



98 03/23

# Výzva

Zpravodaj  
Centra pro rodinu  
a sociální péči z. s.

Výzva Zpravodaj Centra pro rodinu a sociální péči z. s.  
Zpravodaj vychází dvakrát ročně.  
Centrum pro rodinu a sociální péči z. s.  
Syllabova 3039/19e, 703 86 Ostrava-Vítkovice  
č. 98 03/2023  
MK ČR E 15625  
Centrum pro rodinu a sociální péči z. s.  
Kostelní náměstí 3172/1, 702 00 Ostrava  
IČO: 48804517



Milí čtenáři,

jsem rád, že vás mohu v letošním prvním čísle Zpravodaje Výzva seznámit s několika důležitými tématy a událostmi, které se udály nebo jsou plánovány pro letošní výroční rok. Počátkem tohoto roku ve Středisku RODINA a divizi Fundraising a public relation došlo k výměně vedoucího, kteří vnesli do obou týmů nový pohled. Přejí oběma kolegům mnoho úspěchů v rozvoji jejich středisek. Navázáním na tyto změny se stali automatickými členy výkonné rady a podíleli se tak na zhodnocení strategického plánu a hospodaření

organizace z předešlého roku a na aktivní tvorbě nového strategického plánu pro letošní rok, který odráží také výstupy z malých rozvojových rozhovorů našich zaměstnanců.

V letošním roce nás čeká několik velkých milníků a oslav naší organizace. První novinkou je spuštění nových webových stránek CPR, které krásně a nově prezentují Centrum navenek a díky propracované struktuře intuitivně směřují na všechny služby a aktivity. Děkuji všem za spolupráci na tomto nesnadném úkole.

Dalším velkým milníkem je schválení ITI IROP dotace, na kterou můžeme navázat s naším projektem na rekonstrukci nové budovy CPR, který je před dokončením a je připraven k podání na stavební úřad. Tato evropská dotace také aktivně nastartovala fundraisingový a PR plán. Plánujeme uspořádat během roku několik akcí se záměrem hledání nových sponzorů a podporovatelů na dofinancování části nepokryté rekonstrukce našeho nového domova. Všechny plánované akce budou včas zveřejněny a jste na ně srdečně zváni. Velice rád se na nich s vámi setkám.

Zmiňoval jsem v úvodu výroční rok, přesněji řečeno 30. výročí vzniku naší organizace. Pro tuto příležitost ve spolupráci s biskupstvím ostravsko-opavským a za mediální podpory Televize NOE připravujeme přímý přenos mše svaté dne 19. 3. 2023 od 10:30 hodin z kostela svatého Václava v Ostravě. Mše svatá bude poděkováním za 30 let fungování naší organizace a současně budeme prosit o požehnání do dalších let. Slavnostní bohoslužba bude přenášena online a celebrovat ji bude otec biskup Mons. Martin David. V rámci této neděle je vyhlášená celodíeczní sbírka právě na podporu rekonstrukce našeho nového domova.

Děkuji všem kolegům za jejich úsilí na tomto společném díle. A také velký dík všem donátorům, firemním i fyzickým sponzorům, kteří nás podporovali v roce 2022 a podporují i nadále! Bez vás bychom nemohli fungovat. Vaše pomoc pomáhá udržovat a rozvíjet veškeré naše aktivity.

Opatrujte se a chod'te ven!

Bc. Marek Schneider, ředitel

**10–21**  
**Středisko VÝZVA**



**22–25**  
**Středisko RODINA**



**26–41**  
**Centrum pro rodinu  
a sociální péči z. s.**



# Obsah

<b>Slavíme třicátiny! Jak to vlastně všechno začalo?</b>	6–7
<b>Jak vlastně budeme 30. výročí slavit?</b>	8–9

## **Středisko VÝZVA**

### **OASA – osobní asistence**

Jak to žije v OASE	10–11
Respekt, člověk, identita, jinakost, hodnota a tak dál	11–12
Každý asistent mě posune o kousek dál	12–13

### **RESPIT – odlehčovací služba**

Nový rok a nový start v RESPITU aneb stále je tu šrumeček!	14
RESPIT život odlehčí = ulehčí	15

### **REHABILITAČNÍ ASISTENCE**

Přijímáme nové zájemce do REHABILITAČNÍ ASISTENCE	16–17
---	-------

### **RODINNÝ PRŮVODCE – odborné sociální poradenství**

RODINNÝ PRŮVODCE, místo, kde je mi dobře	18
Valentýnské tvoření	19

### **PŮJČOVNA POMŮCEK**

Změna v PŮJČOVNĚ POMŮCEK	20
--------------------------	----

### **BRÁNA – sociálně aktivizační služba**

Světlo mladým s handicapem	22–23
Vánoční trhy Krakow 2022	24
Vánoční večírek	24
Kino s BRÁNOU	25
S BRÁNOU na exkurzi do Marlenky	25
Noc v BRÁNĚ	26
Auto pro BRÁNU	26

### **Dělám DOBROvolně v BRÁNĚ**

Školení první pomoci pro dobrovolníky BRÁNY	28
Vstupní školení pro dobrovolníky	28
DOBROvýlet	29

## **Středisko RODINA**

Valentýnská pouť nám udělala radost	30–31
Všichni jsme na cestě. I v komunikaci	32
Pojďme „sdílet naději“	32
Co takhle vyrazit na expedici?	33

## **Centrum pro rodinu a sociální péči z. s.**

Centrum ke svému výročí spouští nový web	34
Ohlédnutí se a nový začátek v Třinci	35
Děkujeme za podporu	35–39
Co náš nový dům?	40
Zveme vás na naše akce	41
O nás	42–44
Naši činnost podporují / Chcete podpořit naši činnost?	45
Kontakty	46

# Slavíme třicátiny! Jak to vlastně všechno začalo?



6

K rozhovoru jsme tentokrát pozvali Honzu Zuchnického. Současného vedoucího správních činností. V roce 1993 však prvního předsedu tehdejšího Centra pro rodinu a sociální péči. Nenápadného člověka s úsměvem na tváři, ochotného s čímkoliv komukoliv pomoci.

Právě on stál s mnoha dalšími nadšenými lidmi u zrodu našeho Centra před 30 lety. A tak jsme mu položili několik otázek.

**Psal se rok 1993 a v kalendáři se objevilo datum 27. dubna. Zrodilo se Centrum pro rodinu a sociální péči. Jak to bylo a proč zrovna tento den?**

Listováním v kalendáři jsem zjistil, že to bylo úterý. Ale proč právě tento den,

netuším. Sešlo se nás pár nadšenců, kteří už delší dobu o založení Centra pro rodinu uvažovali. Ten den jsme „už jenom“ psali stanovy, zvolili předsedu a vyplnili přihlášku nově vzniklého občanského sdružení pro následnou registraci na Ministerstvu vnitra. Cesta k tomuto kroku byla ale poněkud delší.

**Co všechno předcházelo tomu, aby vůbec mohlo být Centrum jako občanské sdružení zapsáno?**

To se musíme vrátit o několik let nazpátek, do roku 1987, kdy pan kardinál Tomášek vyhlásil Desetiletí duchovní obnovy.

V Olomouci se začala scházet skupina lidí, kterým byla témata rodiny blízká. Z tohoto společenství vzniklo v roce 1991 olomoucké Centrum pro rodinný život. My jsme na společných setkáních sbírali první zkušenosti s chodem takovéto neziskové organizace a začali přemýšlet o vzniku Centra pro rodinu v Ostravě.

**Co následovalo? Jaké to mělo pro Centrum výhody a možná naopak i nevýhody, že činnost byla oficiálně ohlášena?**

V prvních letech Centra pro rodinu se toho moc nezměnilo. Spíš jsme pokračovali v aktivitách, které jsme měli už před jeho vznikem. Příprava snoubenců, víkendové pobyty pro rodiny s dětmi a další.

**Jistě jsi nebyl na všechno sám. Můžeš nám prozradit o které nadšence spolu s Tebou se jednalo, kteří se k takovému velkému kroku odhodlali?**

Těch, kteří myšlenku vzniku Centra pro rodinu podporovali bylo hodně. Mezi ty nejaktivnější patřili manželé Iva a Honza Zajíčkoví a později i Lenka a Milan Svojanovští. Velkým příznivcem byl i otec František Lobkowicz, v té době ještě farář v Mariánských Horách. Díky němu jsme přípravu snoubenců přesunuli z našich domácností do farních prostor, které nám nabídl.

**Jaké služby jste v začátcích poskytovaly a na jaké skupiny lidí jste se zaměřovali?**

Jak jsem už zmínil, byla to hlavně příprava snoubenců před uzavřením církevního sňatku a různé typy víkendových pobytů. Zpočátku se těchto akcí účastnili hlavně naši známí, kamarádi, rodiny, se kterými jsme už nějak spolupracovali. Ti později přivedli své známé a tím se okruh spolupracovníků rozšiřoval. Ale třeba na přípravu snoubenců přicházeli páry z celé Ostravy i okolí.

**Jak se můžeme dočíst v historii našeho Centra, postupně došlo k obrovskému rozšíření a vzniku nových služeb. Jak a proč k tomu vlastně docházelo?**

K tomuto rozšíření docházelo postupně. Velkou roli v tom hrálo založení Ostravsko-opavské diecéze a v roce 1999 vznik Pastoračního centra pro rodinu. Od svého zrodu úzce spolupracovalo s naším občanským sdružením Centrum pro rodinu a sociální péči. Vedoucím Pastoračního centra se stal Honza Zajíček, který se později stal i dalším předsedou občanského sdružení. Velkou oporou pro naši činnost jsme měli v otci teď už biskupovi Františku Václavu Lobkowiczovi.

**Jak dlouho jsi byl předsedou Centra a kdo byl Tvým nástupcem?**

Pokud dobře počítám tak necelých sedm let. Mým nástupcem se stal již zmíněný Honza Zajíček. Pod jeho vedením se Centrum pro rodinu postupně rozrostlo až do dnešních rozměrů.

Honzo, moc Ti děkujeme za Tvůj čas a za Tvé vzpomínky. Víme, nebylo to úplně jednoduché vybavit si, co se vlastně před těmi 30 lety událo. O to více si vážíme Tvých odpovědí. Ať se Ti i nadále v našem Centru daří!

# Jak vlastně budeme výročí Centra slavit?

Třicátiny jsou rozhodně velká věc. A pokud se jimi může pochlubit nějaká organizace, určitě to, co je jejím posláním, je věcí důležitou a potřebnou. A jsme o tom přesvědčeni i my a věříme, že i vy naši čtenáři, klienti, uživatelé, dobrovolníci, zkrátka všichni, kteří Centrum tvoří.

Za dobu 30 let se událo mnohé, Centrem prošlo obrovské množství lidí a za všechno dobré i to obtížné bychom chtěli společně děkovat. A také prosit o Boží požehnání pro naši další službu a pomoc těm, kteří nás potřebují. Proto bychom vás rádi pozvali **na mši svatou** v neděli **19. 3. 2023 v 10:30** v kostele svatého Václava v Ostravě. Hlavním celebrantem bude Mons. Martin David a bohoslužba bude přenášena televizí Noe. V tento den ve všech kostelích ostravsko-opavské diecéze proběhne sbírka, která bude určena na rekonstrukci nového zázemí Centra pro rodinu a sociální péči.

**27. 4. 1993 je přesným dnem našeho narození.** Ten den bylo tehdejší Centrum registrováno na Ministerstvu vnitra „...jako dobrovolné sdružení osob, skupin a aktivit, které se angažují v oblasti řešení manželské, rodinné a sociální problematiky“ se sídlem v Ostravě. Jak to oslavit? Sledujte náš web a Facebook a určitě se to dovíte.

Velkou událostí, jak už jistě víte, bude **benefiční koncert**. Ten pořádá naše Centrum ve spolupráci s Janáčkovou filharmonií Ostrava a španělskou houslistkou Leticíí Moreno. Proto vás zveme v pátek **26. 5. 2023 od 19:30** do katedrály Božského Spasitele v Ostravě. Uvedeno bude Čtvero ročních dob v Buenos Aires Ástora Piazzolly. Koncertem nás provede Barbora Seidlová. Bude to jistě krásný a neopakovatelný večer. Určitě využijte této nabídky a přijďte podpořit benefici na rekonstrukci nového zázemí našeho Centra.

Tradiční akce v netradičním termínu. Ano, je tomu tak. I letos připravujeme **festival Fandíme rodině!**, a to v sobotu **16. 9. 2023**. Ten bude vyvrcholením oslav. Detaily programu se ladí. Ale těšit se můžete na Pavla Helana a především jeho novou písničku psanou přímo pro naše Centrum. Připraveno bude i losování tomboly, program pro děti, výborné občerstvení a mnoho dalšího. Zkrátka, o zábavu bude postaráno.

Budeme moc rádi, když budete slavit s námi!





### Jak to žije v OASE?

OASA bude mít PSA. Cože? A kde bude? Ve velké klubovně, všechna PSA budou tam. Snad všichni psi, ne? Ne, ne, samozřejmě máme na mysli naše pravidelná setkání s názvem Pracovní Setkání Asistentů, tedy zkráceně PSA, která každý měsíc, s výjimkou prázdninového července, probíhají již léta. Pokud jste našimi příznivci, možná víte, že programem těchto setkání bývají školení, pohovory asistentů s vedoucí služby nebo individuální supervize, kdy asistenti mají prostor s nezávislou psycholožkou probrat vše, co je při jejich práci tíží. V srpnu již tradičně připravujeme grilování s teambuildingovými aktivitami a prosinec patří předvánočnímu setkání, na kterém práci na chvíli pustíme z hlavy.

Největší počet PSA však patří vzdělávání a nejinak tomu bude i v letošním roce. V čem by se však asistenti měli vzdělávat, absolvovali snad kurz, a navíc, každý pracuje u jiného člověka, jehož znevýhodnění přece vyžaduje individuální přístup, ne? Ano, to je pravda, všichni asistenti, pokud náhodou nevystudovali sociální práci nebo příbuzný obor, musí absolvovat 150 hodin kurzu (který pro ně připravuje CPR) a dále každý rok alespoň další 24 hodin vzdělávání. Jenomže, právě proto, že každý asistent pracuje s individuálním přístupem, je mnoho témat, která asistenty zajímají a my bychom jim je rádi zprostředkovali, proto kurz, ani povinné vzdělávání nestačí a dále se školíme a školíme, abychom mohli na potřeby všech, kdo naši službu využívají, odpovídat co nejlépe. Na konci každého školení asistenti vyplňují dotazník pro zpětnou vazbu, nakolik pro ně téma bylo užitečné a jeho podání se jim líbilo, a také navrhují témata další, která by chtěli absolvovat.

V první polovině tohoto roku nás tak čeká hned několik zajímavých školení. Začali jsme již v lednu, kdy nás kolegyně Zuzka Matulová, s čerstvým magisterským diplomem ze speciální pedagogiky, seznámila právě s tímto oborem, a to velmi poutavým způsobem s tipy pro praktické využití v každodenní práci. Ve stejný den jsme měli také s jedním z uživatelů naší služby besedu o tom, jak z pohledu svého a své rodiny vnímá práci osobního asistenta, získali jsme tím cenné podněty pohledu „z druhé strany“.

Mnoho uživatelů naší služby má poruchu autistického spektra, jejíž součástí je výrazně kvalitativně a kvantitativně jiné přijímání smyslových vjemů, než je běžné. Abychom s těmito lidmi dokázali dobře pracovat, chceme se, alespoň nakolik je to možné, s využitím různých pomůcek, technik a cvičení, ponořit do vnímání člověka s autismem a zažít jej tak „na vlastní kůži“. S kurzem Specifika smyslového vnímání u osob s PAS k nám v březnu zavítají známé lektorky Lenka Gwozdová a Barbora Herzánová.

V dubnu zavítáme do Pomocné školy, aha, asi to musíme vysvětlit, ať nedojde k nepochopení, Pomocná škola zavítá k nám. No, zkusíme to ještě lépe... zavítá k nám velmi žádaný a vytižený odborník na moderní a proklientský přístup v sociálních službách, Martin Fojtíček, který stojí za projektem Pomocná škola, nabízejícím několik zajímavých

kurzů pro pomáhající profese. My s ním zažijeme kurz 2 v 1: Jazyk profesionálního pomáhání a Trivium lidského pomáhání. Myslíme si, že když chceme poskytovat kvalitní službu, je potřeba, abychom o své práci správným způsobem přemýšleli a mluvili, což nás dále vede k ještě lepšímu konání.

S prvním pololetím, jako ve škole, se rozloučíme na konci června školením se zajímavým názvem: Preterapie. Ta je součástí na člověka orientovaného terapeutického přístupu (Person Centred Approach). Nejedná se však přímo o terapii, ale před-terapii, tedy způsob navázání kvalitního lidského vztahu s člověkem, u kterého se často předpokládá, že vztah navázat nelze, jako např. lidé s těžším mentálním postižením, autismem apod. Preterapii se budeme učit od Rely Chábové, jejímž učitelem byl přímo zakladatel přístupu, Garry Prouty z USA.

Jak vidíte, naši asistenti mají program nabitý zajímavými tématy, takže pokud by vás lákalo dělat něco smysluplného pro druhé lidi, vydělat si, získat nové zkušenosti a průběžně se vzdělávat, určitě se ozvěte, rádi vás mezi sebou přivítáme. Nebo nám můžete držet palce, ať se dílo daří.

Petr Göttlicher, OASA

## Respekt, člověk, identita, jinakost, hodnota a tak dále

Stejně jako já, také moje žena pracuje jako sociální pracovnice, jen v jiném městě a s jinou cílovou skupinou. Asi tak není překvapivé, že častým tématem našich rozhovorů je sociální práce a vše, co s ní souvisí. Touto cestou jsem se dostal k informaci, že Centrum nové naděje, což je občanská poradna ve Frýdku-Místku, pořádá pro pracovníky z tohoto města bezplatný kurz s akreditací MPSV na téma Základy sociální práce s LGBT osobami. Díky velmi vstřícnému přístupů paní Marty Damkové z Centra nové naděje, za který jí patří velký dík, se dvanáct sociálních pracovníků z OASY, BRÁNY, RESPITU, REHABILITAČNÍ ASISTENCE a PORADNY PRO VZTAHY A RODINU mohlo tohoto kurzu zúčastnit.

Jednoho studeného listopadového dne loňského roku jsme spolu s dalšími účastníky sestoupili do atraktivních prostor hudebního klubu Stoun, což je bývalý podzemní kryt civilní obrany ve Frýdku-Místku, kde na nás čekali lektori Mgr. Karel Pavlica, Ph.D. a Mgr. Jolana Novotná. Výklad nás od začátku upoutal natolik, že se znovu potvrdilo, jak relativní je vnímání času, když je program zajímavý, uběhne 8 hodin jako nic.

Za to, jak výborná v klubu po celou dobu panovala atmosféra, patří dík zejména

lektorům, kteří se ani jednou nesnížili k něčemu, co by mohlo připomínat laciný aktivismus, ale byli vysoce profesionální a vybavili nás znalostmi hlubší orientace v problematice LGBT lidí a principy senzitivního jazyka a celkového přístupu k těmto lidem (nejen) v rámci sociální práce. Měli jsme možnost vyzkoušet si i několik praktických cvičení na lepší porozumění LGBT lidem. Při jednom z nich jsme se například rozdělili do dvojic tak, abychom se vzájemně neznali, potom jsme si měli uvědomit pět věcí, které jsou pro nás v životě nejdůležitější a následně o sobě pravdivě povídat druhému člověku, ovšem s tím, že žádnou z pěti nejdůležitějších věcí nesmíme zmínit. To je často situace LGBT lidí, pro které není snadné mluvit o sobě, jejich partnerství, rodině apod., stále se totiž setkávají s někdy otevřeně nepřátelským přístupem, někdy „jen“ s nepochopením nebo tzv. mikroagresí, což jsou různé poznámky, úškleby, povzdechy, přehlížení atd. Upřímně, takový rozhovor nebyl vůbec jednoduchý a už vůbec ne příjemný.

Kurz tak splnil očekávání, která jsme od něj měli, a znovu nám připomněl, jak důležitý je respekt ke každému člověku bez rozdílu, nikoho nepovyšovat, nikoho nesnižovat, ale respektovat člověka v jeho jinakosti. Nezáleží na tom, zda někdo má kůži bílou, černou nebo žlutou, zda je křesťan, budhista nebo ateista, zda cítí, že se jeho biologické a sociální pohlaví shoduje nebo ne, zda volil Babiše nebo Pavla, záleží na tom, že je lidskou bytostí. A i když s druhými nemusíme souhlasit, ani nemusíme schvalovat jejich jednání, budeme je respektovat a přistupovat ke každému stejně. To jsou hodnoty, na nichž stojí sociální práce, hodnoty nás, sociálních pracovníků a pracovníků Centra pro rodinu a sociální péči.

## Každý asistent mě posune o kousek dál

Vážení čtenáři,

v OASE jsem od roku 2010. Tato služba je pro mě vysoce dobrou a kvalitní službou. Asistenti mě po malých krůčcích posouvají vždy dál. Když jsem v této službě začínal, tak jsem nebyl tak soběstačný, jako jsem teď. Zlepšil jsem se v plánování svého volného času, v podávání jídla a momentálně se učím počítat peníze. Obecně lze říci, že mé pokroky jdou pomalu, ale jistě.

I když občas nastal problém mezi mnou a asistentem, vždy jsme to společně vyřešili k vzájemné spokojenosti. S asistenty jsem zažil výlety do Zoo Ostrava, Světa techniky i výlety mimo Ostravu. Každý asistent mě posune o kousek dál. Já si toho nesmírně vážím, protože mi to pomáhá. Každý asistent má jiný úhel pohledu na věc, takže mi může nabídnout několik různých řešení na danou věc. Jen mě trošku mrzí, že mi zanedlouho bude 30 let a že se se službou budu muset rozloučit. Což je mi upřímně líto, ale nic se s tím nedá dělat a život jde dál.

Jakub Kremer

PIA072

NAJDETE NÁS  
VE FOODCOURTU  
2. PATŘI

**JAKOU  
SI DÁTE  
DNES?**

BB  
BOX  
BAGETERIE  
BOULEVARD

PŘEDSTAVUJEME  
VÁM IDEÁLNÍ ŘEŠENÍ  
VAŠEHO FIREMNÍHO  
OBČERSTVENÍ.

OBJEDNÁVATEL  
NA [BBBOX.CZ](http://BBBOX.CZ)



# Nový rok a nový start v RESPITU aneb stále je tu šrumec!

Všechny vás zdravíme a pro začátek bychom vám rádi popřáli vše nejlepší do nového roku 2023! A to i přesto, že už je únor a všichni už jsme se dávno probudili z toho krásného období mezi Vánocemi a Silvestrem. Ale nebojte, nebude to trvat dlouho a vánoční koledy už opět budou klepat na dveře. Nicméně do té doby máme ještě hodně práce.

Konec starého roku i začátek roku nového pro nás byl v RESPITU ve znamení schůzek, podpisů smluv, vyhodnocení cílů a jiných povinností nutných k tomu, aby služba mohla pro uživatele dobře fungovat.

Kromě toho jsme se ale už od ledna s vervou pustili do hodnocení služby za uplynulý rok, abychom jej mohli předat k vyhodnocení vedení Centra. To proběhne již v únoru, tak nám držte palce.

No a co máme v plánu dál? Spoustu věcí. Jak už je zvykem, plánujeme pro naše stávající asistenty několik školení a samozřejmě osobní konzultace. Stále probíhá zaučování nových asistentek, za které jsme velmi vděční, jelikož jsou to velmi důležití lidé, bez kterých by služba nemohla fungovat. A co je ještě lepší, na březem máme naplánováno další výběrové řízení! Moc děkujeme za takový zájem a doufáme, že nás váš zájem o práci u nás ve službě bude udržovat zaneprázdněné minimálně do června.

Vzhledem k velkému počtu zájemců o práci je momentálně další přijímání pracovníků pozastavené, ale pokud máte zájem o brigádu, nezoufejte. Hned jakmile budeme mít možnost, opět vystavíme inzerát a vy se budete moci účastnit pohovoru na asistenta odlehčovací služby. Sledujte naše stránky v sekci nabídka práce!

A poslední novinku, kterou pro vás máme, se týká naší nové kolegyně Bc. Lucie Ducké, která k nám nastoupila v říjnu a bude u nás pracovat na poloviční úvazek jako sociální pracovníce. V případě zájmu o naši službu ji můžete kontaktovat na e-mailu [lducka@prorodiny.cz](mailto:lducka@prorodiny.cz) nebo na telefonním čísle 775 503 379.

Přeji vám krásné jaro a uvidíme se zase příště!  
Bc. Martina Borovičková, RESPIT



### RESPIT život odlehčí = ulehčí

*„Kdyby služba RESPIT neexistovala, tak si jako pečující nemohu dovolit zajít k lékaři jindy než dopoledne, a to i tak s velkou nejistotou, že syn onemocní a budu muset lékaře odložit.“*

*„Kdyby služba RESPIT neexistovala, tak bych si nemohla dovolit zajít odpoledne nikam. Ani na větší nákup ani na chvíli jen tak se procházet a na nic nemyslet.“*

*„Kdyby služba RESPIT neexistovala, tak bych neměla čas na svou matku, která je již ve věku, kdy mě začíná více potřebovat.“*

*„Kdyby služba RESPIT neexistovala, tak bych neměla dočasně pro syna asistenci ve třídě.“*

*„Služba RESPIT mi vždy „vytrhla trn z paty“ a hlavně bylo profesionálně postaráno o syna, který si s asistentkou vytvořil hezký přátelský vztah a vždy se na její příchod těší.*

*Služba RESPIT je neocenitelným pomocníkem pro pečující a dovolí jim žít trochu „normálním“ stylem života.“*

*„Život pečujícího je těžká manažerská práce s fyzickou náplní a služba RESPIT tento život opravdu odlehčí = ulehčí!  
Děkujeme!“*

*„Jsem moc vděčná, že existuje služba jako je RESPIT, protože mi v životě moc pomohla. Využívám odlehčovací službu už asi deset let. Začátky pro mě byly moc těžké a asistentka mi opravdu moc pomohla, když se mi narodila dcera (s Downovým syndromem, autismem a přidruženými vadami). Nevěděla jsem si moc rady a tady jsem hodně čerpala jak pracovat, učit a vlastně vychovávat dceru. Když se mi narodila druhá dcera, tak mi asistence moc pomáhala zvládat návštěvy lékaře, odvoz první dcery do školy a vlastně ulehčovala můj život. Což dělá do dneška. Mám skvělou asistentku a je už vlastně jako rodina. Opravdu děkuji skvělému týmu odlehčovací služby RESPIT, že jsou.“*

Děkujeme našim uživatelům za pěknou zpětnou vazbu.  
za tým Odlehčovací služby RESPIT, Bc. Martina Borovičková





# Přijímáme nové zájemce do REHABILITAČNÍ ASISTENCE

Naše aktivita REHABILITAČNÍ ASISTENCE zajišťuje asistenci při rehabilitačním cvičení dětem a mladým lidem ve věku od 7 do 35 let se závažným tělesným postižením nebo závažným tělesným postižením v kombinaci s jiným postižením. Aktivita je dostupná pro územní oblast Ostrava a okolí, a to ve dvou formách – terénní a ambulantní. Terénní forma je poskytována v místě bydliště klientů, ambulantní forma naopak v prostorách Střediska VÝZVA ve speciálně vybavené rehabilitační místnosti. Pravidelnou rehabilitační asistenci vykonávají studenti oboru fyzioterapie nebo ergoterapie, kteří jsou vedeni odbornými garanty fyzioterapeuty.

Začátkem února se konalo I. kolo výběrového řízení na pozici rehabilitační asistent, z něhož do II. kola postoupilo celkem 18 studentů. Do výběrového řízení se přihlásilo více než 20 studentů a stále se hlásí další a další, proto pokud máte zájem o poskytování rehabilitační asistence a jste z Ostravy, ozvěte se nám na e-mail [rehasst@prorodiny.cz](mailto:rehasst@prorodiny.cz) a můžeme zahájit spolupráci. A jak spolupráci s námi vidí naši klienti?

Bc. Denisa Michalková, koordinátor Rehabilitační asistence

*„Využíváme služby domácí rehabilitační asistence dlouhodobě a jsme s ní velmi spokojeni. Od minulého hodnocení nedošlo k žádnému zhoršení této služby. Slečna studentka, která k nám chodí, je moc šikovná, k synovi má pěkný přístup a je na ni spolehnutí. Cvičení pomáhají synovi zvládat jeho handicap a také po psychické stránce je na tom syn mnohem lépe. Nevybavuji si žádnou slabou stránku této služby a jako pozitivní vnímám cenovou přijatelnost a to, že se syn může setkávat s mladými lidmi. Komunikace s vedením této služby je skvělá, bezproblémová a moc si vážíme, že můžeme tuto službu využívat.“*

*„Rehabilitační asistenci využíváme už druhým rokem a jsme naprosto nadšeni!!! Děkujeme s dcerou za možnost využívat tuto aktivitu, velmi nám to pomáhá.“*

*„Klienty rehabilitační asistence jsme už poněkolkáté a nemůžeme si to vynachválit. Je skvělé vidět, jak se dcera těší na asistentku a jak jí to pomáhá.“*

## RODINNÝ PRŮVODCE, místo, kde je mi dobře

*„Na RODINNÉHO PRŮVODCE jsem dostala doporučení. A nemohu vynachválit. Neskutečně mi pomohli. Především v době, kdy jsem byla zoufalá a nevěděla jsem, co dělat. Neuvěřitelně ochotní, milí lidé s neskutečnou empatií. Na sociální pracovníci, ke které jsem došla, budu myslet do konce života. Mnohokrát jí děkuji za vše, co pro mě udělala a dělá dodnes. „*

*„Díky RODINNÉMU PRŮVODCI máme konečně pocit, že na péči o postiženou dceru nejsme sami a že někdo rozumí tomu, co denně prožíváme. Pracovnice RODINNÉHO PRŮVODCE jsou vždy usměvavé, ochotné a se zájmem se snaží odpovědět na jakýkoliv dotaz, případně vyhledají kontakt, kde nám s daným problémem pomůžou. Poprvé jsme vnímali, že si „někdo všiml, jak těžkou práci vlastně vykonáváme“ a že to někdo dokáže ocenit. Jsou to empatické odbornice na pravém místě.“*

*„Se službou RODINNÝ PRŮVODCE jsme velice spokojeni. Můžu ji jenom doporučit rodinám s dětmi, které mají handicap. RODINNÝ PRŮVODCE nám velmi pomohl z více stran. Syn velmi rychle našel kontakt s pracovníci RODINNÉHO PRŮVODCE, což pro něho není obvyklé, jelikož trpí PAS a TMR. Pro mě taky byla spolupráce velmi pozitivní a našla jsem odpovědi u pracovníků na všechny otázky týkající se syna. Vždycky jsou velice ochotné a milé. Chci poděkovat všem pracovníkům RODINNÉHO PRŮVODCE za práci, kterou dělají pro rodiny s postiženými dětmi.“*

*„Se službou RODINNÝ PRŮVODCE jsem velmi spokojená, ráda služeb využívám. Jsem velmi vděčná, že mi pomáhají orientovat se v nadacích a jsou mi patronem, když potřebuji. Ráda využívám workshopů, něco tvořím a setkávám se s ženami s podobným osudem. Díky RODINNÉMU PRŮVODCI jsem se s mnoha z nich spřátelila. Různě se podporujeme a radíme si. Taky navštěvuji přednášky se zajímavými tématy – poslední přednáška byla třeba o nadacích. Zúčastnila jsem se i hudebního workshopu, bylo to skvělé.“*

*„Jsem maminka autistického dítěte a již delší dobu jsem měla pocit, že bych potřebovala místo, kde se můžu v době, kdy je potomek ve škole, trochu odreagovat a zrelaxovat. Náhoda tomu chtěla, že jsem objevila poradnu RODINNÉHO PRŮVODCE, který pořádá různé akce zaměřené na relax, tvůrčí činnosti, ale i semináře s odborníky aj. Každý si zde najde to své. Mám ráda i místo, kam ráda chodím relaxovat, a hlavně i přátelská atmosféra zaměstnanců je pro nás, pečující matky, velmi potěšující. S rodinou se pak vždy těšíme na konec školního roku na tradiční grilovačku, kde se sejdeme s přáteli a sdílíme své zkušenosti s výchovou dítěte velmi náročného na péči. Jednou jsme absolvovali v minulých letech i relaxační pobyt, i ten byl velkým přínosem pro načerpání sil do dalších dní. Děkuji, že existuje místo, kde je mi dobře.“*

### Valentýnské tvoření

V únoru proběhlo v RODINNÉM PRŮVODCI další Tematické setkání pečujících, tentokrát na téma Valentýnské tvoření. Pod vedením šikovné lektorky paní Jany Juráňové si mohly uživatelky vytvořit mnoho krásných dekorací nebo šperků v podobě různých typů náramků. Paní lektorka zpříjemnila uživatelkám tvoření klidnou a příjemnou hudbou a aroma difuzérem.

I když se sešla pouze malá skupinka, tak si všechny uživatelky setkání velmi užily, odpočinuly si a díky menšímu počtu si měly možnost i popovídat a sdílet své každodenní strasti i radosti. Uživatelky byly z tvoření nadšené a odcházely s úsměvem na tváři. A my jsme rádi, že se tvoření povedlo a budeme se těšit na další setkání.

Kateřina Ručková, RODINNÝ PRŮVODCE



# Změna v PŮJČOVNĚ POMŮCEK

Půjčovna pomůcek pro osoby se zdravotním postižením prochází změnami. Od února 2023 je zázemí půjčovny pomůcek opět pod vedením kolegyň, které znáte z naší služby RODINNÝ PRŮVODCE. Lenka Nováková, Kateřina Ručková a Pavla Hodinová vám pomohou vybrat tu správnou pomůcku a zajistit vše potřebné kolem.

**Koordinátorky půjčovny pomůcek zastihnete na novém telefonním čísle 774 724 423. E-mail zůstává stejný [pujcovna@prorodiny.cz](mailto:pujcovna@prorodiny.cz). Provoz půjčovny je dle telefonické domluvy.**

Nabízíme řadu **kompensačních a rehabilitačních pomůcek** a také **sportovních potřeb**. Mezi **kompensačními pomůckami** můžete najít nájezdovou rampu, schodolez, chodítko či mechanický vozík.

V sekci **rehabilitačních pomůcek** máme pro vás připravenou rehabilitační houpačku a rehabilitační válce.

20

A mezi **sportovními pomůckami** můžete najít dětskou tříkolku, benecykl, Monoski, sáně Snow Comfort či speciální kočárek SPEKO.

K dispozici máme mnohem více pomůcek, jejichž seznam je uveden na našem webu. Pomůcky jsou zapůjčeny na základě písemné smlouvy a zpoplatněny dle platného ceníku. Snažíme se vše nastavit pro vaši spokojenost a vyhledávat nové pomůcky, které víme, že sháníte. Pokud máte nějaké tipy na to, co byste potřebovali nebo si chcete pomůcku zapůjčit, tak nás kontaktujte na výše uvedených kontaktech.

Těšíme se vás!

Lenka Nováková, PŮJČOVNA POMŮCEK







# Světlo mladým s handicapem

Dne 26. 11. 2022

Všichni měli prodej v daném patře. Museli jsme tam být 30 min před prodejem.

Když jsme tam přišli, měli jsme podepsat prezenční listinu a zároveň i plnou moc, která

dokazuje, že máme oprávnění prodávat. Pak jsme se rozdělili do skupin a pak jsme šli prodávat. Měli jsme dostat 300 světýlek, ale místo toho jsme dostali pouze 150 světýlek.

Během prodávání tam hrály různé kapely, které se tam střídaly, bylo tam povídání o BRÁNĚ, jak to tam u nás chodí, co nabízíme za aktivity a podobně. Nakonec jsme získali pro BRÁNU skoro 52 000 Kč.

Michal Kvača

Ano, je to tak! V sobotu 26. listopadu se Forum Nová Karolina prozářilo žlutou barvou. Konal se totiž 15. ročník benefiční akce Světlo mladým s handicapem. Tato akce spočívá v prodeji minisvítilen, lamp a osvětlení, které rozzáří vaše výlety, cesty, domovy a vaše srdce. Výtěžek z akce pak podpoří mladé lidi se zdravotním postižením ze sociálně aktivizační služby BRÁNA. Celá částka je použita na přípravu a realizaci celoročních aktivit, cest za poznáním a pobytů.

A jak to dopadlo? No přece výborně! Den to byl opravdu prozářený, radostný a velice štědrý.

Celkově do BRÁNY putuje 81 809 Kč. Do kasiček pro veřejnou sbírku Brány se podařilo vybrat krásných 51 809 Kč. Dalšími 30 000 Kč nás podpořily firmy. A jiní nám zdarma poskytli zázemí, svůj talent při vystoupeních a nebo občerstvení pro dobrovolníky a uživatele BRÁNY.

Moc všem děkujeme za velikou štědrost, které si opravdu vážíme!

Radka Moricová



### Vánoční trhy Krakov 2022

V zimních měsících se naše parta vždycky rozhodne a vyrazíme na vánoční trhy. Tentokrát v anketě vyhrál Krakov.

Cestou tam si naše posádka užila v autě spoustu legrace a zábavy. Za zpěvu písní, skládání vtipných básniček a povídání o počtu druhů napečeného cukroví jsme dorazili na místo. V obchodním domě jsme se posilnili obědem a vydali na cestu pěšky. Hurá!

Čekáte zážitky? Máte pravdu, zážitek to byl. Musím říct, že to, co jsme viděli nás úplně odzbrojilo.

Jediné, co jsme před očima viděli, bylo neskutečné množství lidí. Projít jednotlivé stánky, zakoupit výrobky, bylo nemyslitelné. Frontu na punč jsme si ale vystáli.

I když atmosféra trhu byla zastřena množstvím lidí, tak ničeho nelituji. Užila jsem si perfektní den se svými přáteli.

Karča Havlasová



### Vánoční večírek

Všichni jsme se sešli. Jak jsme přišli, tak jsme dali pod stromeček dárky. Každý přinesl dárek za 50 korun, který byl pod stromečkem. Jak jsme odcházeli domů, každý si vybral jeden.

Zpívali jsme a poslouchali koledy, jedli cukroví, pili dětský punč, povídali si. Byla to moc hezká vánoční atmosféra. Cukroví, které bylo na stole, bylo vynikající. Super občerstvení na stolech.

Povídali jsme si a celou dobu se bavili. Přáli jsme si do nového roku, jak jsme odcházeli domů.

Míša Kováliková





### Kino s BRÁNOU

Dne 18. 1. 2023 se konala mimořádná akce, kino v ostravském Futuru, Cinestar. Všichni nahlášení na tuto akci, uživatelé i dobroši, jsme se sešli na domluveném místě a šli si společně říct, co se následující čas bude dít, a jak to vše proběhne. Poté jsme si šli sednout na jídlo a pití a povídali jsme si mezi sebou o všem možném. Pak následoval výběr filmu, na který jsme si sami koupili lístky a občerstvení, abychom byli co nejvíce samostatnou jednotkou. Každý z nás je jiný, a proto každý říkal jiný název filmu. A tak jsme se nakonec domluvili, že se rozdělíme do dvou skupin a každá skupina půjde na jeden ze dvou vybraných filmů. Jedna skupina šla na Kocoura v Botách, kde hrál kocour ze Shreka a druhá na Avatara. Po filmu jsme se opět sešli u jídelních stolů, kde si nás vyzvedli rodiče. Byl to velmi hezký den.

Denisa Vinárková

### S BRÁNOU na exkurzi do Marlenky

Dne 13. 2. 2023

Všichni jsme se sešli v Bráně ve 14:00 hod. Potom jsme se rozdělili do dvou aut a odjeli jsme do Marlenky.

Přijeli jsme do Marlenky ve 14:45 až 14:50. Každý si musel zaplatit vstupné. Nejdříve jsme dostali zákusek a potom si mohli vybrat, co si dáme na pití. Během toho následovala video ukázka. Pak jsme šli na prohlídku. Ke konci prohlídky bylo řečeno, že dostaneme 10% slevu na nákup. Nakonec následovala společná fotka. A potom hned jsme jeli domů.

Michal Kvača



## Středisko VÝZVA

### Noc v BRÁNĚ

Ahoj přátelé,  
přespávačka v Bráně byla moc fajn. Někteří šli nakoupit po příjezdu do obchodu a někteří zůstali v Bráně.

Ti, co tam zůstali, si povídali.

Pak se vařilo. Loupali jsme cibuli a vařilo se, mezitím se jedlo něco dobrého. Také se tančilo a zpívalo.

Najedli jsme se, odpočinuli si, pustili se film Disney a u toho se jedl popcorn. Šlo se spát dle potřeby.

Vše se mi moc líbilo, děkuji.

Julie Telnarová

### AUTO pro BRÁNU

Máme velkou radost. Díky dotaci Moravskoslezského kraje z Programu na podporu zvýšení kvality sociálních služeb a dotaci Statutárního města Ostrava z programu Loterie jsme mohli pořídit nový sedmimístný automobil rodinného typu pro naši sociálně aktivizační službu BRÁNA. Tento nový automobil nám pomůže zajistit bezpečné převozy našich uživatelů a doprovázejících dobrovolníků na skupinových terénních sociálně aktivizačních aktivitách. Za finanční podporu našim donátorům velmi děkujeme. Velice si jí vážíme.

Martina Kurdzielová, administrátor projektů



Projekt AUTO pro BRÁNU byl financován Moravskoslezským krajem z Programu KSS a Statutárním městem Ostrava z programu Loterie. Srdečně děkujeme.





## Středisko VÝZVA

### Školení první pomoci pro dobrovolníky BRÁNY

Už skoro tradičně se na začátku nového roku věnujeme školení a vzdělávání dobrovolníků jak nových, tak stávajících. První pomoc je dobré znát jak ve formě teoretické, tak praktické. Na našem školení jsme i v praktickém nácviku probírali například přístup k bezvědomému, infarkt, dušení, záchvatové stavy, krvácení, pády a nehody. Školení jsme si myslíme všichni užili. A kromě opakování si zase posunuli svoje vědomosti a um. Závěrem všem děkujeme za účast a přejeme, aby nabyté zkušenosti a vědomosti nikdy nepotřebovali.

28

zaměstnanci BRÁNY



### Vstupní školení pro dobrovolníky

Dne 8. 2. proběhlo v BRÁNĚ Vstupní školení pro dobrovolníky. Jednalo se o mini školení, na kterém se měli noví dobrovolníci potkat s těmi stávajícími, ukotvit se v tom, kdo je dobrovolník, co dělá, jaký je etický kodex dobrovolníka či jaká má práva a povinnosti. Část školení byla zaměřena na nastavení osobních hranic. Také byli dobrovolníci seznámeni se základními pravidly manipulace s vozíčky, úpravami sedu uživatele či s přesuny uživatele. Vstupního školení se zúčastnilo 8 dobrovolníků. Jsme rádi, že se naši dobrovolníci chtějí i nadále posouvat a vzdělávat, aby i nadále mohli dělat DOBROvolně v BRÁNĚ.

Vojtěch Zajíček, koordinátor dobrovolníků



### DOBROvýlet

V sobotu 28. 1. se uskutečnil DOBROvýlet. Sraz byl u Brány a jeli jsme do sportovní haly zahrát si badminton. Vytvořily se týmy a pak hrál každý s každým. Byla to sranda a všichni jsme se moc nasmáli. Po badmintonu jsme jeli do Brány a tam nás čekalo překvapení – nešel proud. Nás to ale nezastavilo, zapálilo se pár svíček a zábava pokračovala. Povíдали jsme si a hráli různé hry, u kterých jsme se taky hodně nasmáli. Bylo i výborné občerstvení, hlavně muffiny. Myslím, že jsme si to všichni moc užili a velké poděkování si zaslouží Barča s Vojtou, kteří vše super zvládli i přes překážku, že nešel proud. Jsem ráda, že jsem se mohla zúčastnit.

Stáňa, dobrovolnice



### Valentýnská pouť nám udělala radost

Ostravské Centrum pro rodinu a sociální péči nám s manželkou udělalo radost. Uspořádalo totiž pouť ke svatému Valentýnovi v Háji ve Slezsku. Řekl bych, že kostelů zasvěcených tomuto římskému biskupovi ze třetího století u nás příliš nebude. Program sliboval vše, co bych od takovéto poutě očekával. Mši svatou slouženou v téměř zaplněném chrámu celebroidal otec Pavel Kuchař, děkan Hlučínska. Zpěv scholy z kůru umocňoval prožitek z bohoslužby. V promluvě otec Kuchař milým způsobem zavzpomínal, jak se svými bratry jednou nečekaně doma uspořádali oslavu výročí svatby svých rodičů. Oběma rodičům tak připravili chvíle radosti a dojetí a všichni tak zakusili rodinnou sounáležitost. Každá pouť by měla mít svou i pěší část. Tento bod symbolicky naplnila procházka k restauraci, kde už čekaly slavnostně nazdobené stoly, a hlavně příležitost se zahřát. Po krátkém úvodu v podání ředitele střediska Marka Schneidera následovala výborná večeře i s moučníkem. V příjemné atmosféře si mohly páry popovídat u stolů s dalšími manžely. Věková škála párů byla od čerstvě dospělých až po seniory. Holt, péče o vztah je potřebná v každém věku. A jak udržovat tento „stroj“ tak, aby nevrzal či neskřípal, ale ideálně láskyplně šveholil – o to se postaral zkušený lektorský pár Manželských setkání – Gita a Miloš Vyleťalovi. Jejich přednáška byl nádherný duet plný vzájemného souznění a laskavosti. Tématem byly rozdílnost potřeb muže a ženy. Tedy jak by žena měla projevovat úctu svému muži a ten by jí měl opětovat projevy lásky. Je to způsob, jak se vyhnout bludnému kruhu šílenství, kterého jsme mnohdy svědky. Myslím si, že se první pouť ke svatému Valentýnu vydařila a doufejme, že Centrum pro rodinu zahájilo tímto novou tradici. Těšme se už na příští ročník!



# Všichni jsme na cestě. I v komunikaci

Už pár let se s námi na cestu za lepší komunikací vydávají lidé různého věku, muži i ženy, páry i jednotlivci, lidé různých profesí i postojů. Spojuje je touha po poznání možností lepší komunikace, která vede k vzájemnému porozumění a lepším vztahům. V našem kurzu o komunikaci CEK - Cesta efektivní komunikace mají možnost získat nové informace, dovednosti, praktické návody a zkušenosti. Je to pro ně příležitost zažít, že nejsou jediní, kterým se komunikace někdy nedaří a ujasnit si, proč tomu tak je. Díky mnohým inspiracím tak mohou hledat novou, lepší cestu pro ně i jejich blízké. Jako lektoři jsme svědky mnoha uvědomění a proměn ve vztazích účastníků kurzů. Je to i pro nás to největší povzbuzení.

Valéria Šmýrová

*„Posílení veliké. Moc děkuji! V komunikaci s dětmi vidím zlepšení. A hlavně, vedlo to k propojení s manželem, více se chápeme. Jsme moc rádi, že jsme sem mohli chodit. Svědčí nám to! Upokojuje.“*

*„Uvědomil jsem si, že ne vždy chování druhého musí znamenat ignoraci, ale jenom postoj.“*

*„To, jak mi to říkáš, mě bolí a nevím jak dál.“ Obecně velké uvědomění, že nenechávám lidi kolem mně se projevit. Mám naději na změnu!“*

## Pojďme sdílet naději

Zveme všechny děti a rodiny na společné setkání s otcem biskupem na Prašivé. Moto tohoto setkání „Sdílej naději“ bylo záměrně vybráno, abychom společně reagovali na potřeby současné doby. Častokrát zažíváme něco, co nás trápí a když se o tom s někým pobavíme, cítíme se lépe. Když naopak cítíme radost a podělíme se o ni, tak i druhý člověk může velkou radost pocítit. A když zažijeme setkání s Kristem, zakusíme radost, pokoj, naději. Měli bychom se i toto naučit sdílet lidem kolem sebe. A toto je výzva pro nás pro všechny.

Samotný program setkání se v tuto chvíli připravuje, ale můžete se opět těšit na pestrost a bohatost na jednotlivých stanovištích, která se budou tématem naděje zabývat. Těšit se můžete na Naději pro ztuhlá záda, Naději na přežití nebo na téma Falešná naděje. Bližší informace k průběhu setkání prosím sledujte na [prasiva.prorodiny.cz](http://prasiva.prorodiny.cz).

Soňa Cvešperová



## Co takhle vyrazit na expedici?

Expedice, výzkumná výprava. To zní opravdu lákavě! A díky našeho Centra na takovou expedici můžete klidně vyrazit. Naše expedice jsou víkendové akce určené otcům s dětmi ve věku 6 až 12 let. Stojí na společných zážitcích a prohlubují vztah mezi tátou a dítětem. Během roku probíhají tři expedice – zimní, jarní a podzimní. Program vychází z programu YMCA Adventure Guides (původně Indiánský průvodce) a vznikl v roce 1926, aby podpořil životně důležitou roli otce jako učitele, poradce a přítele.

Na jaře proběhla Expedice Botanicus. Oslavovali jsme Boží stvoření, objevovali krásy přírody a květů a taky jsme se učili základům zálesácké praxe. Podzimní nesla název Expedice Skřítek a vydali jsme se na základnu speleologů a objevovali nepoznané. A naposledy v zimě jsme se vypravili na Expedici Arctos. Dobývali jsme severní pól a hledali poklad. Každá z expedic byla neopakovatelná a obohacující pro všechny.

Nejbližší jarní Expedice Botanicus proběhne **2. – 4. června 2023**. Přihlašovat se bude možné od března na webu [prorodiny.cz](http://prorodiny.cz).

Už teď se těšíme na všechny průzkumníky!

Ondřej Rozkopal



## Centrum pro rodinu a sociální péči z. s.

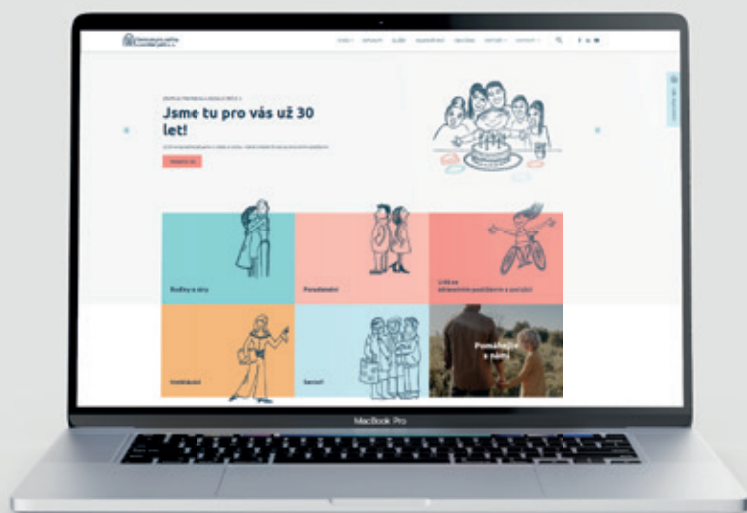
# Centrum ke svému výročí spouští nový web

Jedním z prvků letošního výročí je i spuštění nového webu. Nejzásadnější proměnou prošla vizuální stránka webu, která však maximálně respektuje potřeby moderních zobrazovacích zařízení a prohlížečů. Více jak polovina současných návštěv byla na našem webu z mobilních zařízení, pro které web před osmi lety nebyl připraven. Změnou prošlo také základní rozložení na úvodní stránce, kdy nově nabídku služeb a aktivit nevybíráme dle středisek ale již napřímo. Během roku jsou období, kdy máme v týdnu i několik akcí najednou. Proto jsme připravili interaktivnější zobrazení pozvánek spolu s archivem a filtrací podle místa či druhu akce. Novinkou jsou fotky u našich kontaktů či interaktivnější vyhledávání napříč celým webem.

Věříme, že se vám bude nová podoba webových stránek líbit a že s jejich užíváním budete spokojeni!

Vojtěch Orlík

34



## Ohlednutí se a nový začátek v Třinci

Rok 2022 byl pro pobočku našeho Centra v Třinci plný zvratů, výzev ale i milých toužebně očekávaných změn. Veškeré změny se odehrály v druhé polovině roku. První velkou, kladnou a dlouho očekávanou událostí byl příslib posily, tudíž nástup nové kolegyně. Ta se do chodu poradny pomalu zapojovala už od června ale oficiálně byla do pracovního poměru přijata v prosinci. Společně jsme měly v plánu zútlunít a dát nový kabátek stávajícím prostorům. Vše se vyvíjelo k naší radosti! Jednoho dne ale přišla informace, že ve stávajících prostorách nadále zůstat nemůžeme. Tuto informaci potvrdila i výpovědní smlouva. Takže naše těšení se proměnilo v hledání nových prostor, kde bychom mohly mít své zázemí jak pro vykonávání administrativy, plánování či chystání se na přednášky, kurzy a akce pro širokou veřejnost třineckého regionu tak i pro individuální poradenství.

Po strastech spojených s hledáním a běháním se nám konečně podařilo najít ty pravé prostory pro naši práci. A od 1. 3. 2023 se na vás těšíme na nové adrese Lidická 624, Třinec.

Bc. Lucie Lysková, Libuše Pavlíková

## Děkujeme za podporu

**Rehabilitační asistence získala 45 000 Kč**  
díky programu **Vy rozhodujete, my pomáháme**

Na konci minulého roku jsme se zapojili do 12. kola grantového programu „Vy rozhodujete, my pomáháme“. V rámci tohoto kola bylo celkem rozděleno 3 150 000 Kč v 70 stanovených oblastech (klastrech) v rámci celé České republiky. V každém klastru mezi sebou soutěžily tři projekty, přičemž finanční podporu v hodnotě 45 000 Kč získává pouze výherní projekt. Pro náš projekt Rehabilitační asistence jste mohli hlasovat v termínu od 16. 1. do 12. 2. 2022 v Hypermarketu Tesco v Karviné. Díky vaší podpoře náš projekt v hlasování veřejnosti získal 14 733 hlasů a umístil se tak na 1. místě. Za vaše hlasy a podporu děkujeme.

Soňa Cvešperová

**TESCO**  
Nadační fond

**NROS**  
Nadace rozvoje občanské společnosti

## Centrum pro rodinu a sociální péči z. s.

# Děkujeme za podporu

### Kurz první pomoci díky MONETA Money Bank, a. s.

Díky finanční podpoře MONETA Money Bank, a. s. se mohl 30. 11. 2022 uskutečnit Kurz první pomoci pro asistenty, kteří zajišťují hlídání dětí při vzdělávání pěstounů.

Všichni pěstouni mají zákonnou povinnost splnit ročně 24 hodin vzdělání, které podporují a rozvíjí jejich kompetence k péči o děti jim svěřené do péče. Aby pro ně bylo možné se těchto školení u nás v organizaci účastnit, zajišťujeme jim při vzdělávacích akcích hlídání dětí skupinou metodicky vedených asistentů. Díky tomu slouží tento čas pěstounům i jako čas oddechu.

Pětihodinové školení první pomoci pro asistenty proběhlo v prostorách konferenčního sálu na Biskupství ostravsko-opavském. Ve druhé polovině byl kurz zaměřen na zajištění pomoci a specifika rizik u dětí. Školení se zúčastnilo 12 asistentů, vedoucí služby, koordinátor asistentů i klíčové pracovnice.

36





Zvláštní um, nadšení, zkušenost a vysoká odbornost lektorů zajistila, že celý workshop byl velmi zábavný, akční a srozumitelný. Účastníci oceňovali především nácvičky a přehrávání modelových situací. Kurz první pomoci byl pro všechny přínosný a získané dovednosti budou asistenti schopni využít nejen při hlídání dětí ale také ve svém osobním a profesním životě. Bezprostředně po vzdělávání následovala více než dvouhodinová porada, během které jsme nově nabyté vědomosti zapracovávali do Metodiky zajištění asistence u dětí při vzdělávání pěstounů.

Jakkoli doufáme, že snad nebudeme vědomosti ze školení muset využít příliš často a brzy, jsme rádi, že asistenti jsou díky grantu MONETA vybaveni pro poskytnutí první pomoci a v případě potřeby budou/budeme schopni tuto pomoc poskytnout. Děkujeme za podporu tohoto projektu.

Mgr. Marie Chrástková

# Děkujeme za podporu

### Osm dětí žijící v pěstounských rodinách mělo díky Nadaci J & T hezké vysvědčení

Služba doprovázení pěstounských rodin již šestým rokem zajišťuje doučování dětí v náhradních rodinách. Díky Nadaci J & T jsme touto formou pomoci mohli podpořit osm dětí v období od září 2022 do ledna 2023. Každý týden do rodin přicházeli sjednaní doučující, kteří s dětmi pracovali na průběžné přípravě do školy. V pololetí se děti pyšnily hezkými známkami a pěstouni byli rádi, že mohou s dětmi prožít čas i jinak, než doháněním neovzvládnutého učiva.

Zkušenosti v přímé práci v náhradních rodinách nám potvrzují, že školní úspěšnost či neúspěšnost se významnou měrou podílí na psychickém a sociálním vývoji dítěte, jeho sebepojetí a sebehodnocení. Tyto děti si s sebou nesou do života trauma z odmítnutí a jsou více vystaveny riziku nepřijetí a sociálního vyloučení. Doučování dětí je jednou z kompenzací, která jim má pomoci lépe zvládat školní požadavky dle individuálních potřeb a tempa a současně děti získávají kamaráda, který je podporuje.

Selhávání dítěte je pro pečující často vnímáno jako osobní selhání. Chceme, aby pro dítě v této oblasti zde byl někdo další, kdo mu bude pravidelně pomáhat s učením a pochopením látky. Tím získávají pěstouni i dítě větší prostor pro společně pozitivně prožitý čas. Uvolní se napětí ze stresu ze školy a pozitivně je ovlivněna i atmosféra v rodině.

Pomoc s přípravou do školy si chválí samotní pěstouni. *Doučování využíváme již třetím rokem. Do té doby bylo učení pro obě strany spíše velkým stresem. Mně chyběla trpělivost, syn nerozuměl způsobu, jakým ho látku učím. Naše příprava většinou končila hádkou. Od té doby, co k nám chodí doučující Tom z naší doprovázky, se nám všem ulevilo. Syn je v učení mnohem samostatnější, s Tomem se spřátelili a nejednou spolu vyrazili také na výlet. Hlavně se cítí mezi spolužáky mnohem jistější.*

Vše, co pro pěstounské rodiny děláme směřuje ke stejnému cíli - spokojené dítě vyrůstající v láskyplném prostředí. Rodinu vnímáme jako celek a doučování je jedním z prvků, který v konečném důsledku přes dítě podpoří celý rodinný systém. Děkujeme, že nás Nadace J & T na cestě k tomuto cíli podpořila.

Kateřina Šnajdrová



NADACE J&T

## Oddělení fundraisingu a PR pracuje i na sobě, a to díky Nadaci ČEZ

Bude to již rok, co Nadace ČEZ podpořila náš projekt Péče o zaměstnance – školení oddělení FaPR. Během roku jsme v rámci týmu absolvovali dvě skupinové supervize, které nám jako týmu velmi pomohly. Otevřeně jsme společně sdíleli, co nás pracovně trápí a společnými silami hledali cestu, jak to zvládnout.

Během této doby jsme absolvovali i kurzy související s naší pracovní náplní, abychom se zas o kousek posunuli v naší práci a dělali ji pro vás o kousek lépe. Děkujeme Nadaci ČEZ za podporu.

Soňa Cvešperová



## Centrum pro rodinu a sociální péči z. s.

### Co náš nový dům?

Mnozí z vás už si jistě všimli, že náš nový dům na Hornopolní ulici se začíná proměňovat. Nevyužívaný objekt v areálu Městské nemocnice Ostrava totiž bude sloužit také jako Protialkoholní záchytná stanice. Jak uvedl magazín Patriot: „Nové prostory začne využívat po dokončení stavebních a dispozičních úprav v přízemí budovy. Objekt dostane nový kabát, bude kompletně zateplen obvodový plášť, dojde k výměně oken, dveří i střešní krytiny.“

A to jsou právě ony změny, které jsou již na první pohled patrné. Práce začaly a dokončeny by měly být v srpnu 2023.

A co nového u nás? Máme velkou radost. Radou města Ostrava byl schválen dotační titul ITI IROP bez jakéhokoli krácení. Velká část nákladů na rekonstrukci tak bude pokryta právě díky této dotaci. Jak jistě víte, připravujeme benefiční koncert v Katedrále Božského Spasitele na rekonstrukci nového domu. A zpracováváme další žádosti a projekty, které nám s financováním nákladné opravy pomohou.

A současně vzniká projekt a připravuje se podání žádosti na vydání stavebního povolení. Samotná rekonstrukce je plánována od října 2023 do konce roku 2025.

40

Obracíme se proto na vás všechny. Pomozte nám, abychom mohli v našem díle pokračovat v nových prostorách. Za vaši podporu předem moc děkujeme!





## Zveme vás na naše akce

19. 3. 2023	Mše svatá ke 30. výročí Centra	Ostrava
22. 4. 2023	Setkání pro ženy	Opava
12.–14. 5. 2023	Víkend pro ženy	Krnov, Cvilín
13. 5. 2023	Pouť rodin	Mariahilf
26. 5. 2023	Benefiční koncert	Ostrava
30. 5. 2023	Diecézní pouť seniorů	Ostrava
2.–4. 6. 2023	Expedice Botanicus	Pocheň
2.–4. 6. 2023	Víkend pro ženy s biblickými a židovskými tanci	Český Těšín
1. 7. 2023	Setkání dětí a rodin s otcem biskupem	Prašivá
15.–22. 7. 2023	Škola rodičovských a rodinných kompetencí	Velehrad
23.–30. 7. 2023	Studia manželství a rodiny	Velehrad
16. 9. 2023	Festival Fandíme rodině	Ostrava

Více informací najdete v kalendáři akcí  
na našem webu

[www.prorodiny.cz](http://www.prorodiny.cz)

## Centrum pro rodinu a sociální péči z. s.

### Středisko VÝZVA a RODINA

Posláním Centra pro rodinu a sociální péči z. s. je podporovat manželství, rodinu a mezilidské vztahy na základě křesťanských hodnot.

Podpora se uskutečňuje prostřednictvím Středisek VÝZVA a RODINA.

#### Středisko VÝZVA

– nabízí služby pro děti a mladé lidi se zdravotním postižením a jejich pečující rodiny

**kontakt:** vedoucí střediska: 775 244 210, vyzva@prorodiny.cz

#### OASA osobní asistence

– pro děti a mladé lidi do 30 let se zdravotním postižením, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby, aby mohli v co největší míře žít tak, jako jejich vrstevníci

– rozvoj samostatnosti, soběstačnosti, schopností, komunikace, rozšiřování životních možností

**kontakt:** 775 644 245, oasa@prorodiny.cz

#### RESPIT odlehčovací služba

– terénní/ambulantní služba u dětí a mladých lidí od 1 roku do 35 let se zdravotním postižením

– aby byl jejich pečujícím umožněn nezbytný odpočinek a seberealizace

**kontakt:** 774 244 259, respit@prorodiny.cz

#### BRÁNA sociálně aktivizační služba

– pro dospívající děti a mladé lidi ve věku od 12 do 35 let se zdravotním postižením

– individuální setkání a skupinové aktivity zaměřené na podporu osamostatňování, rozvoj komunikace, s nácvikem dovedností a osvojováním znalostí

– dobrovolnický program Dělán DOBROvolně v BRÁNĚ

**kontakt:** 774 244 081, brana@prorodiny.cz

#### RODINNÝ PRŮVODCE odborné sociální poradenství

– odborné sociální poradenství a podpora při řešení obtížné životní situace osobám se zdravotním postižením, jejich rodinám a osobám pečujícím

– tematická setkávání pečujících jako prostor pro seberozvoj a sdílení se

**kontakt:** 774 244 256, pruvodce@prorodiny.cz

## REHABILITAČNÍ ASISTENCE

– terénní i ambulantní cvičení pro děti a mladé lidi ve věku od 7 do 35 let se závažným tělesným postižením s cílem zlepšit či udržet jejich zdravotní stav a zlepšit jejich fyzickou kondici

**kontakt:** 774 785 457, rehast@prorodiny.cz

## PŮJČOVNA POMŮCEK

kompensační pomůcky a sportovní potřeby pro sport a volný čas dětí a osob se zdravotním postižením

**kontakt:** 774 232 442, 775 604 266, pujcovna@prorodiny.cz

## Středisko RODINA

– pomáhá lidem zlepšovat jejich vztahy skrze přípravu na manželství, programy, vzdělávání, pomoc v obtížných situacích.

**kontakt:** vedoucí střediska: 774 724 428, rodina@prorodiny.cz

## PODPORA RODINY A MANŽELSTVÍ

– Škola rodičovských a rodinných kompetencí – Manželská setkání, Kurz efektivního rodičovství, Kurz Cesta efektivní komunikace, podílíme se na pořádání diplomového kurzu Studia manželství a rodiny, kurz Manželské večery.

**kontakt:** 774 724 428, rodina@prorodiny.cz

## VZTAHOVÁ PŘÍPRAVA A VZDĚLÁVÁNÍ

– školám poskytujeme certifikovaný program školské primární prevence „Škola osobního života“

– pravidelně nabízíme kurzy Plánování rodičovství přirozenou metodou, kurz O člověku a lásce

– soubor volně navazujících přednášek s tematikou vztahů, manželství a rodiny podle objednávky zájemce

**kontakt:** 731 625 618, vzdelavani@prorodiny.cz

## Příprava na manželství

– pořádáme kurzy pro veřejnost před vstupem do manželství - Než do toho vletíš

– Škola partnerství

– Snoubenecká setkání v rodině

**kontakt:** 603 981 117, 731 625 618, chodimespolu@prorodiny.cz

# Centrum pro rodinu a sociální péči z. s.

## **PORADNA PRO VZTAHY A RODINU**

- poskytujeme psychosociální poradenství, mediace a rodinné konzultace, pastorálně terapeutické poradenství, poradenství v oblasti plánování rodičovství
  - nabízíme pomoc lidem v nepříznivých situacích, zejména v oblasti výchovy, osobních, partnerských a mezigeneračních vztahů
- kontakt:** 775 244 291, [poradenstvi@prorodiny.cz](mailto:poradenstvi@prorodiny.cz)

## **PASTORAČNÍ AKTIVITY**

### **Aktivity v Opavě**

- jednodenní i vícedenní zastavení formou přednášek, svědectví, sdílení i možností být sám v tichu

**kontakt:** 731 625 617, [cpropava@prorodiny.cz](mailto:cpropava@prorodiny.cz)

### **Aktivity pro seniory**

- nabízíme programy zaměřené na aktivní prožívání seniorského věku (společná setkání s aktivizačními, vzdělávacími a duchovními tématy a činnostmi), organizované výlety, duchovní obnovy, Akademie pro třetí věk

**kontakt:** 734 876 497, [seniori@prorodiny.cz](mailto:seniori@prorodiny.cz)

44

## **DOPROVÁZENÍ PĚSTOUNSKÝCH RODIN**

- nabízíme uzavření Dohody o výkonu pěstounské péče
- zajišťujeme pomoc a podporu při výchově a péči o dítě, psychologické a odborné sociální poradenství, odlehčení a zajištění celodenní péče o děti, vzdělávací akce pro pěstouny

**kontakt:** 774 244 257, [pestouni@prorodiny.cz](mailto:pestouni@prorodiny.cz)

## Líbí se vám naše činnost a chcete nás finančně podpořit?

Můžete buď pomoci QR kódem nebo na č. ú. 1660723399/0800.

### Variabilní symboly:

- 100 Dar CPR
- 101 Dar Středisko RODINA
- 102 Dar Středisko VÝZVA
- 103 Dar OASA
- 104 Dar RESPIT
- 105 Dar RODINNÝ PRŮVODCE
- 106 Dar BRÁNA
- 107 Online přednášky
- 108 Dar VÝSTAVY



Chcete mít nejnovější informace o dění v našem Centru na vašem mailu? Přihlaste se k odběru našeho newsletteru! Stačí nám napsat na e-mail [rmoricova@prorodiny.cz](mailto:rmoricova@prorodiny.cz)!

## Naši činnost podporují:

Ministerstvo práce a sociálních věcí; Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy;  
Ministerstvo vnitra ČR; Ministerstvo zdravotnictví ČR; Biskupství ostravsko-opavské;  
Moravskoslezský kraj; Statutární město Ostrava; Městský obvod Hošťálkovice; Městský  
obvod Mariánské Hory a Hulváky; Městský obvod Ostrava-Jih; Městský obvod Poruba;  
Městský obvod Radvanice a Bartovice; Městský obvod Slezská Ostrava;  
Městský obvod Stará Bělá; Městský obvod Třebovice; Městský obvod Vítkovice;  
Statutární město Havířov; Město Klimkovice; Město Vratimov; Obec Baška; Obec Dobrá;  
Obec Kobeřice; Obec Ludgeřovice; Obec Nošovice; Obec Palkovice; Obec Sedliště;  
Obec Sviadnov; Obec Velká Polom; Obec Vendryně; Obec Vřesina;  
nadace, firmy a individuální dárci

## Sídlo organizace, kontakty

### **Centrum pro rodinu a sociální péči z. s.**

Kostelní náměstí 3172/1, 702 00 Ostrava

tel.: **734 435 135**

email: [cpr@prorodiny.cz](mailto:cpr@prorodiny.cz)

[www.prorodiny.cz](http://www.prorodiny.cz)

[www.facebook.com/prorodiny](https://www.facebook.com/prorodiny)

<https://www.linkedin.com/company/71666059/admin/>

IČO: 48804517

Bankovní spojení: ČS Ostrava č. ú.: 1660723399/0800

### **Středisko RODINA**

Syllabova 3039/19e, 703 86 Ostrava-Vítkovice

tel.: **774 724 428**

e-mail: [rodina@prorodiny.cz](mailto:rodina@prorodiny.cz)

### **Středisko VÝZVA**

Syllabova 3039/19e, 703 86 Ostrava-Vítkovice

tel.: **775 244 210**

e-mail: [vyzva@prorodiny.cz](mailto:vyzva@prorodiny.cz)

### **Oddělení fundraisingu a PR**

tel.: **777 244 989**

e-mail: [fapr@prorodiny.cz](mailto:fapr@prorodiny.cz)

### **Realizace výstav**

– zajišťujeme realizaci a pronájem interaktivních a fotografických výstav podporujících hodnoty rodiny, manželství a kulturního dědictví

tel.: **771 212 440, 771 212 442**

e-mail: [vystavvy@prorodiny.cz](mailto:vystavvy@prorodiny.cz)

Výzva Zpravodaj Centra pro rodinu a sociální péči z. s.

Zapsán do evidence periodického tisku pod ev. č. MK ČR E 15625

Nevyžádané příspěvky se nevracejí.

Názor redakce se nemusí ztotožňovat s obsahem článků.

Kontaktní adresa redakce: [zpravodaj@prorodiny.cz](mailto:zpravodaj@prorodiny.cz)

Uzávěrka příštího čísla: 7. 8. 2023



# Fandíme rodině<sup>®</sup>



[www.prorodiny.cz](http://www.prorodiny.cz)