

informační bulletin

Domova sv. Josefa, střediska Oblastní charity Červený Kostelec, které jako jediné zařízení v ČR poskytuje komplexní rehabilitační péči pro lidi nemocné roztroušenou sklerózou



Paní Pavla pracuje v Domově skoro 20 let.

Motivuje mě, když klient udělá pokrok

Paní Pavla Metelková pracuje v Domově svatého Josefa jako fyzioterapeutka na zdravotním oddělení již od samého začátku a mezi klienty je velmi oblíbená. Jak se podle ní Domov změnil a co jí v práci s nemocnými roztroušenou sklerózou naplňuje nejvíce? Nejen na to jsme se jí zeptali.

20 let pomoci lidem s roztroušenou sklerózou je úctyhodná doba. Vzpomenete si na Váš první den v Domově?

Tehdy jsem ještě žila v Nymburku. V 70 km vzdáleném Domově jsem měla i bydlet. Společně s kamarádkou jsme nastoupily během prvního roku provozu hned po škole. Když jsem do Domova poprvé přijela, fungovalo jen jedno oddělení. Přivezl mě bratr. Když viděl tehdejší stav budov v areálu, zeptal se: „Nechceš se otočit? Pořád je ještě cesta zpátky.“ Nicméně, zůstala jsem. Venku to vypadalo jako vybombardovaný. Vlastně i zevnitř, kromě jednoho opraveného oddělení. Ale mělo to svoje kouzlo. Ráda na to vzpomínám.

Vzpomenete si na první klienty?

Setkání s nimi bylo velmi silné, ale není to výjimka. Mám to tak u každého klienta. Vždy se snažím vcítit a pomoci. Dodnes si vybavuji všechny tváře, oči i povolání. Dokázala bych jmenovitě dát seznam všech.

Například paní Věruška, která byla z mého rodného města a znala moji babičku. Vypadala, že pořád spí, ale měla o všem perfektní přehled. Dále si pamatuji pana Pavla. Na pobytu se seznámil s Alžbětou. A nakonec měli svatbu. Bylo to první takové seznámení v Domově, ale ne jediné. Paní Věruška to tehdy samozřejmě o nich věděla, už když se seznámili. Ale nikomu to neřekla :-)

Jak vznikl rehabilitační program?

Aplikovali jsme to, co jsme znali ze školy. Aktivně jsme se o problematiku zajímali, hledali jsme školení a kurzy. Člověk se učí, získává zkušenosti s pacienty. Zjišťovali jsme, co funguje, a co naopak ne.

Samozřejmě, nedá se to srovnat s tím, na jaké úrovni je rehabilitace teď. Ať už vybavením, tak zkušenostmi. Pořád se učíme. Z chyb se poučíme a někdy vymyslíme něco, co naopak začne fungovat. Zkušenosti se za 20 let kumulují a lidé s roztroušenou sklerózou z toho mají užitek.

Jaký je Váš nejsilnější zážitek?

Není jeden, o kterém bych řekla, že by byl nejsilnější. Jsou to spíš takové střípky. Krásné okamžiky v začátcích. Improvizace. Nic ještě nebylo nastaveného. Když bylo hezky, šli jsme si spo-

pokračování na str. 2



Pravidelná rehabilitace je základem k větší soběstačnosti



lečně s klienty na oběd do parku. Vzali jsme je na výlet. Třeba do Braunova Betlému. Nikdo nevěděl, jak to bude vypadat. Byla to spíš taková dobrodružná stezka. Po těch kamenech jsme museli tlačit. Pak jsme zjistili, že někudy se ani nedá jet. Tak jsme přinesli ližiny, pomocí kterých klienti na vozíku najíždějí do automobilu. Díky nim jsme výmoly přejeli. A jelo se dál, dokud to vozíky daly. Přežili jsme to a Betlém byl fajn, viděli jsme ho. A nakonec jsme z toho měli všichni dobrý pocit.

Jak vypadá Váš běžný rehabilitační den?

Každý den pracuji se šesti klienty. Na každého mám 60 minut. Zbývající 2 hodiny vyplňuji doplňkovou terapií – robotická ruka, stavěcí vozík, masáž, uvolňovací techniky, protažení, chůze, chůze do schodů či v terénu – podle toho, co daný klient konkrétně potřebuje.

Aktivita musí vycházet od pacientů. To je základ úspěšné rehabilitace.

Snažíme se klienty správně motivovat. Jak moc nacvičíte, tak budete dobří. Vybavím si konkrétní příklad jedné klientky, který mi v poslední době udělal velkou radost. Ukázala jsem jí cvičení na lepší držení těla při sedu. Začala cvičit a po dvou měsících se doma zlepšila. Přitom je na elektrickém vozíku. Když znovu přijela na pobyt, její sed byl mnohem lepší a umožnilo jí to realizovat další činnosti. Aktivita musí vycházet od pacientů. To je základ úspěšné rehabilitace. Člověka motivuje to, že vidí, že klient udělal pokrok, který mu zlepší kvalitu života.

Domov se proměnil k nepoznání. Jak hodnotíte tu proměnu?

Co se areálu i vybavení týče, to je rozdíl jako Trabant a Ferrari. I když to vztáhnou jen na vybavení rehabilitací. Všude máme zvedací systém, což není obvyklé. Dále specializované pomůcky, redcord, chytrá rukavice, měření tlaku sedu na vozíku, ústní myš a mnoho dalšího. Vybavení je zkrátka super. Neustále pečujeme o nemocné zlepšujeme. Vážím si toho, že je stále velmi dobrá. Dříve jsme si opravdu mezioborově pomáhali. A to si myslím, že zůstává velkou výzvou i nyní po 20 letech, kdy se Domov rozrostl z jednoho objektu do čtyř.

Na každé hodině cvičení se dnes dárci Domova podílí zakoupením Domovenky částkou 290 Kč.

Domovenka = 290 Kč = 1 hodina cvičení/poradenství pro nemocné roztroušenou sklerózou. Co byste dárcům vzkázala?

Když darujete, má to obrovský smysl. Dáváte konkrétnímu člověku možnost větší soběstačnosti, samostatnosti, větší kvality života. Naději na zlepšení. U lidí s roztroušenou sklerózou je cvičení to nejdůležitější, co jim můžeme dát. **Proto všem dárcům ze srdce děkuji, nejen za sebe ale i za všechny naše klienty.**

domovenka

JE 1 HODINA CVIČENÍ
PRO 1 PACIENTA S ROZTROUŠENOU SKLERÓZOU
ABY MOHL ŽÍT DOMA

Kč 290,-

KOLIK hodin
můžete darovat Vy?

52	26	12
9	5	4
3	2	1

Střípky z Domova

- Pepa i Pepina se už vrátili z teplých krajů a kamera jim rozhodně nevádí. První vajíčka se již líhnou. Kolik mláďat nakonec vychovejí? Sledovat je můžete živě na našem YouTube kanále.
- Do Domova míří prestižní cena SozialMarie. Cenu veřejnosti získal projekt Centra informačních technologií a alternativní komunikace (CITAK). Zvítězil v konkurenci 275 projektů z celé střední a východní Evropy!
- V Domově proběhla poprvé canisterapie, využívající pozitivního působení psů na zdraví člověka. Klienti byli nadšení a přes úsměvy si ani nevšimli, že se účastní terapie! Na

fotografie nejen z této akce se můžete podívat na našem webu nebo facebooku.

- Kavárna Damián i Bylinková zahrada jsou otevřeny. Od úterý do neděle od 9:30 do 16:45 můžete v zahradě zakoupit sadbu nebo si do 17:00 posedět v kavárně třeba nad letošní novinkou, šálkem Kurkuma Latté.
- Jaro jsme letos přivítali stylově! Jako každý rok nám pomohli dobrovolníci z královédvorské Arniky. Tentokrát nám k tomu zahrála talentovaná saxofonistka a zvládli jsme i křest knihy Roztroušená inspirace, kterou napsali samotní klienti Domova svatého Josefa.

Květen, měsíc roztroušené sklerózy

Mnozí považují květen za nejkrásnější měsíc v roce. Příroda se dočista probudila ze zimního spánku, zvěř a ptáci hnízdí a vyvádějí mladé, teplo a slunce přináší radost a novou naději. I my v Domově sv. Josefa se každoročně moc těšíme.

A není náhodou, že 30. května si připomínáme světový den roztroušené sklerózy. Je oslavou globální solidarity zdravých s nemocnými a naděje do budoucna. Vědci navíc usilovně pracují na vývoji nových léků a dalších léčebných možností pro pacienty trpící roztroušenou sklerózou.

Ani my nezhálíme a klademe si nemalé cíle. Do konce května zajistit 3000 Domovenek. Díky nim mohou naši terapeuti poskytovat více hodin cvičení, rehabilitace, pomoci a poradenství. To znamená větší soběstačnost, lehčí život, zapojení nemocných do aktivit, které my zdraví považujeme za běžné a snad i obyčejné věci. **Pomůžete i Vy?**

Takovou „obyčejnou“ aktivitou je třeba práce na zahradě. V letošním roce **budeme opět společně s organizací Unie ROSKA sázet slunečnice** v naší nově zrenovované bylinkové zahradě. A jak je možné, že i zcela ochrnutí lidé mohou pracovat? **Bez obětavé práce našich zaměstnanců přímé péče by**

to samozřejmě nebylo možné. Společným cílem je totiž nejen léčit, rehabilitovat a poskytovat nutnou péči, ale vytvářet také našim klientům opravdový domov. Místo, kde se cítí bezpečně, kde mohou skutečně žít. I vaše dary nám k tomu pomáhají. **Děkujeme.**



Sázení slunečnic je v Domově již tradiční akcí.

Poradna nyní pomáhá i v terénu

Je zcela zdarma a podporuje nemocné roztroušenou sklerózou v domácím prostředí i pečující osoby již rok a půl. Ke každému klientovi přistupuje individuálně podle jeho potřeb. **Cílem je pomoci klientům a jejich pečujícím osobám zorientovat se v systému sociálních služeb a zajistit nejlepší dostupnou péči v domácím prostředí a motivovat k udržení soběstačnosti.**

**Poradna pomáhá nemocným RS
s každodenními problémy
ZCELA ZDARMA**

Jak odborná poradna funguje?

Služba je poskytována zdarma. Telefonicky, pomocí e-mailu nebo osobně kontaktujete odbornou poradnu, kde Vás sociální pracovníce vyslechne a spojí s jedním z našich specialistů. **Ti jsou Vám k dispozici zdarma právě i díky Domovenkám.**

Co se už v odborné poradně povedlo?

Jedním z mnoha příkladů pomoci naší odborné poradny je **paní Klaudie**. Na pobytu v Domově si vyzkoušela matraci proti proleženinám, která ji vyhovovala a měla zájem pořídit si ji domů. Vzhledem k tomu, že tato matrace není levná záležitost, obrátila se paní Klaudie osobně na odbornou poradnu, kde jí sociální pracovníce pomohly vyplnit žádost o příspěvek. Tato žádost byla schválena a paní Klaudie měla matraci za pár týdnů doma.

Další příkladem je pan Jiří. Odbornou poradnu kontaktovala telefonicky jeho manželka, která chtěla přijít na způsob, jak se svým manželem lépe komunikovat. S pracovníci odborné poradny si domluvila vhodný termín pro návštěvu přímo u nich doma, kde si pan Jiří mohl vyzkoušet pomůcky alter-

nativní komunikace, které přivezly pracovníce s sebou. Logopedka navíc klientovi ukázala cviky na posílení žvýkacích svalů. V této spolupráci budeme s klientem pokračovat během jeho pobytu v Domově, na který se v nejbližší době chystá.

Poradna poskytuje klientům:

- informace o pobytech v Domově
- kontakty na návazné služby (domácí péče, domovy pro osoby se zdravotním postižením, odlehčovací služby apod.)
- podporu při vyplňování žádosti o příspěvek na zvláštní pomůcku nebo při vyřizování nadačního příspěvku
- **poradenství** v oblasti alternativní komunikace, logopedie, fyzioterapie, psychoterapie a léčby ran
- informace o půjčovních kompenzačních pomůckách
- **nově terénní formu odborné poradny** (po domluvě přijedeme do Vašeho domácího prostředí, které je stěžejní při řešení Vaší situace)



Odbornou poradnu kontaktujte:

PO-PÁ od 8 do 15 hod telefonicky:

491 610 620, 734 333 618

kdykoli e-mailem: poradna@dsj-zirec.cz

Srdečně Vás zveme

Noc kostelů

10. června od 18:00 do 20:00

Můžete se zblízka podívat na unikátní zvonkový klavír, navštívit zakristii a obdivovat jezuitský betlém. Čeká Vás i vystoupení prof. Václava Uhlíře a Evy Henychové.

Svatoanenské slavnosti

23. července od 10:00 do 19:00

Oblíbená benefiční akce s bohatým kulturním programem, probíhající v celém Areálu Žireč s moderátorem Josefem Mádlm. K poslechu a tanci zahrají **Michal Hrůza**, Jana Veberová, Alla Breve, Crosroad-Band, Klíč a Děda Mládek Illegal Band. V parku bude tradičně řemeslný trh s dílnami.

Bylinkobraní

24. září od 11:00 do 17:00

Akce s bylinkovými tématy. K poslechu zahrají 2JAJA, Klapeto a Jiří Pilař. Děti se mohou těšit na workshopy a divadélko.

Benefiční koncert Bratrů Ebenů

8. prosince od 19:00, Městské divadlo Náchod

Výtěžek z koncertu bude využit na provoz Domova sv. Josefa. Předprodej bude brzy zahájen na beraneknachod.cz

Léto

Josef Hora

V nebeské modři oblečena,
jde mužským zrakem věčná žena.

Alt večerů a soprán rán,
nahotou její zadýchán,
rozechvěl hvězdy, proudí námi,
duje jak vůně zahradami
a v krvi poznamenav nás,
mizí jak vítr, jako čas.

Když se sny mohou změnit v realitu

Co znamená, splnit si sen?

Pro Honzu Duška je to cestování, na svém vozíku dojel do Camina i Černobylu. Dokázal, že i bez pohybu se dá plánovat, cestovat, nevzdávat se.

Pro Josefa Tintěru je to být užitečný jiným. I bez možnosti pohybu pracuje, pomáhá stejně postiženým komunikovat a ovládat své okolí pomocí moderních technologií. I ostatní nemocní mají své sny. Sny o větší soběstačnosti, o lehčím životě, o stabilním zázemí.

K tomu jim můžete právě teď pomoci i Vy. **3000 Domovenek je 3000 hodin cvičení a odborné péče specialistů Domova sv. Josefa, které jsou startovní čarou pro plnění snů více než 5000 těžce postižených v celé ČR.**

290 korun je cena jedné večeře v restauraci nebo 1 zmrzlina pro 5 lidí. 290 korun je ale také celá hodina startu za lehčím životem.

Společně můžeme dokázat, že není nesplnitelný sen získat je do konce května. Pomůžete nám pravidelně zajistit tolik důležitou rehabilitaci i v příštích měsících?



Honza se svých snů rozhodně nevzdává. I díky Vám!

„Nemocné tělo potřebuje lékaře, nemocná duše přítele.“
– Menandros

QR platba přes mobil



Naskenujte prosím QR kód pomocí mobilní aplikace internet banky.

Bankovní spojení

9999666/0300

variabilní symbol: 7402

Dárcovská SMS na číslo 87 777

jednorázové zadání SMS ve tvaru:

DMS DOMOVJOSEF 90

trvalé zadání SMS ve tvaru:

DMS TRV DOMOVJOSEF 90

Cena DMS je 90 Kč, Domov sv. Josefa obdrží 89 Kč
Více informací na www.darcovskasms.cz

Domov sv. Josefa

- středisko Oblastní charity Červený Kostelec, IČ: 48623814
- nestátní zdravotnické a sociální zařízení pro nemocné roztroušenou sklerózou
- Žireč 1, 544 04 Dvůr Králové nad Labem
- www.domovsvatehojosefa.cz
- kontaktní osoba: Soňa Čvančarová, tel.: 739 553 280, e-mail: pomahame@dsj-zirec.cz
- statutární zástupci: Ing. Mgr. Miroslav Wajsar (ředitel Oblastní charity Červený Kostelec), Mgr. Dominik Melichar (vedoucí Domova sv. Josefa)

Sledujte nás na:



@domovsvatehojosefa



Oblastní charita
Červený Kostelec



Děkujeme za Váš zájem o Domov sv. Josefa a podporu lidí s roztroušenou sklerózou. Pokud preferujete elektronickou formu místo tištěné nebo si přejete zasílat naše materiály méně často či se úplně odhlásit, ozvěte se na výše uvedené kontaktní údaje. Vaše údaje zpracováváme v souladu s nařízením EU č. 2016/679 o ochraně fyzických osob (GDPR). Bližší informace na stránkách Domova sv. Josefa. Bulletin je vytištěn a distribuován ve spolupráci s Tiskárna Pratr, a.s., Českou poštou a našimi sponzory. Náklad bulletinu: 1 000 kusů.