

Charitní zpravodaj

Naše motto: "Charita je láska v akci."

5. října 2024



Slovo ředitelky

Vážení přátelé, příznivci a podporovatelé naší Charity, léto je obdobím, kdy si mnozí z nás dopřávají chvíle odpočinku a načerpávají nové síly. Ani u nás tomu nebylo jinak – naši zaměstnanci si užili zasloužené dovolené, a přesto jsme i v těchto měsících nezaháleli a pokračovali v rozvoji našich služeb. S radostí můžeme oznámit, že jsme pořídili nové automobily pro terénní služby, díky nimž budeme schopni efektivněji a pohodlněji poskytovat péči přímo v domácnostech našich klientů. Také jsme se zapojili do akcí „Den pro seniory“ a „Zažít město jinak“, která nám umožnila představit naši činnost širší veřejnosti a posílit vztahy s místní komunitou.

Velký důraz klademe na vzdělávání našich zaměstnanců, a proto se i v průběhu letních měsíců účastnili odborných školení a kurzů. Významným úspěchem je získání certifikátu pro katetrizaci močového měchýře u mužů, což nám umožní ještě komplexnější poskytování zdravotní péče. Kromě toho jsme rozšířili naši nabídku zdravotních a kompenzačních pomůcek, aby naši klienti měli vždy k dispozici to, co potřebují pro lepší kvalitu života.

Zároveň se již nyní intenzivně připravujeme na naši tradiční Tříkrálovou sbírku, která je pro naši Charitu jednou z nejvýznamnějších akcí v roce. Její organizace vyžaduje mnoho úsilí, a proto bychom rádi oslovili všechny, kteří by nám chtěli pomoci. Sháníme tříkrálové koledníky, kteří by s námi vyrazili do ulic a přinesli radost i požehnání do domovů lidí. Pokud byste se chtěli zapojit, nebo věděli o někom, kdo by měl zájem pomoci, budeme moc rádi za každou nabídku.

Toto je pouze krátký výčet aktivit, které jsme za uplynulé čtvrtletí absolvovali. Naše práce je však mnohem rozsáhlejší a neustále usilujeme o zkvalitňování poskytovaných služeb našim klientům a pacientům.

Děkujeme Vám všem za vaši důvěru, podporu a přízeň. I díky Vám můžeme pokračovat v naší misi – pomáhat tam, kde je to nejvíce potřeba.

S přáním klidného a barevného podzimu,

Lenka Tabachová, ředitelka Charity Frenštát pod Radhoštěm



Nové automobily pro sociální služby

Již jste potkali naše nové posily vozového parku?

Díky dotaci z MSK jsme mohli v letošním roce zakoupit dva nové automobily, které již nyní slouží v pečovatelské službě a službě osobní asistence. Tyto automobily využívají naše pečovatelky a pečovatelé k přejezdům mezi klienty uvedených služeb.

Automobily tvoří důležitou část našeho pracovního vybavení. Díky nim jsou naši pracovníci u svých klientů rychleji a bezpečněji.

Automobily byly pořízeny v rámci Programu na podporu zvýšení kvality sociálních služeb poskytovaných v Moravskoslezském kraji na rok 2024, a to díky získané dotaci na realizaci projektů „Automobil pro pečovatelskou službu“ a „Automobil pro osobní asistenci“.

Děkujeme za podporu, kterou nám Moravskoslezský kraj na realizaci projektů poskytl.

Na spolufinancování projektů byla také využita část výnosu Tříkrálové sbírky. Děkujeme všem, kdo tuto sbírku podpořili.



Nový automobil pro sestřičky

Také naše zdravotní sestřičky se letos mohly radovat z nového automobilu, který jsme pro ně pořídili z výtěžku Tříkrálové sbírky.



Děkujeme všem, kdo tuto sbírku podpořili.



ZAŽÍT MĚSTO JINAK

Zažít město jinak

V září proběhla na Dolní ulici, kde má sídlo také naše Charita, akce s názvem „Zažít město jinak“. Akce, kterou zajišťovalo Městské kulturní středisko, byla plná hudby, zábavy, aktivit pro děti, nechyběla ani módní přehlídka a trh lokálních prodejců.

Do této akce se zapojila i naše Charita. Naše kolegyně a jejich děti měly pro návštěvníky připravenou řadu aktivit. Mezi ně patřilo například malování na obládky, obličej, výroba odznáčků. Zájemci si mohli také zahrát připravené společenské hry, vyzkoušet gerontooblek, nebo ochutnat náš domácí štrůdl.



Naše služba Sestřičky rozšířila své kompetence

Jedna z našich zdravotních sester absolvovala kurz v kvalifikované Kroměřížské nemocnici, který úspěšně zakončila zkouškou, a získala Certifikát pro katetrizaci močového měchýře u mužů. Jsme velice rádi, že nyní můžeme v terénu nabídnout nový výkon, který díky cévkováním v domácím prostředí ulehčí mobilním i imobilním pacientům časté návštěvy u lékaře.



...

Koupací lůžko - náš důležitý pomocník při péči

Při úkonech pečovatelské služby mají pracovníci nově k dispozici koupací lůžko pro imobilní klienty. Díky koupacímu lůžku je možné, aby u klientů proběhla kvalitní hygiena celého těla s prvky bazální stimulace, která je ku prospěchu jak fyzickému, tak i duševnímu zdraví.



...

Pouť Charit na Svatý Kopeček

Ve středu 15. 5. 2024 proběhla na poutním místě Svatý Kopeček u Olomouce pouť Charit naší diecéze. Slavnostní mši svatou celebroidal ostravsko-opavský biskup Mons. Martin David.

Na Svatý Kopeček se vypravili také zástupci z naší Charity, aby prožili tento den ve společenství kolegů z ostatních Charit, aby poděkovali za vše dobré a poprosili o požehnání pro naši práci a pro naše klienty.



Mimořádná událost - Povodeň

V září zasáhly naši zemi povodně, které ovlivnily životy mnoha lidí.

Naše sestřičky, pečovatelky a pečovatelé byli nablízku našim klientům i v této těžké situaci. Zabezpečit péči našim klientům je naší prioritou. I přes vysokou vodu a zatopené cesty vyrazili do terénu, aby se o naše klienty postarali. Často jsou totiž pro klienty jediným spojením s okolním světem.



Sbírka na pomoc obětem povodní

Charita Česká republika uvolňuje ze svého krizového fondu finanční prostředky a současně prosí o finanční příspěvek do sbírky, jejíž výtěžek pomůže obětem ničivých povodní.

Všem dárcům Charita děkuje za solidaritu. O sbírce a aktuálním dění týkajícím se povodní aktuálně informujeme na webu www.povodne.charita.cz.



Bábovkový den

Na konci května se naše Charita provoněla vůni bábovky. Proběhl u nás Bábovkový den. Tento den odkazuje na kampaň MPSV a organizace Hledáme rodiče, o.p.s. Jde o celorepublikovou akci, která má za cíl poděkování všem pěstounům, kteří pečují o děti, které nemohou být vychovávány ve své vlastní rodině



Proč bábovkový? Bábovka nás provází celý život. Jako děti jsme stavěli bábovky z písku, pochutnávali si na bábovce od babičky nebo maminky.

U doma upečené voňavé bábovky se sejdeme jako rodina – a to jsou ty chvíle, kdy si povídáme, probíráme nejrůznější témata, jsme spolu.

Také my, jako doprovázející organizace, jsme poděkovali našim pěstounům. Sešli jsme se s nimi společně u bábovky a navštívili nás také pěstouni budoucí. Společně jsme strávili moc příjemné odpoledne.

Jako poděkování od nás pěstouni dostali velké perníkové srdce. Přesně takové musí být srdce lidí, kteří se rozhodli takto pomáhat dětem.



Děti si společně hrály v Klubíčku, dospělí si povídali mezi sebou a naše sociální pracovnice Petra si povídala s regionální televizí. Naše pěstounská rodina se rozrůstá a my pěstounům za to, co dělají, z celého srdce děkujeme.

Pečujeme nejenom o své blízké, pečujeme také sami o sebe

Víme, že u našich pacientů a klientů je potřeba nejen zdravotní nebo sociální služba. Důležitá je také psychohygiena. A to nejenom pro ně, ale i pro jejich blízké, kteří o ně pečují.

U pacientů a klientů se snažíme, pokud je to možné, aby nebyli stále jen v jedné místnosti. Rádi poradíme rodině, jak přesouvat pacienta z lůžka na invalidní vozík. Tím mu zajistí přesun do jiného pokoje, nebo na čerstvý vzduch ven, kde pacient přijde na jiné myšlenky a pročistí si tak hlavu.



A pečujícím osobám doporučujeme, aby nezapomínali na sebe, na své zájmy. Jako pomůcku jim přinášíme “Desatero pro pečující”

1. Mějte se rádi.
2. Udělejte si čas i na své koníčky a zájmy, nevzdávejte se jich.
3. Domluvte se i s dalšími příbuznými, že vás budou schopni po nějakou dobu zastoupit, abyste si mohli odpočinout. Pokud to není možné, spojte se s pečovatelskou službou.
4. Pokud o nemocného pečujete dlouhodobě, naplánujte si nejméně týden dovolené, kdy si zcela odpočnete.
5. Stýkejte se se svými známými, nevzdávejte se všech kontaktů.
6. Pečujte o sebe. Skutečnost, že pečujete o blízkou osobu, není důvodem k tomu, abyste se nemohli dobře a pravidelně najíst, hezky se obléct, upravit, nalíčit, ...
7. Nezapomínejte na přiměřený pohyb.
8. Zkuste péči co nejlépe skloubit se svým zaměstnáním. Pokud jste museli na nějakou dobu kvůli péči svoji práci přerušit a plánujete se později opět vrátit do zaměstnání, buďte v kontaktu s prací, kterou děláte, udržujte si znalosti a vzdělávejte se ve svém oboru, i když momentálně nepracujete.
9. Stýkejte se i s ostatními pečujícími a vyměňujte si své zkušenosti.
10. V těžkých chvílích si uvědomte, že nejste sami. Někomu pomůže víra, jinému rozhovor s psychologem či kamarádem, vždy byste měli mít někoho, komu se můžete se svými obavami a starostmi svěřit. Je důležité, aby se pečující měl na koho obrátit i v momentech, kdy si myslí, že už to dále nezvládne.

Zdroje: Unie pečujících (uniepecujicich.cz)

Naše patronka - Svatá Matka Tereza

5. září si každoročně připomínáme úmrtí Matky Terezy, kterou dne 4. září 2016 svatořečil papež František. Tato světice se stala naší patronkou a její poselství je nám vzorem v našem charitativním poslání.



Životopis Matky Terezy

- 1910, 27. srpna: Narodila se ve Skopje, v albánské oblasti Kosovo, která o několik let později přechází do rukou Jugoslávie. Narodila se v katolické, šťastné a bohaté rodině schopného obchodníka a doktora farmacie. Při křtu dostala jméno Agnese. Doma jí ale říkali „Gonxha“, to znamená „Poupátko“.
- 1928, 25. září: V irském Dublinu vstupuje k sestrám Naší Paní Loretánské. Po dvou měsících odjíždí do Indie, kde vyučuje na vyšší škole.
- 1946, 24. květen: Při cestě vlakem na duchovní cvičení ji zasahuje bída chudých. Cítí povolání zcela se věnovat službě chudým a opustit kongregaci Naší Paní Loretánské. Poté se snaží tuto svou touhu realizovat, ale setkává se s nepřátelstvím a nedůvěřivostí.
- 1950, 7. říjen: Po dlouhém zkoumání přichází odpověď z Vatikánu schvalující novou kongregaci sester Matky Terezy. Budou se jmenovat „Misionářky lásky“.
- 1979, 17. říjen: Přijímá v Oslo Nobelovu cenu míru.
- 1997, 7. července: Navštěvuje papeže, vrací se do Kalkaty, kde 5. září umírá.

Zdroj: <https://www.pastorace.cz/tematicke-texty/matka-tereza-kratky-zivotopis-a-nektere-jeji-myslenky>

Rádi se s Vámi v každém čísle našeho zpravodaje podělíme o inspirující slova, která naše patronka pronesla.

Naše patronka - Sv. Matka Tereza - a její myšlenky

Hymna života

Matka Tereza

Život je šance - využij ji
Život je krása - obdivuj ji
Život je blaženost - užívej ji
Život je sen - uskutečni ho
Život je výzva - přijmi ji
Život je povinnost - naplň ji
Život je hra - hrej ji
Život je bohatství - ochraňuj ho
Život je láska - potěš se s ní
Život je záhada - pronikni ji
Život je slib - splň ho
Život je smutek - překonej ho
Život je hymna - zpívej ji
Život je boj - přijmi ho
Život je štěstí - zaslouž si ho
Život je život - žij ho.



Zdroj: <https://citaty.net/citaty/3105-matka-tereza-hymna-zivota-zivot-je-sance-vyuzij-ji-zivot-je/>

...

„Bud’ projevem... laskavosti; měj laskavost ve tváři, v očích, v úsměvu, ve vřelém pozdravu.“

Zdroj: <https://citaty.net/citaty/268114-matka-tereza-bud-projevem-laskavosti-mej-laskavost-ve-tvari/>

Nabízíme pomocnou ruku při péči o vaše blízké

Potřebujete pomoc při péči o seniora, který už nezvládá či nemůže být doma sám, abyste vy, kteří pečujete o své blízké, mohli nadále chodit do zaměstnání? Jak v tom nezůstat sám? Potřebujete poradit, jak se připravit na tuto péči? Máte blízkého seniora v nemocnici či jiném zdravotnickém zařízení a brzy se Vám bude vracet domů? Je na Vás, abyste se následně starali a pečovali a vůbec nemáte tušení, co tato péče obnáší? A nebo potřebujete zapůjčit zdravotní pomůcku?



Pracovníci terénní pečovatelské služby a služby osobní asistence Vám ochotně a rádi pomůžou, jak radou, tak praktickou ukázkou při běžné manipulaci s člověkem – posazením, přesuny, výměnou ink. pomůcek, polohováním. Taky vám řekneme a poradíme, jak uspořádat prostředí, ve kterém bude váš blízký pobývat, aby byl prostor pro něj bezpečný – odstranění překážek, využití madel. Jak používat kompenzační pomůcky, kde je obstarat, jaké jsou pro daného člověka vhodné a lepší, jakou používat kosmetiku a hygienické prostředky.

Pokud vám tato rada nebude stačit a budete potřebovat naši stálou pomoc, neváhejte se obrátit na naše sociální pracovníce, které přijedou do vaší domácnosti za vaším blízkým na sociální šetření. Při tomto šetření zjistí a vyhodnotí, jakou pomoc budete potřebovat. Naše charitní terénní služby dojíždí ke klientům, u kterých někdy, a nebo téměř vždy, je zřejmý strach a obava z nové situace, strach, jak budu s pečovatelem vycházet, zda si na sebe zvyknou, jestli mu neublíží a je důvěryhodný. S jistotou ale můžeme říci, že neuběhne ani týden a z klientů a pečovatelů/asistentů se stávají „partáci v dobrém i tom horším“.

Nebojte se na nás obrátit o radu, pomoc nebo se jen svěřit s obavami a aspoň tak si ulevit od svých neřešitelných problémů, které nakonec vždy řešení mají.

Z Vašich dopisů

Děkujeme za krásná slova, která nám zaslali rodinní příslušníci našich klientů. Jsou pro nás důkazem, že má naše práce smysl.



"Dobrý den paní ředitelko,

přijměte, prosím, mé velké poděkování za obětavou práci všech sestřiček Charity Frenštát pod Radhoštěm. Zdravotní péči, kterou sestřičky poskytují, je na vysoké profesionální úrovni. Především chci zdůraznit jejich laskavost, obětavost, velmi milé chování, ochotu pomoci, kterou věnují mému nemocnému manželovi, který je částečně i imobilní.

Poděkování patří všem sestřičkám Charity Frenštát pod Radhoštěm, ale obzvlášť chci poděkovat za vysoce lidský přístup k vykonávané činnosti jednak vrchní sestře - Natálii Grygarové, která vedle své vysoce profesionální práce je i evidentně příkladem pro své podřízené kolegyně - sestry a také velký dík patří mladé sestřičce Anežce Tabachové, - určitě jejich přístup a práce, kterou vykonávají v péči o mého manžela, představují daleko více péče k pacientovi než je jejich pracovní povinnost.

Prosím, vyřidte všem sestřičkám Charity Frenštát velké díky za jejich nelehkou práci, chci poznamenat, že jejich práce a jejich přístup velmi pomáhá i mně samotné - i mně dávají sílu - vše zvládnout, což je určitě velmi pozitivní."

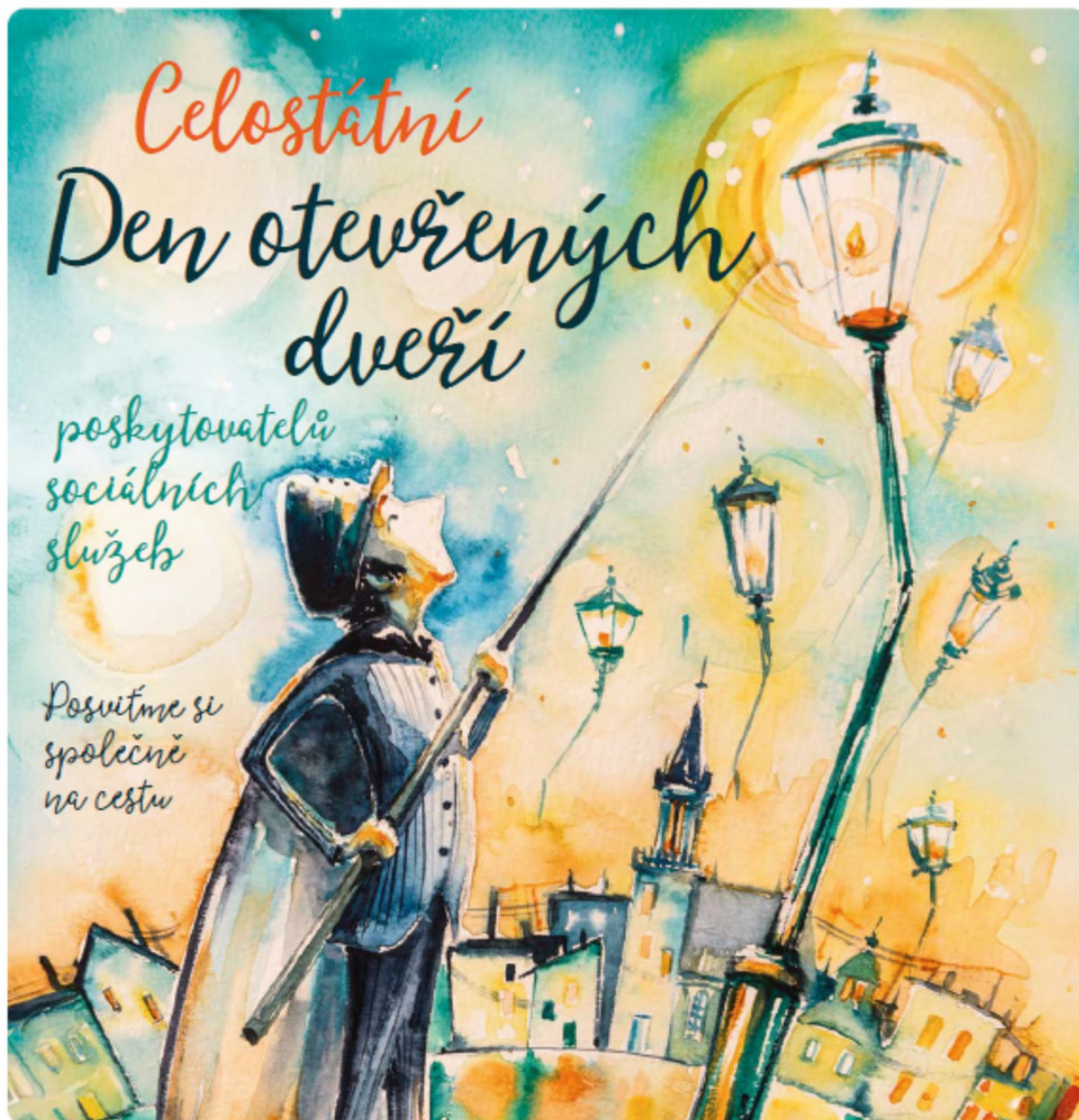
H.H.



Zveme nás na Den otevřených dveří



Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR
a Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR vyhláší
v rámci Týdne sociálních služeb ČR



8. října 2024

kdy

Charita Frenštát pod Radhoštěm, Dolní 504, Frenštát p.R.

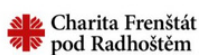
kde

8:00

od

15:00

do



www.tyden-socialnich-sluzeb.cz

Zveme nás na

Čtvrtý den pro seniory ve Frenštátě pod Radhoštěm

**ČTVRTEK
17.10.2024**

Srdečně zveme všechny seniory do Domu kultury ve Frenštátě pod Radhoštěm. Přijďte strávit příjemné odpoledne plné zábavy, inspirace a společných vzpomínek.

Kdy: 17.10.2024

Kde: 13:00 - 17:00

Kde: Dům kultury ve Frenštátě pod Radhoštěm

Celé odpoledne bude rozděleno do dvou částí:

13:00 – 16.00

Zdravotní poradenství - Poradenství v oblasti výživy a informace o prevenci onemocnění, měření tlaku, cukru, tělesných hodnot.

Prezentace sociálních služeb, zdravotních pojišťoven.

16:00 - 17.00

Kultura a zábava - Vystoupení kouzelníka Luboše Matuly, Semifinalista v soutěži Česko Slovensko má TALENT – kouzelnická show.

Společenské aktivity - Posezení u kávy a koláčku, vyprávění příběhu a sdílení vzpomínek ve skupinách.

Vstup zdarma!

Také je pro vás připravena bohatá tombola.





Blahopřání

Blahopřejeme našim klientům, kteří se dožívají životního jubilea.

Do dalších let přejeme všechno nejlepší, hodně zdraví, štěstí, životního optimismu a Božího požehnání.



- *Pečujete doma o své blízké?*
- *Nebo se na péči o své blízké připravujete?*
- *Jste z péče o své blízké unaveni a nevíte, jak dál?*

Právě pro Vás je tady naše služba
„Podpora pro pečující“.

Podpora je **BEZPLATNÁ** a je určena lidem, kteří pečují o své blízké v domácím prostředí, anebo se na tuto péči teprve chystají.

Jsmo tady pro Vás, abychom Vám pomohli s péčí o Vaše blízké.

- každou pracovní středu v době mezi 15 a 16 hodinou na adrese Dolní 504, 744 01 Frenštát p.R.

Hledáme zdravotní sestru



Do terénní zdravotní služby
přijmeme zdravotní sestru.

Více informací

<https://www.frenstat.charita.cz/volna-mista/>



Hledáme koledníky Tříkrálové sbírky



Znáš Tříkrálovou sbírku?

Baví Tě pomáhat druhým?

Jsi ochoten darovat svůj čas?

Chceš si vyzkoušet, jaké to je koledovat pro dobrou věc?

Pak hledáme právě tebe - koledníka Tříkrálové sbírky.

Stát se tříkrálovým koledníkem je snadné. Neexistuje věková hranice. Stačí kus odvahy a ochota pomáhat v rámci osvědčeného projektu. Přihlásit se může jednotlivec i skupina lidí.

Za Charitu Frenštát pod Radhoštěm koledujeme ve Frenštátě p.R., Trojanovicích, Čeladné, Kunčicích p.O., Tiché, Lichnově, Bordovicích, Vlčovicích, Mniší, Kozlovicích, Hukvaldech, Rychalticích, Horním a Dolním Sklenově.

Pokud máš chuť pomoci, ozvi se, prosím, co nejdříve.

Kontakt:

Anna Čechová

mob: 733 676 652

e-mail: anna.cechova@frenstat.charita.cz



O nás

Naším posláním je profesionálně pomáhat jednotlivcům i rodinám prostřednictvím služeb, které poskytujeme. Staráme se o všechny potřebné – od ještě nenarozených až po umírající, a to bez ohledu na jejich rasu, národnost, náboženství, státní a politickou příslušnost, sociální postavení, sexuální orientaci nebo pohlaví.

Pomáháme tam, kde je nás potřeba.

Služby, které poskytujeme

- Pečovatelská služba
- SESTRÍČKY – Terénní zdravotní služba
- Služba osobní asistence
- Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi
- Půjčovna zdrav. a komp. pomůcek
- Penzion pro seniory
- Senior přeprava a přeprava pro osoby se zdravotním postižením
- Dohody o výkonu pěstounské péče
- BUMERANG
- Potravinová banka
- Podpora pro pečující



Projekty Charity Frenštát p.R. jsou realizovány s finanční podporou Města Frenštát pod Radhoštěm, Moravskoslezského kraje, Ministerstva práce a sociálních věcí, Evropské unie, obcí Lichnov, Trojanovice, Tichá, Bordovice, Veřovice, Hukvaldy, Kozlovice, Čeladná, Kunčice pod Ondřejníkem a dalších donátorů. Děkuje za podporu naší činnosti.

Kontakty

Charita Frenštát pod Radhoštěm
Dolní 504
744 01 Frenštát pod Radhoštěm

Tel.: 731 141 801
e-mail: info@frenstat.charita.cz
Web: www.frenstat.charita.cz