

Podobenství o lístku a bytí

Na jednom stromě byl malý lístek. Malý, obyčejný, nepatrný lístek. Na první pohled nebyl ničím zvláštní, byl podobný ostatním lístkům na stromě, ale přece byl svůj a nebyl se zbylými lístky totožný. Nebyl nijak veliký, byl spíše malý, příliš se nelišil ani tvarem, nebyl bez kazu (přece jen to nebyl ideální obraz, ale reálná skutečnost), ale ani mu nic nechybělo. Také nedělal nic zvláštního, jen tam prostě byl, jeden z mnoha lístků na stromě. To bylo všechno, co dělal, občas se pohnul ve větru, ale většinu doby, prostě jen byl. Jenže...



Pod ten strom chodívali lidé i zvířata, aby se usadili do jeho stínu, aby si odpočinuli, aby se pokochali pohledem na krajinu, aby se schovali před sluncem, nebo před deštěm. A teď si zkusme představit, co by se stalo, kdyby onen lístek nebyl na svém místě, mezi ostatními lístky. Kdyby nebyl. Onen pomyslný zelený deštník chránící lidi pod stromem by nebyl úplný, měl by díрку, kterou by prosvítaly sluneční paprsky, kterou by propadaly kapky deště.

Ten malý nepatrný lístek dělá vlastně velkou věc, to nejvíc, co může udělat. On JE. A kdyby nebyl, nebyl by celek stromu úplný, někomu by ten kousek, ten lístek chyběl, byla by po něm díra. Tím, že je, dělá to nejvíc co může, protože není více nežli BÝT.

A v tomto nám může být ten lístek vzorem, inspirací. Často se snažíme o vykonání velikých věcí, o dosahování cílů, překonávání překážek, a přitom to nejvíc, co můžeme udělat, to nejvíc, čím můžeme být (i pro ostatní), je prostě být.

Jenže bytí není pasivní, není nic neděláním. Bytí v sobě obsahuje dynamiku, život. A co je živé, v tom je pohyb, aktivita, i když zdánlivě neviditelná. Bytí v sobě má tendenci k expanzi, touhu po životě. Bytí je opakem ničeho. Podle některých filosofů nic neexistuje, prázdnota je tedy jen deprivací, nedostatkem bytí.

Podle Bible jsme byli stvořeni k obrazu Božímu. Jako součásti živé přírody je nám vlastní právě tendence, schopnost být, žít - život si v přírodě hledá cesty k bytí. Tím, co nás odlišuje od zbytku stvoření a co je tím, čím jsme Jemu podobní je kreativní vůle, která je pak v jistém smyslu vlastním naplněním bytí. A tak budme, v plnosti slova BÝT.

Martin Hořínek

AKTIVNÍ SENIOR, ŠŤASTNÝ SENIOR

Tým pracovníků Domova pokojného stáří

Možná skoro každý z nás zažil ve svém životě situaci, kdy potřeboval pomoc druhého člověka. Situaci, kdy si nevystačil sám svými vlastními silami. Ve společnosti jsou stále prosazující se tendence individualismu, které však vyžadují velmi dobrý zdravotní stav. Když již zdravotní stav není dlouhodobě příliš příznivý, přichází z důvodu tělesného, psychického nebo duševního omezení, na řadu potřeba pomoci druhých, nejčastěji rodiny, příbuzných, případně sociální služby.

Právě Domov pokojného stáří je službou, která zajišťuje podporu a pomoc lidem nad 60 let. Do tohoto domova přicházejí lidé, kteří mají za sebou určitý životní standard, životní hodnoty a svou osobní povahu. Jak se mění požadavky společnosti, mění se s tím ruku v ruce i péče za strany sociálních služeb.

V minulosti se klientům věnoval pouze tým pečovatelek, jelikož pozice „aktivizační pracovník“ ještě nebyla nikomu známa. V jedné z našich budov chyběl vyčleněný prostor, kde by klienti, společně s ostatními, mohli trávit volné chvíle. Měli pouze možnost potkávat se na chodbách ve vyhrazeném koutku nebo využívali ke společnému setkávání balkóny či terasu. Postupem času se však sociální služba začala více rozvíjet. Psal se rok 2010 a k personálu přibyli první pracovníci, který se začal věnovat výhradně aktivizaci našich klientů.

Začal se klást větší důraz na psychické a sociální potřeby člověka a opouští se od čistě tělesného pohledu na něj. Již nestačí, aby byl člověk pouze čistý, najezený, a aby měl veškerou potřebnou zdravotní či ošetrovatelskou péči. Ke všem těmto základním a nepostradatelným úkonům se snažíme o větší aktivizaci pohyblivých i nepohyblivých klientů. Jak šel čas, aktivizace se stále posouvala vpřed a spolu s tím i možnosti pro klienty. Personál domova se zdokonaluje, vzdělává a pracovníci přicházejí stále s novými nápady. A právě s příchodem aktivizačních pracovníků se také začala aktivně využívat nově vytvořená společenská místnost, která byla na středisku jedinou tohoto druhu. Pracovnice tak pro klienty začaly realizovat různé denní programy, společné besídky, arteterapie, tvoření, soutěže, reminiscenční terapie, filmové večery a mnohé další. Dodnes pořádáme hudební vystoupení, pečeme a vaříme společně s klienty, hrajeme různé hry, ať už stolní či paměťové.



Mimo jiné také udržujeme vitalitu a to tak, že cvičíme s masážními míčky, gumou, ale zároveň také rozvíjíme hrubou i jemnou motoriku. Imobilní klienti si naopak užívají relaxaci s pomocí masážních emulzí i olejů a dělají pasivní cviky na lůžku.

Podporujeme nejen kontakt s rodinou, ale i s dětmi z místních školek, škol a družin, které si pro naše klienty připravují pěvecká vystoupení. Nechybí ani návštěvy zvířat (tzv. zooterapie). Navštěvují nás psi, oslík a v blízké budoucnosti snad i ptáci. Snažíme se také uzpůsobit potřebám klientů. Tím se myslí, že jim dáváme prostor pro vyjádření, jak by rádi, aby se jednotlivé ošetřovatelské úkony prováděli.

Zkrátka nám záleží na tom, aby se v našem zařízení cítili příjemně a měli tak pokojný život v našem domově.

SENIORŮ VS. DIGITALIZACE

Silvie Doskočová

Digitalizace je pro většinu našich klientů složitý proces, neboť na tyto vymoženosti nebyli dříve zvyklí. Vyvolává to v nich stres, narůstá míra netrpělivosti či nepochopení. Nejen pračky, sušičky a telefony jsou pro klienty těžko ovladatelná zařízení. Z důvodů jejich obav, že mohou něco pokazit, jim je při obsluze těchto zařízení nápomocen personál, který jim dodává jistotu a pocit bezpečí.

Ne všechna technologie však přináší jen úskalí. Velký přínos postupné modernizace se u nás projevila především v době covidové, kdy byl pro naše klienty, prakticky ze dne na den, částečně omezen osobní kontakt nejen se svými blízkými. Toto těžké období nám pomohly překonat právě moderní technologie, které umožnily video komunikaci s vnějším světem, ale také např. možnost účastnit se pravidelné nedělní mše, a to online formou.

Velká část klientů pamatuje začátky, kdy na trh přišly první černobílé televize s manuálním ovládáním. Kdežto dnes mohou vybírat hned z několika typů modelů, které nabízí širokou škálu programů a funkcí. Naši klienti si rádi pouštějí programy, které jsou jim blízké a znají je z dob dřívějších. Filmy, na které se dívali v mládí a jejich nemoc neměla ještě tak výraznou intenzitu, jim ožíví vzpomínky na chvíle, kdy se na tyto pořady dívali se svou rodinou a blízkými. Právě tato myšlenková památka je činí šťastnými.

Dlouholetý vývoj telefonní komunikace nás od tzv. pevné linky přenesl k dotykovým telefonům, které nejsou příliš vhodné pro osoby v seniorském věku trpící duševním onemocněním. Možná právě proto, z celkového počtu 46 klientů Oázy pokoje, dokáže dotykový mobilní telefon samostatně ovládat pouze jeden klient. Další pět klientů využívá telefony s tlačítky a zbylým při obsluze dopomáhá právě personál.

Klienty se snažíme naučit obsluze prakticky všech možných elektro produktů. Tvoříme jednodušší návody v tištěné formě nebo děláme ukázky v praxi. Ne vždy se podaří postupy vrýt do paměti, ale ta radost, kterou mají, když zvládnou nějaký úkon sami, je nepopsatelná.



JAK TO VIDÍ

Darja Hamalová?

V sociálních službách se pohybuješ už 20 let. Co považuješ za takovou osvětu v sociálních službách?

„Nejpodstatnější změnou jsou zákony o sociálních službách a metodiky. Každá služba má jasně stanovenou metodiku, jak při práci postupovat, jsou detailně popsány určité situace a jejich řešení. Pracovníci jsou také pravidelně proškolení a supervidováni. Myslím, že díky tomu je práce pečovatelek i sociálních pracovníků mnohem snazší,

propracovanější a tím profesionálnější. Dříve nebylo nijak dáno, co je správné, jak by se mělo v jistých situacích postupovat apod. Stálo to více na improvizaci a intuici a zkušenosti. Pracovníci nesli zodpovědnost, ale zároveň neměli v ničem oporu, neměli z čeho vycházet.“

Po dobu tvé působnosti jsi určitě pozorovala nějaké změny, nové trendy... jaké?

„Z praxe mohu říct, že se projevuje delší životnost mužů. Dříve služeb využívaly především ženy, a to 80/20. Dne se pohybujeme i v číslech 50/50, což se obsazení služeb týče. Troufám si říct, že je to díky zdravotní a sociální péči, která se za tu dobu posunula na úplně jinou úroveň.“

Zpozorovala jsem taky, že dnes služby využívají více senioři, kteří nemají rodinu, která by se o ně v domácnosti mohla postarat. Minimálně se v pobytových zařízeních ocitnou dříve než ti, kteří mají blízké, potomky apod. Proto také považuji za jeden z trendů samotné kompenzační pomůcky, díky kterým jsou lidé schopni vydržet déle v domácím prostředí. Pomůcky dokážou nahradit lidskou sílu, což přispívá k jejich částečné soběstačnosti.

Senior jako dobrovolník. To vnímám taky, jako něco novodobého. Senioři, kteří jsou sice uživateli nějakých služeb, ale jsou zároveň natolik vitální, psychicky i fyzicky zdatní, že ve svém volném čase navštěvují své vrstevníky, ba dokonce jsou schopni vést nějakou aktivitu/ kroužek.“

Vyžíváte v rámci poskytování služeb nějaké nové metody v péči?

„Zásadní je to, že při jednání o službě a rozhodování se, má poslední slovo vždy klient – senior, ten rozhoduje jak a kdy mu bude služba poskytována. Což znamená především to, že máme dobrovolné klienty, kteří rozhodují sami o sobě. Jsme pobytové zařízení na přechodnou dobu, jedná se o odlehčovací službu. O klienty bychom se měli starat tak, jak jsou zvyklí ze svého domácího prostředí, abychom jim nenarušili běžné fungování. Z tohoto a z časového omezení není příliš prostor pro terapeutické a jiné služby, jako je tomu například v domovech pro seniory. To ale neznamená, že nepoužíváme různé komunikační techniky, naslouchání, bazální stimulace nebo, že bychom se nevěnovaly různým volnočasovým aktivitám.“



Dokázala bys porovnat, jak služba vypadala dříve oproti té dnešní?

„Dříve byla pobytová zařízení spíše velkokapacitní. Dnes je trendy dělat domovy menšími, a hlavně, klientelu rozdělovat. Tím myslím, že se to dnes více klíčuje podle cílových skupin, potřeb klienta apod.

Konkrétně u odlehčovací služby je pro mnohé potencionální zájemce překvapením vůbec to, že nějaká taková služba existuje. Dříve podobná zařízení, kde by senioři zůstávali jen po krátkou dobu nebo dokonce jen v průběhu pracovních dní, nebývala. To je také zřejmě důvodem, proč někteří přicházejí s nedůvěrou, obavou, že zde zůstávají již natrvalo.

Samotná spolupráce s rodinou by se také dala považovat za něco, co před několika lety nebylo běžné. Vše není jen na pečovatelkách. Rodina je stále aktivně zapojována ať už zajišťováním lékařů či nákupy. Klient tudíž neztrácí kontakt se svou rodinou

Vnímám taky větší podporu ze strany státu, hlavně finanční. To nám umožňuje dělat domovy útulnějšími, tvořit domácí atmosféru. Díky projektům jsme pořídili auto, můžeme si dovolit více pomůcek pro péči, které také v případě opotřebení můžeme obměňovat.“

Vzpomínáš si, že byste někdy s klienty narazili na nějaký problém s moderními technologiemi?

„Haha, spíše naopak. Je to zrovna pár dní zpět, kdy jsem navštívila pokoj jedné z našich klientek. Při vstupu mě doslova praštila do očí, dnes již prakticky nevídaná věc, a to pevná linka. Ptala jsem se klientky a personálu, jak je to vůbec možné, jak se jim podařilo telefon zprovoznit, protože jsem měla za to, že pevné linky jsou už plně nefunkční. Na což se mi dostalo odpovědi, že se jedná o běžný mobilní telefon, který obsahuje SIM kartu, jako každý jiný, jenom je vizuálně upravený do podoby pevné linky. Zjistila jsem, že i senioři mohou být v digitálním světě ode mě o krok napřed.“

PŮJČOVNA POMŮCEK VE 21. STOLETÍ?

Antonín Vrábel

Kompenzační pomůcky mají pomoci nahradit ztracenou funkci a odstraňovat bariéry v pohybu a prostředí. Jedná se o nástroje, které jsou nezbytné nejen pro práci v sociálních službách či zdravotnických zařízeních, ale také při samotné péči o své blízké.

Stejně jako mnohé jiné, i naše půjčovna kompenzačních pomůcek prošla v posledních letech velikou reformací. Nejen z důvodu opotřebení se nakoupily mnohé nové pomůcky, a tak se postupem

času vyměnily staré kousky za nové, ale hlavně modernější.

Například obyčejné postele. Těžko by si někdo v minulém století dokázal představit, že si budou moci zapůjčit elektronickou postel, která se bude obsluhovat pouhým stisknutím tlačítka na bezdrátovém ovladači. Už vůbec ne, že bude vybavena antidekubitní matrací se vzduchovým kompresorem, které slouží jako prevence před proleženinami. Mezi další fenomény můžeme zařadit i tzv. pásový schodolez, který jsme v minulém roce obdrželi darem od Charity Třinec. I přes náročnější obsluhu je skutečně velkým pomocníkem, jelikož dokáže klienta na invalidním vozíku vyvézt po schodech do patra. Za zmínku stojí také změna v možnostech „podpěry“. Tím mám na mysli pomůcky typu berlí či chodítek, kterých je dnes hned několik druhů. Co je ale skutečným rozdílem je jejich váha, která je daleko nižší, než tomu bylo v minulosti.

Samotné půjčování se dnes také eviduje podstatně jiným způsobem než dříve. Není tomu tak dávno, co jsme si začali vše zaznamenávat do systému eEquip, který umožňuje nejen větší přehled v půjčování pomůcek, ale dokáže vygenerovat potřebné dokumenty, jako je smlouva a výdajový doklad.

Možná se ptáte, v čem je půjčovna tak výhodná a zda není snazší si pomůcku jednoduše koupit. Je to ale snadné. Rychlá, relativně levná a spolehlivá varianta. Nabízíme možnost nejen dlouhodobého pronájmu, ale i krátkodobého, v řádku pár dní. Klienti jsou rádi, že si mohou pomůcku půjčit jen na nezbytně nutnou dobu, než se jejich zdravotní stav zlepší nebo v jiném případě, než se jim podaří úhradu nové pomůcky vykomunikovat s pojišťovnou.

A co všechno si mohou lidé u nás zapůjčit? Nákup nových nástrojů se hodně odvíjí od poptávky, kterou průběžně mapujeme. Snažíme se tedy být v tomto směru flexibilní tak, abychom byli jen částečně, dokázali pokrýt potřeby našich klientů. K dnešnímu dni tak nabízíme celkem *** pomůcek z řad vozíčků, chodítek, WC křesel, kyslíkových koncentrátorů...



Pečuju... Děkuju...

„V posledních letech, je v čím dál větší míře, jedním z trendů v péči, orientován na pomoc neformálně pečujícím. Důvodem je současný aktuální demografický vývoj, kdy se zvyšuje věk dožití člověka, čímž se zvyšuje počet osob, které budou v budoucnu pravděpodobně závislí na pomoci osoby druhé. V první linii pomoci jsou blízcí, u nichž se také výrazně zvedá věk. Jsou přítomni mnohdy jediní, kteří vzhledem k velkému zatížení sociálních služeb a jejich plných kapacit, mohou v danou chvíli poskytnout svým blízkým pomoc. Vnímám, že aktuální trendy by se měly více zaměřovat na nové formy podpory těmto pečujícím, kteří se starají o své blízké v jejich přirozeném domácím prostředí a sami již mají své zdravotní, ekonomické nebo sociální potíže.“, zmiňuje vedoucí terénní pečovatelské služby, Marcela Piskořová.

„Zkušenost z práce v Terénní odlehčovací službě mne utvrzuje v tom, že rodinní příslušníci chtějí o své blízké pečovat. Zajistí potřebné pomůcky, dávky, starají se. Časem ale zjistí, že péče je náročná, třeba právě v tom, že jsou stále k dispozici svému blízkému. A pak ztrácejí kontakt s přáteli, nikam nechodí, nemají čas na koníčky... Mnoho pečujících trpí tím, že se pro svého blízkého snaží udělat, co je v jejich silách, ale když přijde na návštěvu jiný člen rodiny, který nepečuje, je nejlepší právě on. A tady vidím prostor pro větší podporu pečujících i po psychické stránce.“ doplňuje kolegyně Kateřina Göttlicherová, vedoucí Terénní odlehčovací služby.

NEVIDITELNÍ LIDÉ

Každý ze zaměstnanců, ať už má jakoukoliv roli, je pro organizaci důležitý stejně, jako je důležitý každý díl puzzlí. Pokud pochybí, byť jen jeden, neutvoří jeden efektivní a funkční celek. A právě nedílnou součástí týmu, bez kterých by se chod naší organizace těžko obešel, jsou Lucie Zelinková, projektová manažerka a spolu s ní metodička sociálních služeb, Dita Vrba.



Kdy jste do Charity Frýdek-Místek nastoupili a proč jste se rozhodli zrovna pro tuto organizaci?

Lucia: V Charitě Frýdek-Místek jsem se poprvé objevila přesně 1. června 2021, tedy loni na začátku léta. Člověk by ani neřekl, že je to teprve rok a něco málo. Celý ten příběh začal, když mi o výběrku řekla Krista Syslová z Beskydského centra duševního zdraví – prý „*pojd' do toho, bude sranda.*“ No a měla pravdu. A proč jsem se pro Charitu rozhodla? Původně jsem studovala obor veřejná správa a sociální politika, takže mi sociální oblast byla blízká, když si k tomu přičtu tu slibovanou srandu, tak přece nešlo odolat. :) Tohohle rozhodnutí zkusit to, vůbec nelituju.

Dita: Nastoupila jsem do Charity Frýdek-Místek v září 2021, zprvu na pozici sociálního pracovníka na pobytové odlehčovací službě. V současnosti pracuji jako metodik kvality sociálních služeb Charity Frýdek-Místek. Práci v této organizaci mi doporučila sestra, ale až při osobní zkušenosti jsem objevila její kouzlo.

„Až při osobní zkušenosti jsem objevila její kouzlo.“

Jaká je vaše náplň práce, co u nás a pro nás děláte?

Lucia: Prioritně jsem projektovou manažerkou, takže dělám vše, co souvisí s dotacemi. Od zpracovávání žádostí až po podílení se na vyúčtování. Práce je to různorodá, někdy se jedná o provozní záležitosti jako jsou dotace obcí, kraje nebo MPSV, někdy jsou to naopak velké projekty jako žádosti o nové automobily. Nedílnou součástí mé práce jsou roční výkazy služeb,

kteří mají všichni vedoucí určitě moc rádi (hihi). Dále mám na starosti projekt Podpory pečujících osob a Senior point ve Frýdlantu nad Ostravicí.

Dita: Práce metodika kvality sociálních služeb je různorodá a nebyla by možná bez aktivní spolupráce služeb Charity Frýdek-Místek a ostatních pracovníků ředitelství organizace. V našich službách sleduji, co by mohlo pracovníkům jejich práci zjednodušit, zpříjemnit a zároveň tak zvýšit kvalitu poskytované služby směrem ke klientům (někdy mi tyto podněty dávají přímo pracovníci, nebo klienti). Kromě aktualizace a vytváření nutných metodik standardů kvality, zasílám pravidelně hlášení údajů o příchozích a odchozích zaměstnancích a všech personálních změnách, včetně navyšování, či snižování kapacit služeb, do registru na krajském úřadu, či do krajské sítě sociálních služeb. K tomu potřebuji spolupráci s personálním úsekem i ekonomickým. Občas se zaskočím poradit na PR úsek, nebo IT. Častěji přemýšlíme ve spolupráci s projektovou manažerkou, jak bychom pomohli materiálně, díky

dotacím z projektů. Často spolupracuji s vedoucími služeb kvůli častých statistických dotazů atd. Toto a další okamžitá řešení aktuálně přicházejících starostí, za koordinace s panem ředitelem.

Co vás na Vaší práci baví?

Lucka: Jedním slovem různorodost – nikdy nevíte, co vám pracovní den přinese. :) To, že je každý den a každý projekt jiný, je právě to, co mě na té práci baví. Nejoblíbenější část z celého dotačního procesu je chvíle, kdy finišujeme, žádosti jsou úspěšné a jdou vidět výsledky. Třeba, když jsme vyzvedávali pět nových aut, tak ten pocit byl k nezaplacení! Říkáte si: „*jo to za tu šichtu prostě stálo!*“ Ale co mám na své práci nejraději jsou kolegové, se kterými se vždycky zasmějeme, jak vlastně vůbec nic nestíháme. :D

Dita: Na této práci je nejzajímavější právě její různorodost, která vyžaduje přehled v obrovské škále oblastí, jež jsou proměnlivé a různě se vyvíjí. Pro mě to znamená sledovat novinky, vyhledávat informace, zjišťovat různá stanoviska a praxe, což mě obohacuje.



Máte určité vize do budoucna? Pokud ano, jaké?

Lucka: Mám! A velké! Taky jsem to někde odkoukala, že jo... :D Ráda bych se v budoucnu soustředila na větší dotační tituly, jako jsou evropské dotace. Myslím si, že v těchto programech je velký potenciál a byla by škoda takových možností využít. Ale tu největší vizi, která bude snad jednou reálná, si ještě nechám pro sebe :)

Dita: Má vize do budoucna je taková, aby má práce byla přínosem pro Charitu Frýdek-Místek, její pracovníky i klienty.

CHARITNÍ MRKNUTÍ, listopad - prosinec, vydává Charita Frýdek-Místek pro potřeby interní a externí komunikace, redakce: Tereza Staroščáková, Martin Hořínek

Charita Frýdek-Místek, F. Čejky 450, 738 01 Frýdek-Místek, IČ: 45235201, č.ú.: UniCredit Bank 2112858051/2700, www.charitafm.cz, e-mail: info@charitafm.cz, tel.: 731 688 521, ID DS: qwum9f2.