



# CHARITNÍ

## MRKNUTÍ

---

ŘÍJEN - PROSINEC 2025

CHARITA FRÝDEK-MÍSTEK  
*...s námi nejste sami...*

KREATIVITA

# Slovo ředitele

„K obrazu svému jej stvořil“ ... popisuje jedna z biblických vět stvoření člověka. A to, co podle mého názoru nejvíce vystihuje právě ono „ke svému obrazu“ je kreativita. Tvořivá vůle, vůle k tvořivosti. To je to, čím se k Němu přibližujeme, v čem jsme mu podobní – tvoříme, chceme tvořit. A není to nějaké bezmyšlenkovité plácání něčeho. Je to ztělesnění myšlenky. Konec konců, sv. Jan na počátku svého evangelia (tedy dobré zprávy, jak zní překlad řeckého „euangelion“) říká „na počátku bylo Slovo“ a v řečtině „logos“ znamená mnohé, mimo jiné i slovo. Není to ale nějaké slovo, ale myšlenka, idea, která se vyčlením stává realitou. A to bylo na počátku a takto tvoříme dnes i my. Máme myšlenku, ideu, představu, kterou uvádíme v život, přivádíme na svět, do reality, stává se skutečnou.

Ono „creatio“ je to, čím jsme podobní Jemu a čím se lišíme od zbytku přírody, včetně té živé. Je na místě námitka, že i zvířata přece tvoří, vytváří si hnízda, příbytky a podobně, často komplikovaná a důmyslná díla. Ale není tam ta tvořivá vůle, ten volní akt, to zhmotnění idey, akt propojení rozumu, vůle a rukou. Je totiž, podle mého, rozdíl mezi „creatio“ a „reactio“. Posunutí písmenka zcela mění význam, resp. posunuje význam na kvalitativně zcela jinou úroveň. Reakce je odezva na podnět, tímto způsobem jednání jsme naplno součástí přírody. Jedná se o záležitost pudovou, podvědomou, bezprostřední, dopředu danou, často neovládanou, není v tom „duch“. Je to něco, co je vlastní nám i zvířatům a možná více než si často uvědomujeme, viz například reakce na nebezpečí, nebo obecně stres – zamrznutí, útěk, útok. Ale kreace, tvořivost, je něco, co je blízké umění, co nemusí být vyvoláno vnějším podnětem, je to forma sebe-realizace.

Kreativita, tvořivost může nabývat mnoha podob a je nám vlastní, ač si ji možná v každodenní realitě neuvědomujeme. Není nutné vytvářet každý den dechberoucí umělecká díla jako Michelangelo, konec konců vytvoření nákupního seznamu někdy vyžaduje neméně umu a kreativity. Když pracujeme s klienty a spolu s nimi nacházíme cesty, jak je podpořit, nebo s

nimi být, je v tom kreativita, když někomu jakoukoli formou děláme radost, je v tom kreativita, když si děláme daily plan a snažíme se někdy do 24 hodin spojit nesklobitelné, je v tom tvořivost. A o tom, co vše je tvořivost a jak se projevuje, píší v tomto čísle Mrknutí dále kolegyně.

A ještě jeden rozměr tvořivosti bych chtěl zmínit. Jedna z mých oblíbených skladeb jednoho z oblíbených interpretů (ano, příliš mnoho not na nemalé ploše) se jmenuje Wither (vadnout). Není to balada o nenaplněné lásce, jak by napovídala název a nálada písně, ale je o procesu psaní, kdy autor popisuje své „stavy“ při tvorbě, při psaní. Tvořivost je vždy spojená s vydáním se. A opět nemusí jít jen o uměleckou tvorbu. Do každého našeho díla, a je jedno jestli to je David nebo nákupní seznam, dáváme kus sebe, své energie, svého času, svého umu. A zároveň s tím i něco z nás odchází, žije si dál svým vlastním životem. A tím se nějak vyčerpáváme. Konec konců i Stvořitel, poté co dokonal své dílo, dal kus sebe, odpočíval. Budme mu tedy podobní, tvořme svou realitu, tvořme svět kolem nás a v nás.

Martin Hořínek  
ředitel Charity Frýdek-Místek



“  
Je v něm daleko  
víc, než byste  
řekli,  
a o hodně víc,  
než tuší on sám”

Když potřebuji něco sepsat a nic mne nenapadá, obvykle si k tomu pouštím hudbu z filmového zpracování Pána prstenů. Snad se bude hodit i k dnešní úvaze o kreativitě.

Docela často slýchám větu: *“Já nejsem moc kreativní.”* Obvykle tím chce dotyčný říci, že nezkouší malovat, padají mu očka z jehlic a ikebana je jen cizí slovo. Ale můžeme se zkusit podívat na kreativitu jinak - čím je vlastně tvořivost v našem životě? Velmi podnětné chápání přináší autor už zmíněného Pána prstenů - J. R. R. Tolkien. V jeho pojetí patří tvořivost k podstatě života a k definici toho, kým je člověk. Přináší myšlenku, že člověk je *“tvor, který tvoří, protože byl stvořen”*.

Můžeme tedy chápat to, co děláme, jako pokračování zázraku stvoření a v malinkém měřítku přivádět k bytí nové světy. Tvoříme novou kvalitu vztahu, když nasloucháme klientovi. Tvoříme nový prostor bezpečí, když klienta podpíráme na cestě do koupelny. Vytváříme nové možnosti fungování služby, když tvoříme její rozpočet.

## Kreativita jako způsob života

Z tohoto úhlu pohledu tedy naše kreativita není ani tak nadáním nebo schopností, ale způsobem života. Potřebujeme k ní zvědavost, nadšení, vytrvalost... ale hlavně odhodlání být (slovy Tolkiena) ve své vlastní podstatě "sub-tvořiteli". Kreativita znamená tvořit něco pro druhé, ale také (snad i především) být spolutvůrci vlastního života.

Psychologie zná mimo jiné i velmi zajímavý koncept "locus of control". Rozlišuje dva typy lidí. Člověk z první skupiny věří, že na jeho život má vliv náhoda nebo osud. Věří, že jde hlavně o to, jestli bude mít štěstí nebo smůlu a on sám to nemůže příliš ovlivnit. Těžiště svého života vidí ve vnějších faktorech.

Člověk z druhé skupiny naproti tomu věří, že on sám má vliv na vývoj svého života,

že může hodně ovlivnit svou snahou, úsilím a přístupem - takže těžiště svého života vidí ve vnitřních faktorech. Výzkumy zaměřené na zkoumání životní spokojenosti ukazují, že lidé z této skupiny vykazují výrazně vyšší duševní rovnováhu, pocit naplnění, lepší zdravotní stav a mnohé další faktory.

Jako by tyto výzkumy ukazovaly, jak je důležité a zdravé přistupovat ke svému životu jako jeho "sub-tvořitel".

## Rozvoj kreativity

To nás přivádí k otázce, jak můžeme podpořit svou kreativitu. Tady mi připadá výstižný citát americké spisovatelky Sylvie Plath: "*Nejhorším nepřítelem kreativity jsou pochybnosti o sobě.*" Když tedy rozvíjíme svou vlastní sebedůvěru, když jsme sami k sobě laskaví a snažíme se sami sebe podpořit - pak pracujeme na růstu své podstaty, na růstu tvořivosti.

**Nezáleží přitom tolik na tom, na jakém místě to děláme. Někdo je Aragornem, někdo Legolasem, někdo Éowyn. Ale můžeme být i malým hobitem, hlavně když spolu s Tolkienem uvěříme, že: "Je v něm daleko víc, než byste řekli, a o hodně víc, než tuší on sám."**

Hana Baránková

## KREATIVITA V PODMÍNKÁCH, KDE BY JÍ MÁLOKDO ČEKAL

Když jsme v Pramínku objevili svět smyslohraní, nadchlo nás to svojí jednoduchostí a velkým přínosem. Propojuje učení se zábavou a podporuje přirozený rozvoj dětí. Přidanou hodnotou je čas strávený s rodičem – společně mohou experimentovat, tvořit a rozvíjet fantazii při vyprávění příběhů.

Děti skrze smysly prožívají svět a učí se vyjadřovat pocity. Smyslohraní je uklidňující, bezpečné a podporuje soustředění, spolupráci i komunikaci. Barevné, voňavé, plné různých povrchů a zvuků – zkrátka svět, do kterého se chce ponořit každý.

Z běžných věcí vznikají malé zázraky. K výrobě smyslotácu stačí tác s vyšším okrajem, obarvená rýže, těstoviny, fazole či cizrna. Přidáme plastová

zvírátká, kamínky, písek nebo mušle – a výlet do světa fantazie může začít. Máme například savanu, vodní svět, domácí zvířata nebo broukoviště.

V Centru Pramínek se snažíme nabízet rodičům i dětem prostor, kde mohou tvořit společně. Pro děti je důležité pracovat na něčem spolu s mámou či tátou a být v této činnosti podporováni a chváleni. Jsme rády, že u nás k tomu mají prostor.

I tam, kde nejsou velké finance ani speciální pomůcky, může být spousta tvořivosti. Stačí otevřenost, nápad a chuť být spolu – a vznikne něco, co obohatí nejen děti, ale i celou komunitu.

Andrea Branná, Alena Niesnerová

# Arteterapie & Artefiletika

## - tvořivá cesta k porozumění

**A**rteterapie je terapeutická metoda, která využívá např. výtvarný projev jako prostředek hlubšího sebepoznání, vyjádření emocí či zpracování životních zkušeností. Artefiletika má k arteterapii blízko - je to tvořivý způsob učení, jehož cílem není léčit, ale lépe porozumět sobě, okolnímu světu a lidem kolem nás.

V oblasti sociálních služeb se oba přístupy často prolínají a využívají jako podpůrný nástroj pro různé cílové skupiny – děti, seniory, osoby se zdravotním znevýhodněním nebo ty, kteří procházejí náročným životním obdobím. Pomáhají tam, kde slova někdy nestačí nebo nepřicházejí. Také v naší Charitě tuto metodu aktivně využíváme, konkrétně v Beskydském centru duševního zdraví, kde se stává cennou součástí podpory klientů.

Z mého pohledu je cílem především

podpořit sebevyjádření, uvolnit napětí, odpočinout si a znovu se spojit se svým vnitřním dítětem. Tvořivá činnost rozvíjí sebevědomí, komunikaci i fantazii. Klienti často popisují, že je proces tvorby doslova „pohltní“ - zapomenou na čas, starosti a poznávají sebe sama z jiných úhlů pohledu.

Formy arteterapie nebo artefiletiky mohou být různé – malování, modelování z hlíny, tvorba koláží, práce s přírodními materiály nebo společné výtvarné projekty. Záměrem je vést člověka k tomu, aby se soustředil na své pocity, potřeby, barvy, tvary a pohyby rukou, nikoli na to, „jak výsledek dopadne“.

Oba přístupy představují cenný doplněk sociálních služeb – propojují kreativitu s péčí o duševní zdraví, pomáhají lidem znovu objevovat své schopnosti a přinášejí pocit smyslu, radosti a lidského kontaktu.

Kristýna Míčková

# TVOŘIT ZNAMENÁ ŽÍT?

**V** Oáze se setkáváme s lidmi, kteří se učí znovu najít rovnováhu. Každý den je pro ně jiný – někdy se daří, jindy to jde těžko. Mluvit o svých pocitech bývá složité, a právě tehdy pomáhá tvoření. Nemusí se u toho moc mluvit, člověk prostě něco dělá, a přitom se mu trochu uleví.

Kreativita tady není o talentu ani o tom, aby vzniklo něco dokonalého. Je to spíš způsob, jak se na chvíli zklidnit a mít pocit, že něco zvládnou. Někdo vezme do ruky štětec, jiný hlinu, papír nebo kytaru. Jde o ten proces – o to, že člověk sám rozhoduje, jaký udělá tah, co zkusí, co vytvoří.

U nás se tvoří různě – malujeme, děláme z hlíny, skládáme krátké básně, zkoušíme hudební improvizace, staráme se o zahradu. Každá činnost má svůj význam. Pomáhá soustředit se, uvolnit napětí, získat pocit smyslu.

*„Když maluju, vypnu.“, říká pan Jiří.*

*„Nevnímám okolí a mám radost, že se to povedlo.“*

Paní Blanka doplňuje: *„Získala jsem pocit užitečnosti. Mám chuť něco dělat a vím, že to má smysl.“*

Jako pracovníci se snažíme, aby tvoření bylo dostupné pro všechny. Nepotřebujeme drahé materiály – často stačí věci, které bychom jinak vyhodili. Z obyčejného kousku dřeva, papíru nebo staré lahve může vzniknout něco pěkného. Důležitý je ten



pocit, že člověk něco udělal vlastníma rukama a dokázal to dotáhnout do konce.

Tvoření pomáhá našim klientům znovu získat sebedůvěru. V těch chvílích nejsou jen „pacienti“, ale lidé, kteří něco umí. A to je pro mnohé ten největší krok k uzdravení – vědomí, že mají v sobě sílu něco vytvořit a že to stojí za to.

Iva Kiková

# MOST

## MEZI PRACOVNÍKEM A KLIENTEM

**K**reativita nemusí mít vždy podobu malování či psaní básní. Někdy se projeví v úplně jiných formách – třeba ve schopnosti hledat nové cesty, jak klientovi přiblížit jeho vlastní sílu. A někdy spočívá i v nalezení nového jazyka – způsobu, jak mluvit o nemoci, emocích či naději tak, aby člověk i jeho okolí lépe porozuměli tomu, co se děje.

Tak tomu bylo i v případě paní, která se po letech aktivního života ocitla v období apatie, únavy, ztráty motivace a deprese. Dříve zvládala domácnost i péči o sebe s lehkostí, nyní však nezvládala téměř nic. Přestala vycházet ven, odkládala běžné činnosti a cítila se odtržená od života.

Prvním krokem bylo vytvoření brožury „Průvodce pro osoby s duševní nemocí a jejich blízké“, která byla připravena přímo na míru klientce i její rodině. Obsahovala srozumitelně podané informace o příčinách duševního onemocnění, o jeho vlivu na vztahy, o možnostech podpory, o fungování léků, ale i o mýtech, které nemoc často provázejí. Součástí byl i příběh člověka s podobnou zkušeností. Cílem bylo, aby klientka dokázala vnímat svou nemoc bez pocitu selhání a aby i její nejbližší okolí lépe pochopilo, že nemoc není o slabosti, ale o potřebě přijetí a podpory. Klientka brožuru velmi ocenila – byla pro ni i jejího manžela citlivým mostem k porozumění.

Když později onemocněl její manžel vážnou nemocí, stála před dalším těžkým obdobím. Sama, bez rodiny poblíž, se musela znovu

mobilizovat. Pomohlo jí vytvoření nabídky podpůrné sítě – kontaktů na služby, které by mohly pomoci s úklidem, jídlom či dopravou. Už samotná jistota, že na to nemusí být sama, ji zklidnila. Nakonec většinu věcí zvládla vlastními silami – doprovázela manžela na vyšetření, našla v sobě nečekanou sílu.

Další krok spočíval ve vytvoření „otázek na míru“, které jí pomáhají rozhodnout se v momentech, kdy má pocit, že na nic nemá sílu.

Otázky nejsou o tom, co musí udělat, ale o tom, co by jí mohlo pomoci cítit se lépe.

Například:

Co mi to přinese, když to udělám? Pomůže mi to cítit se víc užitečná?

Co tím získám já – a co z toho může mít moje okolí?

Jak se budu cítit, když to odložím? Nebude mě to později tížit?

Díky těmto otázkám se klientka učí přemýšlet a hledat malé kroky, které jí dávají smysl. Sama říká, že právě tyto otázky jí pomáhají „rozhýbat se“, když má pocit, že uvízla.

Kreativita se tak v tomto příběhu projevila ve schopnosti vytvářet nové, osobní způsoby podpory. Ty spočívaly ve vytvoření brožury, nabídky podpůrné sítě. Tyto nástroje mě propojily s klientkou nejen profesně, ale i lidsky. Vznikl mezi námi most postavený na porozumění a důvěře.

Adéla Štupáková

# Jak hledáme nové cesty, když staré nestačí

novace v pečovatelské službě se mohou projevat v několika rovinách – organizaci práce, v přístupu ke klientům, i ve využívání moderních technologií.

V pečovatelské službě jsme často vystaveni různým krizovým situacím, které vyžadují rychlou a efektivní reakci. V těchto chvílích je týmová spolupráce zásadní pro zachování kvality péče o naše klienty. Často řešíme personální krizi, kterou se nám daří zvládat díky zaučení celého týmu napříč všemi terény, což vede k větší zastupitelnosti. Začali jsme také více využívat aplikaci Teams, která nám umožnila zobrazení rozvržení našich jednotlivých terénů a také základních informací o jednotlivých klientech. Díky tomu můžeme pečovatelky využít k péči o klienty, které běžně ve svém

terénu nemají. Pokud dojde k nějakým změnám u klienta (odhláška, hospitalizace, zhoršení zdravotního stavu,...) pečovatelky to zaznamenají do mobilu, a tak víme co se v terénu děje. Všechny tyto informace pak vidí celý tým.

Jelikož se blíží zima, trochu nám mrzne úsměv na rtech. Z médií už slyšíme, že letošní zima bude opravdu tuhá. Což pro nás znamená další krizové situace, jako jsou zamrzlá auta, ledovka na silnicích, auta, která ráno nenastartujete atd.. Prostě zimní pohádka. Pečovatelky si do svých aut zase dají škrabky, lopaty a protínámrazovou plachtu na přední sklo a mně jako vedoucí nezbude doufat, že se meteorologové mylí.

Hledání řešení různých krizí je součástí téměř každého dne. Přistupuje k nim vždy individuálně, vždy záleží, koho se dotýkají. Podstatná je komunikace a týmová spolupráce. Mít oporu v týmu a vědět na koho se můžeme obrátit je u nás základem pro řešení krizových situací.

Michaela Míčková

# TVOŘIVOST NEMÁ DATUM SPOTŘEBY

V průběhu naší práce s klienty jsme postupně přišli a potvrdili si to, již známé, že práce se

vzpomínkami je pro seniory velmi osvědčená metoda a přináší jim pocit radosti. I klientům, kteří již mají problém s pamětí se vždycky něco vybaví, co si pamatují z dětství nebo mládí. Velmi často na tom stavíme naše rozhovory, aktivity atd. Velmi v tom klientům pomáhá také tvořivost.

Dřívější generace, možná i více než dnešní, byly nuceny si své věci, oděv domácnost zdobit, vylepšovat vlastními silami a v tom jim tvořivost velmi pomáhala. A právě na to vzpomínají. Jak si vyšívali nudné halenky, které byly, dá se říct uniformní, jak si přešívali staré oblečení pro sebe nebo děti, jak pletli, háčkovali a vyšívali, aby nezapadali do šedi a průměru tehdejší doby. Vždyť kdo z nás (zejména starších) neměl v dětství a mládí nějaké nejen tvořivé koníčky a pánové hobby?

Třeba éra pořizování chat a chalup a nekonečná škála kutilských a renovačních procesů? Stejně jako zpracování úrody všech těch zahrádek a políček. Pak tady však byli lidé, kteří tvrdě pracovali na svém hospodářství a na koníčky nezbýval čas. Svou kreativitu uplatnili v zajišťování potřeb rodiny, ač vlastně možná nevěděli, že kreativní jsou.

Vzpomínky našich klientů (a možná i fotografie v jejich šuplících nebo albech) jejich tvořivost potvrzují. I když samozřejmě ne u všech. Během doby, kdy s nimi pracujeme a už i při vstupním sociálním šetření zjišťujeme, co je dříve bavilo, co rádi dělali, nebo co chtěli někdy zkusit, a nedošlo na to. Téměř v každém se totiž nějaká schopnost kreativity skrývá.

V rámci denních programů máme vždy dopoledne zhruba hodinku a půl až dvě na aktivity. I při trénování paměti, řešení zábavných kvízů také kreativitu vnímáme – někteří klienti totiž veršují, nebo systematicky a esteticky vyplňují a doplňují, vybarvují apod.

A pak zařazujeme právě tvořivé aktivity, pracovní i kreativní činnosti. Přizpůsobujeme činnosti také tematicky – podle ročních období, svátků, příležitostí (narozeninové dny klientů, návštěvy dětí z MŠ). A poznáváme, že kreativní činnosti nejsou jen doménou žen. I pánové alespoň vzpomínají na recepty svých

maminek, manželek a sdílejí je. Také při malování jeden z hezkých obrázků vzešel ze štětce klienta – muže.

Co se nám prozatím neosvědčilo, je vytváření rodokmenů. Klienti tomu nebyli nakloněni a vycítili jsme, že je historie jejich rodiny pro mnohé citlivé téma. Zejména při skupinové práci.

Vždy má velký úspěch jakékoliv pečení, klienti sdílí i své recepty nebo i recepty generace svých maminek, čehož se snažíme využít např. při pečení vánočního cukroví. Tady už mluvíme o reminiscenci, kdy vzpomínky podpoří paměť a klient se pak rozpovídá o těchto obdobích v rodině a vhodnými otázkami rozvíjíme témata dále. Takto se snažíme pracovat s klienty, kteří buď méně hovoří nebo opakují jen některé vzpomínky nebo historky stále dokola.

Je pro nás velkou odměnou, když klienti mají radost z výsledků svých výtvorů, které nám zdobí stacionář. Také rodiny klientů jsou leckdy velmi překvapeni, že jejich maminka, tatínek, dědeček či babička dokázali ještě něco vytvořit.

Takže pokud shrnu důležitost kreativity? Je nesmírně důležitá pro naše klienty, ale také pracovníky. Kreativní přístup k práci může klientům i pracovníkům přinášet radost, motivaci a pocit naplnění. Společné tvoření podporuje komunikaci a vztahy mezi klienty i mezi klientem a pracovníkem. I ve stáří může najednou klient zjistit, že se mu něco daří, že je pochválen ostatními vrstevníky a dodá mu to pocit smysluplnosti a vlastní hodnoty.

Marcela Piskořová  
Petra Šikulová

# KAŽDÝ Z NÁS JE ORIGINÁL

Každý člověk je originál — a v dobrovolnictví to platí dvojnásob. Každý dobrovolník přichází se svým příběhem, svým pohledem na svět a svou jedinečnou energií, kterou předává dál. Našeho koordinátora dobrovolníků, Jana Slavíka, jsme se ptali na netradiční otázky, které přinesly překvapivě otevřený pohled do jeho práce. Dozvíte se například, jaké barvy by měl svět dobrovolníků a třeba i to, jaké momenty dokážou překvapit i toho, kdo je doprovází.

## **Kdybys měl kreativitu popsat nějakou barvou, jaká by to byla?**

*Asi by to nebyla jedna barva, ale spíše paleta barev, se kterou se např. můžeme setkávat v tomto období podzimu u stromů.*

## **Pokud by tvoje práce s dobrovolníky byla divadelní představení, jaký žánr by to byl?**

*Nejvíce mi sedí divadelní žánr Drama/činohra díky spletnosti lidských osudů dobrovolníků i lidí, se kterými se dobrovolníci na službách setkávají.*

## **V čem vidíš souvislost mezi kreativitou s dobrovolnictvím?**

*Každý z dobrovolníků se pro dobrovolnictví v určitý moment rozhodl, což vnímám jako kreativní moment pohledu na svůj život a kreativní využití všech možností, které život nabízí. Stejně vidím prostor pro kreativitu při každém setkání dobrovolníka s klienty, které bývají ve znamení improvizace a přizpůsobení se. Věřím, že v těchto chvílích je pro kreativitu dostatek místa.*

## **Zažil jsi nějakou situaci, kdy tě dobrovolník překvapil svou tvořivostí?**

*Nejvíce tvořivosti jsem zakusil při tvořivých setkání před Vánocemi a Velikonocemi.*

## **Co byl nejbláznivější nebo nejoriginálnější nápad dobrovolníka, který se vám povedl zrealizovat?**

*Nestrávil jsem s dobrovolníky ještě tolik společného času, ale napadla mě situace, která se netýká přímo služby, ale výletu na Prašivou, který jsme s několika dobrovolníky zrealizovali na začátku léta. Po cestě jeden z nich, kterému už je téměř 70 let, když jsme vedli debatu o věku a ubývajících silách, sundal batoh, tričko, našel si větev a začal dělat shyby. Protože byl v tu chvíli nejstarší z nás, museli jsme jako chlapi uznale vyjádřit svůj obdiv.*

## **Jakým způsobem podporuješ Ty/ Charita kreativitu u dobrovolníků?**

*Myslím si, že záleží na každém z nich, jak jsou ve své službě a přístupu ke klientům kreativní. Osobně jím spíše přejí a fandím, aby takovými byli.*



### **Jak hledáš kreativní způsoby, jak zapojit dobrovolníky do činnosti s klienty?**

*Přiznám se, že na nějaké hledání nových způsobů nezbyvá příliš času. Tak spíše věřím v kreativitu samotných dobrovolníků i aktuální potřebu klientů, ke kterým přichází.*

### **Hrají roli v kreativním rozvoji i společná setkání dobrovolníků?**

*Nabízím každý měsíc možnost setkání a mojí snahou při plánování bylo, aby byl program co nejpestřejší, a aby se zároveň dobrovolníci vzájemně povzbudili a navzájem inspirovali v přístupu k službě dobrovolnictví.*

### **Kdybys měl vybrat jeden nejvíc inspirativní moment z posledních setkání, jaký by to byl?**

*Asi nenajdu jeden moment, ale příběhy dobrovolníků, které jsou sami o sobě inspirativní a obdivuhodné. Na setkáních mimo Charitu, když dojde řeč na téma naplněnosti, odvahy, nasazení atd. mi mnohdy přijdou na mysl právě životy a tváře dobrovolníků, které jsem mohl poznat a se kterými se rád setkávám.*

### **V čem vidíš největší přínos kreativity pro klienty?**

*Záleží asi na té konkrétní službě a středisku,*

*kde dobrovolník nabízí svou službu. Ale společným podnětem by mohlo být, že každý člověk je originálem a svým osobitým způsobem může něco přinést druhému. Tak bych v tomto případě kreativitu vztáhl spíše na Stvořitele, který byl kreativní při tvoření každého z nich.*

### **Kdybys mohl pozvat jakéhokoliv slavného umělce, aby vedl kreativní workshop pro dobrovolníky, kdo by to byl?**

*S kolegyní jsme se nad tím zamysleli a shodli jsme se na umělcích, jako je např. Lucie Bílá – je slavná, a přitom se srdcem podobně nastaveným právě dobrovolníkům, které vidí potřeby druhých a zároveň ji naplňuje druhým něco dávat. Věřím, že setkání s ní by mohlo být pro dobrovolníky odměnou i načerpáním nových inspirací.*

### **Pokud by nebylo nějaké omezení času a peněz – jaký kreativní projekt s dobrovolníky bys uskutečnil?**

*Kdyby dobrovolníci měli více času a já k dispozici více financí, rád bych dopřál dobrovolníkům nějakou větší odměnu na poděkování, třeba cestu do Říma spojenou se zábavou, kulturou, duchovním přesahem či načerpáním zkušeností s dobrovolnictvím v jiné zemi.*

## **CHARITA FRÝDEK-MÍSTEK** ***...s námi nejste sami...***

**CHARITNÍ MRKNUTÍ**, říjen - prosinec 2025,  
vydává Charita Frýdek-Místek pro potřeby interní a externí komunikace,  
redakce: Martin Hořínek, Tereza Staroščáková

**Charita Frýdek-Místek**  
Příborská 602, 738 01 Frýdek-Místek  
IČ: 45235201  
č.ú.: UniCredit Bank 2112858051/2700,  
[www.charitafrfm.cz](http://www.charitafrfm.cz),