

Město Litoměřice, neziskovky i příspěvkové organizace spolu v „Roce důstojnosti“

Víte co je ROK DŮSTOJNOSTI? Je to kampaň, která byla zahájena letos v lednu na několika místech v ČR při pietním setkání k uctění památky mentálně postižené klientky Doroty Š., která byla zavražděna. Rok důstojnosti má upozornit na životy lidí s mentálním postižením, kteří jsou často ohroženi. Iniciátorem je sdružení Děti úplňku. Město i litoměřičtí poskytovatelé sociálních služeb podporují myšlenky a cíle Roku důstojnosti. Společně s rodinami připravují besedu v Knihovně K. H. Máchy 1. 11. 2023 pro širokou veřejnost, kde se dozvíme, jak se jim žije.

V našem regionu byla po desetiletí typická vysoká koncentrace ústavů, kde žili lidé s postižením v izolaci od běžné společnosti. Byli pro ostatní neviditelní. V posledních letech probíhá proces transformace, jehož cílem je handicapované začlenit do běžné společnosti. Mnozí lidé s postižením opustili velkokapacitní ústavy. Zvykli si na život v našem městě. Stalo se jejich domovem a my jejich sousedy. V samostatném životě jim pomáhá řada sociálních služeb. Jsou to v Litoměřicích Centrum Srdíčko, Centrum sociální pomoci, Diakonie ČCE a NADĚJE. To vše funguje ruku v ruce s podporou a zájmem Města Litoměřice.

Litoměřice

Lidi s handicapem potkáváme na ulicích, v obchodech, cestují veřejnou dopravou... Mnozí tu našli zaměstnání.

Možná jste si ani nevšimli, že vás například obsluhují v oblíbené čajovně Hóra nebo Palačinkárně.

Ne vždy jsou lidé s handicapem přijímáni. S předsudky a odmítáním jinakosti se zde můžeme potkat stejně jako všude jinde. Ale respekt a podpora veřejnosti převažuje. Díky za to!

V následujících řádcích Vám přinášíme čtyři příběhy našich spoluobčanů.

JSEM TAKOVÝ, JAKÝ JSEM

Jmenuji se David, jsem dospělý muž s mentálním i zdravotním postižením a potřebuji permanentní péči druhé osoby.

Vzhledem ke svému handicapu se bez podpory neobejdu. Mám štíhlou postavu, jsem prototypem metafory „samá ruka a samá noha“. Mé dlouhé ruce nikdy neudrží v klíně, a tím pádem jimi křečovitě rozhazují. Nohy tak hbité ale nemám, a proto chodím s pokrčenými koleny. Pokud se chci někam na pár metrovou vzdálenost přemístit, potřebuji, aby mi vždy někdo pomohl. Na delší vzdálenosti používám invalidní vozík, který ale musí někdo strkat. Neumím mluvit a vydávám pouze citoslovce. Vyšší tóny vyjadřují moji nelibost, nižší tóny jsou projevem souhlasu a radosti. Připouštím, že někdy jsem až urputný a pokud něco vehementně chci, dokážu to dát najevo a prostě neustoupím. Strávuji se tak, že mi okolí zajistí jídlo a někdo mne musí nakrmit. Napíjí se sám, ale jen z menší láhve, jelikož sklenici mě spastické ruce drží špatně a jsem poté celý poltý. Nejsem schopen se sám umýt, učesat, oholit či vyčistit si zuby. Nejhorší je, když mne něco bolí či mi něco je, neboť neumím říct, co mne trápí. A když mě bolely zuby, byla to přímo katastrofa! Museli mě v nemocnici uspat, jinak

jsem se ošetřit nenechal... Teď už žádné zuby nemám, tak mám klid. Nemyslete si, že se jen tak, jako beránek nechám ostříhat, oholit, ostříhat nehty či vyšetřit u lékaře. To se se mnou musí umět, abych nějak spolupracoval. Po nákupech jezdím tuze nerad a nějaké zkoušení oblečení, to ať po mě nikdo nechce. Bydlím u svých báječných rodičů a mám ještě dva sourozence, kteří se již osamostatnili a založili si své rodiny. Chodí mne navštěvovat i se svými dětmi. Jsem sice jejich strýček, ale někdy neodolám a rošťácky neteře zatahám za vlasy a taky štípnu. Matka se o mne pečlivě stará, a proto jí soud určil, že má být mou opatrovník, která má hájit moje práva a zastupovat mne v důležitých věcech. Dělá to dobře, je jako lvice, která chrání své mládě. Musím se přiznat, že často v noci nespím, a tím pádem ani moji rodiče. Ač nevyspal, vždy mi ráno milým pohledem probdělé noci odpouštějí. Pokud to jde, tak mě rodiče téměř každý den vozi do sociální služby denní stacionář v Centru Srdíčko, kde trávím čas se svými vrstevníky a je mi tam dobře. Horší to ale je, když rodiče potřebují na pár dní někam sami odjet. To pak řeší Nerudův problém: „Kam s ním?“. Přesto přese všechno jsem rodiči milován a i okolí mám co nabídnout. Můj úsměv je jako pohazení



a mé modré oči jsou jako rozkvetlé pomněnky. Když se zasměji, pro okolí není jiná možnost, než mi úsměv vrátit úsměvem svým. A když mi někdo vypráví nějaké příběhy či pohádky, tak to jen tiše naslouchám a vyprávěčům dávám najevo, jak jsem jim vděčen. Rád pozoruji, co se děje v mém okolí a zkoumavě hledím. Častokrát i vidím kolem sebe lidi, kteří nevědí, jak se ke mně mají chovat, jak na mě mají mluvit a dokonce někdy potkávám i osoby naprosto lhostejné, které dělají, že neexistují. Lidi, prosím vás, radím Vám dobře, chovejte se naprosto normálně a přirozeně, vždyť jsem člověk z masa a kostí, jako vy všichni.

Tuto charakteristiku za mě napsala paní ředitelka z Centra Srdíčko se souhlasem mé matky, jelikož já neumím číst ani psát, ale jak se shora píše, mám zase jiné kvality!

Denní stacionář
v Centru Srdíčko Litoměřice

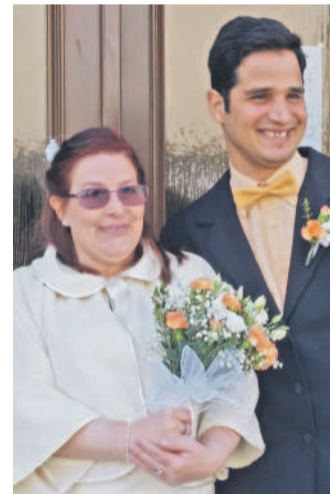
ŽIVOTNÍ PŘÍBĚH

Pan František žil od malička v ústavních zařízeních, nejdříve v kojeneckém ústavu posléze v domově sociální péče. Nabídku bydlet v chráněném bydlení zprvu zvažoval, protože si nebyl jist, jestli starost o domácnost a svoji osobu zvládne.

Jeho hyperaktivita a snaha se všechno rychle naučit přinesla svoje ovoce. František si za pomoci asistentů velmi rychle uvědomil, co to znamená vést domácnost. Prováděl tak nácvik nákupu potravin, drogerie, osobního oblečení. Nejdříve připravoval jen večere a snídaně a teď už umí uvážit i hlavní jídlo, hlavně řízek a bramborový salát. Umyje nádobí, vyčistí koupelnu, srovná si věci do skříně, které si před tím vyperá a vyzehlí. Pravda je, že úklid domácnosti zrovna nepatří k jeho oblíbeným činnostem. V ústavěch se o úklid staraly uklízečky, vařily kuchařky a prádlo zajišťovaly pradelny. Nejtěžší bylo hospodaření s penězi, velmi dobře tak fungovalo měsíční sestavování finančního plánu.

Zprvopočátku pro něho nebylo ani jednoduché komunikovat s lidmi v okolí. Z ústavu vždycky jezdili s doprovodem

a komunikaci tak s ostatními lidmi, zajišťovali pokaždé zaměstnanci. Postupně se, ale jeho ostych vytrácel a František si získal pár kamarádů. Za jedním dokonce jezdí domů a navštěvuje ho ze jména o svátcích. Díky tomu se naučil jezdit sám vlakem i autobusem, na internetu si umí vyhledat, jak mu jednotlivé spoje jezdí. V tu chvíli bylo i jednodušší pro něho získat pracovní uplatnění na běžném



trhu práce. Nejdříve pracoval v Domově na svobodě v Čížkovicích odkud do služby chráněného bydlení přišel, pracoval tam jako pomocný

kuchař. Moc se mu tam líbilo a rozhodně odmítal pracovat kdekoli jinde. Po té ale přišla nabídka pracovat v McDo-nald's a František už věděl, že tam úspěšně pracuje jeho kamarád, který přišel do chráněného bydlení z tétoho ústavu. Pracovní nabídku přijal a nyní tam již pracuje 3. rokem.

V osobním životě se mu také hodně daří. Má svoji přítelkyni, se kterou bydlí v garsonce. Zasnoubili se, jezdí spolu na rekreace, chodí na večere do restaurací, do kina, kupují si navzájem dárky. Jeho velkým koníčkem je sport, vyniká v cyklistice, plavání, baví ho potápění. Studuje v Euroinstitutu Praha od září již třetím rokem obor úklid a výpomoc. Miluje dovolené v zahraničí, hlavně u moře, protože se chce hodně opálit a vypadat jako černoch.

František říká, že tak žije spokojený život. O svém životě si rozhoduje sám, kdy bude vstávat, jíst, chodit za kamarády, nakupovat si, uklízet, s kým se bude bavit, to všechno je jen na něm samotném a tak to má rád. Děkuje všem, kteří mu pomohli na cestě k zodpovědnosti a děkuje i všem litoměřickým, že tu může bydlet.

Chráněné bydlení v Litoměřicích

JIRÍ – CESTA K SAMOSTATNOSTI



Kdysi před lety přišel Jirka do Diakonie jako uzavřený, nasmělý kluk. Každý den dlouho postával před dveřmi a sbíral odvahu vejít do domu. Stejně tak sbíral odvahu k tomu, aby dokázal promluvit s lidmi kolem sebe.

Z nasmělého kluka je dnes mladý muž. Ale zvládnout vše, co sebou život nese, ho někdy stojí hodně sil. Na své životní cestě si nese velký batoh. Jsou v něm krásné poklady jako: pracovitost, zručnost, pečlivost, starost o své blízké. Najdete v něm ale i těžké balvany. Jirka se lehce přetížil, je citlivý na hluk. Třeba takové dveře od výtahu, které jíní časem přestanou vnímat, Jirku pokaždé vyruší a berou mu klid. Sejde-li se najednou více



lidí, potřebuje, aby mluvil vždy jen jeden, protože překřikování je pro něho náročné na pozornost. Když je toho na něj moc, přichází emoce, se kterými se stále učí pracovat. Mívá vztek a pocity, kterým sám nedokáže porozumět. V těchto situacích potřebuje velkou podporu, trpělivost a provést tím, co se mu zrovna v životě děje. Takové průvodce získal Jirka v roce 2010, když se nastěhoval do chráněného bydlení Diakonie. Začala jeho spletitá cesta, začal se učit novým dovednostem, poznávat své potřeby a spolu s pracovníky služby začal dělat velké pokroky.

A tak se mohl přestěhovat do vlastního bytu, kde ho doprovází terénní služba Diakonie – Podpora samostatného bydlení.

Byt si Jirka mohl pronajmout díky Městu Litoměřice, který Diakonie užívá jako startovací. Velmi cenná je i spolupráce s Městem, které zajišťuje údržbu domu. Pro pohodu Jirky je hodně důležitá. Potřebuje mít svůj domov v pořádku.

Jirka, stejně jako my všichni, potřebuje cítit radost z toho, že něco zvládá a někam patří. Například uklídit si byt, koupit si něco hezkého na sebe, mít smysluplnou práci a v ní partáky, na které se může spolehnout. Zkrátka nebýt na radosti a těžkosti života sám. A my pracovníci, když pochopíme, co jsou stresové momenty, jsme hned o krok dál. To se pak povede přestěhovat Jirku od hluchých výtahových dveří.

Diakonie Litoměřice

PŘÍBĚH JAROMÍRA Z NADĚJE

Jaromír každý den prochází litoměřickými ulicemi a pozorně sleduje městský ruch. Po deseti letech v našem městě se zde cítí skoro stejně dobře jako v Praze, kde dříve žil.

Velká změna pro Jaromíra nastala před dvaceti lety. Jednoho letního večera nasedl na kolo před restaurací, kde oslavoval narození prvního syna. Kolo se však v kopce rozjelo příliš rychle a v zatáčce se stalo neovladatelným... Jaromír se ocitl v nemocnici s vážným poraněním hlavy. Čtyři měsíce strávil v bezvědomí. Lékaři zjistili rozsáhlé následky po úrazu mozku: poškozené řečové centrum, částečné ochrnutí, poúrazovou epilepsii. Po náročné rekon-

valescenci se jeho stav zlepšil, Jaromír se o sebe uměl postarat, ale přišel o řeč. Po dlouhé době byl schopen říct alespoň dvě důležitá slova: ANO a NE. S jejich pomocí a posunků se s lidmi obstojně domluví.

Po mnoha měsících se Jaromír vrátil domů. Ale život po úraze nebyl snadný ani tady. Rodina se dostala do finanční tísně. Jaromír nesplňoval podmínky pro invalidní důchod. Jediný příjem, sociální dávky, na běžný život rodiny nestačily. Po narození druhého syna se manželství rozpadlo. Jaromír odjel do Prahy. Dostal se na úplné dno. Zůstal na ulici - sám bez schopnosti mluvit.

Při bezcílném potulování ulicemi hlavního města narazil na středisko NADĚJE poblíž

hlavního nádraží. Mohl se najíst, umýt, ale hlavně dostal možnost ubytování v azylovém domě NADĚJE v Radotíně. V azylových zařízeních NADĚJE v Praze nakonec Jaromír strávil 10 let. Když v roce 2013 litoměřická NADĚJE otevřela nové chráněné bydlení pro osoby se zdravotním postižením, našel zde Jaromír nový domov. Žije zde dodnes. Má svůj pravidelný, poklidný program - dlouhé procházky po městě, nákupy oblíbených mléčných výrobků, čtení denního tisku, popíjení kávy. Nejspokojenější je ale doma v chráněném bydlení, kdy hraje s pracovníky a spolubydlicími karty. Někdy vyhrává a někdy ne. Stejně jako v životě...

Středisko Naděje Litoměřice

