

# roztroušený magazín

z Domova sv. Josefa a světa roztroušené sklerózy



## Jednou chci zase tančit, říká naše klientka Aneta

**Odlehčovací pobyt v Domově sv. Josefa není jen místo, kam by si lidé s roztroušenou sklerózou přijeli oddechnout, jak by se podle názvu mohlo zdát. Díky pravidelnému cvičení zlepšují svůj zdravotní stav. O tom, jak to na odlehčovacím pobytu chodí, se rozpovídala paní Aneta, jedna z mnoha spokojených klientů.**

Jak sama říká, na první pobyt přijela jen na zkoušku. „Zajímalo mě, jestli mi pobyt v Domově vůbec něco dá. A dal mi hrozně moc. Takže návrat je jasný,“ usmívá se. Shodou okolností se do Domova poprvé vydala zrovna v době Svatoanenských slavností. „Ty už nesmím vynechat. Celkově je areál v létě nádherný, plný barev. Vždy je na co koukat nebo co dělat.“

Tohle je její druhý pobyt a rozhodně není poslední. „Atmosféra je tu více než přátelská, skoro všichni si tu tykají. To jsem nečekala a velmi mile mě to překvapilo. Jsme tu k sobě hodně upřímní, jsme totiž všichni na jedné lodi. Každý má sice jiný příběh, ale základ je stejný.“

Během pobytu vyzkoušela mnoho různých terapií, přes lymfomasáže a rehabilitaci až po cvičení mimických svalů. „Člověk mimické

svaly používá neustále. U jídla, při úsměvu, když mluví. Pro zdravého člověka je to naprosto běžná věc, kterou si ani neuvědomuje. Pro nemocné roztroušenou sklerózou to však může být problém. I s tím mi tu však dokázali pomoci,“ přibližuje jednu z obtíží roztroušené sklerózy.



„Chci jednou zase tančit. Takže nejdřív musím zase chodit, postavit se. Je opravdu znát, že když je cvičení pravidelné, tělo dá odezvu. Cvičím i sama, kdykoli v průběhu dne. I díky radám pracovníků rehabilitace vím, jak na to,“ dodává.

Díky odborné poradně, kterou může využít každý i z pohodlí svého domova, získá paní Aneta nový elektrický vozík. „Děvčata v poradně mi pomohla vyplnit žádost. Dívám se

spíš dopředu. Zatím elektrický vozík nepotřebuji, ale vyřízení žádosti může trvat a chci stačit vnučatům, aby mi neutekla moc daleko,“ usmívá se.

Na odlehčovací službě strávila dva měsíce a už se těší, až se zase vrátí. „S holkami jsme se dohodly, že se tu sejdeme zase v červenci,“ vypráví o dalších klientkách, se kterými se seznámila. „Vyměnily jsme si kontakty, s jednou z nich máme v plánu setkávat se i v průběhu roku, bydlíme totiž kousek od sebe, ale doteď jsme o sobě nevěděly.“

**A jak vypadá běžný den odlehčovacího pobytu? Každý den je jiný a klienti mají program vytvořený přesně podle svých potřeb.** Paní Aneta je hodně akční, takže se ani chvíli nenudí.

„Po ranní hygieně a snídani mám cvičení, pak je to někdy celotělová vana, někdy skupinová psychoterapie nebo muzikoterapie. Po obědě a chvilce spánku už je program více méně volný. Nerada zahálím, takže jezdím vyrábět košíky, každou středu hrajeme kuželkový turnaj. Nevynechám žádnou mši ani koncert či promítání filmu. Čas si samozřejmě udělám i na kávu a zákusek v místní kavárně,“ vyčísluje svoje aktivity. Ty může v Domově sv. Josefa zažít i díky sbírce Domovenka.

# Co je odlehčovací pobyt a komu pomáhá?

**Odlehčovací pobyt s rehabilitací v Domově svatého Josefa je pobytová sociální služba, která je především pro osoby s neurologickým onemocněním, převážně roztroušenou sklerózou, a klienty s tělesným nebo jiným zdravotním postižením.**

Zájemcům o tuto službu nabízíme v současné době ubytování a stravu v budově nazvané Dům sv. Kláry, ve dvoulůžkových a třílůžkových pokojích. Většina pokojů je vybavena stropním transportním systémem, který umožňuje bezpečnou manipulaci s klientem při přesunech. V příštím roce dojde k propojení s protější budovou, která je nyní v procesu kompletní rekonstrukce. Rekonstrukcí získáme zvýšený komfort ubytování, nové prostory pro terapie a rozšíříme nabídku služeb o speciálně vybavené tzv. chytré byty.

## Co znamená pojem „odlehčovací služba“?

Pobyt umožňuje pečující osobě převzetí dočasné péče o blízkou osobu v nepříznivé sociální situaci. Pečující tak získá čas potřebný na odpočinek s jistotou, že je o jeho blízkého dobře postaráno.

## Kdo se o Vás postará?

O klienty se stará nepřetržitě tým pečovatelek, během dne ve spolupráci se sestřičkami domácí péče a aktivizační pracovníci.



## Kolik stojí?

Služba je zpoplatněna, může být však hrazena z příspěvku na péči, který po dobu pobytu klientům zůstává. Zdravotní péči poskytujeme formou domácí péče, je plně hrazená zdravotní pojišťovnou a probíhá ve spolupráci

s praktickými lékaři klientů.

*Informace o aktuální výši úhrad za poskytované služby naleznete na [domovsvatehojosefa.cz](http://domovsvatehojosefa.cz).*

## Proč právě u nás?

Naše služba je výjimečná a nejčastěji vyhledávaná díky nabídce četné a komplexní rehabilitace, která se specializuje primárně na neurologická onemocnění typu RS. Každého klienta navštíví fyzioterapeutka, společně sestaví při příjmu rehabilitační plán a následně jsou každý týden rozepisována cvičení a procedury. Kromě klasické vodoléčby a vířivek od letošního roku nabízíme i novou relaxační proceduru, tak zvanou suchou vanu. Vzhledem k nastavení cílové skupiny odlehčovací služby, je pro naše klienty prioritou kvalitní a intenzivní rehabilitace. V denním harmonogramu každého klienta tedy nechybí od pondělí do pátku hodina rehabilitace nebo vodoléčby. Cvičení probíhají individuálně i skupinově, uvnitř i venku v našem areálu.



**Kromě rehabilitace se klientům věnují další terapeuti, kteří poskytují například logopedii, psychoterapii, duchovní péči, odborné sociální poradenství a další sociálně terapeutické činnosti.** V loňském roce byla u klientů velmi oblíbená canisterapie a některé další skupinové aktivity jako například pravidelné turnaje v kuželkách. Ten začal jako memoriál naší dlouholeté klientky. Z finančního daru, který spokojená klientka službě věnovala byly kuželky zakoupeny a tato hra se tak stala oblíbenou tradicí podporující rodinnou atmosféru a přátelské vztahy.

Za příznivého počasí klienti hojně využívají přilehlý park a bylinkovou

zahradu, za dobrou kávou a občerstvením pak vyráží do Bylinkové kavárny Café Damián.



Rozvoj kreativity a procvičování jemné motoriky podporujeme kreativními workshopy, v rámci střediska je k dispozici keramická a tvořivá dílna. Využíváme i pravidelné kulturní menu.

Naším společným cílem je kvalitní komplexní péče o klienty a podpora pečujících osob. Společně se snažíme ulehčit pečujícím osobám mnohdy náročnou péči o jejich blízkého s cílem pomoci se klientovi co nejvíce zlepšit zejména v oblasti mobility a sebezpečí za psychosociální podpory svého okolí.

## Uplatňujeme individuální přístup, podporujeme soběstačnost a zájmové aktivity našich klientů.

Klienti se k nám rádi vrací nejen díky pestré nabídce terapií, ale i kvůli rodinné atmosféře této služby a jedinečnému prostředí našeho specializovaného střediska.

**Veškeré informace o tom, jak o službu požádat, naleznete na webu [domovsvatehojosefa.cz](http://domovsvatehojosefa.cz)**

**Vaše dotazy zodpoví pracovníce odborné sociální poradny (volejte 491 610 620), nebo sociální pracovníce odlehčovací služby (volejte 491 610 674).**

# V Domově vznikají chytré byty. Budou sloužit nácviku soběstačnosti

V Domově sv. Josefa, jediném lůžkovém zařízení pro pacienty s roztroušenou sklerózou, vzniknou chytré byty.

Ty pomohou našim klientům ústy či pohybem očí rozsvítit světla nebo zapnout televizi.

Rekonstrukce je největším projektem od roku 2015, kdy jsme v Domově sv. Josefa opravili bývalý pivovar a faru. Tehdy vzniklo čtyřiačtyřicet nových lůžek, rehabilitace a jídelna. Zařízení pro nemocné s roztroušenou sklerózou díky této investici zdvojnásobilo kapacitu. Na podzim 2018 byla dokončena rekonstrukce náměstí. Dlážděná plocha bezbariérově propojila jednotlivé budovy v areálu.



Někteří z Vás si možná pamatují, že v loňském roce jsme vás, čtenáře, prosili o pomoc s dofinancováním nového lůžkového výtahu na naší odlehčovací službě. Díky vaší pomoci a výtěžku ze Svatoanenských slavností i dalších benefic se dílo podařilo. **Od Vánoc naše klienty převáží nový výtah, a to rychleji a především bezpečněji. Srdečně všem našim dárcům děkujeme.**

Neusínáme však na vavřínech. Vždyť tolik lidí s roztroušenou sklerózou potřebuje pomoci. V letošním roce proto vdechneme nový život poslední neopravené budově na náměstí. Vzniknou zde chytré byty pro klienty s roztroušenou sklerózou.

"Objekt byl ve špatném stavu, v posledních letech byl obydlen jen zčásti a vyžadoval celkovou rekonstrukci," popisuje vedoucí Domova sv. Josefa Dominik Melichar.

Domov sv. Josefa poskytuje v omezené míře odlehčovací pobyty v sousedním Domě sv. Kláry. Nově opravený objekt s ním propojí prosklený koridor. V bezbariérovém domě vznikne jeden jednolůžkový a osm dvoulůžkových pokojů pro pacienty v pokročilém stadiu nemoci. Nebude chybět ani rehabilitace, ergoterapie a vodoléčba.

**Po rekonstrukci dokážeme naplno využít stávající kapacitu odlehčovací služby a ještě se zlepší pohodlí klientů.** Nyní jsou při odlehčovacích pobytech na pokojích po třech nebo čtyřech. Po otevření nové budovy budou maximálně po dvou.

**Budou zde i tři byty vybavené chytrými a asistivními technologiemi, které budou sloužit pro nácvik péče v domácím prostředí.**

„Technologie podpoří větší soběstačnost klientů. I při omezené hybnosti rukou budou moci ústní myši nebo pohybem očí ovládat počítač a tím i zařízení bytu,“ vysvětlil vedoucí Dominik Melichar. V bytě si stáhnou rolety, rozsvítí světla nebo zapnou televizi. Chytré domácnosti budou podle něj sloužit pro nácvik efektivnější péče.

„Díky nové budově budeme moci mnohem lépe pomáhat nemocným a jejich blízkým, kteří s roztroušenou sklerózou bojují doma. V chytrých bytech budou nemocní s pomocí našeho personálu nacvičovat péči v domácím prostředí.“



**První klienti se do inteligentních domácností nastěhují v první polovině roku 2024.**

„Dotvoří se tak ucelená nabídka služeb a péče o pacienty v pokročilé fázi nemoci, cvičné byty budou sloužit pro nácvik péče v domácím prostředí,“ říká Miroslav Wajsar, ředitel Oblastní charity Červený Kostelec, která Domov sv. Josefa provozuje.

Celkové náklady činí 84,5 milionů korun. Na projekt se podařilo získat dotaci 57 milionů korun z Evropské unie a podporu z Královéhradeckého kraje ve výši 17 milionů korun. Pokud se podaří získat třetí dotaci ze Státního fondu životního prostředí, a my věříme, že ano, bude nám ke zdárnému dokončení chybět už „jen“ půl milionu korun.



# Když tři králové přišli k vám...

Tři králové vyšli do ulic Jaroměře v sobotu 7. ledna. Přinesli Boží požehnání a radost z koledy. Velké poděkování patří všem, kteří se do sbírky zapojili ať přímým darem nebo darováním na účet sbírky.

S radostí oznamujeme – potvrzeno, sečteno: Jaroměř a okolí suma sumárum **celkem 539 561 korun**, 21 zlotých a 4 eura. To je o 101 287 korun víc než vloni. Máme velkou radost a všem moc děkujeme. Především pak koledníkům, vedoucím, organizátorům, obecním úřadům a jaroměřským skautům.

Vybranou částku rozdělíme takto: 65 % půjde na provoz a rozvoj středisek Oblastní charity Červený Kostelec, 15 % bude použito na projekty diecézních charit, 10 % směřuje na humanitární pomoc a rozvojovou spolupráci, 5 % výtěžku bude rozděleno na projekty Charity ČR a zbylých 5 % pokryje režii sbírky.



**Peníze, které půjdou do Domova sv. Josefa, použijeme na doplacení nového výtahu na odlehčovací službě sv. Kláry.**

Letošní výtěžek Tříkrálové sbírky za celou Oblastní charitu Červený Kostelec je neuvěřitelných 1 256 615 Kč!

*Podrobné výsledky sbírky najdete na domovsvatehojosefa.cz.*



**Výtah už slouží klientům naší odlehčovací služby. Děkujeme vám**

## Darujte Domovenku Splňte sny nemocným na domovenka.cz

Díky 290 korunám měsíčně se třeba paní Alena zase o kousek přiblíží svému snu – znovu tančit. A pomůžete i ostatním nemocným. Domovenky nám pomáhají hradit terapie, které tolik potřebují **pro lepší život s roztroušenou sklerózou.**

### Podpořte Domov sv. Josefa

a pomozte lidem  
s roztroušenou sklerózou  
žít lehčí život

[domovsvatehojosefa.cz](http://domovsvatehojosefa.cz)

### Přispějte darem na účet

**9999666/0300**  
**V. S. 7426**



QR PLATBA

Do komentáře  
napište svůj  
e-mail či adresu,  
ať víme, kam  
poslat potvrzení  
o daru.

### Pošlete dárcovskou SMS na číslo **87 777**

ve tvaru  
**DMS TRV DOMOVJOSEF 190**  
pro trvalou pomoc,  
nebo **DMS DOMOVJOSEF 190**  
pro jednorázovou pomoc.

Cena DMS je 190 Kč, my obdržíme 189 Kč.  
Při trvalé pomoci se DMS sama odešle  
měsíc co měsíc. Více na [darcovskasms.cz](http://darcovskasms.cz).



Oblastní charita  
Červený Kostelec

Děkujeme za Váš zájem o Domov sv. Josefa a podporu lidí s roztroušenou sklerózou.  
Dárcovská linka +420 739 553 280, [pomahame@dsj-zirec.cz](mailto:pomahame@dsj-zirec.cz), Domov sv. Josefa - středisko Oblastní charity Červený Kostelec, Žireč 1, 544 04 Dvůr Králové n. L., IČ 48623814, statutární zástupce: Mgr. Dominik Melichar.  
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 našem webu.