



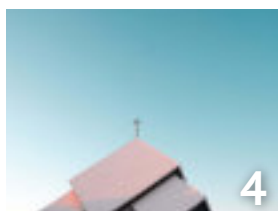
# Charita

Časopis Slovenskej katolíckej charity



STAROSTLIVOSŤ O CHORÝCH

ČÍSLO 1 // ROČNÍK XXIX. // MAREC 2021



4



10



14

**4 ZBIERKA POMOC CHARITE**  
Pomôž Charite, aby sme mohli pomáhať núdnym aj v tvojom okolí

**6 AKTUALITY**

**9 BLOG ZAMESTNANCA CHARITY**  
Prežívať vieru aj mimo kostola

**10 TÉMA STAROSTLIVOSŤ O CHORÝCH**  
Zostarnúť doma neznamená starnúť bez pomoci

**12 ROZHOVOR HOSPICOVÁ STAROSTLIVOSŤ**  
Roky som svedkom toho, že držať za ruku je to najzväčnejšie

**14 ROZHOVOR AKO SA VYROVNAŤ SO SMRŤOU**  
Môže pomôcť vďačnosť za dar byť súčasťou jeho príbehu

**16 ROZHOVOR OČKOVANIE**  
Svetlom na konci tunela je očkovanie

**17 PRÍBEHY POMOCI ĽUDIA BEZ DOMOVA**  
Pomohli sme žene, ktorá sa psychicky zrútila a Čo urobiť, keď vidím človeka na ulici?

**18 PROJEKT CHARITNÉ CENTRÁ V AFRIKE**  
Africké sny čakajúce na naplnenie

**20 PROJEKT ADOPCIA NA DIALKU®**  
Úsmevy, ktoré patria vám

**22 PROJEKT POMOC PRENASLEDOVANÝM KREŠŤANOM A UTEČENCOM**  
Prenasledovanými neboli len kresťania, obeťami teroristov Islamského štátu sú aj moslimovia

**24 PROJEKT OBCHODOVANIE S ĽUĎMI**  
Socha ako evanjelium z hlíny

**26 CHARITNÉ ZARIADENIE ĽUDIA LIEČIACI SA ZO ZÁVISLOSTI**  
V centre Prešova vám umyjú auto naši klienti



18



22



26



@CaritasSlovakia



@caritas\_slovakia

Slovenská katolícka charita (SKCH) poskytuje charitatívne, sociálne, zdravotnícke a výchovno-vzdelávacie služby ľuďom v núdzi bez ohľadu na rasu, národnosť, vierovyznanie a politické zmysľanie.  
Pre viac informácií: [info@charita.sk](mailto:info@charita.sk), [www.charita.sk](http://www.charita.sk)

## Adresár SKCH

### Sekretariát Slovenskej katolíckej charity

Adresa: Kapitulská 18,  
814 15 Bratislava  
Tel.: 02-5443 1506, 5443 2503  
E-mail: [sekretariat@charita.sk](mailto:sekretariat@charita.sk)  
[www.charita.sk](http://www.charita.sk)  
IBAN SK37 0900 0000 0001 7687 5345  
Slovenská sporiteľňa

### Bratislavská arcidiéžna charita

Adresa: Krasinského 6,  
821 04 Bratislava  
Tel.: 02-442 50 374  
E-mail: [charitaba@charitaba.sk](mailto:charitaba@charitaba.sk)  
[www.charitaba.sk](http://www.charitaba.sk)  
IBAN SK92 3100 0000 0040 1007 8918  
Prima banka

### Diecézna charita Banská Bystrica

Adresa: Tibora Andrašovana 44,  
974 01 Banská Bystrica  
Tel.: 048-472 0272, Fax.: 048-472 0271  
E-mail: [charitabb@charitabb.sk](mailto:charitabb@charitabb.sk)  
[www.charitabb.sk](http://www.charitabb.sk)  
IBAN SK23 0200 0000 0007 3684 1312, VÚB

### Diecézna charita Rožňava

Adresa: Kósu-Schoppera 141/22,  
048 01 Rožňava  
Tel.: 058-7326415  
E-mail: [dchrv.sekretariat@gmail.com](mailto:dchrv.sekretariat@gmail.com)  
[www.charitaroznava.sk](http://www.charitaroznava.sk)  
IBAN SK92 0200 0000 0000 1813 7582, VÚB

### Spišská katolícka charita

Adresa: Slovenská 30,  
052 01 Spišská Nová Ves  
Tel.: 053-4424 500, Fax: 053-4424 500  
E-mail: [caritas@caritas.sk](mailto:caritas@caritas.sk)  
[www.caritas.sk](http://www.caritas.sk)  
IBAN SK28 0200 0000 0000 2963 4592, VÚB

### Trnavská arcidiéžna charita

Adresa: Hlavná 43, 917 01 Trnava  
Tel.: 033-5511 396, Fax: 033-5511 397  
E-mail: [sekretariat@charitatt.sk](mailto:sekretariat@charitatt.sk) [www.charitatt.sk](http://www.charitatt.sk)  
IBAN SK71 7500 0000 0040 0829 7855, ČSOB

### Arcidiéžna charita Košice

Adresa: Bočná 2, 040 01 Košice  
Tel.: 055-6255 317, Fax: 055-6255 328  
E-mail: [adch-ke@charita-ke.sk](mailto:adch-ke@charita-ke.sk) [www.charita-ke.sk](http://www.charita-ke.sk)  
IBAN SK52 7500 0000 0005 1302 6193, ČSOB

### Gréckokatolícka charita Prešov

Adresa: Hlavná 2, 080 01 Prešov  
Tel.: 051-7723 970, Fax: 051-7723 970  
E-mail: [gkcharita@gkcharita-po.sk](mailto:gkcharita@gkcharita-po.sk)  
[www.gkcharita-po.sk](http://www.gkcharita-po.sk)  
IBAN SK18 7500 0000 0040 0842 5976, ČSOB

### Gréckokatolícka eparchiálna charita Košice

Adresa: Dominikánske nám. 2/A, 040 01 Košice  
Tel.: 055-6259 454  
E-mail: [eparchialnucharitakosice@gmail.com](mailto:eparchialnucharitakosice@gmail.com)  
[charita.grkatke.sk](http://charita.grkatke.sk)  
IBAN SK77 3100 0000 0043 5022 8409  
Prima banka

### Diecézna charita Žilina

Adresa: Predmestská 12, 010 01 Žilina  
Tel., fax: 041-723 1234,  
E-mail: [charitaza@gmail.com](mailto:charitaza@gmail.com)  
[www.charitaza.sk](http://www.charitaza.sk)  
IBAN SK31 0900 0000 0004 2470 2305  
Slovenská sporiteľňa

### Diecézna charita Nitra

Adresa: Samova 4, 949 01 Nitra  
Tel.: 037-7721 792, Fax: 037-772 1798  
E-mail: [sekretariat@charitanitra.sk](mailto:sekretariat@charitanitra.sk)  
[www.charitanitra.sk](http://www.charitanitra.sk)  
IBAN SK42 0200 0000 0006 9194 3162, VÚB



Uplynul rok, odkedy na Slovensku vypukla pandémia spojená s ochorením Covid-19. Čomu nás posledný rok naučil? Solidarite, spolupatričnosti, pomoci, ale aj starostlivosti o tie najzraniteľnejšie skupiny. Od rúšok cez nákupy pre seniorov až po pomoc pri ich registrácii na očkovanie. No, nie sú to len seniori, ktorí potrebujú našu pomoc. Stále sú tu aj deti, ktoré sú často obeťami alebo svedkami domáceho násillia, rodičia a medzi nimi aj samoživitelia, ktorí stratili prácu, ľudia bez domova, ale aj onkologickí pacienti, o ktorých sa staráme v našich hospicioch.

Hospicov je však stále málo. Pritom práve hospicová starostlivosť uľahčuje zomieranie pacientovi a je psychickou podporou aj pre jeho rodinu. Naším cieľom je vytvárať príležitosti na šírenie povedomia o hospicovej a paliatívnej starostlivosti a spôsoboch jej poskytovania s ohľadom na potreby ľudí v blízkosti smrti, a zároveň podporiť poskytovanie takejto starostlivosti na Slovensku.

Práve prebiehajúce obdobie pôstu je vhodným na reflektovanie a vďačnosť. Prostredníctvom Pôstnej krabičky pomáhame nielen deťom v rozvojových krajinách Afriky, ale učíme aj naše deti o hlade, chudobe a dôležitosti podeliť sa o to, čo majú na svojom tanieri. Nezabúdame ani na veriách na Blízkom východe, ktorí stále trpia dôsledkami vojnových konfliktov. Zaslúžia si dôstojný život, a práve im je určená zbierka na pomoc vyhlásená Konferenciou biskupov Slovenska.

V mene Slovenskej katolíckej charity Vám želáme požehnané veľkonočné sviatky plné radosti z Kristovho zmŕtvychvstania.

**Monika Molnárová**  
manažérka pre komunikáciu a PR

## Partneri:



## Medialni partneri:



VYDÁVA: Sekretariát slovenskej katolíckej charity; IČO 00179132; ADRESA REDAKCIE: Kapitulská 18, 814 15 Bratislava, tel. 02/5443 1506, e-mail: sekretariát@charita.sk; SPOLUPRACOVALI: Monika Molnárová, Monika Čopíková, Ján Košta, Silvia Hrabčáková, Alexandra Hovancová, Mária Hvozdičková, Monika Barnová, Alžbeta Šutková, Darina Kvetanová, Martina Borčíková, Veronika Futejová; OBÁLKA: archív ADCHKE; FOTO: archív SKCH, DCH a ADCH, Unsplash.com, A. Hovancová, Arta Piešťany, M. Kilianová, M. Barnová, pixabay, Anton Frič, Maťo Ondruš, T. Schmalz; GRAFICKÁ ÚPRAVA: Ivan Duda; JAZYKOVÁ KOREKTÚRA: Monikla Čopíková; VÝROBA: ALFAPRINT, s.r.o.; REGISTRÁCIA MK SR EV 3635/09, ISSN 1338-1504.

**Časopis je nepredajný, vychádza trikrát do roka vďaka darcom Slovenskej katolíckej charity. Jeho vydávanie môžete podporiť dobrovoľným príspevkom na číslo účtu: SK 37 0900 0000 0001 7687 5345, v. s. 140.**



## Pomôž Charite, aby sme mohli pomáhať núdzným aj v tvojom okolí

Pandémia nám priniesla veľké obavy, či ako organizácia prežijeme bez straty. Chrámy, ktoré sú miestom zhromaždenia veriacich, sú zatvorené a my tak prichádzame o značné dary do zbierky, ktorá každoročne začiatkom jari prebieha v kostoloch. Podporiť pomoc núdzným môžete príspevkom do Jarnej zbierky niektorej z 10 diecéznych a arcidiecéznych charít. Pomôžete nám tak udržať si súčasných 300 zariadení a služieb a naďalej pomáhať čoraz väčšiemu počtu ľudí, ktorých zasiahla núdza.

Tak ako všetkých, ani nás neobišla pandémia. Aj v našich radoch sú smútiaci, ktorí stratili blízkeho v rodine, klientov či dokonca kolegu alebo kolegyňu. V pomoci však neustávame, naši núdzni nás potrebujú práve teraz. Pomôžte nám, aby sme ich nestratili.

### Dopad, ktorý si málokto uvedomuje

Jarná zbierka na charitu je veľmi dôležitým zdrojom financovania približne 300 zariadení a služieb, ktoré prostredníctvom charít pomáhajú núdzným po celom Slovensku. Mnohé z týchto zariadení dnes z dôvodu pandémie zažívajú vážne existenčné problémy, mnohým v prípade pretrvávajúcej situácie hrozí, že budú musieť obmedziť svoje služby. To všetko v dobe, kedy núdznych, ktorí strácajú zamestnanie a svojich blízkych, pribúda.

*„Počas pandémie máme naďalej otvorené všetky služby, snažíme sa reagovať na rastúci počet núdznych a pomáhať s ešte väčšou intenzitou. Vplyvom súčasnej situácie sa však dostávame do stavu ohrozenia,“* informuje Zdenka Lukáčiková z Diecéznej charity Žilina.

Len málokto si uvedomuje, aký dopad bude mať zatvorenie zariadenia na životy konkrétnych ľudí a nakoniec aj tých, ktorých núdza je pre spoločnosť často neviditeľná, pretože sa o nich staráme prostredníctvom našich služieb. O materiálnu pomoc či domovy získané na charite prídu aj klienti, ktorí sa nemajú kam inam uchýliť. Spišská katolícka charita, Arcidiecézna charita Košice, Diecézna charita Žilina a ďalšie hlásia nedostatok prostriedkov na zvyšujúce sa náklady, ktoré vznikli z dôvodu pandemických opatrení, rastúceho počtu núdznych, aj nedostatku financií obdržaných od štátu, kvôli čomu sú nútení hľadať náhradu vo verejných daroch. Vysoko podfinancované sú zariadenia ako domovy pre seniorov a ťažko chorých, hospice, nízkoprahové centrá a nocľahárne pre ľudí bez domova či jediný detský domov pre vážne až smrteľne choré deti na Slovensku.

## Niektorým zariadeniam hrozí zatvorenie

Charitnému domu sv. Edity Steinovej vo Vojčiciach ešte na sklonku roka 2020 hrozilo, že neunesie finančné straty spôsobené pandémiou a od nového roka nebude schopné poskytovať pobytové sociálne služby pre odkázaných klientov - seniorov. Po takmer 20 rokoch existencie malo zariadenie Arcidiecéznej charity Košice zatvoriť svoje brány, čím by o domov prišlo 17 prijímateľov pomoci. Sociálne zariadenie rodinného typu doplatilo predovšetkým na zákonom zle nastavené financovanie sociálnych služieb, ale aj na zvýšené náklady počas obdobia pandémie. Len vďaka zapálenosti zamestnancov a štedrosti darcov sa podarilo vyzbierať časť prostriedkov na zníženie finančných strát v roku 2020 a zariadenie sme boli schopní udržať pri živote. Dokedy, to zatiaľ nie je isté. Charitný dom vo Vojčiciach však nie je jediný. „Takýchto zariadení máme v rámci charity oveľa viac a sme bytostne odkázaní na pomoc v kostoloch a zo zbierky. Veriaci prispievali a ani si možno neuvedomovali, ako veľmi pomáhajú deťom a seniorom,“ dopĺňa Pavol Vilček, riaditeľ Spišskej katolíckej charity.



Klienti a zamestnanci Charitnému domu sv. Edity Steinovej vo Vojčiciach

## Pomáhame len vďaka vašej pomoci

Je to práve štedrosť darcov, ktorá nám dáva možnosť pomáhať. K pomoci preto povzbudzujeme aj teraz. Charita je najväčší neverejný poskytovateľ sociálnych služieb, ktorých význam vnímame dnes veľmi intenzívne. Každý dar nám môže pomôcť.

„Situácia, v ktorej sa ocitlo Slovensko a celý svet nám ukázala, aké dôležité a potrebné sú sociálne služby. Mnohí ľudia ochoreli, prišli o blízkeho človeka alebo stratili živobytie a my máme príležitosť podať im pomocnú ruku,“ vysvetľuje Miroslav Dzurech, ktorý sám pred niekoľkými rokmi vymenil post úspešného riaditeľa pobočky komerčnej banky za riadenie Charity v Trnave.

„Každý prejav podpory, ktorý nám dávajú ľudia poznajúc našu prácu, je pre nás dôležitý. Každá forma pomoci, aj finančná, nám zväčšuje priestor, ktorý môžeme pokryť, aj poskytnúť v pomoci ľuďom v núdzi. Či už je to potravinami, priamo aktivitami, ktoré robíme. Zbierka na charitu nám dáva možnosť na odbornejšiu, profesionálnejšiu prácu,“ hovorí Boris Hrdý, riaditeľ Bratislavskej arcidiecéznej charity.

Svoju vďačnosť darcom adresuje aj riaditeľ Spišskej katolíckej charity, Pavol Vilček: „Charita je miesto, kde ľudia môžu konať dobro, a priestor, kde môžu pomáhať. Je to nástroj, prostredníctvom ktorého môžu aj bežní ľudia pomôcť núdzným, ku ktorým by sa ináč pomoc nedostala. Ďakujeme za každú modlitbu, materiálnu pomoc a finančný dar, ktorý „sa neskvapalní“, neslúži na reklamu, ale príde priamo k tým, ktorí pomoc potrebujú.“

Už takmer 100 rokov poskytujeme citlivú a adresnú pomoc pre tých, ktorí hromadne prepadajú cez sieť sociálnej pomoci štátu a zachytí ich až záchranná sieť charity. Je to sieť, ktorú budujeme spolu s vami. A preto apelujeme na Vašu solidaritu a súcití, aby sme zostali verní evanjeliu činorodej lásky, ktorá je práve prostredníctvom obetavých skutkov živou vierou v Ježiša Krista.

**V mene našich klientov, zamestnancov i dobrovoľníkov charity ďakujeme za Vašu štedrosť.**

**Podporiť Slovenskú katolícku charitu alebo jednu z 10 diecéznych arcidiecéznych charít je možné online na webových stránkach Charít, ktoré nájdete v adresári SKCH na strane 2. Viac informácií o zbierke nájdete na [www.zbierkanacharitu.sk](http://www.zbierkanacharitu.sk) alebo na [www.charitapomaha.sk](http://www.charitapomaha.sk).**



Náročná práca v hospici si vyžaduje nielen profesionálny multidisciplinárny personál, ale aj finančné zázemie. Príspevky zo zdravotných poisťovní však nepokrývajú všetky náklady na starostlivosť. Pandémia tento stav ešte prehĺbila. Cyril Korpesio, riaditeľ Arcidiecéznej charity Košice približuje, že súčasťou protiepidemiologických opatrení bol aj zákaz prijímania nových pacientov. „Ak hospic nemá pacientov, nedostáva ani financie od zdravotných poisťovní. Keďže sa to počas pandémie stalo opakované, náš hospic, ale aj iné, ktoré poznáme, sa postupne dostávajú ťažkej finančnej situácie.“ Dodáva, že počas pandémie sa mnohí pacienti do hospicu ani nedostali a zomreli doma alebo v nemocniciach. „Hospicovej a paliatívnej starostlivosti sa na Slovensku nevenuje až taká spoločenská pozornosť a podpora. Finančné prostriedky zo zdravotných poisťovní neodkážu pokryť všetky náklady, ktoré sú so starostlivosťou o umierajúcich spojené. Aj náš hospic funguje iba vďaka podpore z darov a zbierok. Jednou z nich je jarná zbierka na charitu, ktorá sa koná prvú pôstnu nedeľu v kostoloch,“ vysvetľuje Korpesio. Ako dodáva, súčasná situácia charite neumožňuje realizovať zbierku v kostoloch tradičným spôsobom. Preto oslovujú nielen veriacich, ale aj širokú verejnosť a prosia o podporu.

**Silvia Hrabčáková**  
Arcidiecézna charita Košice

**Modlitbová reťaz za obeť obchodovania s ľuďmi**

8. februára, v deň sviatku sv. Bakhity, patrónky obetí obchodovania s ľuďmi, a počas celého mesiaca, sa zamestnanci a dobrovoľníci Charít spolu s rodinami zjednotili v modlitbe za obeť obchodovania s ľuďmi. Podujatie, ktoré zvyčajne prebieha v kostoloch pod záštitou Slovenskej katolíckej charity v rámci projektu STOP obchodovaniu s ľuďmi, sa prenieslo do online prostredia a komorných rodinných spoločností. Vo večerných hodinách zazneli modlitby v rádiu Lumen a v domácnostiach sme na diaľku vytvorili modlitebnú reťaz. Medzi zapojenými boli aj dobrovoľníci z Farskej charity Okružná. Deti vymaľovali obrázok sv. Bakhity, ktorý bol tento rok súčasťou materiálov k modlitbám, a tie staršie sa zapojili do súťaže o cenu z Afriky. V starostlivosti Slovenskej katolíckej charity a Gréckokatolíckej charity Prešov sú aj obeť obchodovania s ľuďmi, ktorým je poskytnuté ubytovanie a komplexná starostlivosť v spolupráci s MV SR. S pretrvávajúcou pandémiou taktiež vnímame, že mnohí z nás sa stávajú ľahkou korisťou pre obchodníkov. Prosíme preto aj naďalej o modlitby, aby sme vedeli správne pomôcť každému v jeho zložitej situácii. Odpovedať na výzvu pápeža Františka a pomodliť sa k sv. Bakhite môžete kedykoľvek doma. Text modlitby nájdete na stránke obchodsludmi.sk pod záložkou sv. Bakhita.



**Rozširujeme špecializované sociálne poradenstvo: Už aj v Martine!**

Diecézna charita Žilina rozšírila poskytovanie špecializovaného sociálneho poradenstva pre verejnosť o nové mesto. Od 1. januára 2021 môžu ľudia, ktorí sa ocitli v núdzi, žiadať o radu aj v Martine, v Dome charity svätého Krištofa. Poradenstvo sprostredkuje informácie o právach a povinnostiach, ktoré pomáhajú vyriešiť ťažké životné situácie. Katolícka charita ho poskytuje v desiatkach miest po celom Slovensku ľuďom s ťažkým zdravotným postihnutím, v chorobe, bez prístrešia a v hmotnej núdzi, týraným a zneužívaným osobám a rodinám v chudobe. Okrem Martina prevádzkuje Diecézna charita Žilina v súčasnosti špecializované sociálne poradenstvo ambulantnou aj terénnou formou v Dome charity sv. Vincenta v Žiline a v Dome charity sv. Gianny v Čadci. Rozšírením sociálnych služieb zvyšuje ich kvalitu a dostupnosť. Mesačne využíva službu poradenstva len v Martine okolo 30 až 40 ľudí.

**Chutné jedlo v ťažkých časoch**

Počas náročných dní pandémie mnoho ľudí v gastronómii muselo odísť zo svojho zamestnania. Jedným z nich bol aj špičkový šéfkuchár Ján Dudáš, ktorý pôsobí vo Vysokých Tatrách. Keďže počas lockdownu nemohol pracovať vo svojej pôvodnej práci, prišiel s iniciatívou pomoci núdnym vo svojom okolí. Ozval sa aj nám, Spišskej katolíckej charite. Spoločne sme sa dohodli na pomoci v dvoch charitných zariadeniach: Dome Charitas Panny Márie Lurdskej pre seniorov v Spišskom Štiavniku a zariadení pre zdravotne znevýhodnené deti Dom Charitas sv. Jozefa v Spišskej Novej Vsi. Pomocnú ruku podala aj majiteľka reštaurácie SOUL v Starom Smokovci a šéfkuchárovi ponúkla kuchyňu na varenie pre núdzných. Vďaka jej ochote mohol pán Dudáš variť obedy pre desiatky ľudí, medzi nimi aj pre klientov našich zariadení. A to v čase, kedy sme sa v jednom zo zariadení v Spiši borili s problémom, ako vykryť náhradu za kuchára v karanténe. Ich pomoc nám padla veľmi vhod. Pre našich klientov pripravil známy šéfkuchár množstvo chutných obedov. Potešil aj chutný dezert, ktorý vyčaroval úsmev na tvári. Okrem toho venoval klientom balíčky ovocia a iných potravín.



### Pápež František navštívil miesta, kde sme pomáhali

Začiatkom marca navštívil pápež František Irak a v rámci cesty zavítal aj do miest, ktoré boli obnovené vďaka humanitárnym projektom Slovenskej katolíckej charity. Medzi nimi aj mesto Karakoš, v ktorom sme opravili domy pre 65 rodín. Sv. Otec podnikol cestu napriek nebezpečenstvu pandémie, aby podporil miestnych kresťanov, ktorým sa v krajine žije stále veľmi ťažko, ale aj ostatných obyvateľov zasiahnutých dlhoročnými ozbrojenými konfliktmi a spoločensko-ekonomickou nestabilitou. V Iraku žije 38 miliónov ľudí, z toho väčšina sú moslimovia, medzi ktorými počtom prevládajú vyznávači šitiskeho islamu. Závisí najmä od moslimskej majority, či v krajine budú môcť spravodlivo a slobodne spolunažívať viaceré náboženstvá. „Pápež František svojou návštevou povzbudil irackých kresťanov v ich prežívaní viery a zároveň vyslal signál do Cirkvi v celom svete s prosbou, aby sme podporovali našich bratov a sestry v Kristovi modlitbami, obetami a tiež materiálne,“ hovorí Hugo Gloss, manažér humanitárnej pomoci SKCH. Mottom návštevy pápeža Františka bol citát z Matúšovho evanjelia 'Vy všetci ste bratia' (Mt 23, 8) a jeho návšteva v Iraku tak bola výzvou pre všetkých Iračanov, aby sa navzájom vnímali ako bratia a sestry. Viac sa dočítate v článku o pomoci prenasledovaným na s. 22-23.



### Deti v Ugande a Rwande sú opäť v centrách

Obidve africké charitné centrá sú opäť plné života. Do rwandskej škôlky sa vrátili škôlkari a aj v Ugande sa postupne jednotlivé ročníky vracajú do škôl. Do každej z krajín sme takmer po ročnej prestávke v marci tohto roka opäť vyslali misijných dobrovoľníkov. Miloš Zima a Ľudovít Haizer zanechali svoju rodinu i prácu a s pokorou a dôverou sa vydali slúžiť druhým a učiť sa od miestnych ľudí inému spôsobu života a práce. Na misii dobrovoľníka ich sprevádza Martin Vittek, taktiež dlhoročný dobrovoľník a dnes už manažér projektu. Do kufrov si zabalil aj niekoľko Pôstnych krabičiek. Rozdá ich deťom v centre, ktoré sú vždy rady, keď sa spoznávajú na fotografii. Najmä pre tie najmladšie je fascinujúce vidieť sa. Jednu krabičku podaruje aj Honorine (na fotografii), dievčatku z Rwandy, ktoré je tento rok tvárou Pôstnej krabičky. Honorine chodila 3 roky do našej škôlky, dnes je druháčka na škole a je najlepšia v triede. Máme z nej veľkú radosť. Jej príbeh si môžete prečítať na [www.postnakrabicka.sk](http://www.postnakrabicka.sk).

O projekte afrických charitných centier čítajte na s. 18-19.

### Pomáhame pri testovaní aj pri registrácii seniorov na očkovanie

Covid-19 uzatvoril niektoré naše zariadenia na týždne do karantény. Spolu s klientmi, ktorí tu našli útočisko, prespávali v zariadení aj naši zamestnanci. O to viac nás teší, že aj po tomto zážitku sú ochotní slúžiť, kde je potrebné. „Keď bolo prvé kolo celoplošného testovania, bola som úprimne rada, keď sa moji zamestnanci napriek neľahkej situácii, ktorú sami prežili v zariadení, rozhodli pomáhať a išli testovať. Prihlásili sa bez nároku na mzdu, jednoducho len preto, aby pomohli,“ hovorí Alexandra Hovancová, riaditeľka Domu Charitas sv. Jozefa pre ťažko choré deti. Zamestnanci zariadenia Spišskej katolíckej charity pravidelne každý týždeň vypomáhajú v testovacom centre už vyše dvoch mesiacov. „Motiváciou je viera v lepší zajtrajšok nielen v našich životoch, ale aj v našom zariadení, ktoré si prešlo naozaj veľmi náročným obdobím. Riadime sa heslom myslíme pozitívne a sme negatívni.“ Zamestnanci Trnavskej arcidiecéznej charity pomáhajú zase s registráciou na očkovanie osamelým žijúcim seniorom a v prípade potreby ich sprevádzajú na termín do vakcinačného centra. Zamestnanci charity pomôžu s registráciou seniorom z okresov Trnava, Galanta, Hlohovec, Nové Mesto nad Váhom, Dunajská Streda a Komárno (kontakt: 0948 887 486) a seniorom z okresu Piešťany (0910 788 031).



### Výborné kurzy pre opatrovateľov

V Charita sme i tento rok pripravili kurzy pre tých, ktorí sa starajú o svojich blízkych alebo klientov v staršom veku. Kurzy sú určené opatrovatelkám a opatrovateľom, ktorí chcú pochopiť, ako budovať porozumenie, dôveru a vzájomnú spoluprácu medzi opatrovateľom a klientom. Keď ľudia kvôli starobe či chorobe strácajú schopnosť racionálne myslieť a pamätať si veci, komunikácia s nimi sa stáva náročnou. Špeciálna metóda založená na potvrdzovaní pocitov a vnútorného prežívania klienta vám pomôže nahliadnuť do jeho sveta, znížiť tak frustráciu z nepochopenia a zvýšiť aj pohodlie klienta, ktorý sa cíti byť rešpektovaný. Charita ponúka kurz na budovanie dôstojnej komunikácie, ale aj kurz o tom, ako pohybovať s klientom s obmedzenou pohyblivosťou a znížiť si namáhanie chrbtice. Ďalšie informácie a prihlášku získate na [www.charita.sk/kurzy/](http://www.charita.sk/kurzy/) alebo na mailovej adrese [ttc@charita.sk](mailto:ttc@charita.sk).

Vzdelávacie programy pod názvom Train to Care ponúka Slovenská katolícka charita v spolupráci s Caritas Rundum Zuhuse betreut (CRZB).



Ilustračná foto: Unsplash.com



### Dobročinnosť farských charít nezastavila ani korona

**Dobrovoľníci farských charít nachádzajú aj počas pandémie cestu, ako vykonávať poslanie pomoci. Sú predĺženou rukou Charity, ktorá prináša dobro a lásku na nové miesta po celom Slovensku a v mnohom inšpiruje aj nás. Ďakujeme za ľudí veľkého srdca, ktorí sa aj v tomto období rozhodli pomáhať.**

Mnohé z farských charít sa krátko po vypuknutí prvej vlny zapojili do šitia rúšok a boli to často práve ony, ktoré rozprúdili šitie vo svojich mestách. „Rúška sme takmer nepoznali, nikdy sme ich nemuseli používať na verejnosti, preto keď ich bol nedostatok, naša vedúca charity Katka sa pustila do roboty. Šila a rozdávala ich seniorom a tým, ktorí ich potrebovali,“ informovala nás Janette Šedová Janušková z **Farskej charity Ladce**. Spolu s ďalšími dobrovoľníkmi a susednými farskými charitami hľadali, ako môžu pomáhať napriek obmedzeniam. „Napokon sa všetko ukázalo samo.

*Nastal lockdown, mnohí prišli o prácu, rodiny s deťmi mali oveľa menej nielen potravín ale aj oblečenia i pomôcok do školy. Vyhlásili sme v našom farskom kostole zbierku trvanlivých potravín. S jedlom sa roztrhlo vrece. Mali sme radosť, mohli sme postupne potraviny voziť do rodín a tiež starším občanom.“*

V lete ponúkli aj donášku nákupov z lekární, aby tak uľahčili situáciu chorým v domácnostiach. Prihlásili sa im ženy, ktoré potrebovali fyzicky pomôcť v domácnosti, telefonovali ľudia, ktorým dovezli domov nákupy potravín. Na jeseň sa im z darovaných finančných prostriedkov podarilo zakúpiť ďalšie elektrické polohovateľné lôžko. Spojili sa s dobrovoľníčkami **Farskej charity Ilava**, mladými ženami a matkami na materskej dovolenke, a spoločne nakúpili pre iné mamy, ktoré nemajú toľko šťastia: plienky, detskú stravu, drogériu, kozmetiku, respirátory aj rúška. Zozbierali a darovali im detské oblečenie, obliečky na periny aj bielizeň. Na hospicové oddelenie v Ilave dodali plachty, uteráky a plienky pre pacientov. Spoluprácu rozvíjajú aj so sestričkami Vincentkami z Beluškých Slatín, s ktorými poskytujú konkrétnu pomoc núdznym v okolí. „Je pravda, že nám teraz našu robotu komplikuje epidemiologická situácia, ale nezuťame. Pevne veríme a modlíme sa za lepšie zajtrajšky. Sme vďačné Bohu aj našim dobrodincom za možnosť zažívať naplnenie v službe charite,“ vysvetľuje Janette.

Vďaka dobrovoľníkom z farských charít získavajú ľudia v zlej ekonomickej situácii pomoc oveľa ľahšie. Pomáha im komunita, v ktorej žijú, čo posilňuje ich vzťahy a vedie aj deti a mladých k tomu, aby si vzájomne pomáhali. Preto sme veľmi radi, že aj v týchto časoch sa registrujú nové farské charity a tak rozširujú charitnú sieť pomoci. V Diecéznej charite Žilina funguje už 30 farských charít a najmladšou z nich je **Farská charita Púchov**, pri zrode ktorej stála príkladom **farská charita v Beluši**. Novej farskej charite prajeme veľa požehnaní a dobrých nápadov v službe núdznym!

Monika Čopíková



## Prežívať vieru aj mimo kostola

**Náročnosť tohto obdobia vstúpila do našich životov nečakane. My, pracovníci v sociálnych službách, sme to vnímali veľmi intenzívne. Vonku sa tleskalo zdravotníkom a ja som tleskala s nimi, mysliac na všetkých tých ďalších ľudí, čo sú tiež v prvej línii. Vtedy mi ani nenapadlo, že o pár mesiacov zažijeme Covid-19 na vlastnej koži a v plnej sile.**

S Božou pomocou a vďaka dobrým ľuďom sme dostali množstvo dezinfekcie a ochranných pomôcok už v prvej vlne. No hoci sme mali krízové plány, na to, čo prišlo, nás nikto nepripravil. Pamätám si pocit, keď som dostala covidpass a v ňom, niekoľkokrát – slovo pozitívny. Ten strach bol obrovský, dodnes sa mi ťažko o tom hovorí či píše. Zaliela ma obava z neznámeho a strach o život detí a zamestnancov, strach o ďalších ľudí, ktorí ešte v ten večer ostali uzavretí v našom zariadení. Až niekde medzitým som si uvedomila, že som pozitívna aj ja. V myšlienkach, aj hlasných rozhovoroch som sa rozprávala s Bohom, že je to jeho vôľa a on mi dá silu prekonať to.

Verím v to, čo povedal brat Šavol: *„Jedného dňa sa nás Boh nebude pýtať, koľko času sme presedeli v kostole. Ale čo sme robili potom, keď sme z neho odišli. Život nás, kresťanov, nehodnotia tí druhí, ani Boh, podľa odsedených svätých omší či odmodlených ružencov, ale podľa „ovocia“, ktoré v našich životoch prinesú. Podľa ovocia, ktoré my prinesieme tomuto svetu.“* Keď som po 35 dňoch vyšla von z garáže, kde som ako pozitívna ostala doslova uväznená, začala som vnímať čerstvý vzduch inak. Stretnúť zamestnancov, detí a moju rodinu som vnímala ako ten najväčší dar. Hneď na druhý deň som pred dvere nášho zariadenia dala odnieť dezinfekciu a ochranné pomôcky, aby vedeli aj ostatní, že v tom nie sú sami. Moji zamestnanci sa hlásili, že ak bude treba pomôcť, pôjdu. Zomkli sme sa a začali rozvážať stravu bezbranným dôchodcom v meste. Nie len šoféri či údržbári, ale aj opatrovatelky, zdravotné sestry či vychovávateľky.

Viem, že ľuďom už chýbajú otvorené kostoly a ja nie som výnimkou. Avšak verím, že on je s nami denne, pri všetkom. Vidí, ako sa z ľudí láska a ochota pomáhať napriek náročnej dobe nevytratila. On vie, že aj keď sa s ním nemôžeme stretnúť v chráme Božom, on sa s nami stretne. A tá nádej, keď sa zobudím zdravá – a so mnou aj „moje deti“ v zariadení či zamestnanci, či naše rodiny, mi dáva nádej v krajšie zajtrajšky. Boh je so mnou všade a ja som s ním, cítim to.



**Alexandra Hovancová**  
riaditeľka Domu Charitas sv. Jozefa – zariadenie pre ťažko choré deti a zariadenie núdzového byvania pre týrané ženy s deťmi v Spišskej Novej Vsi, Spišská katolícka charita  
foto: archív A. Hovancovej



### Mladí ľudia usporiadali zbierku

Iniciatíva Arta usporiadala zbierku pre Trnavskú arcidiecéznu charitu. Sídлом mladej iniciatívy je bývalá továreň na čokoládu a cukrovinky, odkiaľ sa chcú podieľať na rozvoji kreatívneho priemyslu v Piešťanoch. Čas, keď všetky aktivity zastavila pandémia, využili na pomoc ľuďom v núdzi. Usporiadali zbierku Malý nákup – veľká pomoc a darovanými potravinami a drogeriou doslova zaplnili miestnosť piešťanského Centra pomoci človeku. Dary pomôžu ľuďom, ktorí prišli pre pandémiu o prácu, a ženám, ktoré sa stali obeťou domáceho násillia. Okrem odborného poradenstva a psychickej podpory im v centre poskytujeme aj materiálnu a potravinovú pomoc. „Krásne bolo, že do zbierky sa zapájali aj seniori, ktorí sami nemajú veľa peňazí nazvyš,“ podelila sa s nami o radosť Dominika Rusnáková z iniciatívy Arta. Nápad pomoci odštartoval jej kolega Juraj Nozdrovický.

**Ak chcete aj vy zapáliť priateľov či rodinu pre dobrú vec, jednou z ciest je práve usporiadať zbierku potravín a drogerie pre organizáciu, ktorá pomáha ľuďom vo vašom okolí. Každý takýto nákup bude pre núdzných ľudí veľkým gestom.**

Foto: Arta Piešťany



Medzi sestrami ADOS Charitas Trnava nájdete aj fyzioterapeutku Gabrielu. Klientov so závažným postihnutím navštevuje trikrát do týždňa. Zdroj: TADCH

## Zostarnúť doma neznamená starnúť bez pomoci

Sme v byte len pár sekúnd a už sa ozýva vtipkovanie. Emil je v dobrej nálade, návštevu si užíva a sestra Klára mu s úsmevom odpovedá. V tichosti sledujem ich hru. Svoje repliky poznajú už naspamäť. Malo by ísť len o vyšetrenie – rany, ktoré Emila trápia posledné mesiace, Klára opakovane dezinfikuje a preväzuje raz alebo dvakrát do týždňa. Ale tu ide o niečo viac. V strede obývačky sledujem krásny vzťah postaršieho pána a ošetrovateľky, z ktorých sa stali priatelia.

Pre mnohých seniorov nie je zostať doma ani dnes povinnosťou, ale výsadou. Často trpia ťažkosťami, s ktorými si sami nedoradia. Zostarnúť doma im však umožňujú naše sestričky – zdravotné, aj tie rehoľné, ktoré sú vyučené za zdravotné sestry. Vďaka nim nemusia ani v staršom veku opúšťať svoje domovy a odchádzať do zariadení pre seniorov, môžu dožiť u seba doma a nepretrhávať väzby, ktoré si vytvorili.

Agentúru domácej ošetrovateľskej starostlivosti (ADOS) prevádzkuje aj Bratislavská arcidiecézna charita, ktorej pracovníčka navštevuje „nášho“ Emila. Na území hlavného mesta, od Dúbravky až po Čunovo, ADOS Charita Bratislava poskytuje komplexnú ošetrovateľskú starostlivosť 40 klientom všetkých vekových kategórií. Ide o ošetrovateľské služby, ktoré zabezpečujú kvalifikované zdravotné sestry s praxou na lôžkových oddeleniach. Toto ošetrovanie je pritom kombinovateľné aj s domácou opatrovateľskou službou, ktorú taktiež poskytuje Charita.

„Mám dva Bercove vredy. Nevedel som si to liečiť,“ priznáva pán Emil a na okamih zosmutnie. Ochotne asistuje sestre Kláre, ktorá mu ošetruje rany, a mne rozpráva, ako mu návšteva vždy spríjemní deň. „Aj si popritom povyprávame, čo varím dobrého. Napríklad, ako varím španielske vtáčiky,“ vyhrkne opäť veselo. Je vidieť, že Emil sa z našej návštevy teší a s Klárou si výborne rozumejú. Veď akoby nie – sestra Klára má liečivé ruky, ale najmä, liečivé srdce.

### Komu je určená ošetrovateľská starostlivosť?

- imobilným pacientom, ktorí kvôli zdravotnému stavu nemôžu dochádzať na ošetrovanie do ambulancie
- pacientom po hospitalizácii
- pacientom, ktorí potrebujú ošetrovanie, ale nie je nutné, aby boli hospitalizovaní na lôžkovom oddelení
- pri akútnych ochoreniach bez potreby hospitalizácie
- rizikovým a chronicky chorým pacientom (napr. diabetikom, pacientom s onkologickým ochorením, pacientom so srdcovo-cievny ochorením a pod.)
- pacientom v terminálnom štádiu ochorenia

Ošetrovateľky v domácom prostredí priamo u klienta ošetrujú najčastejšie ľudí s preležaninami, vredmi, diabetickými nohami. Všetko sú to rany, ktorým sa treba dlhodobo venovať. Skúsené pracovníčky vedia poskytnúť aj základnú ošetrovateľskú rehabilitáciu, podať injekciu, merať fyziologické funkcie, odobrať fyziologický materiál, napr. krv, či vykonať iné potrebné ošetrovanie nariadené ošetrojúcim lekárom.

### Charita v prvej línii

Služba ADOS pokračuje aj počas pandémie. Každá jedna sestra Bratislavskej arcidiecéznej charity ostáva slúžiť klientom v domácom prostredí a svedomito vykonáva svoju prácu aj naďalej. Neustali ani počas minulého roka, hoci aj ony sa báli o svoje rodiny. „Zdravotné sestry sú v prvej línii, ohrozené, no napriek tomu ostali v službe, dodržiavali a dodržiavajú všetky ochranné a preventívne opatrenia. Za všetko im patrí naša obrovská vďaka,“ hovorí riaditeľ Bratislavskej arcidiecéznej charity Boris Hrdý.

**Odporúčanie na poskytovanie ošetrovateľskej starostlivosti vydáva ošetrojúci lekár pacienta. Ošetrovateľská služba je plne hrazená zdravotnou poisťovňou klienta (Všeobecná zdravotná poisťovňa, UNION, Dôvera) a pre klienta je teda zadarmo.**

Práve dnes, v čase pandémie, sa domáca ošetrovateľská služba javí ako kľúčová pre seniorov, ktorí zostávajú opustení vo svojich domovoch a viac než inokedy sú izolovaní od rodiny a vonkajšieho prostredia. Nebýva neobvyklé, že ku klientom patria ľudia, ktorí by inak boli celý deň doma úplne sami, bez manžela či manželky, deti majú v práci alebo bývajú od nich ďaleko. Navštíviť doktora sa boja, preto sú za ošetrovateľskú službu vďační – no aj z iných dôvodov. Vážia si nielen ošetrovanie, ale aj každé pekné slovo zdravotnej sestry a jej spoločnosť. „Keď vidím, že sa rany hoja a ľudia sú spokojní, mám radosť. Pán Boh mi dáva radosť z toho, že pomáham druhým,“ hovorí mi sestra Klára po dokončení ošetrovania. Na Emilovu reakciu nemusíme dlho čakať: „A ja mám radosť, že prídete!“



Sestra Klára z ADOS Charita Bratislava si s Emilom, ktorého pravidelne ošetruje uňho doma, vytvorila priateľský vzťah. Nie je to nič výnimočné, klienti sú veľmi radi za každú návštevu.

**Mária Hvozdíková**  
Bratislavska arcidiecézna charita  
foto: archív TADCH, BACH, DCHZA

### Kontakty Agentúr domácej ošetrovateľskej služby (ADOS) pod vedením katolíckych charít:

#### Bratislavská arcidiecézna charita

ADOS Bratislava: ados@charitaba.sk, +421 904 062 054

#### Trnavská arcidiecézna charita

ADOS Charitas Trnava: ados@charitatt.sk, +421 910 788 026

#### Arcidiecézna charita Košice

ADOS KOŠICE: ados.kosice@charita-ke.sk, 0911 279 578  
ADOS BARDEJOV: ados.bardejov@charita-ke.sk, 0911 680 018  
ADOS LIPANY: ados.lipany@charita-ke.sk, 0903 982 140  
ADOS SOBRANCE: ados.sobrance@charita-ke.sk, 0903 982 139  
ADOS TREBIŠOV: ados.trebisov@charita-ke.sk, 0907 972 619

#### Gréckokatolícka charita Prešov

ADOS Prešov: ados.presov@gkcharita-po.sk, 0910 842 595  
ADOS Snina: ados.snina@gkcharita-po.sk, 0904 738 534

#### Diecézna charita Nitra

ADOS Charita Nitra: ados.charita@gmail.com,  
+421 907 734 028

#### Spišská katolícka charita

ADOS Dolný Kubín: 0904 501 416  
ADOS Kežmarok: 0904 501 419  
ADOS Levoča: 0904 501 421  
ADOS Liptovský Mikuláš: 0904 501 418  
ADOS Námestovo: 0904 501 415  
ADOS Poprad: 0903 882 620  
ADOS Ružomberok: 0904 501 417  
ADOS Spišská Nová Ves: 0910 842 463  
ADOS Spišská Stará Ves: 0910 842 657  
ADOS Spišské Vlachy: 0904 501 422  
ADOS Stará Ľubovňa: 0904 501 420  
ADOS Trstená: 0910 852 068



Aj Diecézna charita Žilina požičiava zdravotnícke pomôcky v rámci celého Slovenska. Zdroj: DCHZA

#### Ďalšie služby domácej starostlivosti

Súčasťou služieb Slovenskej katolíckej charity je požičiavanie zdravotníckych pomôcok (invalidné vozíky, barle, polohovateľné postele a i.) a domáca opatrovateľská služba. Viac informácií nájdete na charita.sk a webových stránkach diecéznych a arcidiecéznych charít.



## Roky som svedkom toho, že držať za ruku je to najvzácnejšie

Ako soľ nad zlato. Tým je pre Margarétu Kilianovú čas strávený s rodinou a jednoduchý ľudský dotyk. Margaréta je od roku 2011 pracovníčkou nitrianskeho hospicu U Bernadety. Pôvodne pracovala v detskom domove, ktorý prevádzkuje Diecézna charita Nitra, no keď sa dozvedela, že Charita hľadá pracovníčku aj do hospicu, prestúpila. Na pohovore mala jedinú otázku – kto oznamuje príbuzným úmrtie. Bála sa, že sama to nezvládne, no chcela pomáhať.

Dôstojné umieranie je cieľom paliatívnej zdravotnej starostlivosti. Na Slovensku ju z veľkej časti poskytuje práve Charita. Venuje sa chorým v terminálnom štádiu ochorenia a ľuďom na sklonku života. Tíši bolesť, sprevádza na druhý breh a viac než iné oslovuje aj dušu pacienta.

### Čo to znamená, dôstojná smrť?

Pre dôstojné zomieranie je potrebné, aby sa pacient cítil dobre a nemal bolesti. V hospici naplníme jeho biologické, ale aj duchovné a duševné potreby a sprevádzame jeho aj jeho rodinu pri posledných chvíľach života.

### Pomáhajú pacientovi okrem duchovného aj iní pracovníci zmieriť sa so smrťou?

Je to úloha vyškolených sociálnych pracovníkov, teda aj moja. Jednak komunikujem s pacientmi, ale aj s príbuznými, pretože aj oni potrebujú psychickú podporu. No všeobecne môžeme povedať, že pomáha kňaz, zdravotníci, dobrovoľníci a neraz aj pomáhajúci personál, ktorí sa popri svojej práci dozvie niekedy aj viac než ja pri rozhovore.

Niektorí pacienti hovoria o smrti otvorene, povedia, že sú pripravení, iní o tom nehovoria vôbec. Najhoršie je, keď sú v rodine nefungujúce vzťahy, napríklad sa dlho nerozprávajú s príbuznými a majú nevyriešené konflikty. Keď pacienti zomierajú veľmi dlho a ťažko, akoby ich tu niečo držalo, hľadáme príčinu a tá je väčšinou v ľuďoch. Zisťujeme, na koho pacient ešte čaká. V niektorých prípadoch zafunguje intervencia z našej strany a sme radi, keď prídu aj príbuzní, ktorých vzťah k zomierajúcemu nebol úplne v poriadku.

**Ponúkate pekné prostredie, bezbariérový prístup, pacienti majú priamy vstup z izieb do záhrady, viete ich tam odvieť aj na posteliach. Je ešte nejaká ďalšia služba, ktorá pomáha?**

Ponúkame možnosť prístelky na jednolôžkových izbách pre príbuzných. Niekedy sú však príbuzní tak vyčerpaní, že sa o nich bojíme viac než o pacienta a neodporúčame, aby tu boli po celý čas. Pokiaľ pacient vládze byť na vozíčku, môžu sa s ním poprechádzať po areáli, ísť do altánku, do kaplnky. Je to predsa len iný pohľad než pozeranie sa na strop v izbe. Máme duchovné služby a sv. omša z kaplnky sa prenáša cez TV aj do izieb.

### Znie to inak, než v nemocnici.

Áno, máme iný štandard. Do izieb chodia dobrovoľníci na sprevádzanie klientov, po-

núkame možnosť artterapie, kultúrno-spoločenských akcií. Aktuálne k nám chodia aj rehoľné sestry na sprevádzanie pacientov raz týždenne. Rozprávajú sa s nimi o duchovných témach, mnohým sa tak odľahčí. Na izbách je televízor a máme aj knižnicu. Pokiaľ vládzu, môžu si čítať alebo im predčítavať dobrovoľníci na izbe.

### Keď sa v rodine spomenie smrť, často reagujeme odmietavo. Usmerňujete príbuzných, ako hovoriť o tejto téme?

Nechávame pacientov, aby tému smrti otvorili sami a povedali, čo potrebujú povedať. Príbuzní majú tendenciu nadľahčovať, hovoriť „ty nás ešte prežiješ“. Ale pacient sa potom stiahne a neskôr už nebude chcieť o tom hovoriť. Príbuzným radíme, aby rozhovor neodmietali.

---

*„Ľudia na Slovensku si stále myslia, že smútok sa rieši v súkromí domova.“*

---

## Čo sa deje pri poslednej rozlúčke a ako prebieha teraz, počas pandémie?

Prirodzenou reakciou je plač. Veľa príbuzných sa ho snaží zakryť a udržať svoje emócie na uzde, iní plačú nad zomierajúcim. Sú to silné zážitky a aj keď sa to snažíme príbuzným uľahčiť, mnohí to znášajú veľmi ťažko. Ľudia na Slovensku si stále myslia, že smútok sa rieši v súkromí domova.

Teraz nám pandémia nedovoľuje mať v hospici návštevy, čo priebeh rozlúčenia veľmi komplikuje. Príbuzní sa nemôžu rozlúčiť osobne, kontakt prebieha len cez telefón alebo cez okno. Nedávno som asistovala dcére pacienta. Prihovárala sa otcovi cez telefón a on v tej chvíli zomieral, pri zvuku dcériného hlasu. Keďže nie som zdravotník, nemohla som jej smrť oznámiť. Otec odišiel v pokoji, no pre dcéru je nesmierne ťažké zmieriť sa s tým, že nemohla byť pri ňom.

## Meníte svoj pohľad na smrť pod vplyvom toho, že ste svedkom týchto intímnych okamihov?

Áno, v hospici zažívame reálne problémy, vo svetle ktorých sú iné banálnosťami. Stáva sa napríklad, že pacient, ktorý je už nevládný, nikoho nespľnomocnil. Ostat odrezaný od dôchodku a blízki majú reálny problém zaňho zaplatiť. Bola som svedkom toho, ako zomierala pacientka bez dotyku príbuzných. Dcéra chcela ísť k matke, no musela zostať za oknom. Nemohla sa jej dotknúť, držať ju za ruku a to bolo hrozné. Vďaka práci v hospici viem, aké dôležité je venovať čas blízkym a rodine.

## Spomenuli ste dobrovoľníkov na sprevádzanie. Aké predpoklady by mali mať?

Všetci dobrovoľníci, ktorí majú kontakt s pacientom, musia prejsť školením, aby vedeli, čo ich čaká a ako reagovať v určitých situáciách. Absolvujú osobný pohovor, školenie a zopár hodín strávia na „náčuvách“ na izbách s pacientmi so starším dobrovoľníkom. Až potom môžu ísť na izbu sami. Od dobrovoľníka očakávame jednu hodinu týždenne v pravidelných intervaloch a zapojenie sa do podpornej skupiny, ktorú máme raz za mesiac.

## Dochádza k vyhoreniu medzi zamestnancami? Predsa, je to náročná práca...

Aj zamestnanci majú svoje dni. Veľakrát je pre nich viac zaťažujúca komunikácia práve s príbuznými než s pacientom. Vyžadujú informácie o zdravotnom stave blízkeho, hoci vedia, že o tom informuje lekár. Na druhej strane, zamestnancom tlmočíme, že aj ten príbuzný je v určitom psychickom rozporení, kedy vníma len určité množstvo informácií. Povieme mu aj viackrát, že pacient zomiera, vysvetlíme, prečo sú lieky podávané alebo nie, aj napriek tomu sa to spýtajú znova. Je to prirodzené, treba mať trpezlivosť.

## Ak by sa stalo, že pacient potrebuje nejaký zákrok, máte na to príslušenstvo?

Hospic je síce zdravotnícke zariadenie, je tu lekár, o pacienta sa stará zdravotnícky personál, no od nás sa už nechodí na vyšetrenia. My pacientov neoživujeme, nechávame ich v klude dožiť. Veľakrát to zle znášajú príbuzní. Majú pocit, že ich blízky zomiera na dehydratáciu, hoci v skutočnosti ich telo už nie je

schopné prijímať tekutiny, z infúzie len opuchne. Príbuzným to treba vysvetliť. Povedať, že môžu zomierajúcemu navlhčiť ústa, hoci on už nemá pocit smádu. Vedomie, že spravili všetko, čo mohli, im pomôže vyrovnáť sa so stratou.

## Zmenil sa stav paliatívnej starostlivosti za posledné roky?

Vystrieda sa viac pacientov, ktorí tu zostávajú kratšiu dobu, preto sa im neviem venovať tak intenzívne ako kedysi. Prichádzajú ťažšie stavy, mnoho pacientov už nedokáže komunikovať. Ak by aj chceli rozprávať o smrti, nemôžu. Starne populácia silných ročníkov a je viac chorých ľudí ako v minulosti. Veľa ľudí, ktorí k nám prichádzajú, majú onkologické ochorenia, no nielen tie. Paliatívnej starostlivosti sa na Slovensku nevenuje dost pozornosti a podobných zariadení je v krajine málo. Slovenská katolícka charita prevádzkuje 3 rezidenčné hospice a desiatky mobilných hospicov, čím sama zastrešuje jej veľkú časť.

## Ako požiadať o umiestnenie do vášho hospicu?

Treba podať žiadosť o prijatie pacienta. Nájdú ju na našej webstránke, alebo môžu prísť osobne. V žiadosti vyplnia údaje o pacientovi, kontakt na príbuzného a doložia vyjadrenie od lekára alebo predbežnú prepúšťaciu správu, podľa toho, či pacient prichádza z domu alebo z nemocnice. Zdravotný stav pacienta musí spĺňať určité kritéria stanovené zdravotnou poisťovňou, nemôžeme prijať kohokoľvek. Ak chcú, môžu nás kontaktovať na 037/653 10 41.

## Je možné vaše zariadenie nejakým spôsobom podporiť?

Pomôžu nám aj malé finančné alebo hmotné dary a 2 %. Máme dotáciu z mesta Nitra, NSK Nitra a naše služby sú financované zo zdravotného poistenia, ale to nedokáže pokryť všetky výdavky. Medzeru vo financovaní dopĺňame zbierkami Charity a doplatkom 20 eur za deň na pacienta, aby sme mu vedeli zabezpečiť všetko, čo potrebuje. Napriek tomu patríme k tým lacnejším.

## Stáva sa, že sa pacient vráti domov, že sa mu polepší?

Niekedy je to naše nastavenie na liečbu bolesti a ošetrovanie tak efektívne, že sa nám podarí zahojiť aj preležaniny. (úsmev) Zhruba po 3 mesiacoch prehodnocujeme zdravotný stav pacienta. Pokiaľ sa zhoršuje, ostáva u nás, no pokiaľ je pacient stabilizovaný do tej miery, že starostlivosť oň sú schopní zvládnuť v sociálnom zariadení alebo príbuzní doma, vtedy ho prepúšťame. Stáva sa, že sa pacienti vrátia domov a tam dožijú. Doma môžu využiť služby mobilného hospicu vo forme pravidelnej návštevy lekára, ktorú zabezpečuje taktiež Charita.

## Chceli by ste ešte niečo odkázať našim čitateľom?

V čase pandémie zisťujeme, aké dôležité je byť s rodinou. Keď nám privezú nového pacienta z nemocnice, príbuzní ho vidia prvýkrát po mesiaci či po dvoch. Roky som svedkom toho, že už len držať za ruku alebo môcť objať je to najvzácnejšie, čo môžeme pre toho druhého urobiť. Byť spolu - to je to podstatné.

Monika Čopíková

foto: archív DCHNr a M. Kilianovej

---

**„Paliatívnej starostlivosti sa na Slovensku nevenuje dost pozornosti a podobných zariadení je v krajine málo.“**

---



# Môže pomôcť vďačnosť za dar byť súčasťou jeho príbehu

Dnes už asi niet človeka, ktorý by nemal vo svojom okolí niekoho, kto stratil blízkeho. Ako však pomôcť a ako prijať smrť toho, koho sme milovali? Odpovede na tieto i ďalšie otázky spolu s nami hľadal Boris Byčánek (26), kaplán v Dóme sv. Alžbety v Košiciach, ktorý od januára dobrovoľne pomáha v košickej fakultnej nemocnici na kovidovom oddelení.

## Čo je vašou úlohou v nemocnici?

Každý jeden deň je iný, hoci má pevné body, ktoré sa nemenia. Po príchode do nemocnice približne o pol ôsmej si obliekam skafander a spolu s tímom sanitárov roznášame raňajky a robíme rannú hygienu. Snažím sa pomôcť, kde je to potrebné, pri roznášaní jedla, kŕmení alebo prebalovaní. Keď sa tento ranný „rituál“ skončí, potom nastupujem ako kňaz a snažím sa ponúknuť, čo môžem: sviatosti, dobré slovo alebo čas tichého počúvania.

## Ako uľahčiť človeku, ktorý sa bojí smrti?

Myslím si, že neexistuje jednoznačná odpoveď. Ale nestretol som sa s nikým, kto by nestál o blízkosť druhej osoby v hodine, kedy je už smrť blízko. Skutočný záujem o druhého človeka je podľa mňa jednou z odpovedí, ako uľahčiť druhému človeku, a to nielen v hodine, kedy odchádza z tohto sveta.

## Máme predstavu, že v posledných chvíľach dochádza k odpusteniu, ľútosti či vyrovnaniu. Je to naozaj tak?

Samozrejme, že dochádza k sebareflexii, ale myslím si, že mnohí z nás majú predstavu o ideálnom umieraní... no zväčša je realita iná. Nik nám nedá istotu, že budeme do poslednej chvíle pri plnom vedomí. Mnohí odchádzajú niekoľko dní v akejsi agónii, v ktorej veľmi ťažko hovoriť o rozhovoroch.

Na um mi prichádza hneď niekoľko krásnych okamihov, kedy sa mi do očí vtlačili slzy, keď som mal tú česť vidieť odchádzať človeka s nesmierne silnou vierou. Bol to okamih, keď som bol ja, živý a zdravý, povzbudený od človeka, ktorý o malú chvíľu umrie. Slovmi sa to nedá opísať, pretože slová nedokážu zachytiť hĺbku a krásu tohto okamihu.

## Dnes nemáme možnosť byť pri našich chorých v nemocniciach ani v hospicioch. Ako to na pacientov a rodinu dolieha?

Myslím si, že je to jeden z najväčších problémov tejto pandémie. Nik z nás nie je stvorený k samote. Keď prichádzame na tento svet, hneď sa dostávame do kontaktu s rodinou, keď z neho odchádzame, máme túžbu byť obklopení tými, ktorých milujeme. Preto je odlúčenosť ťažká ako pre umierajúceho, tak pre blízkych, ktorí sa ma pýtajú, aké boli jeho posledné slová: Spomínal niekoho z nás, bál sa?

## Asi neexistuje univerzálna odpoveď, ale ako sa vyrovnáť so stratou blízkeho človeka?

Viete, to je ťažká otázka. Každý, kto stratil niekoho blízkeho, sa s ňou musí vyrovnáť osobitne. Myslím si však, že vďačnosť za dar byť súčasťou príbehu druhej osoby, môže byť jedným z východiskových bodov.



Kaplán Boris Byčánek v ochrannom obleku pri službe v nemocnici. Zdroj: Archív B.B.

## Ako môžeme pomôcť my niekomu, kto prežíva takúto stratu?

Keď sa s úprimnosťou chceme priblížiť k druhému, potom on sám otvorí svoje vnútro. Myslím si, že by sme sa nemali snažiť násilu vniknúť do vnútra iných, mohlo by to spôsobiť skôr viac škody ako úžitku.

## Pandémia mení priebeh pohrebov, nedá sa stretnúť, strácame podporu od rodiny, na ktorú sme zvyknutí. Hovori sa o náraste depresii...

Je zaujímavé, že v dobe toľkých masovo komunikačných prostriedkov riešime tieto problémy. Mali by sme viac úsilia venovať kreativite v komunikácii s tými, ktorí sú izolovaní, pretože máme na to veľmi veľa možností.

## Zúfať si a stratiť nádej je podľa katolíckeho katechizmu vážny hriech. Naozaj je to tak?

Hriech je deficit lásky. Zúfalstvo je deficit nádeje. Úplná strata dôvery v Božiu blízkosť. Kristus na kríži vyriekol slová: „Bože môj, prečo si ma opustil?“ Bolo to azda zúfanie? Vieme, že nie, lebo tieto slová 22 žalmu končia veršami plnými nádeje a vďaky za Božiu dobrotu. Preto verím, že ak umierame s vierou, Pán nás nenechá umierať v zúfalstve, čiže v totálnej absencii útechy a nádeje, ale ukáže nám, že ideme v ústrety tomu, ktorý nás chce objasť svojimi prebodnutými rukami.

*„Prázdno po odchode milovanej osoby a obrovská túžba po opätovnom stretnutí sú podľa mňa jedným z tajných kódov v našom vnútri, ukazujúcim na stretnutie na druhej strane.“*

### **Môže nás bolesť zo straty niečo naučiť?**

Myslím si, že áno. Prázdno po odchode milovanej osoby a obrovská túžba po opätovnom stretnutí sú podľa mňa jedným z tajných kódov v našom vnútri, ukazujúcim na stretnutie na druhej strane.

### **Ako sa vyrovnávate vy ako kňaz s takým množstvom zomierajúcich?**

Myslím si, že ešte len príde čas, kedy budem tieto mesiace vstrebávať.

### **Využívajú vašu pomoc aj zdravotníci?**

Áno, oni takisto pociťujú potrebu otvoriť svoje vnútro, pomenovať to krásne, čo prežívajú alebo vyartikulovať, a tak Bohu odovzdať to zlé, čo vykonali alebo ich postretlo.

### **Zmenil sa Váš pohľad na zdravotníkov po skúsenosti v nemocnici?**

Mám k nim ešte väčšiu úctu.

### **Naproti tomu tu máme stále hŕstku hlasne protestujúcich ľudí, ktorí vnímajú rúška ako obmedzovanie ich slobody a pohodlia. Čo by ste odkázali pochybovačom o covide?**

Doprial by som im jeden deň na oddelení. Každá zodpovednosť zákonite so sebou prináša diskomfort. Raz sa nás budú pýtať nastupujúce generácie, ako sme prispeli k zlepšeniu tejto situácie. Čo odpovieme? Že sme na facebooku šírili hoaxy? Alebo sa vysmievali z čísel mŕtvych len preto, že som v tej štatistike nikoho nepoznal osobne? Jeden z najväčších problémov, ktorý vnímam pri informovanosti o úmrtiach, je práve štatistika. Keď mi ráno na mojich smart hodinkách blikne správa: Pribudlo toľko a toľko pozitívnych PCR testov a toľko a toľko úmrtí... ja nevidím číslo. Vidím tváre, vybavujem si rozhovory, mám pred sebou príbehy... potom sa na to pozeráte inak.

### **Je pandémia príležitosťou pre nás ako spoločnosť niečo pochopiť?**

Svet sa pred pandémiou podobal čím ďalej tým viac človeku, ktorý objíma sám seba. Pandémia nám ukázala, že objatie má zmysel len vtedy, keď je opätované, bojím sa však, že mnohí z nás, skôr než sa spamätáme, nebudeme mať koho objať, ba dokonca už nebudeme môcť byť v objatí niekoho iného...

Monika Čopíková

---

## **Zomierajúcich sprevádzame aj počas pandémie**

V tomto ťažkom čase pandémie mnohokrát nebolo možné ani rozlúčiť sa so svojím blízkym a povedať si posledné slová osobne. Jediný kontakt, ktorý nám ostával, bol telefonický. Sluch je posledný zmysel, ktorý človek stráca. Zrejme preto, aby sme ešte naposledy mohli povedať: odpusť mi, milujem Ťa, ďakujem Ti... Takto sa lúčili príbuzní so svojimi zomierajúcimi v našom hospici, aby im povedali svoje posledné slová, ktoré sa utopili v slzách. Priložili sme im telefón k uchu. A mnohí zas svojich drahých doprevádzali iba na diaľku v modlitbách. Poslaním hospicu je, aby pacient nezomieral sám.

Je iné vysporiadavať sa so smrťou človeka, ktorý dozrel na „odchod“ a je sýty života. Stáva sa nám, že staručkí ľudia sa aj sami pýtajú „odísť“. A iné je, keď niekto zomiera náhle, tragicky, predčasne ako teraz v nemocniciach. Vtedy to aj príbuzných zasiahne bolestivejšie a nepripravených. Smútkové poradenstvo pre pozostalých prebieha v našom hospici prevažne telefonicky. Ozývame sa po 1 mesiaci, po 3, po 6 a na výročie smrti ich blízkého, kedy mu venujeme našu spomienku. Zároveň s nimi vedíme rozhovor o tom, ako sa so stratou vyrovnávajú, ako sa majú. Príbuzní si často poplačú a vyžalujú sa nám. Je to predsa kus významnej cesty, ktorú sme spolu s nimi v ich bolesti kráčali až do samého konca. Raz v roku máme tiež Stretnutie pozostalých, kde slávime sv. omšu za našich zomrelých pacientov z celého roku. Je to veľmi dojemná a pekná chvíľa, plná spomienok, rozhovorov.

Zomieranie je nezvratný proces, cesta, z ktorej sa nedá uniknúť, či zmeniť smer, je to naša „krížová cesta“, ktorou si musíme prejsť až do konca. V istom zmysle znamená prijať porážku, aby mohlo prísť Vzkriesenie. Veľmi rada rozprávam zomierajúcim ľuďom o nádeji. Smrť nie je „konečná“ pre tých, ktorí Boha milujú. Dokonca ani pre tých, ktorí Ho celý život odmietali. Božie Milosrdenstvo je nepochopiteľne nádherné a túži nás zachrániť aj v poslednej chvíli. Aj my môžeme pomôcť zomierajúcim zmeniť ich večnosť.



**Mgr. Monika Barnová**

sociálny pracovník – špecializovaný sociálny poradca  
v Hospici Matky Terezy v Bardejove  
Arcidiecézna charita Košice  
foto: archív M. Barnovej

# Svetlom na konci tunela je očkovanie

Očakávali sme únavu a možno aj frustráciu z náročných pracovných dní, no prekvapil nás jeho optimizmus a nádej, že pandémia sa jedného dňa skončí – aj vďaka masívnemu očkovaniu. Prezident Slovenskej komory zdravotníckych záchranárov FRANTIŠEK MAJERSKÝ je jedným z tisícok obetavých záchranárov, ktorí aj počas tohto obdobia nasadzujú vlastné životy za nás všetkých. Napriek tomu on sám vníma hrdinov inde, a to aj medzi zamestnancami našich domovov.



## Máme za sebou rok pandémie. Ako vnímajú súčasné dni zdravotníci v záchrannej službe?

Každý deň bojujeme s covid vírusom a vidíme následky, ktoré spôsobujú pacientom. No najviac sme frustrovaní z toho, čo vidíme vonku. Je lockdown a ľudia sa stretávajú, akoby pandémie nebola. A potom nakazia ľudí, ktorí sa chránia a dávajú si pozor. Na jednej strane hovoríme, aké to má zdravotníctvo ťažké, na druhej strane mu nepomáhame. Smutné je, že keď sa človek, ktorý si myslí, že vírus a pandémia neexistujú, nakazí, má horší priebeh a, samozrejme, chce aj záchranku, aj zdravotnú starostlivosť. Kapacity záchrannej zdravotnej služby, zdravotníkov aj lôžok sú však obmedzené. Stáva sa už na dennej báze, že sa nedostaneme na miesto včas. Ľudia preto umierajú aj na ochorenia, ako sú napríklad infarkty a cieвне mozgové príhody. Situácia má vplyv aj na iné akútne ochorenia a to si veľa ľudí neuvedomuje.

Mávame 10 až 12 výjazdov za deň. Sme v obleku, unavení a doma si takisto neodýchame, lebo máme svoje rodiny. Jediné svetlo na konci tunela vidím v očkovaní. Takto nemôžeme žiť dlhodobo. Ľudia prichádzajú o prácu, o živobytie. Som naozaj rád, že sa nám podarilo dostať na slovenský trh vakcínu a verím, že sa nám podarí jej množstvo navýšiť. Aj zo svojho okolia viem, že hoci niektorí boli na začiatku skeptickí, teraz sa už veľa ľudí chce dať zaočkovať.

## Ľudia sú často z ochorenia vo veľkom strese a hneď volajú sanitku. Čo by si poradil starším ľuďom, ku ktorým chodia napríklad aj naše sestry domácej ošetrovateľskej služby (ADOS), ale aj rodinám so seniormi? Čo robiť, keď sa nakazia?

Je veľmi dôležité povedať jednu vec. Nie každý, hoci je v staršom veku, má ťažký priebeh a nie každý skončí v nemocnici. Situácia je však tak napätá, že keď sa človek dozvie, že je pozitívny, hneď si myslí, že to bude zle. Ľudí je potrebné upokojiť. Na druhej strane, počiatkové príznaky, ako sú teploty, kašeľ, treba určite konzultovať s obvodným lekárom, lebo ambulancie záchraniek zdravotnej služby sa zahlcujú aj tým, že niektorí volajú až v neskorej fáze. Na začiatok stačí, keď im lekár predpíše lieky na teplotu, na kašeľ, alebo ak majú zápal pľúc, predpíše im antibiotiká a ochorenie dokážu prekonať aj doma či v zariadeniach. Samozrejme, ak sa o nich niekto stará.

František Majerský je záchranárom, ktorý má za sebou roky práce v zdravotníctve a nespočetné množstvo výjazdov v sanitke. Okrem toho pomáha na verejnosti šíriť osvetu o prvej pomoci rôznymi spôsobmi. Aktuálne pôsobí ako prezident Slovenskej komory zdravotníckych záchranárov a je tiež mestským poslancom v meste Poprad.

Problém medzi staršími ľuďmi je, že sa dokážu veľmi rýchlo dehydrovať, ak sú doma sami. Nepijú tekutiny, neprijímajú stravu a telo im zoslabne. Za 3 - 4 dni majú ťažký priebeh. Skláňam klobúk pred všetkými sestrami a opatrovatelkami, ktoré sa o nich starajú. Viem, že majú týždňové služby v domovoch pre seniorov, pracujú v ochranných oblekoch a týždeň nemôžu ísť domov. Je to neuveriteľne obetavé. Táto krajina by si ich mala vážiť.

## V týchto dňoch aj v našich zariadeniach prebieha očkovanie klientov a zamestnancov. Aj medzi nimi sa však nájdu takí, ktorí váhajú, či už kvôli hoaxom, alebo sa boja nežiaducich účinkov. Prečo sa nechať zaočkovať?

Treba sa riadiť odborníkmi, nie tým, čo niekto napísal na Facebook. Ľudia to zdieľajú, lebo je to protiprúdové, ale nie je to správne. Pozrite si autora článku, vyhľadajte cez Google, aké články vydal, aká je jeho profesia. Ak niekto niečo publikuje, mal by mať informácie podložené relevantnými dôkazmi.

Vakcína nás chráni pred covidom, zabráňuje tomu, aby sme mali ťažký priebeh, aj keby sme sa nakazili. Sú, samozrejme, reakcie na vakcínu, veď samotní rodičia si iste pamätajú, že keď ich deti dostali vakcínu, mali teploty. Toho sa netreba báť. Ako pri každom lieku, aj pri vakcíne môže nastať alergická reakcia. Nežiaducich účinkov je však veľmi málo. Očkovani sme všetci od svojho narodenia a sme tu. Vždy je potrebné pozrieť si benefity a vakcína je jediná záchrana, aby sme nezomreli.

## Naši seniori už mesiace nevideli svoje rodiny a priateľov, pretože návštevy sú zakázané. Myslíš si, že vieme reálne uvažovať o uvoľneniach aspoň v lete?

Viem, čo ľudia dnes zažívajú. Mal som príbuzného v domove dôchodcov, boli sme v pravidelnom kontakte, volali sme spolu aspoň cez telefón, lebo inak sa nedalo. Nakoniec zomrel na covid. Ľudia v domovoch sa naozaj trápia. Sú zatvorení v byte, nemôžu sa stretnúť s rodinou, niektorí sa nemôžu ísť ani prejsť. Vďaka Bohu za technické vymoženosti, že ich môžeme aspoň vidieť. Ťažké je to pre každého. Nemôžeme ich objať, postíškať, lebo ich chceme chrániť. Treba vydržať. Keď bude populácia aspoň na 60 percent zaočkovaná, myslím si, že opatrenia sa budú uvoľňovať.

## Je niečo, čo by si chcel odkázať pracovníkom zariadení domovov sociálnych služieb – medzi nimi aj zamestnancom charity, prípadne klientom zariadení?

Verím, že po pandémii sa budeme inak pozeráť aj na týchto pracovníkov a inak ich ohodnotíme aj finančne, aby to nebolo len také 'Pán Boh zaplať'. Za to, čo robia, sú pre mňa hrdinami týchto dní. Klientom prajem veľa zdravia, aby vydržali. Nič iné, len zdravie a vydržať.

Rozhovor bol realizovaný 25.2.2021

Alžbeta Šutková  
Spišská katolícka charita  
foto: archív Š.M.



## Pomohli sme žene, ktorá sa psychicky zrútila

**Toto je skutočný príbeh 41-ročnej Martiny. Skončila na ulici a zaklopala na dvere Trnavskej arcidiecéznej charity, aby našla nový život. Aj Martine sme pomohli vďaka vám a vašej podpore.**

Rodičia Martiny boli veľmi mladí, keď sa narodila, a ona bola ešte dieťaťom, keď sa rozviedli. S otcom prerušila kontakty a jej jedinou oporou sa stala mama. Keď mala Martina 12, mama zomrela. Tínedžerka, ktorá túžila po priateľstve, láske a slobodnom živote, sa tak ocitla v detskom domove.

Keď dospelá, chcela žiť slobodne. Našla si prácu vo fabrike, bývanie, priateľov. Našla Dušana. Nieкого, kto tu bol konečne pre ňu. Páru sa narodila dcéra Nikolka a ich život vyzeral bezproblémovo. Dušan však prišiel o prácu a rozbehol sa kolotoč problémov. Neúspech v hľadaní zamestnania ho frustroval, začal piť a nespokojnosť si vybíjať na manželke. Martina druhýkrát v živote strácala rodinu.

Ich vzťah bol úradne ukončený a ona sama začala piť. Z človeka, ktorý pre ňu kedysi znamenal všetko, sa stal nepriateľ. Rozhodli sa, že predajú spoločný byt, no Dušan sfaľšoval jej podpis, predal ho a Martina peniaze nikdy nevidela. S desaťročnou dcérou sa ocitla v situácii bez východiska. Sťahovali sa z miesta na miesto a z nestáleho života bez opory sa psychicky zrútila. Dcéru odniesla do detského domova a s dvoma taškami oblečenia skončila na ulici.

Jedného dňa zazvonila na dvere nízkoprahového centra trnavskej charity. Prišla si po šatstvo a potraviny, ktorým charita pomáha ľuďom v podobných životných situáciách. Sociálnym pracovníčkam sa zverila so svojím osudom a vypočula si od nich veľké povzbudenie. Na charite sme Martinu motivovali k starostlivosti o seba, k dostatočnej hygiene a veľkým úspechom pre nás bolo, keď

začala do centra chodiť v čistých šatách, umytá a triezva. Mala rada našu tvorivú dielňu a práve tu stretla muža, s ktorým sa dnes podporujú. Obaja majú prácu a žijú v spoločnom podnájme.



Martina našla na charite nový zmysel života. Dokázala zanechať svoje závislosti, odísť z ulice a začať odznova.

**Darina Kvetanová**  
Trnavská arcidiecézna charita  
ilustračné foto: Unsplash

## Čo urobiť, keď vidím človeka na ulici?

**Všimli ste si vo vašom okolí človeka, ktorý presáva na ulici a potreboval by pomoc? Poradíme vám, ako sa v takejto situácii zachovať.**

Na ulici v Trnave žije momentálne približne 160 ľudí. Toto číslo ukazujú štatistiky, ktoré Charita vedie na základe informácií z Centra pomoci človeku a služby streetwork. Ulica je živý organizmus, niekto nový na nej pribudne, niekto iný umiera. Od začiatku roka zomrelo v Trnave desať ľudí bez domova. Ak chceme úmrtiam zabrániť, nemal by nám byť osud núdzneho ľahostajný. Charita vám preto poradí, ako sa zachovať, ak vo vašom okolí dlhší čas pozorujete niekoho, kto potrebuje pomoc.

1. Opýtajte sa ho, ako sa cíti a či nepotrebuje lekársku pomoc. Váš záujem a jednoduchá otázka môžu zachrániť ľudský život. Ak sa vám zdá, že je v ohrození života, privolajte záchranku. Ak je v poriadku a reaguje odmietavo, ďalej nenaliehajte.

2. Zavolajte na non-stop linku služby streetwork. Kontakt pre Trnavu a okolie: 0940 601 716. Opíšte, kde sa núdzny nachádza, v akom je stave, ako dlho ho na mieste vídate. Streetworkerki pri najbližšej ceste do terénu miesto preveria.

3. Núdzneho nasmerujte do charitného centra pomoci človeku. Môže sa v ňom najesť, umyť, opráť si veci a vybrať si čisté oblečenie v sociálnom šatníku. Najdôležitejšie je však poradenstvo, vďaka ktorému sa môže dostať z ulice.

Pomôcť ľuďom v takýchto situáciách je beh na dlhé trate. Niektorí sa z ulice dostanú po rokoch, iní to nemusia dokázať vôbec. U nás, na Charite, nájdú však pomoc vždy, keď o ňu požiadajú. Hoc aj po sty ráz alebo po tom, čo pomoc odmietli.



Na ulici v Trnave žije momentálne takmer 160 ľudí.

**Darina Kvetanová**  
Trnavská arcidiecézna charita  
ilustračné foto: pixabay



Škôlkari v rwandskom centre Kultúrne centrum sv. Vincenta Pallotti pre deti narodené do veľmi chudobného prostredia.

## Africké sny čakajúce na naplnenie

**Dievčatko, ktoré keď vyrastie, chce sa pozeráť na svet tak, ako ho vidia vtáky – ako pilotka, iné chce byť učiteľkou a pomáhať deťom, ako sme pomohli my jej. Ďalšie, ktoré samo trpí nákazou HIV, už teraz sleduje najnovšie výskumy, snívajúc, že vynájde liek, aby už žiadne dieťa nemuselo trpieť ako ona.**

To všetko sú sny detí, ktoré sa možno podarí naplniť aj vďaka pomoci zo Slovenska. Deti v Afrike majú rovnako odvážne sny ako tie naše, no oveľa ťažšie podmienky na ich uskutočnenie. V každom sne sa však zrači nádej. V centrách, ktoré Charita prevádzkuje z príspevkov do Pôstnej krabičky, pestujeme jej semienko veľmi starostlivo a s láskou.

### 10 rokov projektu centier pre deti v Afrike

„Deti v našich centrách v Ugande a Rwande získavajú šancu na lepší život a plnohodnotné detstvo. Akokoľvek smelé sú však sny týchto detí, ten náš pred desiatimi rokmi bol ešte trífalejší. Plán vybudovať centrum v Ugande sa zrodil v srdci laickej misionárky Margity a plán vybudovať o niečo mladšiu škôlku v Rwande vznikol z iniciatívy našich dobrovoľníčok a miestnej rehole pallottínov,“ s úsmevom vysvetľuje Daniela Petrášová, vedúca sekcie Medzinárodnej spolupráce Slovenskej katolíckej charity.

Za to, že sme centrá vybuďovali a dnes sa v nich staráme o 160 detí, vďačíme len štedrým darcom zo Slovenska. Obe centrá financujeme jedine z darov do zbierky Pôstna krabička, ktoré už desiaty rok premieňame na budúcnosť pre choré deti, deti narodené do veľmi chudobného prostredia a ich rodiny.

### Šanca pre choré deti v Ugande

Centrum Nepoškrveného srdca Panny Márie na severe Ugandy sme založili v roku 2011 pre deti narodené s vírusom HIV, ktoré stratili jedného alebo oboch rodičov. „Ak by smrteľne choré deti nedostávali lieky, dožili by sa prinajlepšom niekoľko rokov. Vďaka liečbe je vírus v ich tele potlačený, no lieky zároveň zatažujú ich organizmus. Preto potrebujú výživnú stravu, ktorú im doma nevedia zabezpečiť,“ informuje Daniela Petrášová. Charita im pomáha bojovať s vírusom HIV a rôznymi inými chorobami, ktorými trpia kvôli nedostatočnej hygiene a podvýžive. Všetky deti v centrách v Ugande a Rwande dostávajú stravu, lekársku starostlivosť, chodia do školy a po škole ich doučujú naši dobrovoľníci. Ani o jednom z nich by ste nepovedali, že je choré. Stav, v ktorom k nám prichádzajú, je však často v ohrození života.

„Bolo to pred tromi rokmi. Keď prišla, bola na tom zdravotne veľmi zle. Potrebovali sme jej čím skôr nastaviť liečbu HIV,“ napísala nám vychovávateľka z ugandského centra o dievčatku menom Masika. Pochádza z kmeňa Madi a dnes chodí do štvrtej triedy, hoci už má 14 rokov. Je radosť pozeráť sa, ako v škole napreduje. Získala si nás, aj svojich spolužiakov, hoci spoza lavice medzi deťmi vyčnieva. Rodičia jej zomreli. Ostala len stará mama, ktorá je sama chorá a nedokáže sa o ňu postarať. Masika preto vyrastá v našom centre. Konečne chodí do školy a k starej mame chodí na prázdniny. O budúcnosti premýšľa s nádejou a veľkou vďačnosťou v srdci.



#### Ako darované dobro rastie

Centrá SKCH pomáhajú deťom, no nielen im. Dobro vložené do projektu si nachádza vlastné cesty a nakoniec ovplyvní omnoho viac ľudí než tých, ktorým sme pomohli na začiatku. Príkladom je príbeh Sicily, ktorá k nám nastúpila ako kuchárka a dnes pôsobí ako psychologická poradkyňa pre choré deti v centre.

Sicily je medzi deťmi obľúbená. Ako matka samoživiteľka to však nemala ľahké.

Po tom, čo ju opustil manžel, Sicily sama vychovávala 4 deti. V auguste 2012 sme ju zamestnali do kuchyne. Vďaka podpore si dokončila strednú školu a vybrala si kurz poradenstva a psychológie, aby pomohla aj našim deťom poznačeným stigmou choroby. O poradenstve s deťmi hovorí: „Mnohé do centra prišli sklamané zo života a nevedeli, ako sa vyrovnáť so svojím ochorením. Venujem sa im cez psychologické poradenstvo a pomalými krokmi objavujeme v živote nádej, hodnotu a ich poslanie. Nikto sa na nich nemôže pozeráť len ako na chorých.“ Keď sa deti v určitom veku dozvedia, akou chorobou trpia, môžu sa u nich rozvinúť psychické problémy. Súbežne s liečbou sa preto snažíme vysvetľovať, že napriek chorobe dokážu žiť plnohodnotný život. „Tam, kde žili predtým, často trpeli hladom, nechodili do školy a čakali na smrť, lebo im nik nekupoval lieky. Tu ich vidíme smiať sa, kopať do lopty, čítať školské knihy a jesť porcie jedla, aké doma nevideli. Vďaka našej starostlivosti sa ich zdravotný stav nezhoršuje,“ dopĺňa vedúca projektu.

#### Podporte dielo v Afrike

Ešte pred šiestimi rokmi si Sicily netrúfla ani pomyslieť, že ako slobodná matka v Ugande bude vedieť vychovávať svoje deti a poslať ich do školy. Svojou starostlivosťou o tie naše si nás však získala a my sme radi, že sme jej mohli pomôcť naplňať osobné poslanie. Pomôžte aj vy. Staňte sa súčasťou príbehu Masiky a ďalších detí, ktorým pomáhame vyrastať v bezpečnom prostredí a vzdelávať sa. My veríme, že každé dieťa si zaslúži slobodne snívať o budúcnosti. Podporte nás, aby sa ich sny splnili.

#### Za každý váš dar ďakujeme!

Monika Čopíková  
foto: archív SKCH

Foto: Z. Kavelčí, 2020

# PÔSTNA KRABIČKA 2021

Pomôžme chudobným deťom  
v subsaharskej Afrike

[www.postnakrabicka.sk](http://www.postnakrabicka.sk)

**DAR POŠLITE NA ÚČET**  
IBAN SK74 5200 0000 0000 1635 2051 VS: 221

Charita



## Úsmevy, ktoré patria vám

**„Najväčšou chorobou nie je malomocenstvo, ani tuberkulóza, ale vedomie, že nikomu nie som potrebný, nikým milovaný, všetkými opustený.“** Tieto slová Matky Terezy upriamujú našu pozornosť na to najpodstatnejšie v ľudskom živote. Láska k blížnym má veľa podôb a služba núdznym, chorým a opusteným určite medzi ne patrí.

Projekt Adopcia na diaľku® sústreďuje svoje misijné poslanie na najzraniteľnejšie skupiny obyvateľstva, ktorými sú deti v núdzi. Slovenská katolícka charita začala realizáciu pomoci prostredníctvom projektu v roku 1996 a medzi prvé krajiny, do ktorých pomoc zo Slovenska smerovala, patrila India.

### Žijú s chudobnými a pre chudobných

V Indii podporujeme vzdelávanie chudobných detí nepretržite už takmer 25 rokov. Vďaka Slovákom a Slovenkám získali za toto obdobie tisíce indických dievčat a chlapcov kvalitné vzdelanie. Pomoc deťom je poskytovaná v spolupráci s miestnymi rehoľami a diecézami, ktoré situáciu núdznych rodín a detí poznajú veľmi dobre. Medzi naše spolupracovníčky a koordinátorky patrí aj rehoľná sestra Joel Lasrado z Kongregácie misijných sestier Kráľovnej apoštolov.

Sestra Joel zasvätila celý svoj život službe najzraniteľnejším. Narodila sa v chudobnom regióne, kde i teraz žije a pracuje. Býva uprostred tých, ktorí bez pomoci iných nemajú šancu bludný kruh chudoby a biedy, do ktorého sa narodili, prelomiť. Je miestnou koordinátorkou sociálneho centra Dharma Jyothi Vamanjoor v indickom štáte Karnataka. O svojej činnosti nám napísala: *„Som zodpovedná za projekt podpory vzdelávania detí s osobitným zameraním na ich budúce povolanie. Do projektu zapájame deti od predškolského veku až po ukončenie vzdelávania na strednej alebo vysokej škole. Taktiež realizujeme rôzne odborné kurzy ako sú krajčírstvo, vyšívanie či výroba dáždnikov. Pomáhame sirotám, polosirotám a deťom, ktoré sú odkázané na špeciálnu starostlivosť z dôvodu zdravotných alebo iných znevýhodnení. Spolu s ďalšími spolupracovníkmi rozvíjame aj program svojpomocných skupín žien v komunite, detské kluby, odborné tréningy a taktiež zabezpečujeme špeciálnu starostlivosť o ťažko chorých.“*



Sestra Joel pri distribúcii potravín chudobným rodinám

### Rehoľné sestry prinášajú nádej všade, kam prídu

Sestra Joel pozná deti, ich rodiny a príbehy veľmi dobre. Pravidelne navštevuje ich domácnosti a vie, v akých podmienkach indické dievčatá a chlapci vyrastajú. O jednom z nich nám napísala: „Sangeetha je šikovná a milé dievča. Má desať rokov a vďaka pomoci zo Slovenska môže pravidelne chodiť do školy. V škole sa jej darí dobre. Je skromná a v triede ju majú všetci radi. Rada číta a tancuje. Keď vyrastie, chce sa stať učiteľkou. Veríme, že napriek jej zdravotným ťažkostiam sa jej podarí vyštudovať a splniť svoj sen.“

Sangeetha je polosirota a je HIV pozitívna. Chorý bol aj jej otec, ktorý zomrel, a vážne zdravotné problémy má aj mama, ktorá pracuje ako nãdenníčka, aby pre tri dcéry a jedného syna mohla zabezpečiť aspoň základnú obživu. Jej zdravotný stav však nie je dobrý a zárobok je veľmi nízky. Rehoľné sestry zabezpečili pre Sangeethu bývanie v rehabilitačnom centre, kde dostáva výživnejšie jedlo, lieky a môže byť aj každý deň na vyučovaní.

Podobných príbehov je v Indii veľa. Mnohé deti sú vážne choré a odhaduje sa, že 1,7 milióna indických detí zomrie každý rok kvôli zlej zdravotnej starostlivosti.

**Pomoc zo Slovenska znamená radosť, detstvo, školu a dôstojný život**  
Medzi indické deti, ktoré to nemali v živote ľahké, patrila aj Harshitha. Ak by nedostala možnosť vzdelávať sa, čakala by ju od útleho detstva tvrdá práca na poli a ťažký životný údel. Indické dievčatá, ktoré ostávajú bez pomoci a vzdelania, sa častokrát musia vydať vo veľmi nízkom veku. Počet detských sobášov patrí v Indii k najväčším na svete. Zákony síce detské sobáše zakazujú, avšak ich dodržiavanie je minimálne.

Harshitha bola do projektu Adopcia na diaľku® zapojená ako sedemročná. Vďaka pravidelnej pomoci slovenského darcu mala uhradené školské poplatky, pomôcky, učebnice, uniformu a teplé jedlo. Chodila do školy a postupne získavala vedomosti na jednotlivých stupňoch, až sa jej podarilo ukončiť bakalárske štúdium. Titul v odbore učiteľstva získala s výborným hodnotením. Vďaka vzdelaniu pracuje Harshitha aktuálne na jednej z popredných technických škôl v Mangalore, kde vyučuje matematiku. Svoju adoptívnu rodinu, ktorý ju podporoval, na Slovensko napísala: „Vďaka Vašej pomoci som dnes učiteľkou. Oďakčívam to bolo mojím snom a Vy ste mi pomohli splniť si ho. Ja aj moja rodina Vám zostaneme navždy vďační a budeme sa modliť, aby ste boli v živote šťastní. Sľubujem Vám, že v živote budem tiež pomáhať ľuďom, ktorí to potrebujú.“



Dievčatko Sangeetha

I tieto príbehy ukazujú, aký veľký zmysel má pomoc zo Slovenska. Vďaka vám, slovenským darcom, je do Adopcie na diaľku® aktuálne zapojených 1 970 indických dievčat a chlapcov, ktorí môžu zažívať detstvo a radosť. Ich úsmevy a vďačnosť za šancu vzdelávať sa patria všetkým vám. Váš pravidelný mesačný dar vo výške 15 eur mení deťom život tak, ako zmenil život Sangeethe, ktorá dostáva v ťažkej chorobe liečbu, a Harshithe, ktorá šíri získané vedomosti a dobro ďalej.

**Viac o projekte nájdete na: [www.adopcianadialku.sk](http://www.adopcianadialku.sk) alebo nám môžete zavolať: 02/5443 44 97, mobil: 0910 852 045. Núdzne deti môžete podporiť aj zaslaním daru na číslo bankové účtu v tvare IBAN: SK05 5200 0000 0000 1675 9820. Za akúkoľvek pomoc ďakujeme.**

**Martina Borčíková**

manažérka pre rozvoj projektu Adopcia na diaľku®

foto: archív SKCH



Rodina Nisana Purusa v utečeneckom tábore v Erbile po úteku z Karakoša, ktorý v júli 2014 obsadilo ISIS. V tábore strávili takmer 4 roky.

## Prenasledovanými neboli len kresťania, obeťami teroristov Islamského štátu sú aj moslimovia

V Iraku kedysi žilo 1,4 milióna kresťanov, dnes ich je len okolo 250-tisíc. Teror samozvaného Islamského štátu a dlhoročné prenasledovanie vyhnalo ľudí mimo hranice krajiny a tisíce z nich pripravilo o život. Tí, čo našli odvahu vrátiť sa, dnes najviac túžia po tom, žiť v pokoji a mieri. „Aj keď im ubližujú, túžia odpúšťať,“ hovorí George Jahola, duchovný otec farnosti v Karakoši.

### Prišli o svoje domovy aj o vodu

„Boli tu nádherné kostoly, žili tu dobrí ľudia,“ spomína Feras, ktorý s rodinou utiekol pred prichádzajúcimi teroristami Daesh (tzv. Islamský štát) z mesta Karakoš. Pracoval ako taxikár minibusu a práve čakal na zákazníka, keď si všimol rozruch na ulici. Na útek mali čas len do rána. Vyzdvihol rodinu a do auta nabral toľko ľudí, koľko sa zmestilo. Okrem pár kúskov oblečenia nemali nič, mysleli si, že domov sa vrátia už o pár dní. No nestalo sa. Čakali viac než dva roky.

Vojnový konflikt zasiahol početné komunity kresťanov v oblasti Ninivskej planiny v severozápadnom Iraku. Utekli do irackého Kurdistanu, ktorý je autonómnou oblasťou severného Iraku, obývanou prevažne Kurdmi. Tu sa vedeli obrániť, ocitli sa však v situácii bez prostriedkov a v cudzom svete, kde sa hovorilo iným – kurdským jazykom, zatiaľ čo oni hovorili arnejčinou alebo arabsky. Daesh bol oficiálne porazený až v roku 2017, ekonomická kríza a reálne problémy ľudí, ktoré spôsobil, však ostali. Krátery na cestách či diery po guľkách v múroch ho stále pripomínajú.

Ľudia sa len postupne vracali do obcí, ktoré v roku 2014 museli opustiť. Domy nachádzali v hroznom stave, zničené, vyrabované, vypálené. Rovnako zničené boli cesty, poľnohospodárske polia a vodná infraštruktúra. Prišli o všetko, čo si vybudovali. Nutne potrebovali pomoc s opravou domov, hmotnú a potravinovú pomoc, obnoviť vzdelávanie pre deti aj psychologickú podporu. V desiatkach projektoch humanitárnej pomoci, ktoré v Slovenskej katolíckej charite realizujeme od roku 2015, sme pomohli tisíckam z nich. Našu pomoc získavajú obce, ktoré v čase vojny prijali medzi seba utekajúcich utečencov, a obce, ktoré boli zničené, no vracajú sa do nich pôvodní obyvatelia. Pomáhame, aby mohli ostať. Sú medzi nimi kresťania, ale aj iní veriaci. Z našej pomoci čerpajú všetci.

### Podali pomocnú ruku, dnes chceme pomôcť my im

V Sulejmanii v irackom Kurdistanе pomohla utekajúcim chaldejsko-katolícka farnosť sv. Jozefa a miestny kláštor. Ešte v roku 2014, kedy konflikt vypukol, poskytol farár Ayman Aziz a jeho farníci z jedného dňa na druhý ubytovanie pre približne 200 utekajúcich z Ninivskej planiny a otec Jens Petzold, predstavený kláštora, postupne až pre 250 ľudí.

„Keď hovoríme o utečencoch v našom kláštore, tak hovoríme o mužovi, žene, rodinách, o ľuďoch, ktorí v tomto momente nie sú schopní zabezpečiť si všetky základné potreby, ktoré majú. Je to veľký záväzok pomôcť človeku v núdzi, ak môžem,“ povedal nám otec Petzold pri osobnom rozhovore, keď nás pred rokmi navštívil. Za podpory Konferencie biskupov Slovenska sme práve v Sulejmánii pomohli postaviť dom pre ženy a pastoračné centrum. Dnes staviame detské jasle a škôlku pre deti, aby si ich rodičia mohli nájsť prácu a užiť si svoje rodiny, a nákupom generátora a solárnych panelov podporujeme kláštor, v ktorom prebiehajú kurzy kurdskeho jazyka pre utečencov.

### Na studňu tu motyka nestačí

V Iraku je nedostatok pitnej vody, nie každý má k nej prístup. Studne, ktoré ju poskytovali, boli zničené, a v mnohých obciach na severe Iraku vznikol nedostatok príchodom prenasledovaných. Teploty v lete dosahujú aj 50-stupňové horúčavy a vykopať studňu je omnoho ťažšie než u nás. Pre porovnanie – nestačí kopať 10 metrov, ale až 200 metrov do hĺbky. Na to vám obyčajná motyka nestačí, potrebujete ťažké stroje, ktoré sú finančne náročné.

Do dnešného dňa sme vybudovali alebo obnovili 11 studní v najviac ohrozených oblastiach Iraku. Tento rok prebieha projekt výstavby dvoch studní v obciach Šekhka a Hasan Ava, financovaný z programu oficiálnej rozvojovej pomoci SR, SlovakAid, a výstavba studne v obci Sreshka. Chudobným domácnostiam v obci Avzeryke, kde nie je voda dostatočne kvalitná, poskytujeme vodné filtre financované Konferenciou biskupov Slovenska. V budovaní studní nám už roky pomáha miestna organizácia Shingala Azad a samotnú prácu vykonávajú miestni obyvatelia, vďaka čomu získavajú prácu a rovnako si vážia jej výsledok.



V septembri 2019 sme otvorili 3 studne v obci Bozan pre približne 10 000 ľudí. Na fotografii manažér humanitárnej pomoci Hugo Gloss (vpravo) s predstaviteľom miestnej komunity.

### Spája nás viac než rozdeľuje

„Videla som hroby, kde boli vedľa seba pochovaní moslimovia vedľa kresťanov, ktorí bojovali proti radikalizovaným teroristom Daesh a spoločne bránili svoje rodiny. Mienka, že teror samozvaného Islamského štátu zasiahol len kresťanov je mylná. Prenasledoval tak kresťanov, ako aj šiitov (vetva islamského náboženstva – pozn. red.) a ďalšie náboženské skupiny,“ hovorí Alena Horváthová, projektová manažérka humanitárnej pomoci SKCH. „Terorizmus nemožno pripisovať náboženstvu, ale chybným interpretáciám náboženských textov, ako aj politikám hladu, chudoby, nespravodlivosti a útlaku. Dôležitý je vzájomný rešpekt a hľadanie ciest spolunažvania s rešpektovaním ľudských práv. O to sa snažia aj naše projekty.“

Ďakujeme SlovakAid, Konferencii biskupov Slovenska a všetkým jednotlivým darcom za podporu, bez ktorej by naše projekty nebolo možné uskutočniť. Nie každý sa narodil v prostredí, kde tečie pitná voda či vôbec – kde sa cíti bezpečne. Všetci sme zodpovední za budovanie spoločnosti, no rozhodnutie prijať toto pozvanie je na každom z nás. Ako sa aj počas pandémie COVID-19 ukázalo – slovami Svätého Otca: „nikto sa nezachráni sám“, nastal čas „snívať ako jedno ľudstvo“.



Stretnutie biskupa Jozefa Haľka (druhý zľava) s rodinou irackých kresťanov, ktorých dom bol opravený vďaka štedrosti slovenských darcov.

**Blažený, kto miluje druhého, „i keď by bol od neho vzdialený, tak veľmi, ako keby bol býval pri ňom.“ Pápež František, ktorý napriek nebezpečenstvu pandémie podnikol v marci cestu do Iraku, nás v encyklike „Fratelli tutti“ pozýva k priateľstvu, ktoré miluje každého bez ohľadu na miesto vo svete, kde sa narodil a kde býva. Prijmeme jeho výzvu a budme spoločne bratmi a sestrami.**

Monika Čopíková

foto: Anton Frič, Maťo Ondruš, archív SKCH

Humanitárne projekty na pomoc prenasledovaným kresťanom a utečencom realizujeme vďaka finančnej podpore SlovakAid, Konferencie biskupov Slovenska a súkromným darcom. Podporiť aktuálne prebiehajúce projekty môžete zaslaním príspevku na účet verejnej zbierky Človek v núdzi: IBAN SK93 1100 0000 0029 4546 3097.





Timothy Schmalz a jeho epické dielo Let the Oppressed Go Free zobrazujúce obeť obchodovania s ľuďmi. Zdroj Archív T.S.

## Socha ako evanjelium z hliny

Jeden z najvýznamnejších náboženských umelcov storočia, kanadský sochár Timothy Schmalz, pracoval vyše roka na znázornení témy obchodovania s ľuďmi. Jeho socha *Let the Oppressed Go Free*, v prekl. *Nechajte utláčaných vyjsť na slobodu*, bola odhalená pri príležitosti Medzinárodného dňa modlitby a povedomia o obchodovaní s ľuďmi (8.2). Je ďalším krokom k pripomínaniu, že moderné otroctvo nevyvymizlo, práve naopak.

### Zviditeľňuje neviditeľných

Socha *Let the Oppressed Go Free* znázorňuje sv. Jozefínu Bakhitu, africkú otrokyňu zo Sudánu a patrónku zotročených, ako prepúšťa obeť obchodovania z podzemia. Postavy vychádzajúce spod padacích dvier sú rôznych vekových skupín a etník, sú medzi nimi muži, ženy aj deti. Počas roka, kedy Timothy Schmalz sústredene tvaroval ich tváre a zoznamoval sa s ich príbehmi, uvedomil si, že jeho socha je možno jediná šanca, kedy sa stanú pre verejnosť viditeľnými. Ako povedal, dialóg o otroctve sa zameriava na minulosť. No veľa ľudí nevie, že práve teraz postihuje otroctvo viac osôb než kedysi. Obeť obchodovania na Timothyho soche vychádzajú nielen z podzemia – miesta neviditeľnosti, ich väzením je takpovediac ticho spoločnosti, v ktorom sa problematika obchodovania s ľuďmi ocitla.

### Cesta k zobrazeniu núdných

„Hľadám podstatné veci kresťanstva, ktoré nie sú vytesané do kameňa. Je ironické, že ani po 200 rokoch veľa z nich nebolo reprezentovaných v umení,“ hovorí známy sochár a vlastné dielo popisuje ako vizuálne preklady Biblie. Veľa z nich má silný sociálny charakter, ktorý pramení aj zo samotnej skúsenosti autora. Timothy odišiel z umeleckej školy a 4 roky žil v ústraní v opustenej továrni v Toronte. Spával na drevenej doske, ktorá mu slúžila aj ako sochárska lavička, nemal kuchyňu, len zriedkavé kúrenie a umývadlo na chodbe. To ho ovplyvnilo natoľko, že dnes vytvára diela, ktoré sa pre konzervatívnych veriacich a mnohé autority Cirkvi stávajú mierne kontroverznými.

Timothy vidí Ježiša v ľuďoch bez domova, v hladných, chorých, zúfalých utečencoch a obetiach obchodovania s ľuďmi. Jeho sochy nás pozývajú dotknúť sa rán núdneho, v ktorom sa zračí Jeho podoba, hladieť do Jeho sklopených očí alebo sa mu posadiť k nohám a byť súčasťou diela. „Historicky je Ježiš predstavený ako dokonalosť,“ vysvetľuje Timothy. „To prinieslo síce krásnu, ale uzavretú správu, že Boh sa nenachádza v slabých, znetvorených a na okraji spoločnosti.“ Preto svoje vlastné diela umiestňuje na verejných priestranstvách. Komunikujú s okolím a len málo sa podobajú posvätným sochám chrámov. Viac než dokonalosť zobrazujú lásku a „surovú“ podstatu evanjelia, ktorá sa netají ľudským utrpením, no napriek tomu ponúka nádej milujúceho tvorcu.

Asi najznámejšou je *Homeless Jesus* (v prekl. *Bezdomovec Ježiš*), plastika zobrazujúca Ježiša ako bezdomovca skrčeného pod dekou na lavičke v parku, ktorá je dnes súčasťou viac ako 100 miest po celom svete. Jej predlohou je človek bez domova, ktorého Timothy zahliadol počas vianočných sviatkov. V zobrazení z hliny stiahol deku z jeho nôh, aby odhalil rany po klinoch a lavičku predĺžil pre prisediaceho. „Zvyčajne odporúčame nedotýkať sa umeleckých diel. Prijemný priestor na lavičke však naruša bariéru medzi umením a skutočným životom.“ Keď si ľudia na lavičku naozaj prisadnú, všimnú si rany na nohách a uvedomia si, o koho ide a že Ho treba vidieť v každom človeku bez domova.





Socha Homeless Jesus. Zdroj: Archív T.S.

### Prvé dielo po 600 rokoch na vatikánskom námestí

Plastika zobrazujúca migrantov a utečencov Angels Unawares, v preklade Nevedomí anjeli, sa stala inštaláciou, ktorá po 600 rokoch ako prvá v roku 2019 doplnila vatikánske námestie. Podobne ako socha obetí obchodovania s ľuďmi, vznikla aj táto na objednávku kardinála Michaela Czerneho, ktorého starí rodičia emigrovali z rodného ČSR v úteku pred komunizmom. Ich tváre nájdete aj medzi zobrazenými postavami. Šesť metrov dlhá socha zobrazuje migrantov z rôznych období a kultúr, a tak poukazuje na to, že migrácia nie je krízou, ale súčasťou histórie ľudstva. Zdieľa silné posolstvo o ľudskej skúsenosti s migráciou, ktorá nám dovolila prežiť, hoci túto skúsenosť odmietame tým, ktorí sa podobne snažia zachrániť.



Kardinál Czerny upozorňuje na previazanosť migrácie a otroctva, pretože mnohí migranti sa stávajú obeťmi obchodníkov s ľuďmi. Zdroj Archív T.S.

### Umenie v zápase o spravodlivejší svet

Timothy Schmalz nachádza spôsob, ako komunikovať kresťanskú vieru a posolstvo súcitu verejnosti v bežnom živote, ako preniesť modlitbu z kostola na ulicu a, čo je najdôležitejšie, do praxe. Aj dnes, keď sú kostoly zatvorené, vnímame, že ak vieru striktno ohraničíme priestorom chrámu, cítime sa stratení a bez útechy. No viera sa koná vonku. Je zaznamenaná v konkrétnej láske k bližným a súcite voči trpiacim. Timothy Schmalz modeluje evanjelium v hline, buďme aj my tými, ktorí evanjelizujú skutkami.

Monika Čopíková



### Projekt STOP OBCHODOVANIU S ĽUĎMI

Projekt STOP obchodovaniu s ľuďmi zabezpečuje linku pomoci pre obeť obchodovania 0800 800 818\*, na ktorej môžete nahlásiť vaše podozrenie. Identifikovaným obeťm poskytujeme komplexný program pomoci, ktorí zahŕňa ubytovanie, zdravotnú, sociálnu, právnu, psychologickú pomoc a pomoc s návratom, ak sa obeť ocitla v zahraničí. Vykonávame školenia, napr. pre konzulov a pracovníkov polície, aby spoznali znaky obeť, ktoré sú často nútené aj ku kriminálnej činnosti, a preventívne školenia v komunitách, na ktoré sa obchodníci s ľuďmi zameriavajú najviac: vo vylúčených komunitách, zariadeniach pre ľudí bez domova a utečencov, detských domovoch, ale aj na školách a v komunitných centrách.

V roku 2020 bolo do programu pomoci pre obeť obchodovania s ľuďmi zaradených 11 nových obeť a celkovo bola poskytovaná starostlivosť 21 obeťm. Pomoc asistovaného návratu zo zahraničia na Slovensko sme poskytli 4 obeťm. Pandémia výrazne obmedzila naše aktivity orientované na prevenciu. Za rok 2020 sa nám podarilo uskutočniť 12 školení a besied pre 134 účastníkov.

**Majme oči otvorené. Zastaviť moderné otroctvo je možné len so zapojením spoločnosti, ktorá je pozorná voči utrpeniu svojich núdzných. Aj ich príbehy sú hodné toho, aby sme ich vypočuli. Viac informácií nájdete na [www.obchodsludmi.sk](http://www.obchodsludmi.sk).**

\*Národnú linku pomoci obeťm obchodovania s ľuďmi prevádzkuje Slovenská katolícka charita v rámci projektu STOP obchodovaniu s ľuďmi v spolupráci MV SR a Slovak Telekom, a.s.

Foto: Anton Frič



## V centre Prešova vám umyjú auto naši klienti

**„Hľadáte mňa?“ už vo dverách ma s úsmevom víta Tibor Hlavatý, keď vchádzam do areálu na Jarkovej ulici v Prešove, ktorý patrí miestnej gréckokatolíckej charite. Zamestnanec Domova nádeje – centra pre deti a rodiny (DoN) ma pozýva do priestorov autoumyvárne, ktorá je miestom náviku pracovných zručností klientov ako súčasť ich terapie. Autoumyváreň sa nachádza priamo v areáli DoN v centre mesta a odborní pracovníci sa v ňom venujú mužom prekonávajúcim závislosť – alkoholikom, gamblerom a narkomanom.**

Ako si pripravujem fotoaparát, oboznamujem sa s priestorom, do ktorého som vstúpila. Nachádzame sa v ručnej autoumyvárni, ktorá je jedným z 3 pracovísk na nácvik pracovných zručností klientov Domova nádeje. Okrem nej je tu ešte pneuservis s drobným servisom áut a práčovňa. „Akurát dokončujú jednu objednávku,“ vysvetľuje mi Tibor zvuk vysávača. Činnosť vykonávajú súbežne dvaja, jeden vysáva interiér, druhý sa venuje umývaniu okien. Na pracovisku nie je stabilný zamestnanec, stále prichádzajú noví. Niektorí vydržia 3 mesiace alebo polroka, niekto aj celý proces resocializácie. Mnohí sa o to pokúšajú opakovane. Hoci podstúpili odbornú liečbu, zďaleka to nie je koniec a skutočný boj začína až po návrate do života. „Človek, ktorý pije 10 rokov, nemôže o sebe povedať, že po 3 týždňoch detoxikácie či 3 mesiacoch liečby je už stabilizovaný. To je iba teória. Až potom príde do praxe – resocializácie a následne do svojho prostredia,“ objasňuje Tibor.

**„Človek, ktorý pije 10 rokov, nemôže o sebe povedať, že po 3 týždňoch detoxikácie či 3 mesiacoch liečby je už stabilizovaný. To je iba teória. Až potom príde do praxe – resocializácie a následne do svojho prostredia.“**

Práca je dôležitou súčasťou resocializácie. Nie každý je však uschopnený vykonávať nácvik v autoumyvárni alebo autoservise. Podľa zdravotného stavu a osobných predpokladov sú klienti zaradení aj do práčovne alebo kuchyne. „Muži, ktorí okúsili závislosť, strácajú pracovné návyky, strácajú režim bežného života. Postupne ich prinavraciame do spoločnosti, až začnú vytvárať hodnoty. To vedenie je individuálne a špecifické u každého jednotlivca, záleží od rozsahu závislosti.“

Nácvik pracovných zručností začína od 8.00 do 12.00, od pondelka do soboty. Po obedňajšej prestávke pokračuje od 12.30 a končí večer o 18.00. Zákazníci sa nahlasujú telefonicky, prípadne osobne. Aj počas nášho rozhovoru zavola Tiborovi záujemca o umytie automobilu. Ten si hneď objednávkou zapisuje. „Umyvame

rôzny typy áut – malé, stredné i veľké, aj dodávky. V ponuke máme tiež doplnkové služby podľa požiadaviek zákazníka – tepovanie sedadiel, umytie podvozkov a ďalšie. Dôležité je, aby nám zákazník jasne pomenoval, akú službu chce. Našou povinnosťou je vysvetliť mu pri istých úkonoch, čo je a čo nie je vhodné vykonať a prečo.“

## Zákazníci sú prekvapení, ale príjemne

Vykonávaním pracovných úloh si klienti obnovujú vzťah k práci, komunikáciou so zákazníkmi vzťah k ľuďom. Sú vedení k tomu, aby šetrne zaobchádzali s autom zákazníka a uvedomovali si zodpovednosť, ktorú získavajú. „Keď som tu nastúpil pred 16 rokmi, nevedel som pochopiť, čo vlastne vyžaduje klasická autoumyváreň v spojení s nácvikom pracovných zručností.

Pochopil som, že tu nie je dôraz kladený na umývanie áut, ale na človeka, ktorý nezvláda svoj osobný život. Klienta nenechávame iba pracovať. My musíme vytvoriť niečo zmysluplné, čo pomáha aj tomuto zariadeniu, ale aj samotnej klientele,“ vysvetľuje mi so záujmom môj sprievodca. Klienti DoN sú vďační, lebo majú zmysluplnú činnosť, vidia aj spokojnosť zákazníka a pravidelný pracovný čas ich pripravuje na návrat do reality. Autoumyváreň je na trhu minimálne 20 rokov a podľa Tibora má vybudované dobré meno.

„Prichádzajú k nám ľudia, ktorí nás chcú podporiť, potom sú takí, ktorí prídu ako do klasickej autoumyvárne. Keď im hovoríme, že ponúkané služby poskytujú samotní klienti Domova nádeje, sú prekvapení. Ešte o nás nepočuli. Aj takto svojím spôsobom robíme osvetu.“



## Klub Kahan

Od roku 2003 funguje pri Domove nádeje Klub Kahan – klub alkoholikov hľadajúcich abstinenciu. Ide o podporný klub pre abstinujúcich od návykových látok a ich rodinných príslušníkov, ktorí potrebujú porozumieť problému závislosti a spoluzávislosti. Členovi klubu ponúkame emočnú podporu v ťažkostiach, racionálne konzultácie problémov a šírimo myšlienky abstinentského spôsobu života. Stretnutia Klubu Kahan prebiehajú každý štvrtok od 16.00 do 18.00 v priestoroch Domova nádeje – centra pre deti a rodiny na Jarkovej ulici č. 79 v Prešove. V období pandémie ochorenia Covid-19 sú osobné stretnutia pozastavené, avšak sociálni pracovníci DoN poskytujú krízové poradenstvo naďalej telefonicky.

---

**„V rámci zariadenia máme naozaj krásne výsledky. Muži, ktorí už boli odpísaní na zánik alebo boli bezdomovcami, sa opätovne prinavrátili do života. Jeden z nich bol ocenený Prešovským samosprávnym krajom, druhý podniká v rámci automobilového priemyslu...“**

---

Postupne prechádzame areálom až k pneuservisu a drobnému servisu áut. Pneuservis ponúka kompletne pneuservisné služby pre údržbu pneumatík a kolies osobných automobilov. V drobnom servise vykonávajú klienti domova bežnú údržbu áut a drobné opravy pod odborným dohľadom. Zastavíme sa ešte pri novej prístavbe nad pneuservisom. Zamestnanci a klienti DoN využili čas

pandémie zmysluplne. Pod vedením pracovníkov nácviku pracovných zručností a vedúceho zariadenia svojpomocne začali budovať nové priestory, od prvých výkopových prác cez betónové a murárske práce až po strechu. Stavbu sa podarilo realizovať aj vďaka dobrodincom, ktorí pomohli so stavebným materiálom. Službiť bude pre potreby Grécko-katolíckej charity Prešov.

## Päť krokov k uzdraveniu

Proces resocializácie v DoN má 5 fáz. Ak klient vydrží prvú až štvrtú fázu, čo trvá 12 až 15 mesiacov, postupne prechádza do bežného života. Následne tu môže stráviť ešte pol rok v rámci piatej fázy. Pracuje už mimo zariadenia, ale zúčastňuje sa večerných skupín a individuálnych stretnutí. Postupne si šetrí na nový štart a zvyká na samostatný život.

Sociálni pracovníci Gréckokatolíckej charity Prešov pomáhajú klientom, ktorí sú závislí. Ukazujú im, že cesta k novému životu existuje, no je potrebné, aby sa človek sám rozhodol pre dlhodobú zmenu a abstinenciu. Že sa to dá, potvrdzuje aj bývalý alkoholik a narkoman Ján. „Kým som sem neprišiel, žil som nenormálny život. Alkohol a drogy ma pohltili až tak, že som si párkrát siahol na život. Tu ma prijali takého, aký som. Zaujímavé je, že tak ako som sa začal uzdravovať ja, tak sa začali uzdravovať aj ostatné rodinné vzťahy,“ zveril sa mladý muž, ktorý dnes vďaka Charite žije plnohodnotne.

## Ukázať cestu má zmysel

Ak sa ešte pýtate, či má práca so závislými význam, odpoveďou vám môže byť 16 rokov praxe pána Tibora. „Za celé tie roky mojej praxe prešlo zariadením veľmi veľa klientov. Viem, že títo ľudia potrebujú našu pomoc. Naša spoločnosť im totiž vôbec nerozumie, niekedy kategorizuje, inokedy odsudzuje,“ vysvetľuje a je poznať, že hovorí aj z vlastnej skúsenosti. „V rámci zariadenia máme naozaj krásne výsledky. Muži, ktorí už boli odpísaní na zánik alebo boli bezdomovcami, sa opätovne prinavrátili do života. Jeden z nich bol ocenený Prešovským samosprávnym krajom, druhý podniká v rámci automobilového priemyslu, nehovoriac o ďalších. Nie sme tu na to, aby sme ich odpísali, ale aby sme im ukázali, že sa dá žiť aj inak, inou formou, inou charizmou. Služba lásky, ktorá týmto ľuďom pomáha pri procese ich návratu do spoločnosti, je veľmi hlboká.“

**Veronika Futejová**

Gréckokatolícka charita Prešov  
foto: archív GrCHPo

# Vaše 2 % premieňame na pomoc ľuďom v núdzi



Vďaka 11. ročníku Zbierky školských pomôcok sme zozbierali **55 000** nových aj použitých, no zachovalých **školských pomôcok a elektroniky** a odovzdali školám a rodinám v zlej sociálnej situácii.



Identifikovaním detí z najchudobnejších rodín, ktorým následne poskytujeme dlhodobú pomoc a podporu, pomáhame sprístupňovať **vzdelanie pre 6 500 detí** na Slovensku aj v zahraničí.



Vďaka partnerom a darom do potravinovej zbierky sme v období pandémie, kedy mnohí prichádzali o svoje živobytie a istoty, distribuovali **105 ton potravinovej pomoci** a hygienických potrieb ľuďom, ktorých pandémia zasiahla najviac.



Spojili sme sily a spoločne s pracovníkmi farských charít sme ušili a distribuovali **5 000 rúšok** desiatkam rodín v našom okolí a vo vylúčených komunitách a zariadeniach pre seniorov.



SLOVENSKÁ KATOLÍCKA  
**Charita**

**Aj Vaše 2 % môžu pomôcť organizácii, ktorej systém podpory je adresnejší než obmedzená pomoc štátu a stojí na ľuďoch, ktorým na pomoci naozaj záleží. Vyberte si Slovenskú katolícku charitu alebo jednu z desiatich diecéznych a arcidiecéznych charít, ktoré pomáhajú po celom Slovensku, a staňte sa súčasťou príbehu pomoci našich núdnych.**



**500 dobrovoľníkov** z celého Slovenska sa zapojilo do aktivít Charity. Aj s ich pomocou sme dokázali koordinovať najväčšiu zbierku pomôcok pre deti z chudobných rodín a najväčšiu potravinovú zbierku na Slovensku.



Aby bola pomoc čo najcitlivejšia a aby sme mohli čo najlepšie identifikovať potreby núdnych, zakladáme po celom Slovensku Farské charity ako lokálne jednotky pomoci dobrovoľníkov. Charitnú „záchrannú“ sieť aktuálne tvorí **59 farských charít** po celom Slovensku.



Na ceste k núdnym strávili naši kolegovia nemálo hodín a až **60 000 kilometrov**. Prinášali im potravinovú a hmotnú pomoc, zdravotné pomôcky, pomôcky pre deti, aby sa mohli ďalej vzdelávať. Často sme sa tak aj my ocitli v prvej línii boja proti nákaze a informovaní ľudí, ako sa chrániť.

Slovenská katolícka charita pomáha seniorom, nevyliciteľne chorým a zomierajúcim, ľuďom s telesným alebo duševným postihnutím, opusteným deťom, sociálne slabým rodinám, týraným ženám, ľuďom bez domova a ľuďom zasiahnutým vojnou. Sme najväčšou charitatívnou organizáciou na Slovensku, no pandémia ohrozuje aj nás a pretrvanie našich zariadení, v ktorých ročne pomôžeme približne 24-tisícim ľuďom. Podporiť nás, aby sme aj naďalej mohli stáť blízko pri človeku, môžete aj Vy.

**Potrebné tlačivá a viac informácií nájdete na stránke Slovenskej katolíckej charity a webových stránkach diecéznych a arcidiecéznych charít.**