

Darujte zážitek SOBĚ i DRUHÝM

Začátek školního roku je pro Dobrovolnické centrum začátkem spolupráce s novými dobrovolníky. Proto v tuto dobu Dobrovolnické centrum směřuje svou aktivitu do škol a vyzývá hlavně studenty **STAŇTE SE DOBROVOLNÍKY**. Dobrovolníkem ale může být každý z vás! Každý, kdo právě čte tyto řádky, a už má dost toho sedět doma. A tak pojdte s námi vyzkoušet něco, co pro vás bude nové, zajímavé, netradiční, obohacující, smysluplné, a přesto slovy nevyjádřitelné.

A pokud nemáte představu, jak může takové dobrovolnictví vypadat, a jaký je jeho smysl začtěte se do jednoho z příběhů, který napsal sám život.

„Znám ten rozdíl mezi tím, když do mého života vstoupí dobrovolník, a když jej nemám. Proto jsem velmi vděčná za každou chvíli, kdy si mohu užívat čas po boku člověka, který se stane na nějakou dobu mým kamarádem, a se kterým mohu zažít něco nového. Uvědomuji si, že pomoc dobrovolníka není jen přínosem pro mne, ale také pro moji maminku, která si tak může chvíli odpočinout. Dobrovolník tudíž nedělá radost jen mě, ale celé mé rodině.“

Do roku 2012 jsem neměla ani představu co to takový dobrovolník znamená, a jak by mohl ovlivnit můj život. Toho roku jsem prvně dostala nabídku z Dobrovolnického centra, zda bych nechtěla poznat nového kamaráda, který by se stal mým dobrovolníkem, a trávil se mnou volný čas. Nabídky jsem s radostí využila, a to jsem ani netušila, co vše s dobrovolníky zažiji. Díky nim jsem prvně poznala, co to je zajít si s kamarádkou na kávu, posedět venku v parku, navštívit knihovnu nebo se, s podobně starými lidmi jako jsem já, procházet kolem řeky, a vykládat si o zajímavých tématech. Díky dobrovolníkům mám pocit, že mám opravdové kamarády.

Mít dobrovolníka je krásné a obohacující, přesto vím, že je to jen na nějakou chvíli. Dobrovolníci do mého života vstupují a obohatí jej na rok, někdy na dva. Poté odchází dál za studiem nebo za budováním si vlastního života, a já vím, že jednou budu opět čekat a doufat, že se najde další člověk, který bude ochoten věnovat mi kousek svého času a přinese do mého života opět nějakou pozitivní změnu.“

Zapojit se můžete i do ostatních programů, které Dobrovolnické centrum nabízí. Protože na každou milou dobrovolnickou tvář čeká spousta lidí, kteří byli hlavně v posledních měsících **IZOLOVÁNI**. Touha poznávat nové lidi, sdílet se, povídat si, mít nové zážitky je společným přáním těch, za kterými dobrovolníci docházejí. Dobrovolníci totiž nejsou jen společníci, ale často také „ruce a nohy“, které mohou lidem na invalidním vozíku zprostředkovat spoustu nových vjemů a zážitků. Přání „s někým být, jen ne sám“, vyřklo spousta klientů sociálních služeb. Nyní jim ta přání můžeme splnit, ale potřebujeme, abyste do toho šli **S NÁMI!**

POŽADUJEME:

- Alespoň 1 hodinu týdně
- Zodpovědnost
- Empatii
- Nadšení
- Trpělivost
- Smysl pro humor
- Energii
- Věk 15 +
- Dobrý zdravotní a duševní stav
- Čistý trestní rejstřík
- U osob mladších 18 let souhlas zákonného zástupce

NABÍZÍME:

- Nové zkušenosti
- Navázání nových kontaktů, přátelství
- Osobnostní a profesní růst
- Proplacení nákladů
- Pojištění (smlouva)
- Vzdělávání, které je pro dobrovolníky ZDARMA (školící akce, intervize, supervize)
- Smysluplné využití volného času
- Doporučení a hodnocení pro další studium, zaměstnání, au-pair
- Spolupracujeme s organizací DOFE – možnost získat mezinárodní ocenění Vévody z Edinburghu
- Mentoring zahraničních dobrovolníků
- Možnost navázat krátkodobou i dlouhodobou spoluprací

• Vyhlásili jsme akci „Potěšte na Vánoce druhé“: Výroba dáreků pro ženy a muže, kteří tráví vánoční svátky v sociálních nebo zdravotních službách - více viz. str. 4.

• Hledáme pomocníky pro přípravu zajímavých kaváren v různých sociálních službách: Každé úterý od 14.30 do 17.00, místa kaváren se pravidelně mění, zájemcům zašleme bližší informace na email. Náplň činnosti: příprava kavárenského prostředí, vaření nápojů, obsluha.

• Hledáme besedníky, kteří mohou obohatit projekt kavárny o zajímavé téma: Každé úterý od 15.00 do 16.00, místa kaváren se pravidelně mění, zájemcům zašleme bližší informace na email. Témata besed vždy vycházejí ze znalostí, zkušeností a zájmů besedníka, např. přednáška o cestování, historii, hudební program, společné tvoření, představení různých zájmových aktivit (včelaření, práce se dřevem aj.)

• Hledáme dobrovolníky na neurologické oddělení, jejichž náplní je nejen výplň dne hospitalizovaným pacientům, a to formou rozhovoru, naslouchání, předčítání, ale také práce s afatickým slovníkem, který je důležitou součástí léčby při narušení verbální komunikace (pozn. dobrovolník je pro práci s afatickým slovníkem zaučen).

• Hledáme dobrovolníky na doučování pro děti, které potřebují pomoc, aby zvládli školní povinnosti

• Hledáme dobrovolníky kamarády, kteří by docházeli za malými dětmi nebo dospělými lidmi se zdravotním postižením

NÁBOR DOBROVOLNÍKŮ

AKTUÁLNĚ

Za „NOVÝMI ZÁŽITKY“ s BENJAMÍNEM a dobrovolníky

Co je pro vás při plánování dovolené jednou z nejdůležitějších částí vašeho „seznamu“?

Pro nás je odpověď naprosto jasná. My potřebujeme skvělé lidi do party, protože pouze ve skvělé společnosti si opravdu můžeme užít dovolenou. A jelikož denní stacionář Slezské diakonie BENJAMÍN v Krnově organizuje pobytové akce pro dospělé lidi se zdravotním postižením, kteří potřebují pomocné ruce druhých lidí, je právě tato oblast tou nejdůležitější položkou našeho pomyslného seznamu.

Viktor a jeho půl rok s námi

Rádi poznáváte nové lidi? MY ano... Víme totiž, že každý nový člověk, který se stane součástí naší služby nebo projektu, ať už v pozici pracovníka, dobrovolníka nebo praktikanta, je pro nás obohacením. A víte co...? My také doufáme, že i my jsme obohacením pro ně! A tak jsme se rozhodli zjistit od našeho dobrovolníka Viktora, jak on hodnotí spolupráci s námi, jak se u nás cítí, a co by třeba doporučil těm, kteří se teprve rozhodují, zda zkusit být dobrovolníkem.

Dobrovolnické činnosti se věnuješ teprve od května letošního roku. Můžeš se s námi podělit o svou motivaci k tomu stát se dobrovolníkem?

Chtěl jsem zkusit něco nového. Něco, co nebude spojeno s povinností, s úkoly do školy nebo s brigádou. S Dobrovolnickým centrem jsem se původně setkal, když jsem hledal místo pro svou školní praxi, která již obnáší různé povinnosti. Samotné dobrovolnictví mě oslovilo tím, že budu dělat něco, co není spojeno se slovem „musím“, ale že se mohu úplně zaměřit na lidi, se kterými budu pracovat, a nebudu muset myslet na nic jiného než na to, užít si ten den v jejich společnosti.

Jako dobrovolník ses měl možnost několikrát zúčastnit projektu mobilní Kavárny u Jarušky. Jak tento projekt hodnotíš? Co se ti na mobilní kavárně líbí? Co tě třeba zaujalo?

Neskutečně mě kavárna nadchla. Vůbec jsem netušil, že něco takového probíhá. Kavárna je pro klienty sociálních služeb velký přínos, jelikož přináší něco nového do běžného režimu dne. Klienti si mohou užít příjemnou kávu a zajímavý program, který v kavárně probíhá. Samotná atmosféra kaváren je výjimečná, je cítit, že s kavárnou přijde do zařízení něco, co tam běžně není. A když se k této atmosféře připojí i to energetické a pozitivní vystoupení hostů, tak program nemá chyb.

Program a průběh kaváren mne natolik oslovil, že jsem sám přišel s nabídkou zajistit na další kavárnu zajímavý program. S tímto nápadem jsem oslovil kolegyně z Dobrovolnického centra i svou kamarádku, která je vystudovaná operní pěvkyně, v současné době je učitelkou na Základní umělecké škole, kde vyučuje zpěv. Také hostuje v divadle v Olomouci a v Českých Budějovicích. Pro kavárnu si připravila kulturně relaxační program, který byl provázen jejím zpěvem. Po skončení programu mě potěšila pozitivní odezva, jak od kamarádky, která byla vděčná, že jsem jí tuto možnost zprostředkoval, tak i od klientů z Domova pro seniory, u kterých bylo zřejmé dojetí v očích i hlase.

Co bys doporučil lidem, kteří se ještě rozhodují, zda si vyzkoušet činnost dobrovolníka?

Něco si o tom přečíst je sice hezké, ale doporučuji, aby si to každý vyzkoušel na vlastní kůži. Vlastní zkušenost je nejlepší, a když zjistí, že jim to nesedí, tak to mohou ukončit. Mě osobně dobrovolnická činnost nabíjí a věřím, že když to zkusíte, tak to budete hodnotit velmi podobně.

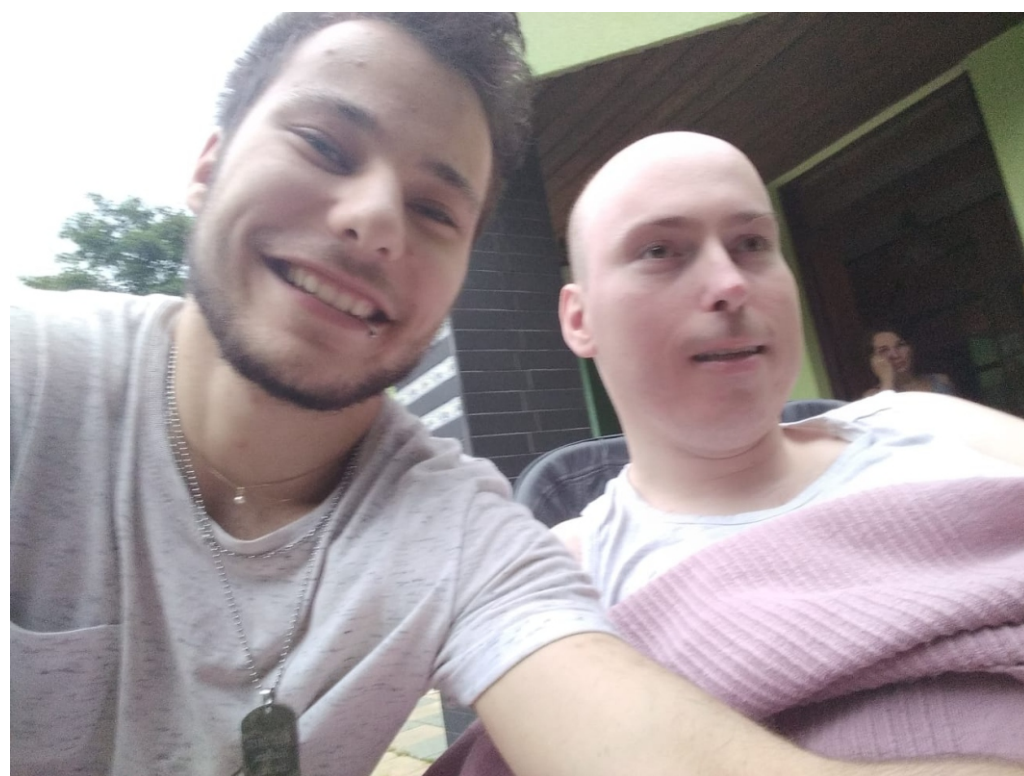
Děkujeme Viktorovi za příjemný rozhovor, ale hlavně za vzájemnou spolupráci. Dobrovolnické centrum Slezské diakonie v Krnově, pod kterým Viktor vykonává svou dobrovolnickou činnost, funguje především díky finanční podpoře Moravskoslezského kraje, města Krnova, příspěvků z obce Osoblaha a Slezské Rudoltice. Zájemci o dobrovolnickou činnost se mohou zapojit do jednorázových i dlouhodobých aktivit, které Dobrovolnické centrum realizuje.

Letošní dovolenkové pobyty proběhli ve dvou kouzelných lokacích. První se konala na krásné, prostorné bývalé myslivecké chatě s bazénem, a druhá ve dřevěných srubech obklopených klidnou přírodou, kde lišky dávají dobrou noc a nebe je v noci plné hvězd. Každý pobyt je zajištěn pracovníky stacionáře a asistenty, kteří jsou osobními pomocníky a průvodci lidí s postižením. Najít asistenty, kteří krásně zapadnou do našeho pomyslného seznamu není tak těžké, jelikož máme kolem sebe spoustu zajímavých lidí, kteří fungují jako dobrovolníci. Jsme rádi, že díky dobrovolnické činnosti si veřejnost může „osahat“ práci v sociálních službách, a my si už na pobyty bereme skvělé parťáky a kolegy. A pokud váháte stát se dobrovolníkem, a jednou třeba s námi i vyrazit na další zajímavou dovolenkovou akci, začtěte se do rozhovoru s našim dobrovolníkem Viktorem.

Na začátku jsi uvedl, že jsi původně hledal místo pro svou školní praxi. Tu sis nakonec vykonal na pobytové akci se střediskem Slezské diakonie Benjamin Krnov. Jak hodnotíš tuto zkušenost?

Po této akci jsem měl jediný problém, a to ve chvíli kdy jsem zpracovával materiály do školy, kde jsem měl uvést co se mi nelíbilo, a co bych měl udělat jinak. Já jsem nebyl schopný napsat ani jedinou věc. Pobyt s Benjaminskem mě nadchl, ten přístup pracovníků, přátelství, podpora, srdce, které dáváte do své práce. S klientem Jiřím jsem hovořil o tom, jak se mu líbí v Benjaminsku. Těšilo mě, že službu, pracovníky i celý program hodnotil tak pozitivně. Bylo pro mne příjemné vidět, že lidé, kteří se rozhodnou dělat tuto práci jí opravdu dělají z celého srdce. Sám musím přiznat, že i já jsem celou akci nevnímal jako povinnost, ale jako příjemnou dovolenou.

Máš nějaký konkrétní zážitek z pobytové akce, na který rád vzpomínáš? Zážitků mám více, celý pobyt byl pro mne jedním velkým zážitkem, ale jedna situace mne opravdu hodně oslovila. Už ani nevím, jak situace vznikla, ale někdo začal broukat písničku, a postupně se všichni přidávali, i když si každý broukal jinou melodii. A tak padl nápad, že si společně zazpíváme. Vybrali jsme písničky, které všichni známe a začali jsme si spolu zpívat. Dojalo mne, jak jsme se všichni od toho pobrukování různých tónů dokázali naladit na jednu píseň.



Proč jsem se stala dobrovolníkem?

Mám ráda lidi, možnost pomáhat. Tak proč nepomáhat tam, kde to lidé potřebují. Začalo to tak, že jsem chtěla věnovat svůj čas, energii, ale i mít možnost nahlédnout do života někoho jiného, a tak opustit svojí sociální bublinu. Rozhodla jsem se, že budu navštěvovat Domov seniorů v Krnově. Čekala jsem, že mi to zároveň zaplní část léta, a pak přestanu, ale tato činnost se mi zalíbila natolik, že i přes začátek školy jsem seniory chodila navštěvovat. Je hezké vidět, že si cení, že je někdo přijde navštívit, v tom já vidím smysl. Moje dobrovolnická činnost spočívala hlavně v povídání s klienty, občasné četbě, krátkých procházkách po domově nebo skupinových aktivitách. Zároveň je výhodou, že tato práce je různorodá a máte šanci si vyzkoušet všechny aktivity, které nabízí. Jsem ráda za všechny příležitosti, které se mi naskytly a za ochotu všech pracovníků, kteří se mne ujali a provedli.

Autor: Julie Šmidáková



Rok zahraničním dobrovolníkem ... by Sarah

Mé vzpomínání píšu s těžkým srdcem, ale plným krásných vzpomínek.

Pamatuji se, jak jsem před rokem přijela s mou kamarádkou Camille do Česka. Všechno bylo zvláštní, počasí chladné, i lidi mi přišli chladní. První setkání se všemi mi přišlo také divné. Ale za den nebo dva jsem si všimla úsměvů kolem sebe. I když jsem nemluvila česky, vnímala jsem, že se mnou lidé mluví vlídně, a že se mnou chtějí nejen mluvit, ale také žertovat, gesta, která používali ke mě, byly laskavé a přátelské. Cítila jsem důvěru a upřímnost nejen od lidí v týmu, se kterými jsem pracovala, ale také od lidí, o které jsem se starala. Po měsíci jsem na schůzce se svou supervizorkou plakala, protože mi řekla, že jsem skvělý dobrovolník, že všichni o mě mluví velmi dobře, že není nic negativního, nic co mám měnit, cítila jsem se přijatá v týmu lidí, se kterými jsem byla. Každý den byl naplněný smíchem a velkou laskavostí, zbožňovala jsem všechny okolo sebe. Prošli jsme společně těžkými věcmi, všichni jsme onemocněli, ale i přes to, že jsme byli odloučení a uzavřeni v karanténě, jsme se stále podporovali, byli jsme v kontaktu a vše jsme zvládli. Lidé, které jsem provázela byli vždy plní úsměvů, jejich pohledy, gesta i slova mi ukazovaly tolik o tom, jaký je náš vztah. Tohle dobrovolnictví mě navždy změnilo. Děkuji Čechům za důvěru, všem za to, co jsem s nimi mohla prožít, a jaké to bylo. Kultura, jazyk a vzdálenost nás samozřejmě odlišují, ale naše srdce nás spojuje. I když jsme od sebe teď daleko, zůstáváme ve svých srdcích. Budoucím dobrovolníkům chci vzkázat, aby byli sami sebou, aby byli takoví jací jsou, bez ohledu na to odkud pochází, jaké mají postižení, jakou mají orientaci. Buďte sami sebou, komunikujte a ukažte svou energii, své srdce.



Seznamte se s našimi koordinátory ...

Jmenuji se Hanka Gebauerová a s dobrovolníky a pro dobrovolníky pracuji už přes sedm let. Za tu dobu jsem potkala spoustu lidí, které potkávám ráda dodnes. Zažila jsem spoustu akcí a programů, které jsme s Dobrovolnickým centrem pořádali. Některé akce opakujeme každý rok a sledujeme, jak se víc a víc dostává do povědomí lidí, a to nám dává motivaci pořádat další ročníky a vymýšlet, jak na sebe co nejvíce upozornit. Letos jsme měli snad nejlepší ohlasy u akce Modrý den, byť byl kvůli nouzovým opatřením netradiční a bez společného setkání v modrém. Moc hezká akce je i POTĚŠTE NA VÁNOCE DRUHÉ, která právě odstartovala. Byť nás trochu materialisticky válcují Ježíškova vnučata, věříme, že pointa této akce se nikdy neztratí. Tou pointou je myslet na druhého, a věnovat mu něco, nad čím jsem strávil čas. Něco, čemu jsem věnoval energii a úsilí, a co se bude líbit a bude s úsměvem přijato. Velice mě těší, že můžeme být součástí také akcí pořádaných městem Krnovem, že nás „Krnov“ vnímá jako součást společnosti, a podporuje naše úsilí. Díky takovým akcím se mohou setkávat se zajímavými a úžasnými lidmi, a těším se, co nového mi práce v této oblasti přinese.

Mou hlavní náplní je hledat, zaškolovat a vysílat dobrovolníky do sociálních služeb, které si sami vybrali na základě poskytnutých informací. V rámci onoho hledání spolupracujeme s krnovskými středními školami, které nám dávají na podzim prostor prezentovat dobrovolnickou činnost studentům. Je pro mne velice povznášející, když vidím, jaký přístup školy zaujmají k dobrovolnictví. Velice mile mne pak překvapí školy, jejichž obory jsou na míle vzdálené sociální práci, a přesto nám vyhraní prostor ve vyučování, jelikož sdílí stejně jako my myšlenku, že dobrovolnictví je prospěšné, a může studentům otevřít v životě nové dveře. Za tuto spolupráci moc děkuji krnovskému Gymnáziu, Střední průmyslové škole v Krnově a Střední odborné škole dopravy a cestovního ruchu. Kromě výše uvedeného se starám také o byrokratickou stránku Dobrovolnického centra, což obnáší vedení smluvní agendy dobrovolníků. Kromě práce v Dobrovolnickém centru je mým denním chlebem práce v denním stacionáři BENJAMÍN Krnov na pozici sociální pracovníce, v minulosti jsem několikrát zastávala pozici supervizora zahraničním dobrovolníkům.

Jako koordinátor se starám o dobrovolníky v denním stacionáři Benjamín. Provázím je, dokud nenabydou patřičnou jistotu ve své činnosti, snažím se o to, aby se rychle adaptovali v novém prostředí. Práce s dobrovolníky je práce flexibilní, v podstatě můžu říct, že jaké si to udělám, takové to mám. Mám štěstí, že jedeme s mou kolegyní Verčou Židkovou stejnou vlnu, kdy máme stejnou energii a zápal, naše práce je naše zábava. Nevím, jestli bych při jiné práci potkala tolik, a tak zajímavých lidí. Můj život se za sedm let stal o tolik bohatší. Díky vám všem milí dobrovolníci, a vy noví se nebojte a poďte to zkusit. Já sama jsem byla také dobrovolníkem, a jako matka dvou dětí musím říct, že stále jsem. **JSTE V DOBRÝCH RUKOU!**

UŽ se Vám někdy podařilo obohatit druhé bez peněz?

Mluvit s druhými beze slov?

Nahlédni s námi do zákulisí života a **STAŇ SE DOBROVOLNÍKEM**

Tančit s někým v sedě?

Provonět prostory služby nebo nemocnici skvělou kávou!

Uplácet hrnek z hlíny?

Dobrovolnické centrum Slezské diakonie v Krnově
FB.com/dobrovolnictvikrnov 604 228 199
dobrovolnicikrnov@slezskadiakonie.cz

Logo partners: Slezská diakonie, Město Krnov, Moravskoslezský kraj, Nadací fond VEOLIA

DARUJTE S NÁMI RADOST



Bud'te i letos součástí našeho projektu, který potěší **SENIORY** v domovech v Krnově a Osoblaze

WROBTE drobný dárek, přání s věnováním a **DONESTE** do 10. 12. 2021 do denního stacionáře **BENJAMÍN** v Krnově na SPC N/54
Kontaktová osoba: Veronika Židková
tel: 733 142 402



Moravskoslezský kraj



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

Slezská diakonie kkrnov

Darujte s námi radost

Pan Kodet ve své nezapomenutelné roli pana Krause ve filmu Pelíšky řekl: „Stejně největší radost udělá takový dárek, který člověk vyrobí SÁM pro toho druhého. Z lásky.“ Stejnou myšlenku sdílíme i my, proto již 10. rokem vyzýváme veřejnost, aby se zapojila do výroby drobných dárků pro klienty Domova pro seniory v Krnově, na lůžkách sociální péče ve Městě Albrechticích, a v Domově pro seniory v Osoblaze. Ze zkušenosti mohou říct, že jejich vděčnost a radost z obdrženého dárečku, je velice upřímná a dojemná. Akce „Potěšte na vánoce druhé“, je příležitostí, jak sdělit těmto lidem, že jsme na ně nezapomněli a prostřednictvím těchto dárků, jim dáváme najevo, že jsme v čase vánočním s nimi. Navodit vánoční atmosféru k předávání dárků, se nám daří díky Kavárny U Jarušky. Díky ní se můžeme společně sejít, sdílet se, vyměnit si recepty na vánoční cukroví, a zároveň osobněji předat dárky od veřejnosti.

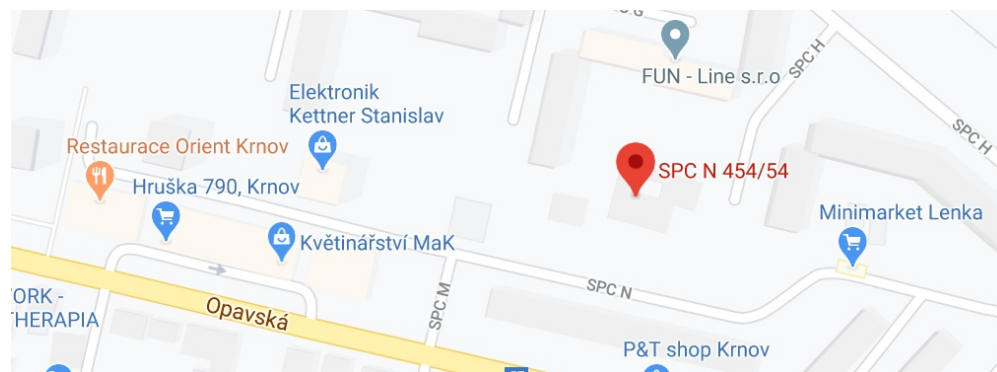
Každý rok této akce probíhal jinak. Každý rok se připojil i nový okruh tvořivých lidí. Začali se zapojovat i školky a školy. Dobrovolníci nám pomáhali vymyslet kulturní program k tomuto dni, pomáhali s prezentováním této akce. Potěšit na vánoce se nám později podařilo i v Domově pro seniory v Osoblaze, dárečků bylo tolik, že se dostalo i na klienty oddělení lůžek sociální péče ve Městě Albrechticích. Ačkoliv se objevila i akce Ježíškova vnučata, dárky ze srdce od dětí a lidí z okolí sociálních služeb, byly přesto příjemným překvapením pro klienty. Jen tato generace ví, že není potřeba drahých dárků, ale stačí malé gesto k tomu, abychom si navzájem udělali radost.

Vezměte proto do ruky jehlu a nit, papír a lepidlo, třpytky, nůžky, přírodniny, a jak nejlépe umíte, věnujte tvořením pár hodin času pro druhé. Zapojte děti, rodinu, vysvětlete jim smysl tohoto tvoření a následně dárek přineste k nám do denního stacionáře BENJAMÍN na sběrné místo. Svůj dáreček můžete opatřit vzkazem nebo přáním, aby bylo patrné, že je od VÁS. Další informace naleznete výše v oficiálním letáku. Věřím, že se spousta z vás zapojí, a že se snad i s některými z vás na Vánoční Kavárně U Jarušky potkáme, a společně dárky předáme.



KONTAKTUJTE NÁS

Dobrovolnické centrum Slezské diakonie v Krnově
SPC N 454/54, Krnov 794 01
tel.: 604 228 199, 733 142 402
email: dobrovolnicikrnov@slezkadiakonie.cz
fb.com/dobrovolnicikrnov
www.slezkadiakonie.cz



Dobrovolnické centrum Slezské diakonie je finančně podpořeno z dotací Města Krnova, Moravskoslezského kraje, Ministerstva zdravotnictví ČR, obce Osoblaha a Slezské Rudoltice.

kkrnov

Moravskoslezský kraj



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY