

V mostu pomáhají dětem i rodinám po ztrátě blízkého

Mgr. Jakub Kozák a MUDr. Olga Brázdilová představují novou službu most v Poličce. V té podporují děti i jejich rodiny, které prochází ztrátou blízkého člověka.

?? Můžete nám krátce představit most svými slovy?

Olga Brázdilová (OB): Pro mě je most příležitost pro člověka, který se setkal se ztrátou svého blízkého. Vlivem různých současných nebo minulých událostí může potřebovat pomoc, aby i přesto dokázal žít dál život, který mu bude dávat – jako celek – smysl.

?? Nová služba most je tedy nejen pro děti, ale i pro dospělé?

Jakub Kozák (JK): Ano. I oni jsou vázaní k dětem, o které se starají nebo s nimi žijí v domácnosti. A nabízíme naši službu i dospělým pečujícím, kteří se starají o někoho blízkého v rámci Domáčího hospice sv. Michaela, i ti mohou využít podpory v čase truchlení.

?? Může k vám přijít člověk i po letech? Pomáháte i dětem, které už nejsou dětmi a zažily tragickou událost jako malí?

JK: Určitě. Pokud se stane ztráta blízkého člověka, zvláště pokud je to rodič, ať už je to v předškolním nebo mladším školním věku nebo v dospívání, tak pro nás se jedná vždy o zranitelnější období, než když je to ztráta, která proběhne v dospělém věku.

Máme možnosti, abychom dokázali ošetřit lidi, i když se na nás obrátí až jako dospělí.



? V nové službě most poličské Charity pomáhají terapeuti Mgr. Jakub Kozák a MUDr. Olga Brázdilová dětem, které přišly o blízkého člověka v rodině. Foto: archiv Oblastní charity Polička

?? Nacházíme se v prostorách mostu, kde jsou konzultovny, kanceláře, zahrada. Kromě útulného prostředí vidím na koberci podložku a upravený koutek. Jak s dětmi pracujete?

JK: Nevyhýbáme se ani tomu, že přijde dítě zralé na to, že sedí a povídá o svém životním příběhu. Ale počítáme převážně s tím, že když přijdou děti, tak jim nabídneme prostor jinak. Koutek je připravený tak, abychom mohli pracovat s různými materiály, s hmotou, která třeba barví, nebo s pískem. Nebo to může být i prosté vystřihování, skládání a lepení papíru do tvarů. Technik je celá řada.

Pro mě je podstatné se naladit na to, jaký způsob vyjadřování je pro dítě nejpřirozenější, nejkomfortnější. Pro některé bude

příjemné povídat o svém zážitku v přírodě a pomocí přírodních materiálů. Naopak budou i děti, které se potřebují schovat do domečku, vytvořit bunkr, ve kterém budeme rozvíjet příběh, co prožívá. Podobně je to v terapeutickém pískovišti. Dítě si může třeba přinést i svou oblíbenou knihu, komiksy, a tam budeme hledat příběh, který vypovídá o tom, co cítí.

OB: U dětí je významná moc příběhu. Důležité je navázat vztah, ve kterém bude mít dítě pocit bezpečí. Dá se to říct i naopak – v mostu vytváříme a chráníme bezpečný prostor, který umožní komunikaci s dětmi. Dítě potřebuje sdělit, co prožívá, co umí, pokud je mu dobře, potřebuje i objevovat. Tady v mostu se na rozdíl od škol nehodnotí,

neposuzuje, nesrovnává. Po prvotním seznámení může být pro dítě (i pro dospělého) snazší prožívat ztrátu a povídat si s někým, kdo není rodinný příslušník. Kdo si spolu s nimi pokládá otázky a hledá odpovědi.

JK: Ano, příběh je podstatná část. Naprosto konkrétní technika, kterou při práci s příběhem dítěte i dospělého pracujeme, je využití obrazů. Nabízíme sady karet, ze kterých sestavují děti nebo i dospělí různé kompozice.

77 Most poskytuje i metodickou podporu učitelům, lektorům, odborníkům, kteří pracují s kolektivem dětí s čerstvou zkušeností ztráty.

JK: Už se ozývají učitelé, kteří řeší aktuální situaci ve škole, kde je dítě, které o někoho přišlo. Můžeme pedagogům poradit, jak s dětmi mluvit, ale nebráníme se ani tomu, že ve chvíli, kdy je to žádoucí pro školu a rodina souhlasí, můžeme do školy jít a přímo tam situaci ošetřit. Víme, že pedagogové předávají informaci, že rodiče mohou najít v mostu podporu. Je to jeden ze základních kroků – že pedagog má kam odkázat. Řada rodičů v budoucnu přijde k nám na jednu návštěvu, poradí se, mají možnost zavolat si s odstupem času. Už jen ta návaznost – že rodiče ví, kam se obrátit – je důležitá.

77 Jak sdělit dítěti náhlou a tragickou ztrátu?

JK: Důležité je, aby byli schopni u sdělení být blízcí. Ne vždycky dokážeme být jako rodiče tak silní a sdělovat něco, s přijetím čeho sami bojujeme. Pak je dobré si najít klidný prostor, čas. Dítě rychle vycítí vážnost situace. Je dobré zvolit krátké a přímé sdělení. Třeba „*Potřebuju ti něco důležitého říct, není to pro mě lehký, chvíli mě teď dobře poslouchej...*“ Být dítěti dostatečně dlouho k dispozici. Buď se přivine a chce obejmout, anebo může být reakce zdrženlivá, v obraně, a tomu je také potřeba dát prostor.

Dítě může mít i prudší reakci, pak je dobré mít po ruce odborníka, který na situaci dokáže reagovat. Ve chvíli, kdy se rodič necítí na to, že by průběh sdělení zvládl sám, tak je fajn mít k ruce někoho, kdo jej podpoří a dokáže s dítětem zůstat – kamarád, příbuzný. V takové chvíli může rodič kontaktovat most.

Tereza Stržiteská)

Kontakt

Kontaktujte nás telefonicky na čísle **739 207 035**
(pondělí 10–15 hod., úterý 8–14 hod., čtvrtek 8–12 hod.)
nebo na e-mailu **most@pol.hk.caritas.cz**

Služba je bezplatná.

Více také na **www.policka.charita.cz**



Terapeutické pískoviště pro děti, kterým pomáhají v poličském mostu. Foto: archiv Oblastní charity Polička

(KALENDÁŘ AKCÍ

Polička

Semínka dobrodětí

■ **12. 4. od 17 hod., Centrum Bohuslava Martinů (Tylova 114).** Promítání dokumentu „Autismus jako dar“ a beseda s jeho hlavními hrdiny Barborou, Ernestem a Ángelem Chuecos. Film líčí vztahy mezi chlapcem s autismem, jeho rodiči a dobrovolníky. Co si navzájem dávají a je dobrovolnictví cestou ke štěstí?

Potkáme se s hlavními hrdiny, popovídáme si o možnostech dobrovolnictví v Poličce a okolí a seznámíme se s lidmi z centra Podané srdce.

Pořádá charitní Dobrovolnické centrum, Podané srdce, Kavárna Palačinka a Autismus jako dar. Více na www.policka.charita.cz.

Hradec Králové

Výstava Štafeta dobra a naděje

■ **18. 3. – 12. 4., Kampus Univerzity Karlovy (Zbořovská 2089, vestibul).** Poznejte příběhy indických dětí zapojených do projektu Adopce na dálku® hradecké Diecézní charity.

Více na www.adopce.hk.caritas.cz.

(AKTUALITY)**Vrchní sestra hospice převzala z rukou první dámy významné ocenění**

Červený Kostelec: Paní Iva Valerová, vrchní sestra Mobilního hospice Anežky České v Červeném Kostelci, se stala historicky první laureátkou Ceny Cicely Saunders za příkladnou a inspirativní péči o pacienty v závěru jejich života. Ocenění převzala ve středu 21. února v Praze z rukou první dámy Evy Pavlové na konferenci „Sestry v paliativní péči“ pořádané Centrem paliativní péče.

„Je to dobře, protože odvádíme nezanedbatelný kus práce a moc děkuji, že i o sestrách bude víc slyšet, protože si myslím, že si to opravdu zasloužíme,“ pronesla při přebírání ceny Iva Valerová a doplnila, *„kdybych neměla skvělé kolegyně a kolegy, tak bych tu dnes nestála, protože ta práce není práce jednotlivce, ale celého týmu. Moc děkuji, mám z toho opravdu radost.“*

Iva Valerová, která má za sebou zkušenosti z interního a chirurgického oddělení nemocnice v Náchodě, nastoupila na pozici vrchní sestry v Charitě v roce 2008. Začátky byly složité, jak sama Iva Valerová vzpomíná: *„K pacientům jsme jezdili autobusem, nebo služebními Trabantem. Lékařům jsem volala z telefonní budky. Léky jsem nosila v batohu na zádech, a když jsem potřebovala lékaře domů za pacientem, tak jsem ho naložila do Trabanta a vyrazili jsme na návštěvy.“*

Po dvou letech příprav byl v roce 2010 založen Mobilní hospic Anežky České a Iva Valerová zůstává na pozici vrchní sestry dodnes. Nejen, že položila základy služby, ale své zkušenosti v průběhu let ochotně předávala dalším kolegům a kolegyním z oboru. Více na www.ochck.cz.

Michal Klemm)



(Gratulujeme paní Ivě Valérové k významnému ocenění a děkujeme za obětavou službu v Charitě! Foto: OCH Červený Kostelec



(Slavnostní otevření Noclehárny pro ženy v Kutné Hoře; na snímku P. Pavel Tobek, ředitelka VDV Mgr. Monika Granja, vedoucí Střediska Atrium Mgr. Slávka Kunášková a ředitel OCH Kutná Hora RNDr. Robert Otruba. Foto: Výbor dobré vůle Nadace Olgy Havlové (VDV)

Novou noclehárnu pro ženy v nouzi otevřela kutnohorská Charita

Kutná Hora: Bezpečné přenocování v důstojných podmínkách poskytuje ženám v nouzi nová noclehárna, kterou v pátek 16. února otevřela Oblastní charita Kutná Hora ve Středisku Atrium v městské části Sedlec. K dispozici je malý byt se třemi lůžky a sociálním zařízením, který vznikl v areálu bývalé cihelny. Slavnostního zahájení se zúčastnili zástupci kutnohorských farností, hradecké Diecézní charity, města Kutné Hory a veřejné správy, sponzoři i jednotliví dárci. Prostorům a službám poželhal P. Pavel Tobek.

„Až dosud jsme mohli poskytovat sociální službu noclehárny pouze mužům. Od pondělí již oficiálně také ženám, které se ocitnou v nouzi a bez přístřeší. Službu poskytujeme lidem z Kutné Hory nebo lidem dlouhodobě zde žijícím,“ říká Slávka Kunášková. Ředitel kutnohorské Charity Robert Otruba poděkoval všem sponzorům, kteří přispěli na rekonstrukci prostor. Farnost Kutná Hora Sedlec věnovala dar a výtěžek z Jarní rovnodennosti. Arciděkanství Kutná Hora přispělo darem a výnosem z vánoční sbírky v kostele sv. Jakuba a chrámu sv. Barbory. Noclehárnu podpořily také Výbor dobré vůle – Nadace Olgy Havlové a Sbor církve bratrské. Studenti Církevního gymnázia přispěli ženám na střechu nad hlavou prodejem školního časopisu. Výtěžek z benefice absolventů americké univerzity Yale Alumni Chorus a Smíšeného pěveckého sboru Smetana putoval též na rekonstrukci. Vzájemná spolupráce vyvrcholila darem Nadace Yale Alumni Chorus.

„Vážíme si každého dárce, který nám na novou noclehárnu přispěl. Dary nám pomohly ve financování rekonstrukce prostor. Některé naše snahy o získání finančních prostředků nám také nevyšly. Snažíme se proto dál,“ hodnotí Robert Otruba. Na podporu Noclehárny pro ženy se uskutečnil ještě benefiční koncert „Od Mendelssohna až k americkým spirituálům“ v chrámu sv. Barbory symbolicky na MDŽ. Více na www.kh.charita.cz.

Marcela Mommersová)

Křesťanský bál podpořil projekt lůžkového hospice

Hradec Králové: V sobotu 20. ledna se v hradeckém Adalbertinu konal obnovený Křesťanský bál. Podařilo se tím navázat na tradici plesů přerušenu v minulých letech covidovými restrikcemi a stejně jako v uplynulých ročnících i letos měla tato událost kromě ekumenického rozměru také poslání benefiční. Záštitu se ujala Oblastní charita Hradec Králové ve spolupráci se společenstvím od kostela Nanebevzetí Panny Marie a na její projekt lůžkového hospice přispěli účastníci bálu celkovou částkou 41 068 Kč.

Už zájem o listky na letošní Křesťanský bál naznačoval, že jeho opětovné uspořádání bylo dobrým rozhodnutím. K tanci, poslechu a dobré náladě hrála ve Velkém sále kapela Lucky band a o prostor na tanečním parketu byl po celý večer velký zájem. O předtančení se postaral stepařský soubor Fidgety Feet manželů Hejnových. Program v Malém sále byl ve stylu DJ party a přišli si sem zatančit jak mladí, tak ti, kteří chtěli prostrádat „klasiku“.

Na benefiční účely byl věnován příjem z prodeje občerstvení a dále bylo možné na místě přispět do sbírkové kasičky nebo pomocí QR kódu na účet Oblastní charity Hradec Králové. Všem, kteří se už nyní těší na příští Křesťanský bál, vzkazují organizátoři jeho předběžný termín, a to 18. ledna 2025. Více také na www.charitahk.cz.

Alois Neruda)



Letošní Křesťanský bál podpořil projekt lůžkového hospice ve Stěžerách, který připravuje Oblastní charita Hradec Králové. Děkuje-me! Foto: Alois Neruda



Gratuluje našim mladým dobrovolnicím k ocenění DofE, všechny zvládly splnit své osobní cíle a výzvy, i ty dobrovolnické! Foto: Královéhradecký kraj

Pět našich Dofaček získalo ocenění na krajské ceremonii

Hradec Králové: Už druhým rokem Dobrovolnické centrum Diecézní charity Hradec Králové nabízí také mezinárodní program DofE, který dává mladým lidem příležitost se rozvíjet. Máme velkou radost, že pět našich Dofaček bylo v pátek 9. února oceněno na ceremonii v prostorách Královéhradeckého kraje. Gratuluje, všechny zvládly své osobní cíle a výzvy, a také ty dobrovolnické – doučovat cizince a trávit volný čas se seniory!

Krajská ceremonie se nesla v příjemné atmosféře a sešlo se na ní přes 80 aktivních mladých lidí, kteří se nebojí posouvat své hranice. Naše Dofačky se setkaly jednak s koordinátory organizace DofE a také s dalšími aktivními studenty, kteří se do tohoto projektu loni zapojili, splnili úspěšně všechny své cíle a zvládli expedici do přírody. Ocenění byli například i žáci ze středních a základních škol z Hradce Králové nebo Trutnova.

Ceremonii moderovaly mladé Dofačky, které mají program již úspěšně za sebou. Akce měla formální charakter a jasný společenský dresscode, ale zároveň nechyběly ani zajímavé aktivity, jako například DofE Bingo, kde si účastníci měli šanci ještě zavzpomínat a připomenout si, co vše během své inspirativní cesty zažili. Z našeho Dobrovolnického centra si přišly cenu osobně vyzvednout tři Dofačky, které dodávají, že se akce podařila a program DofE všem moc doporučují!

Více o DofE na www.hk.caritas.cz
a Instagramu: [dobrovolnicke_centrum_hk](https://www.instagram.com/dobrovolnicke_centrum_hk))