



Spolufinancováno
Evropskou unií



Oblastní charita
Ústí nad Orlicí

Zemřel Vám člen rodiny nebo jiný blízký člověk? Procházíte nyní truchlením? Vyhovovalo by Vám skupinové sdílení s lidmi, kteří si prochází něčím podobným?

Pokud ano, právě pro Vás je určen



KLUB ALFA-OMEGA

Termíny klubů pro leden-červen 2025:

21. leden 18. únor 18. březen 15. duben 20. květen 17. červen

vždy od 15:30 do 17:30 h.

- Klub je otevřen pro všechny – nejen pro rodiny pacientů hospicové péče
- Součástí programu je vzájemné sdílení u čaje nebo kávy, v případě zájmu i společný výlet nebo společné aktivity
- Setkávání probíhají v sídle Domácího hospice, Na Kopečku 360, Letohrad
- Prosíme, abyste se v případě účasti nahlásili den předem na tel. č. 731 402 331

www.uo.charita.cz

Budme připraveni na budoucnost našich blízkých

Od narození rodiče pečují o své děti nejlépe, jak mohou. Předávají jim různé vzorce chování, vědomosti, dovednosti a učí je, jak být dobrým člověkem. Zkrátka je připravují na budoucnost.

Život přináší různé situace, kterými jsou děti součástí a formují jejich osobnost i postoje. Například postoj ke stáří, nemoci či péči o člověka. Děti přirozeně sledují chování svých rodičů a s velkou pravděpodobností je poté přijmou za své. Pokud je tedy dítě součástí péče o blízkou osobu, získává tím cennou zkušenost, ze které bude moct v budoucnu čerpat. Může si například říct „moji rodiče pečovali o své rodiče, já se postarám o ty své“.

Životní karta se obrací a z dítěte se stává dospělý jedinec, a zároveň potenciální pečující. Mohlo by se zdát, že role pečujících se týká jen péče ve stáří. Ale opak je pravdou. Pečujícím se může stát každý z nás, prakticky ze dne na den, ať je nám 30, 40 nebo 60. Ať pečujeme o člověka po mrtvici, infarktu, autonehodě nebo stárnoucího rodiče. Role pečujícího je v takovou chvíli jasná. Někdo nás v jisté míře potřebuje.

„Nenechám tě potopit, jsi součástí mé lodi.“

Převládá v nás touha se o blízkého postarat doma. Zároveň je v nás velký strach, obavy a nejistota. Napadají nás otázky: „Čím začnu, co mohu udělat, jsem na všechno sám, pomůže mi zbytek rodiny...? Koho oslovit, na koho se obrátit a na co se vlastně zeptat?“ Hlavou se nám honí spousta otázek a my na ně hledáme odpověď. Dokud se do takové situace člověk nedostane, o možnosti domácí péče se dopodrobna nezajímá. Vzpomeňme si na naše rodiče, jak se nás snažili připravit na různé životní zvraty a situace. Teď je to v našich rukou a na péči o naše blízké se můžeme alespoň částečně připravit. Minimálně tím, že budeme mít na paměti, že existují různé služby, dávky nebo pomůcky, které nám mohou péči v domácnosti usnadnit. Jakmile totiž víme, že nás někdo vyslechne, pomůže a poradí, každá situace se nakonec může zdát snazší. Pak i počáteční pocity jako je beznaděj, smutek, zoufalství, někdy i vztek, mohou nakonec vyústit v pochopení smysluplnosti a ocenění významu blízkosti.

V poradně pro pečující jsme na takové situace připraveni. Přijedeme, vyslechneme, poradíme, pomůžeme a pokusíme se zorganizovat péči tak, aby vyhovovala Vám i Vaším blízkým. Nezávěrejte před péčí oči. Budme připraveni na budoucnost našich blízkých.

Mgr. Michaela Pražáková, tel. 731 420 344

Oblastní charita Ústí nad Orlicí, www.uo.charita.cz