



Vážení čtenáři,

v posledních měsících jsem měla krásnou příležitost se opět osobně potkat s lidmi, kteří spolupracují s naší organizací ať už v pozici dobrovolníka docházejícího pravidelně za klienty na konkrétní charitní středisko, anebo rovněž v dlouholeté roli koordinátora Tříkrálové sbírky v jednotlivých regionech Těšínského Slezska.

Setkání byla velmi srdečná a pozitivní. Je pro nás dojemné pocítit velkou podporu našim potřebám, slyšet, jak v charitní práci vnímají obrovský smysl pro společnost, která je v poslední době zmítána mnohými nejistotami a také jak mají osobní radost z konkrétní pomoci slabším, osamělým a dalším osobám v sociální nouzi.

Více o našich setkáních a činnostech si přečtete dále v Trubači. Z celého srdce bych úvodem chtěla poděkovat všem spolupracovníkům, dobrovolníkům a také „velkým a malým“ koledníkům Tříkrálové sbírky, kteří nám opět pomohli s úsměvem vykročit do výzev roku 2024. S vděčností a pokorou se ohlížím za skutky víry osob, které budují silnou a stabilní síť zdravotních a sociálních služeb. Stabilitu však nehledáme v nepřítomnosti obtíží a krizí, ale v lidech, kteří spolu tvoří pevné vztahy.

S Boží pomocí budeme i nadále každý den tvořit maximum možného.

Ing. Monika Klimková
ředitelka organizace

„Držme se neochvějně naděje,
kterou vyznáváme - vždyť Ten,
který dal zaslíbení, je věrný.“

Bible, Židům 10, 23

Přejeme Vám pokojné prožití
velikonočních svátků.

Zaměstnanci Charity Český Těšín

REVITALIZACE ZAHRADY

Díky programu „Vy rozhodujete, my pomáháme“ a podpoře Nadačního fondu Tesco se připravujeme na úpravu zahrady Charitního domu pokojného stáří. Děkujeme za podporu!



NROCS
Nadace rozvoje občanské společnosti

S NÁMI MŮŽETE ŽŮSTAT DOMA

To je název projektu, který realizuje naše Charitní asistence a Charitní pečovatelská služba. V rámci tohoto projektu proběhnou dvě školení pro zaměstnance těchto služeb. Věříme, že realizací projektu dosáhneme zkvalitnění našich služeb a budeme tak moci nadále pomáhat klientům v jejich domácím prostředí. Děkujeme.

Nadace
EP Corporate Group

PODPORA CHARITNÍHO BAZÁRKU

Děkujeme Nadaci 3WFoundation za finanční podporu provozu Charitního bazárku.



MDŽ v našich službách

V mnoha zemích světa se den 8. března pojí s oslavou Mezinárodního dne žen. Ani my jsme nezapomněli na naše klienty, ženám jsme přáli napříč službami – v Charitním centru pro seniory, Charitním domě pro seniory v Hnojníku, Charitním domě pokojného stáří v Českém Těšíně nebo také v Charitním domě pro matky v tísni. Pro ženy si naši zaměstnanci připravili drobné dárky a také program.



Velikonoční výstava v Hnojníku

Dne 14.3.2024 proběhla v Charitním domě pro seniory v Hnojníku Velikonoční výstava. Výrobky si připravili naši klienti ze služeb prevence, z obou domovů a také klienti Charitního centra pro seniory. Celý den výstavu provázela příjemná atmosféra prolutá jarem za vůně květů a čerstvě pečených beránků. Děkujeme všem návštěvníkům, a také zaměstnancům a klientům, kteří se podíleli na přípravách výstavy. Budeme se těšit opět příští rok.



Duchovní obnova 8. 3. 2024

Dne 8. 3. 2024 se v našem Charitním domě pro seniory v Hnojníku uskutečnila Duchovní obnova na téma: Spravedlnost a milosrdenství, která byla zahájena mší svatou.

Obnovou nás duchovně provedl Mons. Mgr. Rudolf Sikora, který po mši vedl zajímavou debatu na téma spravedlnost, během které zdůraznil, jak je důležité odpouštět a říkat pravdu, která by měla být sdělována citlivě s ohledem na zachování důstojnosti lidí.

Dále jsme se společně mimo jiné věnovali tomu, co pro nás znamená období půstu, během něhož nemusí jít jenom o odepření jídla, ale také zřeknutí se čehokoliv, co je v životě postradatelné či nadbytečné. Půst neboli postní doba je obdobím přípravy na Velikonoce, začíná popeleční středou a trvá 40 dní.

Jelikož se duchovní obnova konala 8. 3., kdy zároveň slavíme Mezinárodní den žen, věnovali jsme všem zúčastněným ženám malou drobnost, a to kytičku a čokoládovou pralinku.

Velké poděkování patří především Otci Sikorovi a také všem, kteří se podíleli na organizaci Duchovní obnovy a přípravě posezení a pohoštění, a přispěli tak k vytvoření příjemné atmosféry celého dopoledne.



Karneval v Majáku

Během jarních prázdnin si pracovníci charitního střediska „Maják“ připravili pro své klienty pestrý program plný karnevalového veselí.

Klienti se v prázdninovém týdnu věnovali tvorbě vlastních masek, kostýmů a rekvizit. Vrcholem celého týdne byl páteční karneval. Oceněny byly ty nejoriginálnější masky a nejlepší nápady na kostýmy.



DĚKUJEME FINIDRU

Společnosti Finidr, s.r.o. děkujeme za finanční podporu díky níž vznikla příčka v budově Charitního rodinného centra (Hrabinská 458/33, Český Těšín). Takto vznikly dvě oddělené místnosti, kde mohou být naše služby poskytovány v naprosté anonymitě a soukromí.



TISKÁRNA · DRUCKEREI · IMPRIMERIE · PRINTING HOUSE



ČSOB POMÁHÁ REGIONŮM. A TAKÉ NAŠÍ CHARITĚ.

Díky štědrým finančním darům z řad veřejnosti byl náš projekt „Podpořte srdce seniorů“ podpořen také darem od společnosti ČSOB. Za finanční příspěvky jsme zakoupili přístroj EKG pro klienty Charitního domu pokojného stáří. EKG slouží pro preventivní účely, klienti kvůli tomuto vyšetření tak nemusí do ordinace lékaře. Přístroj však může být použit i při náhlých zdravotních obtížích. Děkujeme všem za podporu.



ŠKOLA SMYKU

V rámci programu Neziskovky 2023, Nadace ČEZ, absolvovaly zaměstnankyně našich terénních sociálních služeb tzv. „školu smyku“, tj. kurz bezpečné jízdy – Centrum bezpečné jízdy, Steel Ring, Třinec. Tato zkušenost nás příjemně překvapila a připravila na situace, co vše se může při jízdě automobilem stát a čeho se vyvarovat.



SVĚTLO ZNAMENÁ NADĚJI. PROTO JE ZDE KOMETA I MAJÁK

Nadační fond Albert podpořil náš projekt v programu Bertík pomáhá 2024 a nyní se těšíme na realizaci vzdělávání pro zaměstnance našich dvou nízkoprahových zařízení v Českém Těšíně a Karviné.



Výroční setkání zaměstnanců

Ve dnech 10. a 17. dubna 2024 se uskuteční pravidelné setkání zaměstnanců Charity Český Těšín. Jako vždy proběhne zhodnocení uplynulého období ve všech sekcích a ocenění zaměstnanců s pracovním výročím. Zpestřením letošního programu bude možnost vyzkoušet si edukační pomůcky, jako jsou brýle simulující účinky návykových látek či gerontooblek, ve kterém se seznámí s pocity při pohybu seniorů. K dispozici budou také tréninkové figuríny sloužící k nácviku srdeční masáže, Heimlichova manévru, manipulace s osobami s omezenou pohyblivostí, aj. Sekce pobytových služeb představí terapeutické pomůcky, které zpříjemňují pobyt seniorům v našich domovech. Výroční setkání proběhne v prostorech Sboru Církve bratrské v Českém Těšíně na ul. Studentské, tzv. Studna. Těšíme se na setkání se všemi kolegy!

Novoroční oběd s dobrovolníky



Dne 15. 2. 2024 se v restauraci Ristorante da Capo konal již tradiční novoroční oběd s dobrovolníky, kterého se zúčastnila také paní ředitelka Ing. Monika Klimková a otec Mons. Jan Svoboda z českotěšínské farnosti.

Během příjemně stráveného odpoledne jsme společně zavzpomínali na rok 2023, který byl v oblasti dobrovolnictví poměrně pestrý. Např. jsme, na přání dobrovolníků, uspořádali besedu na téma „Paliativní péče“, zapojili jsme se do prvního ročníku projektu „Dny dobrovolnictví 2023“ pod záštitou Regionálního dobrovolnického centra MSK, organizovali jsme charitní piknik a oslavy 30 let od založení Charity Český Těšín, kterých i naši dobrovolníci byli součástí.

Hlavním smyslem této akce je ale především vyjádření našeho obrovského poděkování za osobní přínos každého dobrovolníka, ať už ve formě věnovaného času, sdílení vědomostí a dovedností, projevu laskavosti, empatie, předání pozitivní energie či prostého potěšení milým úsměvem. Doufejme, že naši dobrovolníci odcházeli z tohoto setkání, stejně jako my, pozitivně naladěni, plni hřejivého pohlázení na duši.

Jarní sbírka potravin

Letos se bude jarní potravinová sbírka konat 13. dubna od 8-18h. Dobrovolníci Charity Český Těšín budou jako každoročně odebírat potraviny a drogerii v hypermarketu Tesco v Českém Těšíně. Proč se potravinových sbírek zúčastňujeme? Je to jedinečná příležitost jak získat kvalitní potraviny a drogistické výrobky pro naše klienty! Klientům služby Přímé hmotné pomoci poskytujeme trvanlivé potraviny a drogerii na základě vypsání doporučení, které vypisuje sociální pracovník sociálního odboru MÚ Český Těšín, OSPODu, Úřadu práce nebo různých sociálních služeb organizací, které působí na území města Český Těšín. Klienty tak můžeme podpořit v jejich často nelehké životní situaci – jsou to samoživitelé, rodiny s dětmi, ale také jednotlivci. Pojdme také pomoci nákupem aktuálně nejvíce chybějícího zboží! Klienti budou vděční za rýži, olej, masové a rybí konzervy, paštiky, instantní potraviny, cukr, čaj, hotovky, cereálie, rajský protlak, sladkosti a také za prací prášky a gely, toaletní papír, vlhčené ubrousky pro děti, úklidové čisticí prostředky, dětskou kosmetiku včetně zubních kartáčků a past, sprchových gelů a šamponů. Naše dobrovolníky poznáte podle zelených zástěr a budou stát za pokladnami hypermarketu.

Těšíme se na Vás, štědré dárcel!

Děkujeme!

**SBÍRKA
POTRAVIN**

Charita v digitálním světě

V rámci výzvy Active Citizens Fund realizuje naše Charita systematické interní vzdělávání na posílení digitálních kompetencí. V rámci projektu jsme navázali spolupráci se společností Digiskills a naplánovali ucelený systém vzdělávání, kterého se zúčastnily všechny služby, a to konkrétně vedoucí zaměstnanci, sociální pracovníci a další klíčoví zaměstnanci. Dohromady se do projektu zapojilo 45 zaměstnanců.

V rámci projektu se nám podařilo digitalizovat určité vnitroorganizační procesy. Díky tomu jsme zefektivnili některé pracovní postupy, posílili spolupráci mezi pracovními týmy a službami, zefektivnili komunikační procesy a především proces předávání informací a vnitřní komunikaci.

Naši zaměstnanci se zúčastnili celé řady školení v používání digitálních nástrojů. Školení byla zaměřena především na cloudová úložiště, MS Teams a Outlook. Školení byla doplněna o webinář a workshopy.

Děkujeme za podporu!

**Měníme společnost.
S odvahou.**

Isleland
Liechtenstein
Norway

Active
citizens fund

Nadace OSF

VČV
VÝSKLADKOVÝ
CENTRUM

REANIMACE
PŘÍRODY

Uklidme svět

Naše služby se zapojily do výzvy Uklidme svět. Vzniklo tak celkem pět skupin zaměstnanců a klientů, kteří ve svém volném čase uklízeli v Českém Těšíně a Těrlicku. Děkujeme všem zúčastněným za jejich účast a budeme se opět těšit příští rok!



VELIKONOČNÍ OBCHŮDKY S ALBERTEM

I letos jsme se zapojili do Velikonočních obchůdků s Albertem. Tentokrát si pro Vás připravili velikonoční dekorace klienti z našich nízkoprahových zařízení. Děkujeme všem, kdo nás podpořili nákupem v hypermarketech Albert v Českém Těšíně a Karviné. Z utržených peněz zakoupí pro své klienty karvinská Kometa sportovní náčiní a těšínský Maják vybavení na badminton. Děkujeme také klientům, kteří výrobky vytvořili a prodávali. A už nyní se těšíme na příští obchůdky.



Dobrovolnictví v Charitě Český Těšín

Následující rozhovory Vám přiblíží dobrovolnictví v naší organizaci ze dvou různých perspektiv, první je z pohledu Mgr. Lenky Zahradníkové, vedoucí sekce pobytových a ambulantních služeb pro seniory, druhý z pohledu Ing. Kateřiny Dudové, personalistky a koordinátorky dobrovolníků.

- **Lenko, do Vaší sekce dochází nejvíce dobrovolníků. Co vše mohou u vás dělat, čím můžou být prospěšní?**

Jako vedoucí pobytových a ambulantních služeb pro seniory zajišťuji provoz tří středisek – Charitního domu pro seniory v Hnojníku, Charitního domu pokojného stáří v Českém Těšíně a Charitního centra pro seniory. Na všech střediscích působí dobrovolníci a jsme za to nesmírně rádi. V běžném provozu a zajištění péče o seniory někdy nezbyvá čas na běžné popovídání, sdílení radostí i starostí – a s tím nám pomáhají dobrovolníci. Někteří pomáhají s organizací volnočasových aktivit, někteří si s klienty povídají, předčítají, doprovázejí... Prospěšný je dobrovolník už tím, že nabídne svůj čas a dobré srdce lidem, kteří to potřebují, bez nároku na finanční odměnu.

- **Jak vnímají zaměstnanci dobrovolníky?**

Zaměstnanci vnímají dobrovolníky jako přirozenou a velmi pozitivní součást služby, ve které pracují. Vycházejí jim vstříc a přizpůsobují i denní harmonogram služby tak, aby vycházel vstříc možnostem dobrovolníka.

- **Kdybych byla dobrovolník a docházela do Vaší služby, jak bude probíhat moje první návštěva?**

Nadšeně Vás přivítá vedoucí služby spolu s mentorem dobrovolníků, který působí na obou domovech. Poté Vás provedeme celým střediskem se stručným výkladem jak historie, tak současného pohledu na službu. Záleží, zda chce dobrovolník navštěvovat konkrétního klienta, nebo se chce zapojit do společných aktivit, podle jeho rozhodnutí s ním dále spolupracujeme. Nejméně dvakrát ročně je pak setkání s dobrovolníky na středisku, kde si vzájemně vyměníme zkušenosti, radosti a nářky a naplánujeme další spolupráci. Všechna setkání jsou velmi příjemná a milá, někdy slova díků nestačí.

- **Kateřino, jaké máte zkušenosti s dobrovolnictvím v naší organizaci?**

Být koordinátorem dobrovolnictví je vlastně celkem výzva, ale také dobrodružství. Máte možnost poznat pestrou škálu lidí, kteří přicházejí s různými podněty a motivací k dobrovolnictví. Je zde obrovský potenciál, který se snažíme společně odkrýt. Naše organizace poskytuje řadu služeb, proto je důležité zjistit, jaké aktivity dobrovolníka naplňují a s jakou cílovou skupinou se mu dobře pracuje. Na téhle pozici Vás neustále někdo překvapuje, odehrávají se kolem Vás úžasné příběhy, a přitom stačí tak málo – úsměv, příjemný rozhovor, podržení za ruku nebo třeba sdílení daného okamžiku, kdy máme možnost tomu druhému ukázat, že na něm také záleží.

- **Máte systém práce s dobrovolníky?**

O rozvoj dobrovolnictví se v naší organizaci snažíme zejména propagací a usilovnou péčí o dobrovolníky. Pořádáme pro ně různé akce, společenské, vzdělávací, podpůrné. V každém zařízení máme mentora dobrovolníků, ten je s dobrovolníkem v kontaktu a může se na něho kdykoliv obrátit, pokud potřebuje s něčím poradit, domluvit se na nějaké změně nebo potřebuje informace. Účastníme se odborných kolegií, zapojujeme se do projektů podporujících dobrovolnictví a tak získáváme informace a zkušenosti, aby dobrovolnická činnost byla pro všechny opravdu radost.

- **Co musím udělat a co mne čeká, když se rozhodnu stát dobrovolníkem ve Vaší charitě?**

Když se vydáte na cestu dobrovolnictví, čeká Vás úžasná cesta nevšedních zážitků. Ale nejedná se pouze o to, co děláte pro druhé. Máte především možnost poznat sami sebe z úplně jiné perspektivy. Stáváte se někým důležitým pro dosud úplně cizího člověka. Je to dar, se kterým se musíte naučit pracovat, ale který Vám dodává energii a motivaci k dalším aktivitám. Každopádně u nás najdete spoustu příležitostí, jak můžete rozvíjet sebe jako osobnost, tak také své dovednosti. Neváhejte se obrátit na naši koordinátorku, pomůže Vám najít tu správnou cestu dobrovolnictví v naší organizaci. Ze začátku Vás také čeká pár formalit – sepsání smlouvy a školení bezpečnosti práce. A můžete začít. Minulý měsíc jsem předala funkci kolegyni, paní Danutě Juroszek. Věřím, že i jí bude práce s dobrovolníky naplňovat.

Průkazy pro osoby se zdravotním postižením

Trpíte-li dlouhodobým onemocněním nebo máte zdravotní postižení, které podstatně omezuje Vaši pohyblivost (chůzi) nebo orientaci či o někoho takového pečujete? Můžete mít při splnění určitých podmínek nárok na průkaz pro osoby se zdravotním postižením (dále jen „OZP“). Nevyznáte se v tom, jaké jsou průkazy OZP, jaké jsou jejich výhody a jak o ně vůbec zažádat? V tom případě by vám následující řádky mohly být přínosem.

Na průkaz OZP má nárok osoba starší 1 roku s tělesným, duševním či smyslovým postižením dlouhodobého charakteru, které zásadně ovlivňuje pohyblivost či orientaci daného jedince. Za dlouhodobé onemocnění se považuje takové onemocnění, které dle poznatků lékařské vědy má trvat déle než 1 rok.

Podat žádost můžete elektronicky na portálu www.mpsv.cz či osobně na Úřadu práce v místě svého bydliště prostřednictvím formuláře Žádost o přiznání průkazu osoby se zdravotním postižením.

Zákon rozlišuje tři stupně funkčního postižení pohyblivosti nebo orientace a podle toho i průkazy: TP, ZTP, ZTP/P. Pro rychlejší orientaci v problematice jsme vytvořili přehled, který naleznete na pravé straně tohoto článku. Držitelé průkazu ZTP a ZTP/P mají rovněž nárok na příspěvek na mobilitu, pokud v jednom měsíci opakovaně cestují. Bližší informace Vám rádi poskytneme také v Charitní poradně pro seniory a pečující.

Charitní poradna pro seniory a pečující funguje na principech bezplatnosti a anonymity. Ke klientům je přístupováno individuálně a jejich situace je vždy řešena diskrétně. V případě zájmu volejte na tel. +420 603 287 231 nebo nás kontaktujte prostřednictvím e-mailu:

jana.turonova@ceskytesin.charita.cz

PRŮKAZ OZP – TP, ZTP, ZTP/P

Průkaz TP:

- Držitel má vyhrazené místo k sezení ve veřejných dopravních prostředcích
- Držitel má přednost při osobním projednávání záležitostí, vyžaduje-li jednání delší čekání, zejména stání

Průkaz ZTP:

- držitel má vyhrazené místo k sezení ve veřejných dopravních prostředcích
- držitel může bezplatně využívat místní veřejnou hromadnou dopravu
- držitel má 75% slevu na jízdné ve vlakové a autobusové vnitrostátní dopravě
- držitel má přednost při osobním projednávání záležitostí, vyžaduje-li jednání delší čekání, zejména stání
- držitel má právo na parkovací průkaz OZP (vyřizuje sociální odbor obce nebo městské části)

Průkaz ZTP/P:

- držitel má vyhrazené místo k sezení ve veřejných dopravních prostředcích
- držitel a jeho průvodce/vodící pes mohou bezplatně využívat místní veřejnou hromadnou dopravu
- držitel a jeho vodící pes mohou bezplatně využít vlakovou a autobusovou vnitrostátní dopravu
- držitel má přednost při osobním projednávání záležitostí, vyžaduje-li jednání delší čekání, zejména stání
- držitel má právo na parkovací průkaz OZP (vyřizuje sociální odbor obce nebo městské části)



Příběh klienta

Paní Kamila je aktivní optimistická seniorka. I v jejím životě nastalo období, kdy zůstala osamělá, vnoučata odrostla a zbytek rodiny žije v Čechách. Ztrácela sociální vazby, přestala být aktivní a uzavírala se do sebe. Rodina jí doporučila navštívit Charitní centrum pro seniory. Tam se paní Kamile zalíbilo. A stala se klientkou. Pravidelně docházela do Centra. Líbilo se jí hlavně to, že je ve společnosti lidí, vybírala si z různých zájmových aktivit, výletů, setkání a jako věřícímu člověku jí Charita nabídla i duchovní náplň. Po pár měsících zase našla radost ze života, získala nové přátele a teď spolupracuje s Charitou jako dobrovolnice. Dochází do Domova pokojného stáří a povídá si nebo zpívá s klienty domova. Jak sama říká: „ Každý den si uvědomuji, že mám to štěstí být soběstačná, a to nejmenší co mohu udělat je zpříjemnit klientům v domově den. Jsem moc ráda, že mne rodiče nutili hře na hudební nástroj. Hudba dělá lidi šťastnější. Pro nás všední věci jako procházka nebo klidný rozhovor u šálku čaje je pro některé jedna z radostí celého dne. S některými už se dobře známe a na každé setkání se těšíme. Dobrovolnictví mi dalo hodně radosti.“



DĚKUJEME ZA PODPORU Tříkrálové spírky 2024



1 528 233 Kč