

Dobrovolnictví je víc jak vysoká škola, je to nová cesta

Skauting, rodinné zázemí, sport a láska k dětem, to vše přivedlo k dobrovolnictví paní Danu Černíkovou z Hradce Králové. Dobrovolničí hned u několika organizací i na sportovních akcích. Odměnou pro ni jsou pokroky u dětí a lidí, kterým pomáhá. Jen v Dobrovolnickém centru Diecézní charity Hradec Králové se zapojila už do všech programů za uplynulých víc jak deset let. Věnovala se dětským pacientům v nemocnici nebo doučovala děti cizinců i jejich rodiče. A protože má ráda nové výzvy, působí teď v centru Salinger pro děti a mládež nebo doprovází lidi s duševním onemocněním v projektu Společně za kulturou.

Každá darovaná hodina má smysl

„Ráda pomáhám, kde je potřeba, a cítím se užitečná. My byli vždycky aktivní, nikdy jsme neseděli doma. Dobrovolnictví mi dává smysl a satisfakci,“ říká s úsměvem energická Dana, která by si mohla v klidu užívat důchodu. Ve svém volném čase ale mimo jiné doučuje znevýhodněné děti, které to mají v životě těžší, pomáhá při akcích pro mládež nebo hlídá děti na workshopech pro pěstounské rodiče. V posledním roce také doprovází klienty s duševním onemocněním na koncerty nebo do divadla.

Umění a dar přirozeně komunikovat s dětmi a lidmi kolem sebe, to je velkou devízou paní Dany v životě i v dobrovolnictví. „Děti miluju a baví mě jim pomáhat. Při učení nebo hře se je snažím motivovat, aby pochopily, že to má smysl. Mám radost, když to dotáhnou na dvojky nebo se dostanou na vyšší školu,“ popisuje dobrovolnice Dana.

A jak to vše paní Dana stihá a kde bere energii? „Musím si čas dobře naplánovat a hlavně se těšit. Když ráno vstanu, jupí, už se těším, co mě ten den všechno čeká,“ reaguje hbitě.

Vstříc novým zkušenostem a zážitkům

Setkání v rámci projektu Společně za kulturou prospívají duševně nemocným a jsou obohacující pro obě strany. „Lidi s duševním onemocněním se jinak bojí sami chodit do společnosti, a přitom mají rádi kulturu,“ vysvětluje paní Dana a pokračuje: „Teď doprovázím klienta na koncerty do filharmonie nebo přednášky o cestování. Je velmi sečtělý, tak si i popovídáme o zajímavých tématech.“



☛ Pomáhat druhým je pro paní Danu životní krédo, v Charitě i dalších organizacích dobrovolničí už sedmáctým rokem. Foto: Jana Karasová

V soukromí má dvojnásobná babička Dana radost z úspěchů svých vnoučat a v nejbližší době se těší na výlety s rodinou nebo přáteli. Mají za sebou však i těžší časy, kdy přišli o blízké. Ale zvládli to i s pomocí hradecké Oblastní charity a tatínek mohl dožít doma, jak si to přál.

I vy můžete měnit životy lidí k lepšímu

A co paní Dana vzkazuje těm, kteří o dobrovolnictví teprve uvažují? Určitě se neváhat zapojit, protože je to výborná škola života a zkušenost. „Dobrovolnictví je víc jak vysoká škola, je to nová cesta. Naučí vás to i pokoře a empatii. Satisfakcí je pak dobrý pocit z toho, že děti dělají pokroky nebo je lidem s duševním onemocněním líp,“ uzavírá paní Dana, pro kterou je pomáhat druhým životní krédo.

Více o dobrovolnictví na www.hk.caritas.cz.

Jana Karasová ☛

(AKTUALITY)**Připojujeme se k Mezinárodnímu roku dobrovolnictví pro udržitelný rozvoj**

Hradec Králové: Dobrovolnické centrum Diecézní charity Hradec Králové se připojuje k celosvětové iniciativě Mezinárodní rok dobrovolnictví pro udržitelný rozvoj – IVY 2026 (International Volunteer Year for Sustainable Development) vyhlášený Organizací spojených národů OSN.

Rok 2026 má připomenout skutečnost, že dobrovolnictví hraje důležitou roli v naplňování cílů udržitelného rozvoje, které byly přijaty OSN v roce 2015 v rámci Agendy 2030. Obsahují cíle od vymýcení chudoby a hladu přes kvalitní vzdělání a rovnost pohlaví, čistou vodu až po řešení klimatických změn. IVY 2026 – Mezinárodní rok dobrovolníků připomíná, že dobrovolnictví přispívá k naplňování globálních cílů tím, že posiluje komunitní angažovanost, podporuje spolupráci a pomáhá tam, kde je potřeba.

Letošní rok tak nabízí jedinečnou příležitost vyzdvihnout práci dobrovolníků, poukázat na význam jejich přínosu a motivovat další lidi k aktivní účasti na budování spravedlivějšího a udržitelnějšího světa. Naši dobrovolníci pomáhají pacientům v nemocnici, seniorům a lidem s duševním onemocněním v programu Gabriel, dětem a mládeži v programu Michael, a také cizincům s češtinou a doučováním do školy v programu Rafael.

Dobrovolníci mění svět k lepšímu! Přidejte se i vy a věnujte pár hodin volného času těm, kteří to potřebují. Více informací o našich dobrovolnických programech a aktivitách najdete na www.hk.caritas.cz a na facebooku: [dobrovolnici.dchhk.cz](https://www.facebook.com/dobrovolnici.dchhk.cz). Děkujeme všem dobrovolníkům za jejich nadšení a ochotu pomáhat.

Kateřina Bednářová)



(Jedenáctý ročník Charitního plesu pardubické Charity podpořil Domácí hospic Andělů strážných. Foto: Kryštof Matula)

Pardubická Charita roztančila parket pro dobrou věc

Pardubice: V sobotu 7. února se Oblastní charita Pardubice už po jedenácté oblékla do slavnostního a roztančila parket. Večer plný hudby, tance, radosti a solidarity se odehrál v prostorách Obecního domu v Ostřešanech a měl krásný cíl – podpořit Domácí hospic Andělů strážných. Velmi si vážíme podpory Nadace Divoké husy, která zdvojnásobí výtěžek z celé akce. Děkujeme všem, kteří přišli, bavili se, přispěli a pomohli vytvořit výjimečnou atmosféru.

Děkujeme našim zaměstnancům, dobrovolníkům a partnerům, bez kterých by se tento večer nemohl uskutečnit. Jsme moc rádi, že pomáháte s námi měnit radost z tance v pomoc těm, kteří to potřebují. Více na www.pardubice.charita.cz.

Una Sauka

Mezinárodní rok dobrovolnictví pro udržitelný rozvoj IVY 2026



PŘIPOJUJEME SE I MY

**Jarní aktivity jičínského Dobrovolnického centra**

Jičín: Dobrovolnické centrum Oblastní charity Jičín vstupuje do jarních měsíců s řadou aktivit, které spojují kreativitu, lidskost a podporu potřebným v našem regionu. V březnu jsme zapojili do projektu Tulipánový měsíc na podporu onkologických pacientů v Oblastní nemocnici Jičín, kde byly za pomoci dobrovolníků předány tulipány jako symbolická forma podpory pacientům i zdravotníkům, kteří o ně s obětavostí pečují.

V dubnu navážeme na milou tradici a opět uspořádáme tvoření práníček u příležitosti Mezinárodního dne dobrovolnictví. Výtvary budou předány dobrovolníky a zdravotníky pacientům LDN v Novém Bydžově.

Další dubnovou událostí je Sběrka potravin, která proběhne v sobotu 25. 4. od 8 do 18 hod. Tradičně budeme v jičínském Kauflandu a Lidlu společnými silami pomáhat naplnit potravinový sklad na pomoc lidem a rodinám v obtížné životní situaci. I malý dar dokáže hodně.

Děkujeme všem dobrovolníkům, podporovatelům a partnerům za jejich čas, energii a dobrou vůli. Bez vás by naše činnost nemohla mít takový dopad. Sledujte nás na webových stránkách www.charitajicin.cz a také na Facebooku – Oblastní charita Jičín a Dobrovolníci – Jičín, kde se dozvíte více.

Renata Novotná)

Volná kapacita v Odlehčovacích službách Červánky

Pardubicko: Oblastní charita Pardubice aktuálně nabízí volné kapacity v Odlehčovacích službách Červánky pro vás či vaše blízké, a to ambulantní formou v Holicích či pobytové v Třebosicích. Cílem těchto služeb je podpořit nejen klienty, ale i jejich rodiny – aby si pečující mohli odpočinout či vyřídit své záležitosti s jistotou, že o jejich blízké je dobře postaráno.

Můžete využít také pomoc naší Poradny pro pečující, která poskytuje bezplatné odborné poradenství všem, kdo se starají o své blízké. Pomůžeme vám zjistit, na jaké dávky máte nárok, kde si půjčit pomůcky nebo jaké služby vám usnadní péči. Kontaktujte Bc. Helenu Málkovou, DiS., tel. 605 146 175, e-mail: hmalkova@charitapardubice.cz.

Charitní půjčovna nabízí také širokou škálu kompenzačních pomůcek, které usnadňují domácí péči. Najdete ji v Pardubicích, tel. 777 756 099, a v Holicích, tel. 777 756 098.

Bližší info na www.pardubice.charita.cz.

Una Sauka)



(Zbrusu nové pobytové Odlehčovací služby Červánky v Holicích nabízí volnou kapacitu. Foto: Oblastní charita Pardubice



(O projektu Domu Panny Marie v Havlíčkově Brodě, kde vznikne nové potřebné zázemí pro charitní služby, a o možnostech jeho podpory se více dozvíte na www.hb.charita.cz; foto: OCH Havlíčkův Brod

Když se pomoc spojí pod jednu střechu: Dům Panny Marie v Havlíčkově Brodě

Havlíčkův Brod: Dům Panny Marie mění podobu sociálních služeb v regionu. V budově bývalé ekonomické školy v Havlíčkově Brodě vzniká moderní centrum, které pod jednu střechu propojí klíčové sociální služby Oblastní charity Havlíčkův Brod a výrazně zlepši dostupnost pomoci rodinám, seniorům i lidem v obtížných životních situacích.

Projekt s názvem „Rekonstrukce budovy pro sociální služby“ (registrační číslo CZ.31.6.0/0.0/0.0/24_140/0011269) představuje významný krok k vytvoření dlouhodobě udržitelného centra, které poskytne pomoc a podporu lidem v nepříznivé životní situaci. Cílem projektu je vybudovat funkční zázemí pro klíčové sociální služby Oblastní charity Havlíčkův Brod a zajistit jejich vyšší dostupnost i kvalitu pro obyvatele regionu.

Osobní asistence bude jednou z hlavních součástí Domu Panny Marie. Tato sociální služba pomáhá lidem, kteří se potýkají s omezenou soběstačností, zvládat každodenní úkony a zůstat co nejdéle ve svém domácím prostředí.

Součástí Domu Panny Marie bude také Odlehčovací služba, která poskytne časově omezenou péči o blízké v jejich domácím prostředí. Tato služba je určena rodinám, které pečují o své nejbližší dlouhodobě a potřebují si krátce odpočinout, aniž by jejich blízký zůstal bez profesionální péče.

Další důležitou službou bude Půjčovna kompenzačních a rehabilitačních pomůcek, která umožní zapůjčení potřebných pomůcek bez potřeby lékařského předpisu. Pomůcky lze využít na krátkou dobu i dlouhodobě, což usnadní péči o nemocné i seniory v domácím prostředí.

Pokračování na následující straně >

KALENDÁŘ AKCÍ

Přibyslav, Lomnice nad Popelkou

Výstavy příběhů z Indie

■ „Štafeta dobra“ – od 9. do 30. 4., radnice, ZŠ a kostel Narození sv. Jana Křtitele v Přibyslavi. Nenechte si ujít také besedu o Indii 9. 4. od 16 hod. na ZŠ Přibyslav.

■ „Štafeta naděje“ – duben až červen, ZŠ T. G. Masaryka v Lomnici nad Popelkou (na plotě před ZŠ).

Poznejte příběhy indických dětí zapojených do projektu Adoptce na dálku® hradecké Diecézní charity. Více na www.adoptce.hk.caritas.cz.

Červený Kostelec

Exercicie P. Anthony Saji

■ 4.–9. 6. v prostorách Kina Luník. Charita a farnost v Červeném Kostelci srdečně zvou na duchovní obnovu pod vedením P. Anthony Saji VC na téma „Vnitřní uzdravení“. Tlumočení zajištěno, lze se zapojit i na vybraný den. Přijďte si odpočinout a načerpat nové síly. Info a registrace na www.charitack.cz.

► Pokračování z předcházející strany

Lidem, kteří potřebují právní nebo sociální poradenství, bude v nových prostorách k dispozici Občanská poradna. Zájemci zde získají pomoc a praktické informace například v oblasti pracovního práva, dluhů, bydlení či sociálních dávek.

Na tento projekt je poskytována finanční podpora Evropské unie z Národního plánu obnovy, díky níž se velký sen Oblastní charity Havlíčkův Brod postupně mění ve skutečnost. Podpora umožňuje nejen samotnou rekonstrukci budovy, ale také vznik stabilního a dlouhodobě udržitelného prostoru, který bude sloužit lidem v potřebě po mnoho dalších let.

Monika Kadlecová)

Objevte kouzlo českých tradic a ukažte svou kreativitu

Hradec Králové: Komunitní centrum Most společně s Dobrovolnickým centrem Diecézní charity Hradec Králové vyhlašuje druhý ročník mezinárodní soutěže, tentokrát na téma „České tradice & svět“. Soutěž je otevřena všem věkovým kategoriím, vítány jsou děti i dospělí. Letos si můžete vybrat ze čtyř forem zpracování – audiovizuální, badatelská, literární nebo výtvarná.

Vyberte si českou tradici, která vás zaujala nebo se o ní chcete dozvědět více, a ztvárněte ji podle své fantazie a vlastního pohledu. Své výtvary můžete posílat do 30. 9. 2026 osobně nebo poštou na adresu: Dobrovolnické centrum Diecézní charity Hradec Králové, Šafaříkova 666/9, 500 02 Hradec Králové (budova YMCA – přízemí). Výsledky mezinárodní soutěže budou vyhlášeny na festivalu Setkání národů v listopadu. Těšíme se na vaše originální práce. Blíže informace o soutěži najdete na našem webu www.hk.caritas.cz.

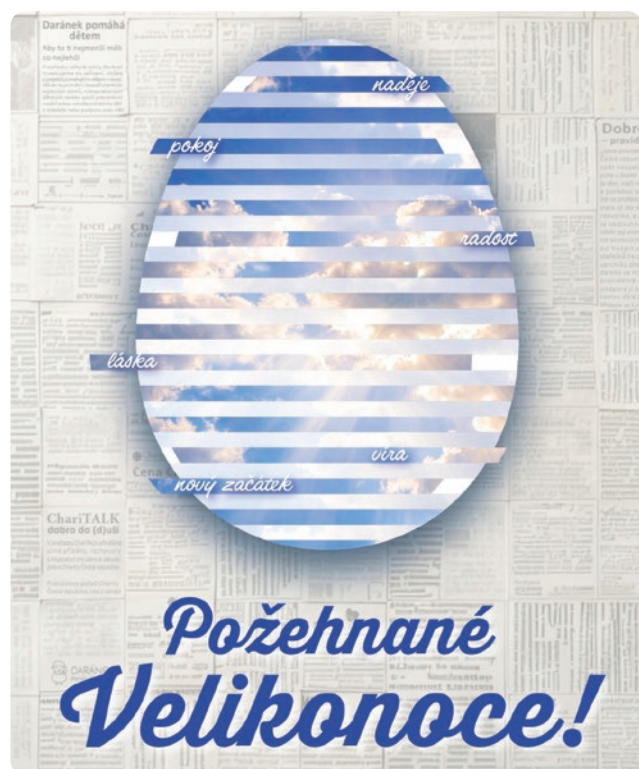
Veronika Stránská)

Vyhlášení 2. ročníku literární soutěže Integračního centra pro cizince

Hradec Králové: Po velkém úspěchu v loňském roce vyhlásilo Integrační centrum pro cizince v Hradci Králové 2. ročník literární soutěže. Všichni milovníci psaní z řad cizinců mohou odevzdat svůj text na vybrané téma do 30. dubna 2026 v Integračním centru v Hradci Králové. Hlavním lákadlem jsou letos výhry – na ty neúspěšnější v každé kategorii čeká soukromá 60minutová lekce češtiny.

Soutěž je určena pro jazykové úrovně – A2, B1, B2 – a je skvělou příležitostí, jak si procvičit češtinu a sdílet svůj příběh. Více informací o soutěži naleznete na www.cizincihradec.cz a na sociálních sítích hradeckého Integračního centra. Těšíme se na vaše soutěžní práce!

Markéta Zelená)



Přejeme Vám pokojné prožití velikonočních svátků, naplněné Boží láskou a radostí z nového života!