



Informační BULLETIN

Hospice Anežky České

Číslo 3 /
2018

Vážení přátelé a příznivci Hospice Anežky České,

velmi rychle uplynul další rok služby nemocným v Hospici Anežky České. S velkou vděčností si připomínáme mnohá obdarování, ať už hmotná či duchovní, která jsme pro podporu péče našich nemocných obdrželi. Nyní, v čase Adventu, vyjadřuji v první řadě poděkování za Boží lásku, dobrotu a přízeň, kterou jsme po celý rok pociťovali. Právě především ona je pro nás vždy zdrojem motivace a inspirace ve službě bližním, dodává nám nové síly k překonávání mnohých překážek při uskutečnění často nesnadných úkolů v zajištění péče.

Poděkovat chci i Vám, vážení přátelé, za neutuchající pochopení a zájem podporovat dílo pro naše nemocné. Jsem Vám za to velmi vděčný.

Obracím se nyní s velkým poděkováním i k Vám, kteří se aktivně podílíte na hospicové péči svojí prací, a to jak profesionální nebo dobrovolnou, do níž vkládáte s láskou a pochopením i sama sebe.

V posledním čísle letošního bulletinu Vám přinášíme alespoň některé informace související s naší službou nemocným, naše plány do budoucna, cíle a také Vám přiblížíme výsledky akcí, které jsme ve prospěch hospicové péče uskutečnili v uplynulém roce a kterých jste se zúčastnili možná i Vy. Vaší pozornosti předkládáme náš důležitý úkol, kterým je zřízení tolik potřebného nového zázemí pro mobilní hospic a ambulanci paliativní péče se stacionářem léčby bolesti v Červeném Kostelci. Proto si dovoluujeme vložit leták s podrobnějšími informacemi.

V závěru mi dovoluji, abych Vám ještě jednou poděkoval za dosavadní podporu provozu hospice a rozvoje hospicové péče a prosím, abyste je podle svých možností opět podpořili. Přeji Vám pokojné a požehnané Vánoce, ať každý den nového roku 2019 prožíváte s vírou, nadějí a láskou.

Ing. Mgr. Miroslav Wajsar, ředitel

BĚH PRO HOSPIC 2018



V sobotu 22. 9. 2018 se uskutečnil v Červeném Kostelci 5. ročník Běhu pro hospic. Závod byl i v letošním roce zařazen do seriálu veřejných běhů

Primátor Cup. Letos se běhu zúčastnil rekordní počet 617 závodníků včetně 170 dětí. Hostem a hvězdou letošního jubilejního ročníku byl olympijský vítěz v moderním pětiboji David Svoboda, který odstartoval všechny rozběhy, předával ceny vítězům a trat' na 10 km si dokonce sám zaběhl.

Výtěžek Běhu pro hospic činí **103 560 Kč** a bude použit na dofinancování nákupu přenosného ultrazvuku pro Hospic Anežky České a Mobilní hospic Anežky České.



UMĚNÍ ODPOČÍVAT

Kdyby pomoc byla člověkem, měla by alespoň tisíc tváří. Může přijít znenadání, ale i na požádání. Tu přináší radost a úlevu, tu překvapivě vytrhuje z každodennosti a jindy s námi je po dlouhý čas a ani o ní nemusíme vědět. Někdy ani netušíme, že sami pomáháme, zatímco v jiných případech si od nás pomoc vyžaduje velké sebezapření.

Pro pracovníky ve zdravotních a sociálních službách se používá i termín „pomáhající profese“. Je na ně naložena značná odpovědnost, protože jedním ze základních stavebních kamenů všech těchto činností je důvěra, se kterou se na pracovníky může klient či pacient obracet. Tedy vědomí, že o starosti, se kterými si sám neví rady, se bude moci beze strachu podělit a nebude odmítnut, nebo brán na lehkou váhu. Na pracovnících pak je ke každému takovému přistupovat s pochopením a otevřenou myslí. Nalomená důvěra a přetrvávající obavy mohou potřebnému namísto pomoci jen přitížit.

Zůstat však neustále pozitivně naladěni na „té správné vlně“ a nevnímat náročnost pracovních i mimo-pracovních starostí není možné. A obzvláště profese zaměřené na starost a pomoc bližním bývají náchylné k přemíře dlouhodobé zátěže, která pak může vyústit až v tzv. syndrom vyhoření, který se projevuje ztrátou elánu, zájmu a celkovým vyčerpáním – z ošetřujícího se v podstatě stává pacient.

Proto stejně důležité, jako starost o ostatní, je i nezapomínat pečovat sám o sebe. Základem správného

naladění je vlastní smysl činnosti samé – tak, aby pracovníka jeho vlastní prospěšná činnost naplňovala. Preventivní opatření, „vypuštění páry“, však může mít všelijakou podobu a liší se člověk od člověka. Na to, jak se nejlépe relaxuje, jsme se už ale zeptali pracovníků a pracovníků z Oblastní charity Červený Kostelec a jejich středisek, Hospice Anežky České a Charitní pečovatelské služby:

Já chodím pravidelně na karate.

- ošetřovatelka R. H.

Procházky, četba, trávit aktivně čas s přáteli a rodinou.

- lékařka M. M.

Chodím do práce ráda, naplňuje mě. Zkušenosti z práce sdílím tomu, komu to může pomoci.

Někdy večer se za nemocné modlím. Mám z toho radost.

- sestra J. V.

Příroda, zahrádka.

- D. R.

Doma mě čekají malé děti a to hned přepnu a nemám čas myslet na práci.

- sestra Z. Š.

Odreaguji se na cestě domů.

Hlavně, že o tom můžeme mluvit s kolegyněmi, probrat si to.

- sestra K. D.

Já vezmu kolo a jedu do přírody.

- sociální pracovníce Z. K.

Uvařím si dobrý čaj, obleču tepláky a „dřoubu se v zahrádce.“

- pečovatelka R. D.



At' už se práce kupí doslova či jen obrazně, její samotné množství nemusí mít na člověka takový dopad, jako další neviditelné příčiny vyčerpání, které ji mohou doprovázet - pocity vlastního selhání a beznaděje. Najít ten nejhodnější způsob, jak odbourat pracovní napětí, je pak na každém individuálně. Někdo preferuje čas strávený jen sám se sebou, někdy hraje velkou úlohu kontakt s blízkými a rodinou. Pomáhat může i prostá fyzická zátěž v podobě sportu či jiné aktivity. Obecně však platí, že stejně důležité je zkoušet i nové možnosti a nebát se vykročit do neznáma.



10. CHARITNÍ PLES

„U nás v Brně takový plesy nejsou.“ – student Honza z Brna

V sobotu 10. listopadu v osm hodin večer jsme za hudebního doprovodu hronovské kapely Relax Band zahájili v červenokostelecké sokolovně jubilejní 10. charitní ples, který jsme v souvislosti s výročí vzniku československé republiky ladili v prvorepublikovém stylu. Protože slaví-li se, ať je to dvojnásob. K atmosféře prvních desetiletí 20. století velmi přispěli naši příznivci manželé Kůrkovi z Prahy, kteří kromě jiného věnovali fotografie známých prvorepublikových herců k výzdobě sálu. Dobové fotografie Červeného Kostelce a okolí poskytl k další výzdobě také pan Oldřich Nermut.

Slavnostní náladu umocnilo předtančení v podání taneční školy Vavruška Praha. Značný úspěch u publika si však vysloužilo i volné sdružení žen ze Skalice u Hradce Králové, „Sestry Chalupovy“, které připravily módní přehlídku dobových šatů k různým příležitostem proloženou taneční choreografií. Toto vystoupení nazvané příhodně „Elegance 1. republiky“ dostalo důstojně svému jménu. Moderování průběhu plesu se pak ujali manželé Eva Hrušková a Jan Přeučil, který tak potvrdil příslib účasti již z minulého roku. Velmi nás těší hojná účast veřejnosti a až do rána roztančený sál. Jsme rádi, že charitní ples ani po deseti letech neztrácí nic ze své atraktivity. Výtěžek plesu prozatím činí **130 700 Kč** a bude věnován na zakoupení nového vozu pro terénní práci zdravotních sestřiček z Mobilního hospice Anežky České. Děkujeme všem za skvělou atmosféru.



Prvorepubliková samba.



Vítejte na plesu.



Pan Pavel Tichý s vozíkem na lahve své výroby.

ŠIKOVNÉ RUCE PRO HOSPIC 2018

V pátek 12. října skončila benefiční prodejní výstava a tím byl uzavřen 13. ročník soutěže o nejnápaditější vlastnoruční výrobek, Šikovné ruce pro hospic 2018 aneb lidé lidem.

Letošní soutěže se zúčastnilo 124 autorů a jejich skupin, kteří poslali do soutěže celkem 2 170 vlastnoručně vyrobených dárků (výrobků). Mezi dárci bylo 16 dětí, dále školní družina, mateřská školka, dvě základní školy a gymnázium. A ještě 8 klubů dospělých a seniorů a 95 individuálních dárců.

Z tohoto počtu odborná porota vybrala v každé kategorii dva vítěze, kteří byli vyhlášeni a oceněni symbolickou cenou během slavnostní vernisáže.

Jako součást výstavy proběhlo v jejím závěru ještě jedinečné představení Víti Marčíka, „O holčičce, která se ještě nenarodila“, příběh o narození, žití i umírání.

Současný výtěžek z celé akce činí **68 790 Kč** a bude věnován na obnovu vybavení kuchyně Hospice Anežky České. Všem autorům děkujeme!

NADACE OLGY HAVLOVÉ PODPOŘILA HOSPIC

Výbor dobré vůle – Nadace Olgy Havlové podpořil Hospic Anežky České částkou **49 000 Kč**, za které byly pořízeny antidekubitní matrace pro pacienty hospice. Velmi si toho vážíme a děkujeme.



Příprava matrace na polohovací postel.



SRDEČNĚ ZVEME NA TŘÍKRÁLOVÝ KONCERT

6. 1. 2019 v 17:00

V Kostece sv. Jakuba Většího
Červený Kostelec

Účinkuje Komorní orchestr Slávy Vorlové Náchod společně s Pěveckým sborem Hron Náchod a Dalibor Hronov.

NOVÁ SANITA PRO HOSPIC ANEŽKY ČESKÉ

S velkou radostí oznamujeme, že v září letošního roku došlo k dodání nového sanitního vozu pro Hospic Anežky České v Červeném Kostelci. Původní sanita sloužila pacientům od založení hospice bezmála celých 24 let, a přestože byla průběžně modernizována, už nebyla ve vyhovujícím stavu. Možnost převážet pacienty vlastním vozem je přitom pro naplnění poslání hospicové péče velmi důležitá, jak potvrzuje i vrchní sestra Petra Nováková: „Jsmo strašně rádi, protože bez vlastní sanity nám přivezou z nemocnice onkologického bolavého pacienta, a může se stát, že ho vezou s dalšími dvěma pacienty a cesta trvá moc dlouho.“



Na pořízení nové sanity byl proto určen výtěžek z několika benefičních akcí pořádaných Oblastní charitou Červený Kostelec a dalšími organizacemi v loňském roce. Nespočet dárců pomohl svými příspěvky, či účastí na akcích konaných během roku 2017 (např. charitní ples, benefiční koncerty, prodejní výstava Šikovné ruce pro hospic či sportovní akce „Běh pro hospic“) dosáhnout tohoto účelu. Na nákup sanity byly využity také výtěžky prodejních charitativních bazarů konaných v Náchodě a v Hronově.

Všem dárcům a podporovatelům Hospice Anežky České – za všechny jmenujme alespoň organizátory dobročinných bazarů Církev bratrskou v Náchodě a Modré srdce o. s. z Hronova - srdečně děkujeme a pracovníkům hospice přejeme, ať vůz věrně slouží jim i pacientům.

HOSPIC DĚKUJE

Oslavovali jsme a oslavujeme sté výročí vzniku ČSR. V této souvislosti došla na náš účet finanční částka 40 000 Kč. Zaslal nám ji pan Josef Pinkava, kterému je již 91 roků a který stále něco tvoří ve prospěch nás, občanů Červeného Kostelce a okolí. V poslední době sestavil a vydal publikaci o našich legionářích s názvem „Byli u toho“ a ve své rodné obci Zábrodí, ještě s dalším rodákem panem Janem Jírkou, uspořádali v souvislosti s oslavami výstavu svých prací – obrazů a dřevorezby. Výtěžek z těchto dvou akcí byl značný a po uhrazení nákladů za tisk knihy zbylo na účtu 40 000 Kč. Pan Pinkava se rozhodl celou tuto částku věnovat Hospici Anežky České, za což mu děkujeme a přejeme mu do dalších let hodně zdraví, tvůrčí nálady a radost z vykonané práce.

Hospic je nestátní charitní zařízení pro těžce nemocné a je střediskem Oblastní charity Červený Kostelec.
Více informací naleznete na stránkách:

www.hospic.cz

domaci.hospic.cz

Hospic Anežky České pomáhá těžce nemocným,
podpořte nás pomocí DMS, děkujeme!

 **DMS HOSPICCK 90**
na číslo 87 777 60
Hospic Anežky České obdrží 89, 59, 29 Kč **30**

Možnost trvalé DMS, postup zrušení na www.darcovskasms.cz

 **DMS TRV HOSPICCK 90**
na číslo 87 777 60
Hospic Anežky České obdrží každý měsíc 89, 59, 29 Kč **30**

Více informací najdete na: www.darcovskasms.cz

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



Kontaktní osoba:

Ing. Martin Fišer - Public relations
Oblastní charita Červený Kostelec
tel.: 491 610 340
e-mail: fiser@hospic.cz



Oblastní charita Červený Kostelec
5. května 1170, 549 41 Červený Kostelec
ředitel, statutární zástupce:
Ing. Mgr. Miroslav Wajsar
číslo účtu KB: 8282670227/0100 VS: 5756