



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



KOTVA

ročník 12

2020/červen

44



fotila uživatelka Š.

„Až ti bude v životě nejhůř, otoč se čelem ke slunci a všechny stíny padnou za tebe.“

John Lennon, citát vybral kolektiv uživatelů

Vybrané služby sociální prevence na území Jihomoravského kraje, registrační číslo CZ.03.2.60/0.0/0.0/15_005/0007741, který je finančně podpořen v rámci Operačního programu Zaměstnanost.

U šálku čaje...



Zeptali jsme se vedoucí STD Kotva a vedoucí nové služby Teres (terénní rehabilitační služby sv. Terezy), Ing. Marie Jurasové ...

Jak probíhal provoz STD v době nouzového stavu při pandemii ?

Jak víte, zpočátku jsme připravovali Vás klienty na to, abyste neměli zbytečný strach a dbali na doporučovanou hygienu a dezinfekci. Nabízeli jsme, že můžete zůstat doma, ale této nabídky využil jen málokdo, takže dál klienti přicházeli do Kotvy. Po nařízení vládou uzavřít službu jsme Vás obvolali a ujistili, že se ozveme, až se situace změní. Někteří začali mít opravdu strach. Pracovníci STD šli tehdy ještě nedostatkové roušky a začali s údržbou zahrady, která s jarem rozkvetla všim možným. Můžete se podívat na web naší Charity a na facebook STD Kotva, jak nám to šlo... A vy, klienti, jste nám tu také moc chyběli.

Stalo se, že některý z uživatelů Vás kontaktoval a nevěděl si s něčím doma rady, popř. potřeboval Vaši pomoc?

Po nějaké době se nám ozývali uživatelé, že jim Kotva chybí, a někteří si stěžovali na zhoršení psychického stavu pod vlivem stresu, který cítili z médií. Hovořili jsme s nimi o situaci, nabízeli jsme i rozhovor s psychoterapeuty, některé uživatele jsme navštívili doma.

Můžete nás, prosím, informovat o nové službě s názvem Teres?

Od letošního března vznikla nová sociální služba. Je to terénní sociální služba pro dospělé s duševním onemocněním, kteří chtějí aktivně pracovat na svém zotavení a osamostatnění. Klienty navštěvujeme doma a pomáháme jim lépe zvládat zátěžové situace, jako třeba vyřizování na úřadech, chod domácnosti, plánování financí. Aby nacházeli smysluplnou náplň a chuť do života, nezůstávali s problémy sami a žili bez nutnosti další hospitalizace.

Za rozhovor děkuje šéfredaktorka Šárka

Bylo nebylo ...

Vzhledem k pandemii koronaviru došlo k vládnímu nařízení uzavřít provoz i v naší STD Kotva. Naši uživatelé tak nemohli do dílny docházet od 18. 3. až do 24. 5., více jak dva měsíce. Byla to dlouhá doba, proto jsme vnímali jako důležité se zamyslet nad tím, s čím vším se museli naši uživatelé vypořádat, z čeho měli obavy, co si uvědomili, ale také čemu je tato neobvyklá situace naučila, zkrátka co jim nového a třeba i pozitivního přinesla do života ...



1. uživatel: „Když jsi zavolala, že je služba uzavřená, tak jsme se všichni doma rozplakali... říkali jsme si: co teď bude? Bylo to něco nového a měli jsme z toho paniku. Ale pak jsem říkal rodičům, že máme zahrádku, tak by bylo dobré něco na ni nasadit. Taky jsme opravili starý plot a nakonec jsme udělali doma velký kus práce.“
2. uživatel: „Zdálo se mi, že všude vysílají jenom samé špatné zprávy, bylo to stresující. Byla jsem ráda, že se ale vrátil z Rakouska z práce můj syn a dcera a společně jsme se nenechali vtáhnout do té paniky. Nakonec jsem ale stejně musela být hospitalizovaná na pár týdnů v léčebně...“
3. uživatel: „Ze začátku jsem z toho byla zdeptaná, nepůsobila ta doba na mě dobře. Obtížné bylo, když jsem musela dělat se synem úkoly, které nám posílali ze školy. Učit se sám doma bylo pro něho občas obtížné, a přestože se učí dobře, začal dostávat špatné známky. Naučila jsem se ale více spolupracovat s mamkou, hlavně ve vaření, to se mi líbilo, a taky jsme hodně hráli různé společenské hry.“
4. uživatel: „Já jsem sledovala hezké pořady o zvířatech a naučila jsem se řádně čistit zuby, v tom bych chtěla pokračovat i nadále. Nejvíce mi chyběly koncerty, cítím ještě stále takové mrtvo okolo sebe...“

5. uživatel: „Já jsem se věnovala hodně svým synovcům, měla jsem na ně čas, občas to bylo ale vyčerpávající. Kolem domu jsme udělali ale strašně moc práce, byl na to čas. Taky mě štvalo, že jsme všude museli nosit roušky, věčně jsem na ni zapomínala.“
6. uživatel: „Nejdříve jsem si říkala, co teď budu dělat, ale nakonec se mi doma docela líbilo, hodně jsem pracovala na zahrádce s taťkou, četla si, poslouchala hudbu, zabavila jsem se... Bála jsem se ale velice hodně o své blízké.“
7. uživatel: „Já jsem tuto dobu prožila velice aktivně. Stále jsme s přítelem pekli něco z kynutého těsta, háčkovala a pletla jsem, dokonce jsme si založili zahrádku na zeleninu a koupili jsme si motyky... Strašně moc mi ale chyběli lidi z dílny a taky režim, ten se dal v těchto dnech těžko dodržovat. Bála jsem se, kdybychom onemocněli, kdo by se staral o pejska.“
8. uživatel: „Tuto dobu jsem využila spíše k tomu, abych si utřídila myšlenky, meditovala, zrekapitulovala svůj život, vnímala své pocity, protože v běžném životě na to není čas.“
9. uživatel: „Dobu nouzového stavu jsem trávila doma s rodiči. Občas se mi ale zastesklo po Kotvě, chyběli mi přátelé z dílny. Cítila jsem, že mi také chybí pravidelný režim.“
10. uživatel: „Velmi mi chyběla docházka do Kotvy. Přijela ale sestra, kterou vídám jenom párkrát do roka a podpořila mě v době mé krize.“



*Za anonymní rozhovor s uživateli děkuje Bc. Jana Maňáková,
sociální pracovnice STD*

Pekla Iveta...

Medový rybízový koláč

Ingredience na těsto:

½ hrnku hladké mouky, ½ hrnku polohrubé mouky, 4 žloutky, 6 lžic mléka, 3 lžice medu, 1 tuk na pečení, ½ prášku do pečiva, 3 lžice cukru moučka

Ingredience na sníh:

4 bílky, ½ hrnku cukru krupice, 1 a ½ hrnku rybízu

Postup:



Všechny suroviny patřící do těsta zpracujeme (nejlépe v robotu). Těsto upečeme na vymazaném a vysypaném plechu dorůžova. Dále vyšleháme ze čtyř bílků tuhý sníh, do kterého lehce vmícháme krupicový cukr a rybíz (hezky vypadá různobarevný). Rozetřeme na těsto a necháme znovu v troubě zapéci ve středně vyhřáté troubě.

Napsala Iveta

Kuriozity

Nová česká lokomotiva z plzeňské Škodovky získala, jako teprve druhá na světě, prestižní evropský certifikát, jenž je klíčovým dokumentem nutným k získání povolení provozu v šesti zemích Evropy. Této lokomotivě se často přezdívá Messerschmitt podle jejího číselného označení 109. Plzeňský podnik tak navazuje na dlouholetou tradici výroby elektrických lokomotiv, kterých dodal na trh více než 5,5 tisíce kusů. Počátek výroby moderních elektrických lokomotiv sahá až do roku 1928, kdy Škoda vyvinula lokomotivu 1Elo, kterou posléze koupily Československé dráhy.



Sloup Nejsvětější Trojice v Olomouci je největším sousoším v České republice. Je 35 metrů vysoký a v jeho základě je i kaple. Byl postaven v letech 1716 - 1754 v barokním slohu a je zařazen mezi památky UNESCO (od roku 2000).

Napsala Nikola, čerpáno z internetu

Tipy na výlet

Rozhledna Vyšicko u Mutěnic

byla slavnostně otevřena na konci dubna 2018 na nejvyšším bodu Mutěnic – kopci Vyšicko. Je trojúhelníkovitého půdorysu, ocelové konstrukce s dřevěným schodištěm. Celková výška je 12 metrů, počet schodů 46. Výška vyhlídkové plošiny je 9 metrů, přezdívá se jí Tringl. Je volně přístupná. Nachází se 3 km severozápadně od Mutěnic a 14 km severozápadně od Hodonína. Autem lze dojet až k rozhledně.



Rozhledna Na Podluží – Nový Poddvorov



byla postavena v roce 2009. Až k rozhledně se dostanete z vesnice Nový Poddvorov pohodlně po asfaltové silnici. Rozhledna stojí přímo na cyklistické stezce, ve směru trasy Čejkovice – Prušánky. Vstup na rozhlednu je zdarma. Počet schodů 160. Vyhlídková plošina rozhledny je vysoko 30 metrů nad zemí a je odtud nádherný rozhled na všechny světové strany. Jsou vidět Bílé Karpaty, Chříby, Pavlovské vrchy... Podlaha vyhlídkové plošiny je z drátěných mřížek a tak

vidíte, co je pod vámi. Pod rozhlednou je příjemné posezení v podobě nových laviček a stolů.

Napsala Šárka, čerpáno z internetu

Pohlazení duše



Jeskyně

Jeden beduín byl pronásledován divokými nepřáteli. Prchal před nimi, až se dostal do míst, kde poušť přecházela do drsné krajiny plné rozeklaných skal. Stále běžel, až se mu konečně zdálo, že už neslyší klapot koní svých nepřátel, kteří ho pronásledovali. Už nemohl dál, vydal ze sebe všechno.

Když se rozhlédl kolem sebe, viděl, že se dostal do kaňonu, který mu naháněl strach. Stěny byly tvořeny žulovými masivy a černý čedič nahoře měl podobu věžiček. S úžasem si všiml, že ve srázu je vyšlapaná uzounká stezka.

Vydal se po ní a za chvíli se ocitl před vchodem do hluboké a tmavé jeskyně. Velmi opatrně postoupil na okraj a nahlédl dovnitř.

„Pojď dál, bratříčku.“

Hlas plný vlídnosti ho povzbudil. V polostínu jeskyně zahlédl beduína poustevníka, který se modlil.

„Ty tu žiješ?“ otázal se beduín.

„Jistě.“

„Jak to děláš, že můžeš přežít v téhle jeskyni tak chudý, tak daleko od všech lidí a úplně sám?“

Poustevník se usmál.

„Nejsem chudý. Vlastním velké poklady.“

„Kde?“

„Podívej se tam.“ Poustevník ukázal malou skulinku nahoře ve stěně jeskyně a zeptal se:

„Co vidíš?“

„Nic.“

„Opravdu nic nevidíš?“ Zeptal se poustevník.

„Vidím jen kousíček nebe.“

„Kousek nebe – a tobě se nezdá, že je to úžasný poklad?“

Čerpáno z knihy Příběhy pro potěchu duše, napsal Bruno Ferrero

Krásný den vám přeje Jitka

Smích léčí ... !



„Slyšela jsem, že váš syn studuje na univerzitě. Co z něho bude, až skončí?“ ptá se známá paní Nováková.
„Obávám se, že důchodce.“

„Dnes ráno říkali, že máme chodit do Supermarketu v roušce a rukavicích. Byl to trapas, ostatní měli ještě navíc oblečení.“

Napsal Jarek, čerpáno z internetu

POSLÁNÍ sociálně terapeutické dílny Kotva:

Sociálně terapeutická dílna Kotva nabízí pomoc lidem s duševním nemocněním, kteří vlivem nepříznivé životní situace nemají možnost zařazení na otevřeném ani chráněném trhu práce. Prostřednictvím každodenní pracovní činnosti podporujeme dodržování stanovených pravidel dané služby, posílení, obnovení a rozvíjení jejich schopností i dovedností, začleňování se do kolektivu a tak jim pomáháme k zapojování se do běžného života. Je určena osobám v produktivním věku žijícím ve Strážnici a dostupném okolí.

Základní principy, kterými se řídíme:

- podpora důstojnosti a svobodné rozhodování
- individuální přístup k uživatelům
- respektování soukromí a intimity uživatelů
- podpora uživatele v sociální samostatnosti a soběstačnosti

Informace: služba je poskytována zdarma.

Kontakt pro zájemce: tel: 737 054 064, 737 918 165

Vydává:

Sociálně terapeutická dílna Kotva, Charita Strážnice

čtvrtletník, ročník 12, červen 2020/44, náklad 350 ks, šéfredaktorka: Šárka

Redakční rada: kolektiv uživatelů STD Kotva

Titulní strana: Květ v zahradě STD Kotva, foceno v rámci pracovní terapie

Tisk: Tiskárna Sukupovi

Zodpovídá: Bc. Jana Maňáková

Adresa redakce: Charita Strážnice, Kovářská 396, 696 62 Strážnice,

e-mail: kotva@straznice.charita.cz

www.straznice.charita.cz

neprodejné