

Hospic je nestátní charitní zařízení pro těžce nemocné a je střediskem Oblastní charity Červený Kostelec

Číslo 1 / 2016



„Bez lásky se nedá nic dělat. Čím těžší je práce, které ve jménu lásky věnuješ své síly, tím větší je tvé nadšení. Čím víc dáváš, tím se stáváš větším.“

Antoine Saint De Exupéry

Vážení přátelé a příznivci Hospice Anežky České,

nejprve mi dovolu, abych Vám popřál příjemné jarní dny, kdy můžeme po zimě pozorovat přírodu, jak se vše probouzí k novému životu. Spolu s tím ať prožijete opravdový pokoj, radost a novou motivaci ke všemu dobrému.

Chtěl bych především poděkovat všem, kteří hospic podpořili svými dary prostřednictvím Tříkrálové sbírky. Tento výtěžek velmi pomohl hospici v zajištění provozu v počátku roku. Hospic Anežky České obdržel 75 000 Kč a Mobilní Hospic částku 119 000 Kč. Velmi děkujeme také všem dárčům, kteří na hospicovou péči v počátku roku obětavě finančně přispěli.

Společně se spolupracovníky našeho hospice Vám přinášíme nový Informační bulletin. Naleznete zde ohlédnutí za tím, co jsme společně s Vámi prožili. Těší nás také Váš zájem o námi organizované akce a benefice, o jejich průběhu se dočtete v následujícím textu. Budeme rádi, když přijmete pozvání na akce plánované.

Je naší předností Vás postupně a podrobněji seznamovat s hospicovou péčí a tentokrát navazujeme na již uvedené téma „Jak pomoci truchlícím“. K této službě patří péče lékařů, zdravotních sester, ošetřovatelů, sociálních pracovníků, duchovních, psychoterapeutky, rehabilitační pracovníci a dalších. Konečně nelze opominout důležitou péči ze strany přátel a sousedů truchlících, což může být také i Vaše situace. Proto v článku uvádíme i jednotlivé fáze, kterými truchlící prochází, abychom jim lépe porozuměli a seznámili se s možnostmi, jak v nich poskytnout podporu.

Vážení přátelé, vyjadřujeme Vám velkou vděčnost, že jdete s námi cestou péče o nemocné a jejich blízké.

Pokud máte možnost prosíme vás, pomozte svým darem i vlivem zachovat kvalitní hospicovou péči. Příložená složenka nebo dárcovská DMS je jednou z možností, jak se můžete podílet na úhradě chybějících prostředků na provozní náklady a rozvoj hospicové péče. Každý příspěvek, i malý, je velkou pomocí. Za vaše pochopení předem velmi děkujeme.



Ošetřovatelka Marta s pacientkou

S přáním všeho dobrého Ing. Mgr. Miroslav Wajsar, ředitel

Jak pomoci truchlícím?

Hospic pomáhá nejen nemocným, ale také jejich blízkým. Navazujeme na tuto tematiku, kterou jsme již uveřejnili v Informačním bulletinu Hospice Anežky České v čísle 1 / 2015. Jako lidé jsme byli stvořeni k sounáležitosti jednoho s druhým a je zajímavé, že do značné míry se i naše sebevědomí a pochopení sama sebe odvíjí právě od vztahů, které více či méně prožíváme. Hluboké zranění, kterým ztráta blízkého člověka je, může mít vliv na změnu sebepojetí, na to, jak vidíme sami sebe. To je také jeden z důvodů, proč truchlící potřebuje blízkého člověka, aby mu pomohl získat pohled nový a zúročit to, co prožil. Chceme-li však pomoci takto zraněnému člověku, vyžaduje to umění empatie.

Nic méně, abychom se uměli vcítit, musíme porozumět procesu, kterým truchlící prochází a seznámit se se skutečností, jak se obvykle tento proces odvíjí. Nejedná se tedy o nějaké laciné utěšování, spíše o soucitné nasměrování, jak s tím, co prožívá, může naložit.

Když blízký z rodiny dostane zprávu, že se blíží smrt milovaného člověka, většinou nechce této skutečnosti uvěřit. Je zasažen pocitem, se kterým si nedovede poradit. Toto období může trvat několik hodin, ale i týden. V této fázi můžeme pomoci se zvládnáním běžných denních povinností, ale nejdůležitějším je, dát mu najevo, že není sám, že jsme mu nablízku. Současně je však třeba zvolit správný poměr mezi blízkostí a odstupem tak, aby se později truchlící dokázal opět začlenit do normálních vztahů. Následná fáze je pro truchlícího obdobím otevřených emocí. Může se

pokračování na str. 2

DMS jak pomohl výtěžek Vážení přátelé,

za první měsíce (do konce března 2016) jsme od vás obdrželi celkem 1 064 dárcovských DMS, což představuje 30 324 Kč. Za dar pořídíme některé léky, zdravotnický materiál a opravy zdravotnických přístrojů. Budeme rádi za vaši podporu tímto poměrně jednoduchým způsobem. Informace o odesílání naleznete v rámečku. Velmi děkujeme!



Podpořte Hospic Anežky České odesláním SMS:

jednorázově ve tvaru:
DMS HOSPICCK
na číslo **87777**

roční podpora ve tvaru:
DMS ROK HOSPICCK
na číslo **87777**

Cena jedné DMS je 30 Kč, organizace obdrží 28,50 Kč. Při roční podpoře Vám bude automaticky odečítána částka 30 Kč každý měsíc.



Děkujeme Vám!

www.darcovskasms.cz

pokračování ze str. 1

jednat o „nepřekonatelnou“ úzkost, pocit, že nemůže žít dál, ale i vztek či smutek. Hněv může být směřován k obviňování lékaře nebo příbuzných, ke změně životní situace apod. Hledá se viník, a aby nás to nezaskočilo, může být jím i každý, kdo přijde do cesty, tedy i ten, kdo chce pomoci. Někdy ovšem může dojít i k sebe-obviňování – neměla jsem souhlasit s operací, měl jsem vyhledat jiného lékaře apod. Tyto emoce jsou výrazem bezmocnosti, kterou truchlíci prožívají. Dalo by se říci, že náhlý nebo předčasný příchod smrti přináší obvykle silnější projevy emocí, kdežto pozvolný odchod většinou takto silné emoce nepřináší. Může to být dáno i tím, že se umírající může s jednotlivými členy rodiny rozloučit, či přinést každému nějaké osobní sdělení. Často se tak stane, že vedle smutku existuje také pocit radosti z toho, že zemřelý žil, že prožili spolu pěkný život, mají mnoho krásných vzpomínek. Pomoc v této fázi spočívá ve vedení rozhovoru tak, aby se projevům emocí nebránilo, aby byl někdo skutečně přítomen v jeho truchlení, a hlavně, aby pomáhající nedával k dobrému své vlastní prožitky smutku a truchlení!!!

Fáze hledání zemřelého a odpoutávání se od něj je dlouhodobý psychický proces. Truchlíci znovu a znovu hledají a nacházejí zemřelého. Může se jednat spíše o snahu vzít si do svého nově vznikajícího způsobu života něco z toho, co zemřelý pro něj znamenal. Avšak hledání má i podoby tělesného rázu, kdy nachází fyzické podoby se svým blízkým u druhých lidí, zaměřuje se na místa, která měl rád, někdy se snaží i převzít jeho životní styl. Takové hledání se děje mimovolně, a jestliže nastane i opuštění a rozloučení, podařilo se smutek správně zpracovat. V jednání s truchlícím lze v této fázi pomoci tím, že ho nenutíme, aby se svého hledání vzdal, nenazýváme jeho hledání nesmyslným a nepožadujeme, aby už konečně přijal ztrátu jako definitivní.

Trpělivé naslouchání stejných nebo podobných historek nemusí být sice zajímavé, ale pro truchlíciho je opravdu důležité, protože svým vyprávěním se znovu vzbuzují jeho emoce.

Když truchlíci překonal nejsilnější emoce hledání a loučení a jeho myšlení se tím už plně nezaměstnává, může nastoupit fáze nového vztahu k sobě a ke světu. Verana Kastová, švýcarská psycholožka, která se zabývá analytickou psychologií, ve své knize Truchlení napsala: „Čím lépe se truchlíci vžije do nových rolí, které od něj vyžaduje život, pochopí, jaké vlastnosti či obdarování může rozvinout, tím dříve opět získá sebedůvěru a sebeúctu. V této fázi již může postrádat lidi, kteří o něj dosud pečovali. **Ke zdařilému procesu patří tedy i to, že se truchlíci člověk proměňuje.** Pak samozřejmě také navazuje nové vztahy.“

Podle knihy Verany Kastové Truchlení zpracovala Eva Wagenknechtová, vedoucí P. R. a F R



„Když ztrácím odvalu, sešli mi někoho, kdo potřebuje povzbudit. Když nemám čas, sešli mi někoho, kdo potřebuje vyslechnout. Když jsem smutný, sešli mi někoho, kdo potřebuje potěšit.“

Matka Tereza

„Hospic pomáhá nejen nemocným, ale také jejich blízkým!“

Návazný příběh k tématu „Jak pomoci truchlícím“

Rády bychom Vám přiblížily péči o truchlíci na příběhu pacientky a jejího manžela, kteří v hospici strávili přibližně tři měsíce. Při příjmu nového pacienta vždy nabízíme všechny služby přímé péče, které Hospic může nabídnout. K těmto službám patří péče lékařů, zdravotních sester, ošetřovatelů, sociálních pracovníků, duchovních, psycho-terapeutky, rehabilitační pracovníce a dalších.

Naše onkologicky nemocná pacientka byla v terminálním stádiu nemoci a její manžel, se kterým prožila dvacet let manželství, ji doprovázel. Byla na jeho přítomnosti závislá a neustále ji vyžadovala. Pán o svou manželku velmi hezky pečoval a věnoval jí všechn svůj čas. Ukázalo se, že pán nejprve považoval hospic za jakýsi druh "lázně", kdy po zlepšení zdravotního stavu se spolu vrátí zpět domů. Postupným poznáváním a sblíživáním se s nimi bylo možné vysvětlit, že pobyt v hospici neznamená lázně, ale že se jedná o paliativní léčbu. Mnohými rozhovory těchto manželů s jednotlivými pečujícími složkami, které byly zmíněny výše, se podařilo dopro-vázet je v této nelehké situaci a také je připravit na blížící se úmrtí. Zcela přirozeně prožívali oba dva manželé různé emoce, především smutek, strach, nejistotu, úzkost, které se díky hospicovému týmu povedlo překonat.

Pro nemocné, doprovázející a truchlíci nabízí hospicový tým několikastupňovou péči. Po zlepšení zdravotního stavu pacienta a jeho převezení do domácí péče, nabízí svoji službu tým mobilního hospice. Na doprovázející rodinu pamatuje pečující tým při dopro-

vázení v hospici a též po úmrtí blízké osoby – formou zasílání dopisu měsíc po úmrtí, upřímným osobním zájmem o pozůstalé. Dále je v nabídce možnost rozhovoru s psychoterapeutkou či setkání svépomocné skupiny (pravidelné scházení pozůstalých, kteří doprovázeli své blízké v hospici) nebo také vzpomínkové setkání (jednorázová setkání pozůstalých s personálem hospice při výročí úmrtí). I těchto nabídek s vděčností využil manžel naší pacientky.

Bc. Veronika Rosová a Renáta Kociánová, ošetřovatelky v Hospici Anežky České

Cena Ď – poděkování našim dárcům a dobrovolníkům

V pondělní podvečer 4. dubna 2016 se ve Vědecké knihovně v Hradci Králové uskutečnilo již po šestnácté krajské kolo Ceny Ď.

Tato cena je určena především dobrodincům a mecenášům v oblasti vědy, kultury, vzdělávání a charitní činnosti. Opět jsme stáli před nelehkým rozhodováním, koho navrhnout na nominaci této ceny a znovu jsme se ujišťovali, že se jedná o viditelné zástupce všech, kteří obětavě a dobrovolně Hospici Anežky České pomáhají. Naše nominace se na předním místě týkala **studentů Jiráskova gymnázia v Náchodě**, kteří Hospic Anežky České již od roku 2009 různými způsoby podporují. Studenti gymnázia mají několik hudebních uskupení, ale i divadelních a domluvili se, že při pořádání vystoupení věnují výtěžek pro nemocné v Hospici Anežky České. Zpěvák a kytarista Tomáš Kubiček pro TV Doutník řekl: „*Jelikož jsme se všichni shodli, že hrajeme pro radost a ne pro peníze, tak jsme se dohodli, že výtěžek věnujeme na dobrou věc a to konkrétně červenokosteleckému hospici.*“ Jenom v letošním

roce to bylo už dvakrát a další vystoupení máme již slíbené. Chtěli bychom veřejně vyzdvihnout a ocenit dobré skutky těchto mladých lidí a jejich vlastní iniciativu pomáhat, protože to není v dnešní době běžné. Konkrétně se jedná o skupinu **TT Band Rock** (Tomáš Kubiček, Hynek Pacák, Jakub Regner) a skupinu **Jam Defect** (Kateřina Havlíková, Vojtěch Mrovč, Marián Linhart, Michal Vančák, Štěpán Knapp, Eda Paseka), dále **Komediální dvojice složená ze studentů septimy JG Adam Budař a František Šedivý** pro nás každoročně pořádají divadelní představení „S Mr. Beanem pro charitu“ a jejich výtěžek vždy zanesou do našeho hospice. A nakonec to je **Divadelní soubor FFAKK a Pěvecký sbor Jiráskova gymnázia „Sboreček“**. **Rozhovor se studenty si přečtete na www.hospic.cz**

Velmi vám všem děkujeme!

Další nominovanou byla paní Věra Kožnarová, která se stala dobrovolnicí v hospici 2 roky po jeho založení, je tedy dobrovolnicí už 18 let. Nejdříve pomáhala s péčí o květiny, chodila zalévat, přesazovat pokojové květiny a po 3 letech této služby převzala na sebe péči o květinovou výzdobu hospicové kaple. Stará se, aby v kapli byla vždy nějaká živá květina ve váze. Květiny dodává ze své zahrádky. Když skončí sezona na zahrádce, kupuje je na své náklady v květinářství. **Paní Kožnarové patří velký dík.**

Mezi nominovanými **byli též zástupci již jmenované Galerie Gema**, kteří se od samého počátku snaží pomáhat všude tam, kde je třeba, a to nejen v oblasti kultury, ale i zdraví a sportu. **Od roku 2013 pomáhá Galerie Gema pravidelnými měsíčními částkami nemocným a umírajícím v Hospici Anežky České. Velmi děkujeme!**

Mgr. Ludmila Štěpánová, oddělení P. R. a F R

CO JSME S VÁMI PROŽILI

Hospic Anežky České – poslední pozemský domov

3. dubna měli zástupci Hospice Anežky České možnost navštívit Festival dokumentárních filmů o lidských právech „Jeden svět“ se zastřešujícím tématem „Hledání domova“, který se konal v Polici nad Metují ve dnech 31. 3. – 3. 4. 2016. Náš hospic zde byl představen, jako další možnost nahlížení na toto téma: Hospic Anežky České – poslední pozemský domov.

V rámci festivalu byl promítnut britský film s názvem **Sedm písní pro dlouhý život**, kde hlavními hrdiny jsou pacienti trpící nevyléčitelnou nemocí a nevědí, kolik času jim zbývá. Snímek není zbytečně sentimentální, citlivě popisuje příběhy pacientů a jejich blízkých, kteří za podpory ošetřujícího personálu procházejí nelehkým životním obdobím.

„Po zhlédnutí filmu jsme se zúčastnili diskuze s diváky,“ říká lékařka z Hospice Anežky České MUDr. Marie Matysková a dále popisuje

své dojmy: „Překvapil nás zájem o problematiku hospicové péče ze strany publika. Z dotazů bylo zřejmé, že se mnozí s péčí o těžce nemocné setkali, většinou měli velmi dobrou představu o paliativní péči. Zdá se, že veřejnost vnímá pozitivně skutečnost, že v našem regionu je vybudován hospic, na jehož služby se mohou v případě potřeby spolehnout a jeho služby využít. Měli jsme pocit, že po 20 letech existence hospicové péče v ČR padla mnohá tabu a péče o pacienty v terminálních stavech je vnímána jako potřebná součást našeho zdravotního systému.“

Festivalu v Polici nad Metují se zúčastnila také **vrchní sestra z Hospice Anežky České Petra Nováková**, která se s naší redakcí rozdělila o svůj prožitek: *„Pozvání na festival Jeden svět do Police nad Metují mě potěšilo. Byla zde velmi příjemná atmosféra, přestože se mluvilo o tématu nevyléčitelných onemocnění a smrti. Film o paliativní péči ve skotském hospici, který jsme zde mohli zhlédnout, mě vedl k přemýšlení nad rozdíly a podobnostmi s hospicem v Červeném Kostelci. Překvapující pro mě bylo také velké množství poměrně mladších diváků a jejich otázky byly skutečně trefné. Věřím, že se nám je podařilo uspokojivě zodpovědět.“*

Benefiční aukce obrazů pro Hospic Anežky České

Ve čtvrtek 21. dubna 2016, v teplý a slunečný jarní podvečer, jsem se zúčastnila spolu se třemi zástupci Oblastní charity Červený Kostelec v čele s panem ředitelem Wajsařem zajímavé společenské akce ve Strahovském klášteře v Praze. V Letním refektáři jsme se sešli s představiteli Galerie Gema s. r. o. a Gema Art Group a. s., dlouholetými podporovateli Hospice Anežky České. V hojném počtu zde byli shromážděni i přátelé a příznivci moderního umění. Dobročinně pojatá slavnost byla uspořádána na oslavu 25. výročí založení GALERIE GEMA s. r. o. a SPOLEČNOSTI GEMA ART GROUP a. s.

Po uvítacím přípitku se hosté přesunuli z Letního refektáře do Filosofického sálu (knihovny Královské kanonie premonstrátů na Strahově, jejíž historická část ve svém fondu obsahuje přes 200 000 svazků), kde byla aukce slavnostně zahájena vybranými hudebními skladbami v podání Prague Cello Quartet.

Moderátor akce – herec Marek Eben, představil v úvodu historii společnosti a také její zakladatele. A pak již následovala dobročinná aukce obrazů – uměleckých děl známých autorů Jiřího Sopka, Pavla Mühlbauera a Ivana Ouhela. Vytvářací ceny moderních obrazů a litografií byly předem stanoveny a Marek Eben vtipně litoval. S netrpělivostí jsme sledovali, jak lidé přihazují peněžní částky a ceny obrazů stoupaly. V úchvatné atmosféře historických prostor knihovny a ladné hudby se umělecká díla vydražila za krásných **162 000 Kč pro Hospic Anežky České**. Šek s touto finanční částkou předal řediteli OCHČK Ing. Mgr. Miroslavu Wajsařovi zástupce Gema Art Group a. s. Ing. Kamil Bahbouh.

Po aukci čekalo na hosty chutné občerstvení s tombolou knih Galerie Gema.

pokračování na str. 4



pokračování ze str. 3

Jsme vděční paní Mgr. Lindě Kůrkové-Sedlákové a vedení společnosti, za jejich podporu a rozhodnutí věnovat štědrý výtěžek z dobročinné aukce Hospici Anežky České v Červeném Kostelci.

Martina Kreidlová, oddělení P. R. a F R

Další nově zařízené pokoje v hospici

Díky společnosti LDS CHARITIES jsme mohli vybavit další tři pokoje pro pacienty v Hospici Anežky České novým nábytkem. Velmi děkujeme!



Naši přátelé ze společnosti LDS Charities

POZVÁNKY

Exercicie P. Elias Vella na téma Ježíš přítel – o modlitbě

Vážení přátelé, rádi bychom Vás pozvali na exercicii s P. Eliášem Vellou OFM Conv. na téma JEŽÍŠ MŮJ PŘÍTEL (o modlitbě), které pořádá Oblastní charita Červený Kostelec ve spolupráci s Římskokatolickou farností. **Seminář se koná od středy 15. 6. 2016 do neděle 19. 6. 2016 v Kině Luník v Červeném Kostelci.** Podrobné informace o možnosti přihlásit se, o ubytování a stravování, naleznete na www.ochck.cz

Prosíme, abyste se kvůli hladkému průběhu zajištění celé akce přihlásili co nejdříve.

Těšíme se na pozeňnané chvíle s Vámi.

11. ročník projektu

„Šikovné ruce pro hospic aneb lidé lidem 2016“

Oblastní charita Červený Kostelec vás srdečně zve k účasti do 11. ročníku soutěže „Šikovné ruce pro hospic 2016 aneb lidé lidem“. Je to již tradiční soutěž o nejnapaditější vlastnoruční výrobek. Pojďte vyrobit něco hezkého a současně pomoci nemocným v Hospici Anežky České, budete vítáni!

Jak bude soutěž probíhat:

Soutěž je pro děti i dospělé, jednotlivce i skupiny (domovy seniorů, domovy dětí a mládeže, výtvarné kroužky, školy apod.) především z Královéhradeckého kraje, ale i z celé ČR. Bude probíhat v pěti kategoriích:

1. kategorie oděvy a oděvní doplňky
2. kategorie umělecká díla a bytové doplňky
3. kategorie dětské výrobky do 14 let
4. kategorie výrobky mládeže od 15 do 20 let
5. kategorie ostatní výrobky

Vyvrcholení soutěže:

Po uzavěrce 23. září 2016 proběhne vyhodnocení soutěže prostřednictvím odborné poroty a z výrobků bude uspořádána prodejní dobročinná výstava, která se již tradičně váže k říjnovému Světovému dni hospicové a paliativní péče. Výstava je zahájena slavnostní vernisáží a uskuteční se ve výstavní síni Městského úřadu v Červeném Kostelci od 7. do 14. října 2016 a v obřadní síni proběhne ocenění vítězů soutěže a miláčka poroty. Dále bude prodej pokračovat ve střediscích Oblastní charity Červený Kostelec do 30. listopadu 2016.



Zástupci Klubu žen ze Žacléře předávají své výrobky

Kam výrobky předat:

Výrobky do soutěže prosíme, posílejte opatřeny štítkem se jménem a kontaktem (adresou, e-mailem a telefonem), abychom vás mohli co nejdříve informovat o výsledcích soutěže, případně o výhře a pozvat vás na vernisáž.

Balíček s označením názvu soutěže „Šikovné ruce pro hospic“ můžete předávat do pátku 23. září 2016 osobně nebo prostřednictvím pošty na adresu: Oblastní charita Červený Kostelec, ulice Manželů Burdychových 245, PSČ 549 41 Červený Kostelec.

Věříme, že se výstava opět vydaří a velmi se těšíme na vaše výrobky, za které předem děkujeme!

PŘIPRAVUJEME

Běh pro hospic 2016

V sobotu 24. září 2016 v 9:45 se odstartuje již třetí ročník Běhu pro hospic 2016, který by měl pomoci těžce nemocným v Hospici Anežky České. Účastníky lidového běhu budou muži, ženy včetně veteránů. Pro děti budou připraveny tratě odpovídající jejich věku. Tratě si prohlédněte na mapách www.behprohospic.cz; kde současně probíhá online registrace a naleznete zde také podrobnější informace. Těšíme se na Vaši účast!

DIVADELNÍ MR. BEAN pro Hospic Anežky České

Zveme Vás na humorné představení „DIVADELNÍ MR. BEAN pro Hospic Anežky České“ v podání komediální dvojice **Adama Budaře a Františka Šedivého** – studentů Jiráskova Gymnázia Náchod, které se uskuteční v rámci projektu „Šikovné ruce pro hospic 2016 aneb lidé lidem“ **ve čtvrtek 13. 10. 2016 od 19 hodin v Divadle J. K. Tyla v Červeném Kostelci.** Vstupenky lze zakoupit od června v IC Červený Kostelec, Havlíčkova 654, tel.: 498 100 657 Budete vítáni!



Oblastní charita Červený Kostelec,
5. května 1170, 549 41 Červený Kostelec
ředitel, statutární zástupce: Ing. Mgr. Miroslav Wajsar
www.ochck.cz
číslo účtu KB: 8282670227/0100 v. s. 5714



Kontaktní osoba:
Eva Wagenknechtová – Public Relations,
Oblastní charita Červený Kostelec,
tel.: 491 610 330,
e-mail: wagenknechtova@hospic.cz