidem v nouzi, což mi přineslo obrovský pocit uspokojení, ale také pocit užitečnosti. Ve své práci jsem se cítila dobře, přispívala jsem svým způsobem ke zlepšení života lidí, což posilovalo i mé sebevědomí a pozitivní pohled na sebe.

Myslím, že tato práce byla důležitou součástí mého života a dala mi smysl a identitu. A proto na ni ráda vzpomínám.

Jenže čas je převít a je neúprosný. Nu co... Změna je život.

*Jana Spáčilová, pracovnice v sociálních službách,
Denní centrum pro osoby bez přístřeší*



Příběh paní Jany by mohl být inspirací pro lidi, kteří třeba v současné době mají pocit, že nic nemá smysl, že situace nemá řešení, že je jakékoliv snažení marné.

Vzpomínám si, že když paní Jana začala pracovat v Charitě Bohumín na tzv. veřejné práce, bydlela v bytě, který byl spíš noční můrou, než obyvatelným prostorem. Vyprávěla například o tom, že v zimě vytopila byt nejvýše na 11 stupňů. Nepředstavitelné.

Vlastní píli i elánem, se kterým se pustila do změn ve svém životě, začala pracovat jako kmenový zaměstnanec, nejdříve v Noclehárně sv. Martina, jako pracovnice pro úklid. Po několika letech se rozhodla pro změnu a udělala si kurz pracovníka v sociálních službách a začala na této pozici pracovat i v Nízkoprahovém denním centru pro osoby bez přístřeší. V Charitě Bohumín nakonec pracovala neuvěřitelných 10 let.

Děkujeme za tu dobu, kdy byla součástí našeho kolektivu a přejeme vše dobré v další etapě jejího života. A věříme, že bude stejně zajímavý,

jako doposud – cestování, jízdy na kole, studium historie navštívených míst....

*Zdeňka Knízková Brňáková,
ředitelka Charity Bohumín*

PŘÍBĚH PROPOJENÍ POMOCI

Uživatel služby (z důvodu zásady anonymity mu zde budeme říkat třeba pan Jan) ve věku 67 let do naší Občanské poradny Bohumín občas zavítá, když si neví rady. Několik let pobíral invalidní důchod 1. stupně pro své sluchové postižení. I přes tuto bariéru se nám daří společná komunikace a domluva. Nabízíme mu vždy individuální podmínky spočívající v klidném prostředí při jednání, volíme pomalejší a zřetelnou mluvu, možnost odezírat ze rtů, více času, apod. Z důvodu dosažení důchodového věku si pan Jan požádal u příslušné České správy sociálního zabezpečení o starobní důchod, ten mu však zamítli z důvodu nesplnění potřebné doby pojištění. On však nerozuměl papíru, co mu poslali - rozhodnutí o zamítnutí starobního důchodu a neměl nikoho, kdo by mu ho vysvětlil, tak k nám přišel s prosbou o jeho vysvětlení a poté žádal o pomoc se sepsáním námitek proti rozhodnutí. Pomohli jsme. Poté, co mu přišlo rozhodnutí o námitkách, kterému také nerozuměl, nás opět vyhledal. Vysvětlili jsme a poradili, kdy a za jakých podmínek si může znovu o důchod požádat, což také učinil a tento mu byl přiznán.

Také jsme mu radili a pomáhali např. s žádostí o mimořádné přidělení bytu, s dluhy, exekucemi, kterých však už bylo dosti a navrhli mu jednu z možností řešení, a to jít do oddlužení (neboli též insolvence, osobní bankrot), které se v naší poradně také vyřizuje zdarma. Postupnými oboustranně spolupracujícími a vytrvalými kroky se nám podařilo dát vše potřebné k oddlužení dohromady a v roce 2023 jsme podali k soudu insolvenční návrh. Průběžně dle potřeby k nám chodil pro vysvětlení písemností, které mu chodily z insolvenčního soudu. Když měl mít osobní schůzku s insolvenčním správcem mimo město svého bydliště, nevěděl si rady a měl obavy, jak se tam sám dostane a zda to zvlád-

ne. V tu chvíli jsme ho podpořili a vše pomohli vykomunikovat se správcem a propojili ho se sociální službou Slezské diakonie KONTAKT Bohumín, terénní program, která ho následně doprovodila na schůzku. Poté jsme mu byli a dodnes jsme v procesu oddlužení nápomocni opět my. V tomto případě se velice osvědčilo, že v Bohumíně existuje návazná a spolupracující terénní služba, se kterou máme dobré zkušenosti. Mohou uživatele služeb doprovázet i k nám do poradny.

V případě potřeby se také neváhejte obrátit na níže uvedené sociální služby. Na problémy nejste sami.

Kontakty:

Charita Bohumín

Občanská poradna Bohumín

Štefánikova 957, 735 81 Bohumín

telefon: +420 739 002 717

e-mail: poradna@bohumin.charita.cz

web: <https://bohumin.charita.cz/jak-pomahame/obcanska-poradna-v-bohumine/>

Slezská diakonie

KONTAKT Bohumín, terénní program

Drátovenská 246, 735 51 Bohumín – Pudlov

telefon: +420 734 640 269

e-mail: kc.bohumin@slezskadiakonie.cz

web: [KONTAKT Bohumín, terénní program | Slezská diakonie](#)

*Martina Horváthová,
sociální pracovnice Občanské poradny Bohumín*

TRADIČNÍ POUŤ CHARIT

V úterý 4. června se ve Fulneku uskutečnila tradiční pouť pracovníků, klientů, dobrovolníků a příznivců Charit z celého Moravskoslezského kraje a Jesenicka. V atmosféře vděčnosti, modlitby a vzájemného sdílení se setkali

ti, kteří denně pomáhají potřebným. Společná mše svatá, chvíle ztišení i přátelská setkání na farní zahradě vytvořily prostor pro duchovní posilu i nové inspirace do každodenní služby.

Pout' zahájil biskup Martin David mší svatou v kostele Nejsvětější Trojice. V homilii zazněla slova povzbuzení a poděkování všem, kdo se věnují službě bližním – ať už v přímé péči, administrativě, nebo jako dobrovolníci.

„V naší práci často vnímáme člověka skrze jeho potřeby – jako seniora, pacienta, člověka bez domova. Ale nesmíme zapomenout, že každý z nich je především bližní, kterému máme pomoci. Jednota ve službě znamená vidět v každém člověku důstojnost a hodnotu, bez ohledu na jeho situaci,“ promluvil k poutníkům biskup Martin a dodal, že jednotu si v různorodosti charitních služeb můžeme představit jako orchestr – každý z nás hraje podle svých not, má svou roli, své dary a úkoly. Ale společně tvoříme harmonii.

„Jednota v lásce a službě je v dnešním polarizovaném světě nesmírně důležitá. Je znamením naděje. A já jsem přesvědčen, že právě vaše služba – služba charitáků – je takovým znamením. Znamením, které má zazníť tam, kde je nejvíce potřeba“, vzkázal biskup všem pracovníkům Charity.

