

informátor

4/2018

2018 rok mládeže ve Slezské diakonii

**Lidé se zkušeností
s duševním onemocněním**

**Služby Slezské diakonie
v oblasti duševního zdraví**

Rozhovor s Martinem Okáčem, peer konzultantem psychoterapeutického týmu

Pane Okáči, víme o Vás, že máte zkušenost s duševní nemocí a se zotavováním se z ní. Od roku 2016 pracujete v Psychiatrické nemocnici v Opavě. Tam jste součástí psychoterapeutického týmu jako "peer konzultant". Zkušenost s nemocí Vám umožňuje pomáhat duševně nemocným. Můžete nám, prosím, popsat fáze procesu přijetí skutečnosti, že mám psychickou nemoc? Jsou tyto fáze u lidí se zkušeností s duševní nemocí podobné?

Mně trvalo tři hospitalizace v rozmezí osmi let, než jsem si uvědomil, že mám nemoc, se kterou budu žít do konce života. Poté, když jsem toto rozhodnutí učinil, jsem podřídil svůj život také rytmu mé nemoci - upravil životosprávu, jako například i to brát pravidelně léky nebo omezit alkohol. Věřím, že boj s nemocí také způsobil, že jsem se rozhodl dát svůj život Bohu, a to i z toho důvodu, protože mé vlastní síly poprat se s životem a sám se sebou byly vyčerpány.

V jakých situacích by se měl člověk obrátit o pomoc?

Neměli bychom se bát volat o pomoc co nejdříve v jakékoli situaci, která je mimo obvyklou normu, protože mnohdy na počátku problému nám může být nejlépe pomoheno zvláště, když se já sám naučím a také mí nejbližší naučí rozpoznávat varovné příznaky mé psychické nemoci. Víím však i z vlastní zkušenosti, že to často takto není. Jednak mám pocit, že tu těžkou situaci ještě zvládnu sám, a to buď z důvodu, že na to přece z vlastních sil mám, a nebo z důvodu, že nechci nikoho z mých blízkých svými problémy obtěžovat. U psychické nemoci je ještě podstatný rozměr, že člověk u sebe nepozoruje problém, který by měl řešit, a je navíc překvapen lidmi kolem, kteří tvrdí, že by se sebou měl něco dělat.

Jak Vám psychická nemoc ovlivnila pracovní a osobní život?

Vidím jako veliký nezasloužený dar, že jsem s psychickou nemocí mohl vystudovat gymnázium (s psychickou nemocí bojuji již od 14 let), poté vysokou školu, dělat práci, kterou jsem si vybral, protože mne zajímala a naplňovala, a mít svou vlastní rodinu - milující manželku, se kterou vychováváme tři děti. Do této chvíle jsem zažil čtyři silné ataky psychické nemoci, při kterých jsem vždy byl hospitalizován, naposledy před téměř pěti lety. Každá z těchto epizod znamenala pohnutí kormidlem mého života momentálním aktuálním směrem. Naposledy, když se tak stalo, tak mi bylo nabídnuto místo peer konzultanta v Psychiatrické nemocnici v Opavě.

Vždy bylo co v mém životě přehodnocovat, měnit či upravovat. Psychická nemoc mi dala pochopení pro bolest a utrpení druhých, a to nejen psychicky nemocných. Když jsme vstupovali s mojí ženou Katkou do manželství, bez větší diskuze jsme se shodli na našem společném verši z Bible z knihy Jozue 24, 15: "Já a můj dům budeme sloužit Hospodinu".

Co je pro Vás stěžejní v situacích, když prožíváte bezradě?

Možná již pro vás nebude překvapení, když řeknu, že v těchto chvílích pozvedám svůj zrak v modlitbě vzhůru, kde je možnost, aby mi přišla pomoc od Hospodina. A když už nemůžu já, činí tak moji blízcí a přátelé... Je zajímavé, že poté vždy přichází nějaké řešení, někdy však i jiné, než si sami představujeme. Dokladem toho je i má zatím poslední hospitalizace, jejíž ovocem je také to, že jsem vám mohl poskytnout i tento rozhovor. :)



Rozhovor připravily
Renáta Větrovcová a Šárka Gaudková

Těšínská osmička

Děkujeme všem 333 účastníkům, kteří se přihlásili a běželi trasu Těšínské osmičky Nadace AGEL a podpořili tak uživatele střediska Slezské diakonie LYDIE Český Těšín. Děkujeme rodinným příslušníkům, přátelům a známým našich pracovníků, kteří se také zapojili. Pro LYDII Český Těšín běžel i Marek Grycz, mistr Evropy v moderním pětiboji, což pro nás bylo velkým povzbuzením. Jsme nadšeni z krásné atmosféry celé akce a vděční za perfektní organizaci 2. ročníku Těšínské osmičky Nadací AGEL! Výtěžek ze startovního bude použit na nákup invalidního vozíku, ale také můžeme pro naše klienty střediska pořídit komunikační program. DĚKUJEME!



Vážení čtenáři, milí spolupracovníci,

vítám Vás u stránek posledního Informátoru letošního roku. Také byl pro Vás rok 2018 plný změn a výzev? Inu „osmičky“ v českých dějinách dokážou udělat pořádnou paseku. Ráda bych však vyjádřila Bohu obrovský vděk za to, že již před 100 lety mohl začít proces budování našeho samostatného státu. Státu, od něhož máme hojnou podporu nejen v sociální oblasti.

„... a vždycky za všechno vzdávejte díky Bohu a Otcí ve jménu našeho Pána Ježíše Krista.“

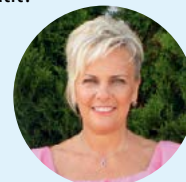
Efeským 5, 20

Hlavním tématem tohoto čísla Informátoru jsou lidé s duševním onemocněním. Toto téma je úzce provázáno reformou psychiatrické péče. I my ve Slezské diakonii žijeme touto reformou, a tak se snažíme získávat zkušenosti odborníků ze zahraničí, kteří s tímto procesem mají bohaté zkušenosti. Chcete vědět více? Přečtěte si příspěvek sociální pracovnice Táni, která takové zkušenosti nabírala v jednom z Center pro duševní zdraví v Terstu. Proces deinstitucionalizace psychiatrické léčebny San Giovanni v Terstu se stal (dle Světové zdravotnické organizace) vzorovým

příkladem toho, jak umožnit lidem hospitalizovaným v psychiatrické léčebně žít v běžné komunitě.

Mým obrovským přáním je, abychom v naší společnosti dokázali překonat předsudky vůči lidem s duševním onemocněním. Jejich pohled na svět může být jiný, ale není to právě to, co nás může v životě obohatit?

Zuzana Filipková
ředitelka
Slezské diakonie



Výročí Slezské diakonie

20 let poctivé, obětavé a profesionální práce našich zaměstnanců, stovky splněných přání a naplněných vizí našich klientů, množství lidských příběhů, které se s podporou služeb Slezské diakonie mohou pozitivně proměňovat, překonávání překážek, sdílení radosti i smutků – to všechno a ještě mnohem více je součástí 20 let práce Slezské diakonie v Krnově. Srdečně gratulujeme k tomuto výročí všem pracovníkům, ať už stojí ve vedení služeb nebo pracují přímo s klienty či se podílejí na provozních věcech a přejeme do další řady let hodně Božího požehnání, radosti ze smysluplné a kvalitní práce.



Podzimní Kavárna u Lidušky

Uživatelé denního stacionáře i ubytovací a odlehčovací služby v DUHOVÉM DOMĚ Ostrava si dvakrát v měsíci mohou díky podpoře Nadace ČEZ pochutnat na šálku dobré kávy, horké čokolády nebo čaje v rámci mobilní Kavárny u Lidušky. Program naší kavárny byl v říjnu zpestřen návštěvou pana Vladimíra Adámka, pracovníka ostravské ZOO. Klienti se dozvěděli různé informace a zajímavosti o životě mnoha druhů zvířat (od lemurů,

přes vzácné druhy papoušků až po ohrožené druhy zvířat jako jsou sloni či záchranné chovy ptactva). Děkujeme.



Veronika Sasynová a Monika Banotová

Výjezdní seminář pro dobrovolníky

V pátek 21. září jsme s našimi dobrovolníky Dobrovolnického centra Slezské diakonie v Českém Těšíně vyjeli do Dolní Lomné na výjezdní seminář. V příjemném prostředí penzionu Beskydka jsme strávili necelé dva dny. Na programu byly různé teambuildingové aktivity, jako je evaluace dosavadní dobrovolnické činnosti, získání konkrétních soft skills během dobrovolnické služby, jaký by měl dobrovolník být v sociálních službách. Se svou odbornou přednáškou na téma Život osob se zdravotním postižením nás osvěžila sociální pracovnice a koordinátorka paní Zuzana Wronková, po které pak následovala diskuse s dobrovolníky. Na závěr se dobrovolníci ponořili do tvořivého workshopu, kdy si podle své fantazie vyrobili

a ozdobili krásné brože. Pro koordinátory dobrovolníků byl seminář cennou zpětnou vazbou pro další rozvoj dobrovolnictví ve Slezské diakonii a motivací do budoucna. Seminářem jsme chtěly dobrovolníkům poděkovat za jejich nezištnou pomoc pro druhé, milou společnost, lidskost, energii a jejich čas. Velice si toho vážíme a je nám ctí, že jsou tady s námi.



Příběh dobrovolníka Jirky

Na začátku prázdnin jsem dostal nabídku dobrovolnictví od Slezské diakonie. Dobrovolnická služba se týkala výpomoci na dětském táboře v Dolní Lomné. Náplní našich dní bylo celodenní provázení a pomoc s péčí o děti s tělesným nebo mentálním postižením. V průběhu pobytu na táboře se děti seznamovaly s okolní krásou přírody a dalšími zajímavými místy v regionu. Navštívili jsme například místní zemědělský dvorek, kde děti mohly vidět nebo si i pohlídat různá drobná domácí zvířata. Krásným zážitkem byla i návštěva Hypocentra v Bystřici. Kluci a děvčata se

dozvěděli něco o chovu koní a po projížďce si mohli vyzkoušet odstrojení a mytí těchto krásných zvířat. Jsem rád, že jsem mohl blíže poznat práci se zdravotně hendikepovanými dětmi. Tato zkušenost mě po všech stránkách obohatila a myslím si, že si tábor užily a budou na něj rády vzpomínat. Touto cestou bych rád poděkoval Slezské diakonii, neziskové organizaci, dále organizátorům tábora s názvem „NIKDY NEJSI SÁM,“ a především všem asistentům i zúčastněným dětem za to, že jsem s nimi společně mohl strávit velmi zajímavý týden.

Jirka

Ocenění

Středisko Slezské diakonie POHODA Karviná, nízkoprahové zařízení pro děti a mládež získalo v rámci skupiny komunitního plánování ve městě Karviná první místo v soutěži výrobků klientů sociálních služeb, členů spolků, klubů seniorů s mottem „Karviná má narozeniny“.



Sandra Kováčová, sociální pracovník střediska Slezské diakonie SOCIÁLNÍ ASISTENCE Karviná, Orlová získala ocenění v kategorii sociálních pracovníků u příležitosti Týdne sociálních služeb ve městě Orlová. Velmi si vážíme jejího profesionálního, pečlivého a svědomitého přístupu ke klientům a schopnosti vytvářet dobré pracovní prostředí pro výkon kvalitní sociální práce s křesťanským zaměřením.

Martina Wiśniowska

Autem SÁRY tam a zpátky

Azylový dům Slezské diakonie SÁRA Petrovice u Karviné si přivezl z ostravského autosalonu nové služební vozidlo Citroën Berlingo, jehož nákup byl spolufinancován z projektu Moravskoslezského kraje. Vozidlo bude využíváno pro rozvoz potravinové pomoci v rámci spolupráce s Potravinovou bankou Ostrava z. s., konkrétně pro azylové domy pro rodiny s dětmi oblasti Karvinsko, tj. azylový dům SÁRA Petrovice u Karviné a HANNAH Orlová. Dále bude automobil využíván pro nákup materiálů a pomůcek pro oba azylové domy.



Děkujeme za podporu

Středisko Slezské diakonie LYDIE Český Těšín, sociálně aktivizační služby touto cestou děkuje společnosti ArcelorMittal Ostrava a.s., za finanční podporu při organizování historicky prvního příměstského tábora pro děti s poruchou autistického spektra. Tato společnost nás podpořila finanční částkou 10 000 Kč, kterou jsme použili k nákupu sportovního náčiní a pomůcek.

Důležité pro nás bylo, aby děti trávily svůj volný čas úplně stejně jako jejich kamarádi. Děti s poruchou autistického spektra mají potíže v oblasti navazování kontaktů, vyrovnávání se s prohrou, mají rovněž úzkosti z překonání nových věcí. Málokdy se bez rodičů nebo asistenta

někam sami dostanou. Během tábora jsme vše společně zvládli a úsměvy na tvářích našich malých námořníků to jen potvrzovaly. Zakoupené sportovní náčiní a pomůcky jsme během tábora využili na 100 % a v průběhu celého roku ještě využívat budeme v rámci sportovního kroužku, který naše služba nabízí. Děkujeme rovněž panu L. Rachmanovi ze společnosti ArcelorMittal, který je naším dlouholetým dobrovolníkem, za pomoc v průběhu tábora. Jsme nesmírně poctěni jeho letošní plavbou s námi.



Jana Kadlubcová

Slavnostní otevření

Dne 2. 11. 2018 proběhlo slavnostní otevření nově zrekonstruovaných prostor sociálně terapeutických dílen Slezské diakonie EBEN-EZER Český Těšín. Pozvání přijali představitelé Moravskoslezského kraje, města Český Těšín, biskup Slezské církve evangelické a.v. a další vzácní hosté. Přestřihnutí pásky symbolizuje začátek něčeho nového, avšak jsme velice rádi, že tento akt je i symbolem úspěšného ukončení projektu „Bezpečné a důstojné prostředí poskytování služeb.“ Podařilo se nám vizi proměnit ve skutečnost. Děkujeme dárcům a všem, kteří nám drželi palce.



Lenka Waszutová

Den se sociálním pracovníkem

Den se sociálním pracovníkem byl v letošním roce tradičně úspěšný, a to díky našim skvělým sociálním pracovníkům, kteří opět perfektně prezentovali svou odbornost a současně lidský přístup k uživatelům sociálních služeb. Návštěvníkům děkujeme, že se zajímají o problematiku sociálních služeb. Většina účastníků akce byli žáci či studenti z různých typů škol. Také učitelům patří poděkování za to, že vedou své žáky či studenty k porozumění sociální práci a sociálním službám. O úspěšnosti akce svědčí také

zpětnovazebné dotazníky, které jsme obdrželi. A jak to letos dopadlo? Podívejte se na webové stránky Slezské diakonie KARIERA.

www.slezkadiakonie.cz/prace-v-sd

Z dotazníků je jasné, že tato cesta je cestou pro nás všechny, abychom v mladých lidech vzbudili zájem o sociální práci v širším měřítku a to bez ohledu na to, zda to bude jejich profesní volba. Děkujeme všem, kteří se na akci podíleli.

Q Europe

Romana Bělová



Ve dnech 3. – 6. 9. 2018 Slezská diakonie hostila v rámci projektu Q Europe partnerské organizace ze Slovenska, Itálie a Belgie zabývající se kvalitou dlouhodobé péče o seniory. V průběhu 4 dnů navštívili účastníci několik zařízení sociálních služeb pro seniory Slezské diakonie na území Moravskoslezského kraje, měli možnost společně probrat otázky týkající se zejména kvality zaměstnanců, a to od náboru přes výběr či např. jejich motivaci. Návštěva je již v pořadí třetím setkáním těchto 4 partnerských organizací a celý projekt je podpořen z prostředků evropského programu ERASMUS+. Výstupem projektu bude metodická příručka zaměřená na praktické uplatnění klíčových principů kvality v dlouhodobé péči.



Žaneta Tomanová

Beseda

Besedu pro uživatele střediska Slezské diakonie EBEN-EZER Český Těšín, sociálně terapeutické dílny na téma Polsko si připravil pan Łukasz Matusiak doktorand Uniwerytetu Śląskiego w Katowicach. Seznámil uživatele s realitami, kulturou, kuchyní a dalšími zajímavostmi našich polských sousedů.



Lidé se zkušeností s duševním onemocněním

Ve Slezské diakonii máme nyní příležitost zapojit se do reformy péče o duševní zdraví, jejímž cílem je poskytnout včasnou, komplexní a profesionální podporu lidem se zkušeností s duševním onemocněním. Cílem je také zajistit místní dostupnost služeb, rovněž v menších městech a obcích.

Sousloví jako „komplexní podpora“ či „místní dostupnost“ působí poněkud chladně. Jedná se však o nezbytné předpoklady k tomu, aby lidé se zkušeností s duševním onemocněním mohli přijmout své onemocnění a naučit se s ním žít.

K místní dostupnosti máme našlápnuto prostřednictvím středisek Slezské diakonie poskytujících službu sociální rehabilitace, jež v rámci sociálních služeb tvoří základní kámen reformy. V terénu aktuálně působí 7 týmů (ve městech Bruntál, Krnov, Nový Jičín, Český Těšín, Třinec, Frýdek-Místek a Bohumín), od ledna 2019 se k nám přidávají kolegové z Karviné. Nutno dodat, že tyto týmy zatím nejsou permanentně mobilní.

Co se týče komplexní a profesionální podpory, ve Slezské diakonii jsme se rozhodli rozvíjet služby orientované na zotavení.

Zotavení (recovery) je „hluboce osobní, jedinečný proces změny vlastních postojů, pocitů, hodnot, cílů, dovedností a rolí. Je to způsob, jak žít spokojený, nadějeplný a přínosný život přes všechna omezení způsobená nemocí. Zotavení buduje nový význam a smysl života tím, že člověk katastrofální důsledky způsobené duševním onemocněním překoná.“ (Anthony, 1993)

Pokud chceme opravdu rozvíjet služby orientované na zotavení, nestačí se k principům (zotavení) pouze „přihlásit“. Služby orientované na zotavení se od „tradičních“ poskytovatelů odlišují v řadě aspektů – přístup ke klientům, způsob komunikace s klienty, konkrétní metody práce s klienty, organizace a personální obsazení služby.

K poslednímu bodu se váže aktuální výzva. Rozvíjet multidisciplinární spolupráci aneb rozšířit týmy sociálních pracovníků o další profesionály – mimo jiné o psychiatry, klinické psychology/psychoterapeuty a zdravotní sestry se specializací psychiatrická sestra. Zde bych ráda dodala, že multidisciplinární terénní tým je základem podpory pro lidi se závažným duševním onemocněním v jejich přirozeném prostředí. Avšak neobejde se bez spolupráce s širokou škálou lidí, organizací a institucí, ať už se jedná o rodinné příslušníky a přátele klientů, zaměstnavatele, pedagogy, společnosti poskytující nájemní bydlení, obce či politiky...

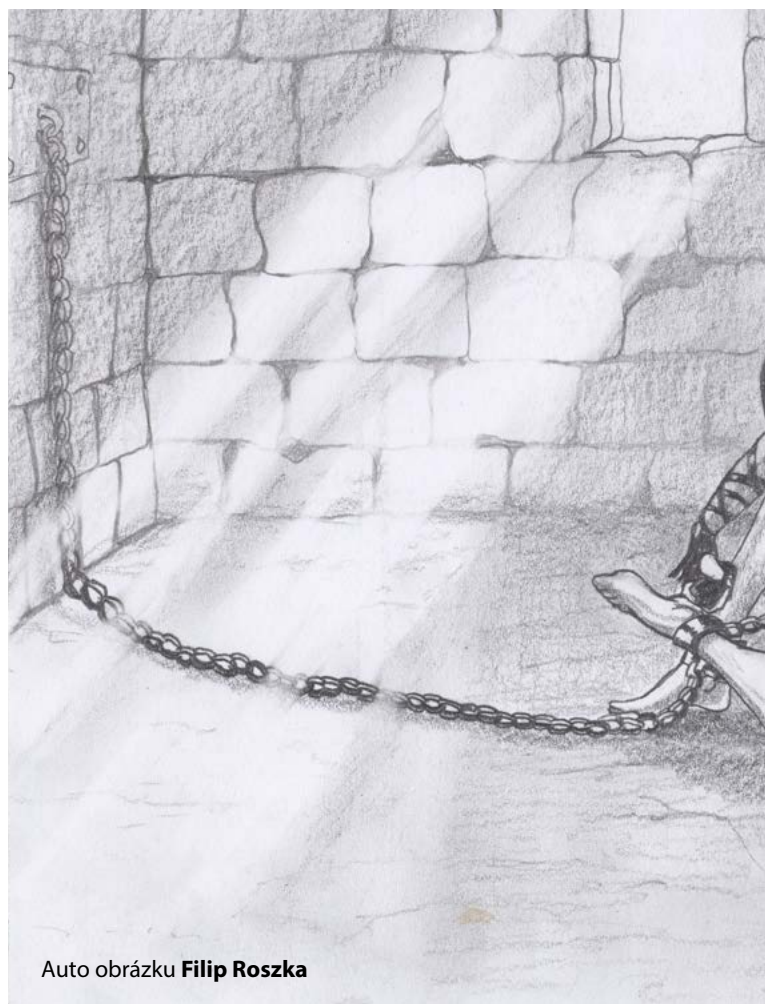
Ke všemu výše uvedenému mne napadá, že profesionál v oblasti podpory duševního zdraví by se měl po každém setkání s klientem sám sebe zeptat:

„Přestože je budoucnost nejistá a mohou přijít nezdary, vytrval jsem ve vyjadřování podpory v dosažení cílů, které si klient určil, živil jsem naději a pozitivní očekávání?“

Tento tip z praxe orientované na zotavení se nehodí pouze pro přímou spolupráci s klienty, ale je potřeba ho mít na paměti i při rozvoji služeb Slezské diakonie v oblasti duševního zdraví.

Jana Jourová

Koordinátorka střediska Slezské diakonie
RÚT Český Těšín, Třinec, Frýdek-Místek, sociální rehabilitace
tel.: 731 826 808
e-mail: jjourova@slezskadiakonie.cz



Auto obrázku Filip Roszka

Poznatky ze stáže v Psychiatrické nemocnici Opava

Ve dnech 15.–17. 10. 2018 jsem absolvovala stáž v Psychiatrické nemocnici v Opavě (PN). První den jsem byla v Denním stacionáři pro terapii psychóz, který pracovníci nazývají Zahradním domem. Mile mě přivítaly klinická psycholožka a terapeutická sestra. Krátce jsme si popovídaly a pracovnice mi sdělily pár informací o Zahradním domě, který je umístěný již mimo lůžkový areál v zahradě mezi Psychiatrickou nemocnicí Opava a Slezskou nemocnicí v Opavě. Jedná se o doléčovací ambulantní formu péče od pondělí do pátku, která zajišťuje plynulý přechod mezi hospitalizací a návratem do běžného života. Zajišťuje 4 a 6 hodinový psychoterapeutický skupinový program.

Jak to tam probíhá? Po celý den jsem byla pracovnícím „v patách“ a mohla jsem pozorovat denní režim ve stacionáři. V 9 hodin se klienti sešli a program začal ranní komunitou za přítomnosti lékaře, klinické psycholožky, terapeutické sestry a peer konzultanta. Co cenného si odnáším? Měla jsem možnost si pohovořit s vedoucím lékařem všech stacionářů. Bylo to pro

mě velkým přínosem, poněvadž pan lékař mi věnoval svůj čas, aby se mnou probral to, co očekávám od této stáže. Jelikož pracuji převážně s klienty s duševním onemocněním, kteří často bývají po hospitalizaci v psychiatrické nemocnici, chtěla jsem této problematice více porozumět a zažít si to takzvaně „na vlastní kůži“. Jak to celé probíhá, když se přijímá nový pacient? Společně jsme se domluvili, že druhý den mé stáže „uděláme kolečko po PN“.

Další den jsem byla v Denním stacionáři pro organické poruchy, demence. Během dne jsem se aktivně zapojila do denního režimu stacionáře. Byla jsem přítomna ranní komunitě a zúčastnila se připravených aktivit. Pracovnice mě zapojily do komunikace s klienty. Byl mi umožněn náhled do materiálů, ze kterých pracovníci čerpají. Jednalo se o inspirativní materiály pro práci s klienty, které mohu využít při práci s klienty v našem středisku RÚT. Co jsem si odnesla? Především dobrý pocit a dostatek inspirace, poněvadž všechny pracovnice se mi věnovaly a odpovídaly na mé otázky. V odpoledních hodinách přišel opět pan doktor a vydali jsme se na takzvané „kolečko“. Jako první jsme navštívili přijímací ambulanci, poté následovala stanice č. 5, stanice č. 19 A a stanice č. 17 BC.

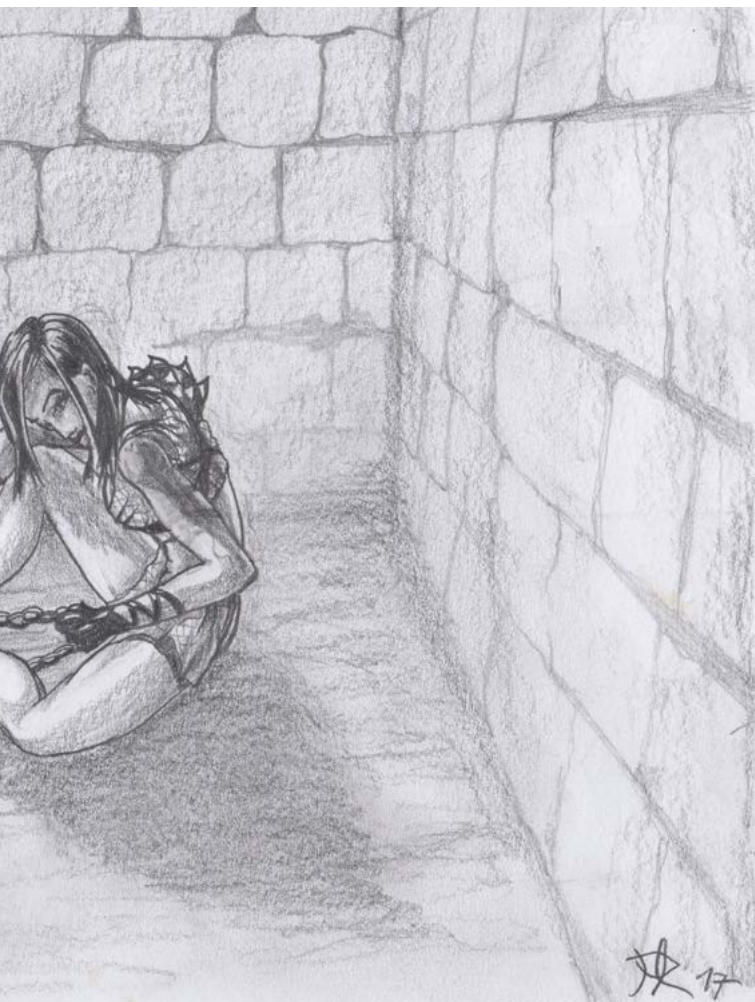
Poslední den mé stáže jsem byla ve službě Následné péče. Služba je nově vzniklou sociální službou s přímou návazností na lůžkovou péči, která podpoří osoby s chronickým duševním onemocněním v přirozeném, plynulém a bezpečném přechodu ze zdravotnického lůžka do běžného života. Služba je vybudována v obytném domě, kde uživatelé služby užívají 2 byty k přechodnému bydlení. Ke společným aktivitám, nácvičce praktických dovedností a skupinových setkání využívají třetí byt, kde je zároveň i zázemí personálu. Každý den probíhá ranní sezení, které není povinné. Během sezení klienti zhodnotí, co se odehrálo, plánují a domlouvají se, co budou vařit a kdo půjde nakoupit. Poté společně vaří a celý denní režim je volný. Stáž pro mě byla velmi užitečná a hlavně inspirativní. Všem pracovníkům, kteří pracují s klienty s duševním onemocněním, bych doporučila, aby stáž absolvovali. Je to zkušenost k nezaplacení.

Alena Šimonová

Sociální pracovník
RÚT Krnov, sociální rehabilitace

Iva Volná

koordinátor střediska Slezská diakonie
RÚT Krnov, sociální rehabilitace
tel.: 733 142 404
e-mail: i.volna@sdk.cz



Reforma psychiatrické péče: Terst – zkušenosti ze zahraničí

Pracovnice Slezske diakonie využily možnosti pracovní stáže v rámci vzdělávacího programu Erasmus+ vycestovat do Terstu v Itálii za účelem inspirovat se a získat nové zkušenosti v oblasti reformy psychiatrické péče a její implementace v České republice. Proces deinstitucionalizace psychiatrické léčebny San Giovanni v Terstu se stal (dle Světové zdravotnické organizace) vzorovým příkladem toho, jak umožnit lidem hospitalizovaným v psychiatrické léčebně žít v běžné komunitě.

V Terstu započala v roce 1971, pod vedením italského psychiatra Franca Basaglia (1924–1980), psychiatrická reforma, v jejímž průběhu vznikl a vešel v platnost zákon č. 180 (zvaný Zákon 180). Hlavní podstatou reformy byla snaha otevřít prostor pro terapeutickou práci a umožnit lidem s duševním onemocněním naplňovat svá občanská práva, a to i při budování života v komunitě. Uzavření psychiatrické léčebny bylo možné dosáhnout postupným snížením počtu lůžek a souběžným budováním sociálních služeb v komunitě. S tím souviselo ovlivňování komunity a jejích postojů, zásadní byla i proměna vztahu pracovníků k pacientům, vycházející z hodnotového rámce celého procesu deinstitucionalizace.

Zákon 180

Zákon 180 stanovil, že i v psychiatrii je základem zdravotní péče, spíše než posouzení o nebezpečnosti, právo člověka na péči a zdraví. Léčba se stala dobrovolnou, nikdo nemohl být hospitalizován v psychiatrických léčebnách. V případě potřeby hospitalizace se léčba provádí na akutním psychiatrickém oddělení (6 lůžek), které je součástí všeobecné nemocnice. Oddělení přijímá pacienty v těžších krizích a v průběhu noci, zastává princip otevřených dveří (bez omezovacích prostředků). Hospitalizace jsou krátkodobé a pacienti si zpravidla přebírají příslušné Centrum duševního zdraví.

Tento zákon tedy odstartoval eliminaci hospitalizací pro lidi s duševním onemocněním, nařídil postupné uzavření psychiatrických léčeben a jejich nahrazení komunitními centry duševního zdraví. Jedná se o formu péče, kde je důraz kladen na zachování sociálních vazeb pacienta v místě, kde žije. Cílem je minimalizovat přetrhání vazeb v důsledku dlouhodobé ústavní péče.

V roce 1999 byly uzavřeny všechny veřejné psychiatrické léčebny a byl tak dovršen proces, který trval více než dvě desetiletí a zahrnoval zahájení a testování reformy, diskuze mezi pracovníky, rodinnými příslušníky, politiky a veřejným sektorem.

Sít péče o duševní zdraví

Sít péče o duševní zdraví řídí Oddělení pro duševní zdraví, které sestává ze 4 Center duševního zdraví (CDZ). Každé CDZ je situováno ve 4 obvodech Terstu, každé má svou spádovou oblast

(50 000–60 000 obyvatel). CDZ jsou nízkoprahová, fungují 24/7, tedy 24 hodin denně/7 dní v týdnu, k dispozici mají 6–8 lůžek a poskytují pravidelnou ambulantní léčbu, krizovou intervenci, výdej léčiv, psychosociální rehabilitaci, volnočasové aktivity a další. Lůžka slouží ke krátkodobé dobrovolné hospitalizaci.

Dalším článkem sítě péče o duševní zdraví jsou ubytovací zařízení, která využívají lidé s potřebou dlouhodobější pomoci. Jde o chráněné byty nabízející přátelské a nelékařské prostředí. Velkou měrou se k úspěšnosti celého procesu zasloužily i sociální podniky, jde o sociální družstva, která prostřednictvím pracovních agentur pomohla mnoha lidem začlenit se zpět do společnosti a na otevřený trh práce.

Posláním systému služeb v oblasti duševního zdraví je odstranění jakékoli formy stigmatizace a diskriminace.

Současnost

V současné době je areál bývalé psychiatrické léčebny (obdoba Psychiatrické nemocnice v Opavě) zcela otevřen veřejnosti, parkem vede veřejná komunikace, po níž jezdí linkový autobus s možností zastávky v areálu. V budovách, ve kterých dříve sídlila psychiatrická léčebna, dnes sídlí katedry univerzity, školy, divadla, úřady.

V mnoha zemích se podařilo přenést inspiraci Terstem do praxe, ale většinou pouze některých prvků (např. centra duševního zdraví, multidisciplinární týmy, práce s komunitou), ne však celého systému. Důležitým prvkem vedoucím k úspěchu je i hodnotové zakotvení systému a lidí, kteří v něm pracují, respekt ke klientům a atmosféra ve společnosti, která vede lidi s duševním onemocněním k tomu nevnímat sebe sama jako nemocné, ale jako plnohodnotné členy společnosti.

Táňa Veronesi

sociální pracovnice
RÚT Bohumín, sociální rehabilitace

tel.: 734 874 311

e-mail: rut.bohumin@slezkadiakonie.cz

Podané srdce – svépomocná skupina

Na počátku byla jen myšlenka – obnovit setkávání pro lidi s duševním onemocněním, které probíhalo před několika lety ve Sborovém centru Hutník v Třinci. Uběhlo několik měsíců, rozhovorů a modliteb za tuto myšlenku a dne 14. 6. 2018 se uskutečnilo první setkání Podané srdce.

Podané srdce je setkávání pro lidi se zkušeností s duševním onemocněním, jejich rodinné příslušníky, přátele a všechny ty, kteří chtějí podat své srdce těmto lidem.

Setkáváme se jedenkrát za měsíc v malé skupince, kde společně sdílíme své těžkosti a radosti, čteme Boží slovo, modlíme se, zpíváme a vzájemně si předáváme informace o různých aktivitách, které by nás posílily a povzbudily.

Setkání probíhají každý třetí čtvrtek v měsíci od 16:00 ve Sborovém centru Hutník na ulici Revoluční 609 v Třinci.

Iva Macurová

pracovnice RÚT Třinec, sociální rehabilitace
Případné dotazy pište na e-mail: podanesrdce@seznam.cz.

Pojďme pukat bubliny

V Krnově jsme s podporou města Krnova a Moravskoslezského kraje uspořádali 19. listopadu mezioborovou konferenci o duševním zdraví nazvanou Pojďme pukat bubliny.

Bubliny evokují jakousi ochranu před něčím neznámým. A právě konferencí jsme nahlédli na problematiku spojenou s duševním onemocněním. Otevřela se témata reformy psychiatrické péče, náhled na některá onemocnění a zazněly také osobní zkušenosti lidí s duševním onemocněním. Proto není třeba mít nebo si vytvářet předsudky, stigmata k tomuto onemocnění a právě „nafouknuté bubliny“ jsme symbolicky pukali.

Konference byla rozdělena na 2 části, ta první se věnovala výše uvedeným tématům, zapojeni byli také studenti krnovského divadelního spolčení Červiven, kteří vstupovali v pauzách mezi jednotlivými přednášejícími. Ztvárnili příběh člověka, který prožíval svou nemoc ještě před revolucí, popisovali stigmata a posluchači byli vtahováni do jejich praskání. Druhá část se zaměřila na posluchače samotné. Ti měli možnost si vybrat z jednotlivých workshopů a užít si hodinku s dramaterapií, relaxací a odpočinkem, tvořením, mohli si vyzkoušet interaktivně a správně dýchat s VR technologií.

Šárka Gaudková

vedoucí středisek pro osoby se zdravotním postižením
Oblasti Bruntál, Krnov, Nový Jičín, metodik pro sociální práci
tel.: 737 702 896
e-mail: s.gaudkova@sdk.cz

Pravidelná setkání lidí s duševním onemocněním

„Neboť kde jsou dva nebo tři shromážděni ve jménu mém, tam jsem já uprostřed nich.“

Mt 18,20

Klub v parku při sociální rehabilitaci RÚT Bruntál pořádá pravidelná setkání lidí s duševním onemocněním.

Vzájemná komunikace, sdílení všedních radostí a starostí, porozumění vytváří příjemnou a přátelskou atmosféru. Členové klubu spoluutváří program jednotlivých setkání. Střídavě se činnosti zaměřují na procvičení **kognitivních funkcí** pomocí patřičných úloh (brain jogging), členové si osvěžují své **vědomosti** z různých oblastí (hlavní města, hudební skladatelé, vynálezci apod.), **diskutují** na různá společenská témata, **zamýšlí se a motivují** nad články a úlohami z knihy cesty k zotavení, **plánují** poznávací výlety, navštěvují muzea, zkrátka podnikají vše, čím mohou získat nebo upevnit své dosavadní vědomosti. Velké oblibě se těší deskové logické hry.

Mohou si vyzkoušet, jaké to je předávat vědomosti ostatním prostřednictvím referátů, které odprezentují, čemuž samozřejmě předchází důkladná domácí příprava. Učí se, jak tyto informace co nejsrozumitelněji předat druhým, zvládat trému, dostává se jim okamžitá zpětná vazba.

Hlavní roli hraje **vzájemná důvěra** mezi členy klubu, otevřeně dokáží mluvit o svém onemocnění, předávají si zkušenosti, respektují se. Učí se vyjadřovat své pocity, emoce – některým se to daří lépe, jiní potřebují více času. Nikdo na nikoho netlačí, vše je založeno na naprosté dobrovolnosti.

Výborným sjednocujícím prvkem je práce na společném díle. Například příprava na vánoční besídku, nácvič písniček a koled pro ostatní klienty sociální rehabilitace je nesmírně baví, sami si zajišťují noty, písničky, hudební nástroje, aby se jejich vystoupení co nejlépe vydařilo.

Setkávání v klubu je účinný nástroj na jejich cestě k zotavení, ostatně tady jsou některá vyjádření členů klubu:

„Líbí se mi program klubu, jde o smysluplné naplnění volného času a volnočasových aktivit.“ L. A.

„V klubu se cítím v pohodě, líbí se mi spolupráce programu. Je vždy na nás – klientech čím se budeme zabývat, to zpestřuje a obohacuje náš program. Na konci měsíce si naplánujeme s pracovníkem, co budeme dělat dál.“ M. K.

Marie Hradečná

sociální pracovník
RÚT Bruntál, sociální rehabilitace
tel.: 734 417 007
e-mail: rut.br@sdk.cz

Cena kvality je doma

Dne 8. 11. 2018 proběhlo v Hlavním sále Senátu PČR v Praze slavnostní finále 13. ročníku projektu Cena kvality v sociální péči. Slezská diakonie do letošního ročníku nominovala dvě služby a je naší velkou radostí, že obě získaly ocenění. Je to výsledek dlouhodobé práce na zvyšování kvality a úsilí, které pracovníci věnují podpoře klientů.

Služba EFFATHA Nový Jičín, sociálně terapeutické dílny, byla oceněna Cenou kvality v kategorii ambulantních služeb. Ocenění získali pracovníci za své aktivity v oblasti podpory začleňování lidí s postižením do společnosti, a to jak v podobě pracovního uplatnění, tak v rámci projektu loutkového divadla. Klienti terapeutických dílen vyrábějí kulisy, tvoří příběhy a navštěvují se svým představením mateřské školy a řadu dalších zajímavých akcí. Služba se tak podílí na snižování bariér mezi lidmi s postižením a společností.

Služba SILOE Ostrava, domov se zvláštním režimem, získala v Senátu Čestné uznání za svou činnost, a to především za oblast práce s reminiscenčními technikami, které umožňují lidem s poruchami paměti návrat do předchozích období svého života a propojení se současností.

Děkujeme velmi našim pracovníkům za výbornou a kvalitní práci, která byla i touto formou vyzdvížena a oceněna. Do další práce přejeme hodně inspirace a radosti.

Romana Bělová
náměstkyně ředitelky



SILOE Ostrava, domov se zvláštním režimem
Rolnická 55, 709 00 Ostrava - Nová Ves
tel.: **733 142 425**
e-mail: siloe@slezkadiakonie.cz



EFFATHA Nový Jičín
U Jičinky 25 a Pod Lipami 19, 741 01 Nový Jičín
tel.: **734 366 561**
e-mail: g.lhotska@sdk.cz

Blahoslavenství jako inspirace ke službě

Jednou z částí Ježíšova Kázání na hoře jsou Blahoslavenství. Můžeme je považovat za určitý program Božího království. Program, který říká, koho se Boží království týká.

Chudí, plačící, hladoví, zakřiknutí a umlčení – to jsou lidé, kterých si Pán Ježíš všímá, na které upozorňuje a kterým slibuje, že se na ně nezapomnělo. U Pána Ježíše je prvním terapeutickým krokem soucit. Ve svém kázání nás chce upozornit, koho si máme všímat. Když evangelista Matouš zmiňuje chudých v duchu, ptám se, do jaké míry myslím i na ty, kteří mají psychické problémy a duševní nemoci? Jsou to lidé, kteří nemají vnitřní duchovní bohatství. Často zůstávají osamoceni, protože je přátelé opustili, jiní se dokonce stydí a obávají se reakce okolí. Ale právě takovým patří Boží

království. Navíc platí i Ježíšovo slovo, že ani nemoc nás nemůže odloučit od Boží lásky. To chceme těmto lidem zvěstovat i při pastorační službě. Blahoslavenství pokračují dalším výčtem těch, kteří jsou blahoslavení: milosrdní, čistého srdce, působící pokoj. To už nejsou lidé pasivní (jak tomu bylo u výše jmenovaných), ale ti, kdo mohou pomáhat, jednat milosrdně, bezelstně, dokážou vytvářet pokoj. Ježíšova slova nás tedy inspirují k tomu, jakých lidí, s jakými problémy si máme všímat, ale zároveň nám ukazují, jak k nim máme přistupovat. A povzbuzením ve službě ať je příslib Božího království.

Eva Pawlasová – duchovní služba SD

Nejsi v tom sám!

Děti umístěné do pěstounské péče se kromě běžných starostí typických pro jejich vrstevníky často potýkají ještě i s několika specifickými obtížemi navíc – cítí se nepochopeny svým okolím a osamoceny ve svém prožívání, obtížně přijímají samy sebe a svou situaci, je ohrožen jejich zdravý rozvoj a formování jejich identity. Proto Program pro pěstounské rodiny Slezské diakonie připravil pro děti z pěstounských rodin ve školním roce 2017/2018 projekt „Nejsi v tom sám!“ Jeho cílem bylo děti prostřednictvím setkání s dětmi z jiných pěstounských rodin i společného atraktivního programu podpořit v úspěšném zvládnutí výzev, které před ně životní okolnosti postavily, v budování kvalitních sociálních vztahů či rozvoji jejich komunikačních schopností. Projekt „Nejsi v tom sám!“ zastřešil dva týdenní příměstské tábory organizované pobočkami Programu pro pěstounské rodiny Český Těšín, Frýdek-Místek a Karviná, tři výlety s noclehy v Beskydech

a několik jednodenních výletů poboček Havířov a Třinec a také celoroční klub pro náctileté na třinecko-jablunkovské pobočce. Projekt podpořil více jak 60 dětí, které se zúčastnily alespoň jedné z těchto aktivit a pomohl prohloubit a rozšířit celoroční sociální a terapeutickou práci s dětmi z pěstounských rodin realizovanou odbornými pracovníky Programu pro pěstounské rodiny a spolupracujícími specialisty v oblasti sociálně-právní ochrany dětí. Celkové náklady projektu přesáhly částku 130 000 Kč. Na jejich úhradu přispěly samotné pěstounské rodiny a drobní sponzoři částkou cca 20 000 Kč, hlavním podporovatelem projektu „Nejsi v tom sám!“ byla Nadace Terezy Maxové dětem, která na úhradu stravy, ubytování, vstupů na místa jednotlivých aktivit a dopravy poskytla 40 000 Kč. Všem, kteří jste se na úspěšné realizaci projektu „Nejsi v tom sám!“ podíleli, velmi děkujeme!

„Netušila jsem, že někdo má stejné problémy, jako já. Bylo fajn si o tom na víkendovce popovídat.“ (Anička, 17 let)

„Výlet se mi moc líbil. Našla jsem si tam hodně dobrých kamarádů. Byli tam na nás moc hodní. A líbil by se mi mnohem víc, kdyby ten výlet byl aspoň na 1 týden. Byl to ten nejlepší výlet.“ (Izabela, 12 let)

„Chtěla bych touto cestou poděkovat všem zaměstnancům Slezské diakonie, kteří se podíleli na přípravě a organizaci příměstského tábora v Karvině... Komunikace ohledně organizace byla skvělá, program pestrý a pro děti zábavný, chutná strava i pitný režim zajištěny, přístup zaměstnanců diakonie vstřícný a perfektní k dětem. Přejí Vám hodně úspěchů v další práci a budeme se těšit na další akce.“ (pěstounka Ariadna Štangová)

Zdeněk Kašpárek
vedoucí Programu pro pěstounské rodiny
tel.: **606 832 551**
e-mail: pestouni.vedouci@slezskadiakonie.cz
<http://pestouni.slezskadiakonie.cz/>

Chci pomoci

Projekty můžete podpořit prostřednictvím portálu **Darujme.cz**.

www.slezskadiakonie.cz/chci-pomahat



Společně "DOBROVOLNĚ" 2019 - charitativní kalendář

Dobrovolník a uživatel sociální služby = vzájemný vztah plný porozumění a radosti v životě každého z nich. Slovem a úsměvem se může zapojit každý z nás a přitom to nic nestojí. Nyní i Vy můžete být součástí a vnést do srdcí potřebných kousek štěstí. Pomozte nám zrealizovat sny našich uživatelů sociálních služeb, kteří věnovali svůj čas nafocení této malé vzpomínky s velkým rozměrem. Můžete přispět Dobrovolnickému centru Slezské diakonie jakoukoliv částkou, v případě příspěví min. částky 300 Kč od nás obdržíte kalendář.

Žít podle svého? Jde to!

Vede od zkušenosti s duševním onemocněním cesta k plnohodnotnému životu? Může člověk s mentálním postižením žít ve svém bytě nebo pracovat? Sociální pracovníci 7 týmů Slezské diakonie v rámci Moravskoslezského kraje odpovídají jednoznačně: "Ano, jde to!"



Závěrečná konference projektu

Ve dnech 15.–16. 11. 2018 proběhla Závěrečná konference projektu Zefektivnění chodu Slezské diakonie (reg. č. CZ.03.2.63/0.0/0.0/15_023/0000907).

Konference se účastnili vedoucí pracovníci Slezské diakonie, kteří byli v rámci programu seznámeni s průběhem projektu, jeho konkrétními výstupy a účastnili se také odborných workshopů, které probíhaly pod vedením externistů zapojených do projektu. Děkujeme všem za účast a spolupráci!

Organizační tým projektu