

„To, co děláme, je méně než kapka v moři, ale bez této kapky by tady něco chybělo.“

Matka Tereza

Vážení přátelé a příznivci Oblastní charity Červený Kostelec,

ani letos v prosinci se nebudeme moci sejít ve větším počtu a připomenout si 26 let od otevření prvního českého hospice a 20 let od otevření první etapy Domova sv. Josefa. Na modelových případech jsme tehdy chtěli poukázat na situaci terminálně nemocných, umírajících a jejich blízkých, která před vznikem hospicové péče u nás nebyla dobrá. Obdobně na tom byli pacienti s roztroušenou mozkomíšní sklerózou. V České republice před založením Domova svatého Josefa nebylo žádné zařízení, které by se cíleně staralo o pacienty s touto diagnózou. Za uplynulé roky se nám mnohé výzvy podařilo vyřešit. Přesto je před námi mnoho dalších úkolů souvisejících se zlepšením přístupu laické i odborné společnosti k terminálně nemocným pacientům a k lidem trpícím roztroušenou sklerózou. Hlavní informace o tom, co právě v těchto oblastech děláme, si přečtete na následujících řádcích.

Chci poděkovat svým spolupracovníkům i každému z Vás za to, že to nevzdáváte a že díky Vám můžeme pokračovat a dále rozvíjet naši službu. Předem Vám děkuji za podporu a pomoc při dokončení nového zázemí pro hospicovou péči poskytovanou v domácnostech pacientů. Základní kámen byl položen v létě roku 2013 a přes různé překážky se nyní blížíme k jeho dokončení. Tím bude naplněn od začátku zamýšlený komplexní model vzájemně provázaných forem hospicové péče. Bohu díky.

S vděčností,

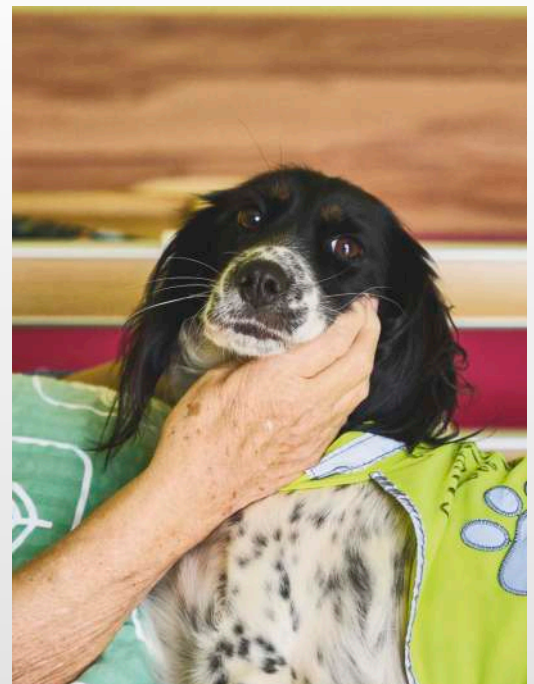
Ing. Mgr. Miroslav Wajsar, ředitel Oblastní charity Červený Kostelec

MOJE ZKUŠENOSTI SE PSÍ DOKTORKOU

Začátkem prázdnin letošního roku přibyla do našeho paliativního týmu nezvyklá kolegyně - tříletá fenka Lili. Když v červnu úspěšně složila canisterapeutickou zkoušku, měla jsem z toho velkou radost a těšila jsem se, že obohatí naši péči o hospicové pacienty. To jsem ještě netušila, jak velký úspěch naše čtyřnohá "doktorka" bude sklízet.

Poprvé jsem Lili vzala do práce někdy v zimě, abych potěšila jednu starší babičku, které nechodily téměř návštěvy a ona se propadala do smutku a deprese. **Když jsem vstoupila s Lili do jejího pokoje, tak se rozzářila a začala si s pejskem povídat a hladit ho.** Tak Lili vyslechla první příběh hospicového pacienta. Ukázala se jako dobrý posluchač, a dokonce paní dala pac.

pokračování na další straně



Děkujeme za spolupráci výrobcí čajů značky Apotheke - firmě MEDIATE s.r.o., Dolní Libchavy, která nám věnovala 10.000 kusů čajových sáčků.



Po tomto zážitku jsem začala uvažovat o kurzu pro canisterapeutické týmy. Úspěšně jsme ho absolvovaly v květnu a od prvního července jsme oficiálně mohly spolu začít chodit mezi pacienty. Jelikož jsem v hospici zaměstnaná jako rehabilitační pracovníce, tak si ji do práce mohu vodit s sebou. Pokud je některý pacient unavený nebo z určitých důvodů není schopen nějakého pohybu, tak se může alespoň potěšit s pejskem. Pejsek může k pacientům nejen na klín, když sedí, ale dokonce má dovoleno vlézt do postele.



Napoložuji pejska zády k pacientovi tak, aby mu packami neublížil a už může probíhat terapie. Pes má o 2 stupně vyšší teplotu těla, proto může příjemně hrát, pacient vnímá klidný dech zvířete, jemnou srst.

Když se Lili podívá svým důvěřivým pohledem do očí trpícího člověka, on má často pocit, že ta němá tvář mu rozumí. Je dojemné sledovat, jak se rozzáří oči pacientů, když vejdemo do pokoje. Odpadají rozpaky, co říci, jak začít hovor, zvláště, když se vidíme poprvé. Díky Lili se hned skamarádíme a hovor začne přirozeně plynout. „Jé, vy máte sebou pejska? Ten je ale krásnej, jak se jmenuje, můžu si ho pohladit?“ Slýchám obvykle. Dost často si pak pacient začne "povídat" s Lili a já jen žasnu, co všechno se tak dozvím a jak cenné informace o přáních, obavách či nadějích, od dotyčného získám.

Také pro návštěvy či příbuzné je pejsek příjemným odreagováním a povzbuzením. Nejednou přinesou Lili nějaké dobrůtky z domova. Šikovní pacienti v nestřežené chvíli podstrčí překvapené Lili kus řízku od oběda. Lili je oblíbená i mezi personálem. Nejednou se naskytne obrázek, jak sestřička, nebo paní doktorka drbe Lili na bříšku, ta se rozvalí na záda a užívá si této psí rozkoše.

Musím přiznat, že jsem nečekala, že toto obyčejné zvíře může mít takový úspěch. Tento "přítel člověka" je velkým pomocníkem v paliativní rehabilitaci a léčebným faktorem pro duši pacientů, kteří tolik potřebují povzbuzení a lásku, klidně i tu psí.

Jana Melicharová, rehabilitační pracovníce

HUDEBNÍ POVZBUZENÍ

Pro potěšení pacientů i zaměstnanců hospice vystoupilo na podzim hned několik hudebních uskupení. Tímto bychom chtěli poděkovat skupině Dam Trio, manželské dvojici kytaristů 2JAJA a žákům ZUŠ Červený Kostelec. Velice nás těší, že hudebníci rozdávající radost svým uměním jsou ochotni vystoupit i pro hospicové pacienty. Obzvláště pak děkujeme učitelům, kteří takto vedou i své nejmladší žáky, přičemž pro některé z nich se jednalo o jejich první vystoupení před obecnou publikou.

Všem vystupujícím přejeme pevné zdraví a mnoho spokojeného publika i u dalších vystoupení.





BĚH PRO HOSPIC 2021

Dne 18. 9. odstartoval 8. ročník Běhu pro hospic, po roční přestávce opět pod hlavičkou běžeckého seriálu Primátor Cup. Akce pro sportovce všech věkových kategorií se letos **zúčastnilo 446 běžců, z toho 129 dětí**. Všem účastníkům srdečně děkujeme za účast a přejeme co nejlepší výsledky v dalším sportování.

Výtěžek letošního běhu, který činí **90 000 Kč** bude věnován na budování druhé části Centra denních a terénních služeb sv. P. Pia, které v sobě zahrne dlouho plánované rozšíření zázemí Mobilního hospice Anežky České a novou ordinaci pro Ambulanci paliativní péče doplněnou o stacionář léčby bolesti.

Všem běžcům ještě jednou děkujeme, přejeme pevné zdraví a věříme, že 17.9.2022 se společně setkáme u 9. ročníku Běhu pro hospic. Generálním partnerem Primátor cupu je firma Primátor a.s., akce byla podpořena městem Červený Kostelec a množstvím dalších věcných dárců a sponzorů, bez kterých by nebylo možné závod pořádat. Všem děkujeme za podporu.



ČERVENÝ KOSTELEC

PRIMATOR

USPOŘÁDALI JSME KONFERENCI PALIATIVNÍ PÉČE

„V hospici neošetřujeme jen těla, ošetřujeme a léčíme osoby s celým jejich životním příběhem,“ pronesl MUDr. Jan Král, primář Hospice Anežky České, ve své úvodní promluvě během zahájení konference „Terénní paliativní péče a mezioborová spolupráce“, věnované především mobilní hospicové péči, jejím úspěchům i aktuálním výzvám v oboru i mimo něj.

Konference pořádané 11. 11. 2021 se zúčastnilo 250 posluchačů z řad lékařů, zdravotníků i pracovníků v sociálních službách. Témata, jichž se zhostili hosté z různých oblastí péče, se soustředila na spolupráci mezi různými poskytovateli péče, probíraly se příklady dobré praxe, ale i selhání, která dokáží poukázat na případné problémy a v neposlední řadě i vzájemná přání a vize do budoucnosti, z nichž za všechny vyberme doktora Martina Loučku, ředitele Centra paliativní péče:

„Já skutečně věřím tomu, že hospice by měla být centra excelence, kam by se ostatní jezdili dívat a učit se, jak to v ideálním případě může vypadat a aby hospice byly schopné pomáhat dalším poskytovatelům s případy, které potřebují.“



„Nedílnou součástí pomoci je podpora rodiny a to nejen, abychom z nich udělali zdatné ošetřovatele, ale rodina často potřebuje i sociální, duchovní a lidskou pomoc, kterou u nás, doufám, že to mohu říci, nachází.“

- MUDr. Václav Šafka PhD., lékař Mobilního hospice Anežky České

„JDE VŠECHNO, KDYŽ ČLOVĚK CHCE“

Motto Honzy Duška, klienta Domova sv. Josefa trpícího roztroušenou sklerózou, je myšlenka, kterou sám na svém příkladu demonstruje. Se svým 12letým synem vyrazil na 640 dlouhou pouť do Santiaga de Compostella. Díky partě přátel v čele s cestovatelem Petrem Hirschem o tom natočil celovečerní film Camino na kolečkách.

„Jaký byl můj nejsilnější zážitek? Když jsme stáli s Jendou na samém konci Evropy na břehu Atlantiku. Nedochozelo mi, že po více než měsíci moje cesta končí. Tak jsme zvedli ruce, jako kdysi Mojžíš, aby se rozestoupil oceán a my mohli jít dál. Bohužel, vítr z východu nepřišel a vody se nerozestoupily. Došlo mi, že Mojžíš měl zvednutou jen jednu ruku a v ruce měl klacek“, vypráví Honza s humorem.

Vozík pro něho není limitem. Roztroušenou sklerózou bere jako cestu. Když se o nemoci v roce 2003 dozvěděl, rozesmál se: *„Na jednu stranu jsem rád, že mám eresku já, a ne moje bývalá žena. Roztroušená skleróza je nemoc, kterou byste nepřáli ani Vašemu největšímu nepříteli, natož blízkým.“* Nemoc způsobuje „odumírání“ nervových vláken, a v důsledku postupné ochabování svalstva. Nejde vyléčit, a pokud nezabere dostupná léčba, nejde ani zastavit. Pro Honzu je to komplikace. **Každé další putování, každá další cesta za snem, je náročnější.**

I proto se přestěhoval do Domova sv. Josefa. V Domově pravidelně cvičí s fyzioterapeuty, aby mohl pokračovat na své cestě za snem. Může se poradit, když si s něčím neví rady. Pomáhají mu i dobrovolníci. I díky tomu mohl vyrazit na svou další cestu, do Černobyli, ze které se před necelými dvěma měsíci vrátil: *„Jako jeden ze záchráněných jsem cítil povinnost vzdát hold a zapálit svíčku u památníku Černobylských hasičů.“* prohlásil na jednom z nejsmutnějších míst na světě.

Největším zážitkem pro něj byla bezprostřední blízkost k reaktoru. Pod tzv. sarkofágem je bezpečně uloženo na 250 tun radioaktivního odpadu. A jeho poznání z expedice? *„Važme si toho, co máme,“* řekl po svém návratu.

Roztroušená skleróza je silný protivník. Pokud nezabere dostupná stabilizační léčba, nemoc postupně ničí nervová vlákna až do úplného ochrnutí. Honza se právem obává, že na další výlet se už nepodívá. Pár týdnů po Černobyli se jeho stav nezlepšil. Naopak, prakticky už nehýbe pravou rukou.

I přes nelichotivý zdravotní stav se Honza nevzdává. S přáteli pořádá besedy o své výpravě. Připravují premiéru dokumentu Černobyl na kolečkách, který bude uveden 26.

dubna 2022, v den výročí výbuchu jaderného reaktoru. Aby mohl pokračovat na své cestě za cestovatelským snem, potřebuje každý den cvičit.

Rehabilitace a aktivní přístup je v pokročilém stadiu nemoci jediným způsobem, jak zůstat soběstačnými. **Možnost, jak podpořit nemocné se naskýtá prostřednictvím projektu „Domovenka“.** Specialisté Domova sv. Josefa poskytují odbornou péči v oblasti rehabilitace, léčby ran, psychoterapie i alternativní komunikace. Propracovaná kombinace rehabilitačních pobytů a poradenství v domácím prostředí znamená péči na míru po celý rok.

Více o projektu na: www.domovenka.cz



DVACET LET DOMOVA SV. JOSEFA – Budoucnost

V roce 2021 jsme si připomínali 20 let od vzniku Domova svatého Josefa. Jediného lůžkového zařízení s dlouhodobými pobyty pro nemocné roztroušenou sklerózou. Na dvaceti-letou historii vzpomíná ředitel Oblastní charity, Miroslav Wajsar:

„V prvních letech po otevření prvního českého hospice v Červeném Kostelci, tedy po 8. 12. 1995, jsem se setkal v našem hospici s mladou



pacientkou Zitou, která měla velmi pokročilou fázi roztroušené sklerózy. Se svým onemocněním těžce bojovala, o čemž mimo jiné svědčil název její sbírky básní „Mrzáci“. Sbírkou se jejímu otci podařilo vydat knižně, ale až po její smrti.

Setkal jsem se s dalšími příběhy lidí s tímto onemocněním a po zjištění, že v České republice neexistuje pro ně žádné specializované zařízení, jsem pro ně chtěl společně s kolegy vybudovat v Červeném Kostelci malé zařízení se 6 pokoji. **To byl malý lidský plán, ale Pán Bůh je velkorysý grand**, a tak přišla nabídka od Kongregace sester Nejsvětější Svátosti z Českých Budějovic. Rozhodly se nám věnovat bývalý klášter v Žirči u Dvora Králové nad Labem. Tak i přes nejistotu spojenou s financováním Hospice Anežky České jsme se rozhodli nabídku přijmout.

7. prosince 2001 jsme otevřeli léčebnu s prvními 14 lůžky pro pacienty s roztroušenou sklerózou. Pak následovalo ještě mnoho etap budování celého areálu. Mnozí z Vás jste je v minulých letech již sledovali. Mnoho se nám podařilo uskutečnit, ale přesto mnohé ještě zůstává před námi.

20 let trvání pomoci nemocným v Domově sv. Josefa nekončí. I nadále chceme pomáhat, i nadále chceme budovat, zlepšovat naše služby, pečovat o tradici.”

Dnes poskytuje Domov pobytové zdravotní a sociální služby pro zhruba 400 nemocných ročně. Máme k dispozici 88 lůžek a svoji kapacitu nemůžeme nadále rozšiřovat. **Přesto je mnoho, co plánujeme do budoucna.** Od zcela nové pomoci lidem v domácí péči prostřednictvím online poradenství, přes vybudování modelových chytrých bytů určené pro handikepované osoby k nácviку soběstačnosti, až po přání vybudovat síť odborníků po celé republice. Restaurace barokních památek zdaleka neskončily, oltář Zasnoubení Panny Marie je právě v péči odborníků, do budoucna budeme obnovovat hlavní oltář sv. Anny. Péči a údržbě se nevyhýbá ani ostatní zařízení a budovy. Jsme v procesu výměny kotlů na Domě sv. Josefa, obnovy výtahů v Domě sv. Kláry.



JEN VE ZDRAVÉM PROSTŘEDÍ MŮŽEME EFEKTIVNĚ POMÁHAT

Již na počátku tohoto roku jsme zakoupili pro potřeby denního stacionáře a pečovatelské služby zařízení, která nám pomáhají zajistit čisté a bezpečné prostředí. Jedná se o germicidní lampy, které slouží jako filtrace vzduchu. Dále jsou to generátory ozónu, které fungují jako dříve známé „horské slunce“. Ničí viry a bakterie. A strojní dezinfekce, které pomocí stlačeného vzduchu šíří „mlhovinou“ dezinfekci i do nejmenších zákoutí ošetřovaného prostoru.

Tyto prostředky používáme nejen v denním stacionáři a v zázemí pro Charitní pečovatelskou službu, ale také v autech, kterými tyto služby zajišťujeme v pečovatelských domech.

Díky zmíněným opatřením můžeme i nadále plnit poslání denního stacionáře a pečovatelské služby. Proto mohly být v měsíci říjnu mimo běžný provoz těchto středisek i zorganizovány další akce pro širokou veřejnost.

Uspořádali jsme den otevřených dveří, při kterém si více než 60 návštěvníků prohlédlo vnitřní prostory nově zrekonstruovaného denního stacionáře a paní Bužková zájemcům během dne představila tradiční řemesla. Dále proběhlo promítání fotografií Oldřicha Nermutě a Jany Kejzlarové s názvem Kostelec včera a dnes, které se neslo v duchu živé diskuse nad místy, která již změnila svou podobu. A v měsíci listopadu nám tito fotografové udělali průvodce historií objevování nedalekého hradu Vízmburku od jeho středověkých počátků až do dnešních dnů. Plánovaná jsou i další setkání, to nejbližší nám zprostředkují preventisté policie ČR se svojí přednáškou na téma „O bezpečnosti seniorů - podvody páchané na seniorech a jejich prevence“. V těchto přednáškových cyklech, určených především pro seniory, bychom rádi poskytl větší informovanost o nestandardních životních situacích, se kterými se mohou setkat.

Plně si uvědomujeme, že jen se zdravým personálem ve zdravém prostředí může efektivně pomáhat.

Zároveň mi dovolu, abychom vám popřáli spolu s kolegy z denního stacionáře a charitní pečovatelské služby krásné prožití svátků vánočních a spoustu hezkých chvil nejen v tomto čase.

Za kolektiv denního stacionáře a CHPS Červený Kostelec

Richard Bergmann, vedoucí sociálních služeb



CO ZNAMENÁ BÝT PEČOVATELKOU V ČERVENÉM KOSTELCI

Podzimní slunečné počasí vylákalo naše seniory do přírody. Celí natěšení nás vyzvali, abychom společně vyjeli na několik krásných míst v okolí Červeného Kostelce. **Zajeli jsme do Ratibořic**, kde se senioři svezli ve vláčku, který nás zavezl ze Zlíče až do Ratibořic a nechybělo ani příjemné posezení v Bakově v hospodě na večeri.

Při jiném výletu jsme se pomazlili se zvířátky **na farmě Wenet**, kde jsme se pokochali barevnými podzimními květy i spoustou zvířat, jako například

pštrosy, lamami a velbloudy, kteří byli pro naše seniory vzácností, navíc byli nadšeni jejich přátelstvím a nebojácností.

Každý rok jsme společně vyjeli do Polska na ryby. Protože letos nám to současná situace nedovolovala, tak **jme zajeli chytat ryby do Jaroměře**. Zde nás vítalo nejen krásné prostředí, průzračné jezírko, ale i výborní pstruzi. Každý si zde přišel na své - chutné ryby, obsluha výtečná a vzorové prostředí. Náměstí v Jaroměři je také velice pěkné. Dále nás čekaly Lázně Velichovky, kde jsme se společně prošli a někteří zavzpomínali na dřívější léta, kdy právě sem jezdili na nedělní koncerty.

Přáním některých seniorů bylo zajet **do Radče a pokochat se zde, v místním muzeu Chalupění**, vystavenými exponáty. Nově je tam umístěna výstava betlémů, která je krásně originálně uspořádaná, například na saních, na vozech či na schodech. Stojí to opravu za zhlédnutí. Dýchly z toho na nás staré časy.

Poslední velký výlet jsme uspořádali také na žádost našich seniorů cestovatelů a to **na Černou horu**. Dle sdělení jedné naší klientky: „*Stále se z okna dívám na Černou horu a s povzdechem si říkám, že tam se už nikdy nepodívám.*“ Tak tento sen jsme splnili i ke dni seniorů. Jeli jsme do Jánských Lázní, pak lanovkou na Černou horu, kde jsme se trochu prošli, sluníčko nám dovolilo si sednout na lavičky u lanovky a sledovat krásné výhledy. Protože bylo jasno, tak i zpáteční cesta lanovkou byla zážitkem. Prošli jsme se pak po Jánských Lázních a nesměla chybět ani kávačka a ochutnávka lázeňských oplatek. Chutná večere byla příjemnou tečkou za tímto pohodovým dnem. Všichni byli nadšeni, trochu unaveni, ale zážitků byla spousta a máme na co vzpomínat a z čeho dále žít.

Ještě děkujeme MUDr. Ansorgové, která přišla na zahradu pečovatelského domu U Jakuba. Nenavštívila nás sama, ale přivedla si i svého cvičeného pejska, s kterým se naši obyvatelé mohli pomazlit, učesat ho, nakrmit, ale i obdivovat, co všechno tento pejsk umí.

Nejlepšími léky, které našim seniorům podáváme, je čas a lidskost.



Bc. Lenka Vlčková, vedoucí Charitní pečovatelské služby Červený Kostelec

KOMPLEXNÍ PÉČE V CENTRU DENNÍCH A TERÉNNÍCH SLUŽEB

Založení prvního českého hospice v Červeném Kostelci před 26 lety bylo prvním významným krokem k naplnění vize komplexní péče o nevléčitelně nemocné. Tehdejší inspirací byla návštěva hospicového zařízení ve Velké Británii, a právě ta nastartovala náročnou cestu k jejímu naplnění. Dalším milníkem na cestě ke komplexní paliativní péči byly v roce 2008 první kroky směrem k zahájení mobilní hospicové služby, které o dva roky později vyústily v založení Mobilního hospice Anežky České spolu s Ambulancí paliativní péče. Služby hospice, mobilního hospice a



ambulance poskytují péči těm, kteří mají možnost zůstat ve vlastních domácnostech i těm, kteří doma zůstat nemohou. Postupem času došlo k rozšiřování terénních služeb a k navyšování počtu pacientů. Stávající prostory se ukázaly nevyhovujícími a situace si vyžadovala řešení. V roce 2018 se díky dotaci z EU podařilo zahájit stavbu první části Centra denních a terénních služeb sv. P. Pia. Rekonstrukcí vily B. Kafky vznikl v Červeném Kostelci nový Denní stacionář pro seniory.

Druhou etapou výstavby nového centra je (díky podpoře Královéhradeckého kraje) rekonstrukce sousedícího objektu bývalých uměleckých ateliérů. Zde nyní vzniká nové zázemí pro Mobilní hospic Anežky České, Ambulanci paliativní péče spolu se stacionářem léčby bolesti a pro další zdravotnické služby. V této budově tak vznikají nové prostory pro různé terénní zdravotní služby pod jednou střechou.

Díky vám, našim dárcům, se daří ve výstavbě centra pokračovat. Současnost přináší mnoho výzev a jednou z nich jsou i vyšší náklady na poslední stavební práce. Proto se na vás znovu obracíme s prosbou o finanční podporu. Věříme, že s Vaší podporou se nám podaří toto dílo zdárně dokončit. Děkujeme!

TŘETÍ ČÁST CENTRA DENNÍCH A TERÉNNÍCH SLUŽEB SV. P. PIA

Oblastní charita získala podporu Evropské unie na další projekt - projekt chráněného bydlení v Červeném Kostelci, které bude tvořit třetí část centra denních a terénních služeb sv. P. Pia. Díky této podpoře byl zpracován projekt na čtyři bezbariérové byty chráněného bydlení, které budou vybudovány v prostoru nad loňský rok otevřenou budovou denního stacionáře. Tato služba dále rozšíří služby poskytované charitou osobám se zdravotním postižením, pro které vzhledem k jejich nemoci není vhodné jejich stávající bydlení. Projekt začíná v současnosti a potrvá do roku 2023. Celkové náklady budou 13,8 mil. Kč bez DPH, poskytnutá podpora je ve výši 10,4 mil. Kč.

Podpořit činnost Oblastní charity můžete prostřednictvím bankovního spojení:

8282670227/0100

VS: 1363

Načtením QR kódu pomocí aplikace Vaší banky dojde k předvyplnění platebního příkazu k poskytnutí daru.



 Oblastní charita
Červený Kostelec

www.ochck.cz

Oblastní charita Červený Kostelec, 5. května 1170, 549 41 Červený Kostelec
Statutární zástupce, ředitel: Ing. Mgr. Miroslav Wajsar
Kontaktní osoba: Mgr. Ludmila Štěpánová, tel.: 491 610 332,
e-mail: stepanova@hospic.cz

Vážený čtenáři, pokud chcete zasílat bulletin elektronicky, nebo ho nechcete dostávat vůbec, dejte nám vědět na kontaktní email.