

Časopis

Jaro 2023

Žitná





2

Obsah

Stalo se str. 2

- Piknik pro lidi bez domova
- Den otevřených dveří
- Vítání adventu ve Smečkách
- Vánoce u nás
- Vánoční pozvánka
- Kamino diář

Jdeme do finále str. 12

- Štěstí lze nalézt i v těch nejtemnějších dobách
- Dlouhá společná cesta
- Hledej v člověku strom: hluboké kořeny, pevný kmen a košatou korunu

Nebojte se zeptat str. 16

- Co jste si říkali, když jste se ocitli na ulici?
- Kde jste nejčastěji přecházeli noc?
- Přijde mi, že život na ulici může být nebezpečný, báli jste někdy?
- Myslíte si, že se člověk může dostat z ulice i bez cizí pomoci?

Očima klientů str. 20

- „Můj životní restart.“

Profesní okénko str. 24

- Čím chtěli být v dětství pracovníci Kamino Centra

Kamino Centrum str. 30

- Patronství

Poetické okénko str. 34

Z našeho Vaření str. 38

- Jarní palačinka
- Salát se ztraceným vejcem

Z našeho Ateliéru str. 42

- String art

Slovníček bez domova str. 44

Bludiště




24



38



42

 Farní charita
Praha 1 – Nové Město

Časopis Žitná vydává



Odpovědná osoba

Bc. Marie Palasová, DiS.

734 789 317

komunitko@zenyvhrozeni.charita.cz

Redakční rada

Šéfredaktorka

Adéla Černá, DiS.

Foto redaktor

Alžběta Faltejsková

Ing. Andrea Kubištová

Dana Hamza

Karolína Čiháková, DiS.

Ilustrace, grafická úprava

BcA. Dávid Kurňavka

DTP

Zdeněk Kalenský, DiS.

Korektorka

Mgr. Alžběta Vintrová

Autoři příspěvků

AB, AČ, AF, AK, AV

DH, DJJ, DO

IP

JF, JK, JT, JS, JV

KŠ

LB

MG, MM, MP

NŽ

PJ, PŠ

RN

TČ, TZK

VH

Adresa redakce

Farní charita Praha 1 – Nové Město

Kamino centrum

Žitná 35

110 00 Praha 1

www.programmari.cz

FB: Kamino Centrum

Registrační číslo projektu:

CZ.03.2.X/0.0/0.0/20_139/0017193

Milí čtenáři,

do rukou se vám dostalo jarní číslo časopisu Žitná. Hlavním tématem celého čísla je jarní restart. Díky tomu si v rubrice Očima klientů můžete přečíst články na téma Můj životní restart nebo si podle rubriky Z našeho Vaření připravit výborné palačinky s jarním salátkem. Pokud se vám bude chtít tvořit, vyrobte si podle návodu v rubrice Z našeho Ateliéru krásné obrazy pomocí techniky String Art.

V rubrice Stalo se zjistíte, jaké nejrůznější akce a události se u nás odehrály, a v rubrice Profesní okénko nahlédnete do pracovních životů zaměstnanců Kamino Centra. Určitě si také nezapomeňte udělat kvíz, abyste zjistili, jak dobře se vyznáte v pojmech, které používají lidé bez přístřeší.

Číslo, které právě držíte v rukou, je posledním číslem časopisu Žitná. Projekt Kamino Centrum, díky kterému jsme časopis vydávali, bude v červnu roku 2023 končit a s ním končí i časopis. Velmi ráda bych proto na těchto řádkách poděkovala všem, kteří se do jeho tvorby zapojili. Opravdu, bez každého jednoho z vás (nás) by časopis nemohl vycházet. A především děkuji vám čtenářům za to, že svým zájmem pomáháte snižovat a bořit stereotypy, které mohou ve společnosti panovat.

Děkujeme

A handwritten signature in black ink that reads "Adéla Černá".



Stalo se

Cílem této rubriky je informovat vás o událostech a akcích, které se u nás v Kamino Centru (případně ve Farní charitě Praha 1 – Nové Město) odehrály. Uplynulé období bylo na tyto události velmi bohaté a rozmanité. Přečtěte si, jak se Kamino Centrum účastnilo Pikniku pro lidi bez domova, jak spolupředalo akci Zažít Smečky jinak, jak se vydařil vánoční oběd. A také se společně se zaměstnanci můžete ohlédnout za uplynulým projektem.

Piknik pro lidi bez domova

Do Kamino Centra jsem nastupovala začátkem září roku 2021. Pár dní nato se konal Piknik pro lidi bez domova, který pořádá Sociální Perpetuum Mobile ve spolupráci s organizací Místní místním a dalšími. A já si řekla, že letos už to nestihneme, ale příští rok bych tam chtěla být.

A tak jsem v květnu následujícího roku kontaktovala hlavu, srdce, ruce i nohy celé akce – Markétu Zelinkovou, které se neřekne jinak než Zelí. V létě proběhla schůzka, slovo dalo slovo a potvrdily jsme si naši účast na 7. Pikniku (nejen) pro lidi bez domova, který se konal v sobotu 10. září v Přístavu 18600.



Jak říká Zelí, tato akce spojuje světy. Stojí na vzájemnosti, setkávání se s lidmi, sdílení, jídle, hudbě... My jsme dosavadní podobu Pikniku rozšířili o tvůrčí činnost. V našem Kreativním stanu jsme s účastníky malovali na látkové tašky a trička. Potkali jsme známé tváře, poznali nové. Za mě to byla pro svou jedinečnou a nezaměnitelnou atmosféru jednoznačně nejlepší akce, kterou jsme spolupředali. Detaily vám tady ale popisovat nebudu, to se prostě musí zažít.

Počasí nám přálo, a tak jsem si s kolegy Danem a Danuš užili poslední záchvěvy letních vibrací z podzimního slunce, které sem tam vystřídal pár kapek deště. A u nás bylo pořád plno. Kdo nemaloval na tašky, přispěl svým výtvozem do společného obrazu, který zůstal organizátorům jako vzpomínka na sedmý ročník této vydařené akce.

Nejvíce mě pak potěšilo, když někteří lidé z Pikniku zavítali k nám do Kamino Centra. Vnesli mezi nás trochu toho zářijového veselí, a i u nás zavládla ta jedinečná atmosféra z onoho dne.

MP





V roce 2022 Kamino Centrum navázalo spolupráci s organizací Pohoda, z. ú., a přidalo se tak ke spolupořádání akcí pro veřejnost. První akce, Zažít Smečky jinak, proběhla 17. 9. 2022 a Farní charita Praha 1 - Nové Město pojala tento den jako den otevřených dveří. Druhá akce se konala 1. 12. 2022 a jednalo se o Vítání adventu ve Smečkách. K průběhu obou akcí se vyjádřila paní ředitelka a naše kolegyně.

Den otevřených dveří

Bylo sobotní ráno a já jela do práce. Bylo nevlídno, foukající vítr obracel můj deštník naruby a do tváře mi narážel studený déšť. Co se stalo? Vesmíre, jaké jsi nám nachystal počasí zrovna dnes? Změň to, nebo nikdo nepřijde. Bylo 17. září 2022 a my jsme měli, v rámci akce Zažít Smečky jinak 2022, den otevřených dveří. Původně to měl být pouze program Kamino Centra. Nakonec se připojily všechny služby. Když jsem dorazila, někteří kolegové si už v práci připravovali věci na jedenáctou hodinu, kdy jsme oficiálně začínali. Vyndali jsme na ulici roll-up s naším logem. Hned po zavření dveří se do něj opřel vítr a práskl s ním na ulici těsně za procházejícími cizinci.

Takhle divně to začínalo...

Kolegové přichytili roll-up napevno a pustili se do dalších příprav. Každá služba měla své zástupce, kteří veřejnosti prezentovali poslání služby. Pozvali jsme také naše klientky a klienty, aby se do celé akce zapojili s námi. A oni se opravdu zapojili, přišli už před oficiálním zahájením a pomáhali chystat jednotlivá stanoviště a stoly s ukázkami své práce z aktivit v Kaminu.

Před kavárnou Bílá vrána umístilo Kamino Centrum náš první stánek, kde si návštěvníci malovali kamínky. Tady to bylo nejnáročnější. V dešti a zimě se střídaly party pracovníků s klienty, aby nikdo nevymrzl příliš. První část prohlídky uvnitř měli nachystanou pracovníci terénní služby Program Máří. Připravili si figurínu, kterou oblékli do typického oblečení našeho „teréňáka“. Na ukádku vytvořili vzorový balíček potravinové pomoci. Díky tomu si návštěvníci dokázali představit, co potřebným lidem nosíme na místa, kde pomoc pravidelně rozdáváme. A také vymysleli interaktivní hru s tématem, co bych dělal, kdybych se ze dne na den ocitl na ulici.



Poté se návštěvníci dostali do nejmenší kanceláře na světě, kde jsem je seznámila s chodem celé organizace. V druhé části na ně čekala tři stanoviště: malování na tašky, malování písmem a enkaustika (malování voskem a žehličkou). Chodbou lemovanou stoly s vystavenými pracemi našich klientů prošli do Nízkoprahového denního centra pro ženy. Zde si návštěvníci vyzkoušeli metody práce, které sociální a komunitní pracovníci využívají při práci s klienty.



Na návštěvníky také čekaly dvě naše klientky, aby jim vyprávěly svůj životní příběh. V Nízkoprahovém denním centru jsme připravili sladké pohoštění, které den předem upekli klient Kamina s naším kolegou. Měli jsme uvařenu teplou kávu a čaj. Všechno bylo skvěle připravené a my jsme právě včas otevřeli.

Bylo to zajímavé. Počasí, že by psa nevyhnal, a k nám v pravidelných vlnách přicházeli další a další návštěvníci. V některých chvílích se úplně všude pohybovali cizí lidé, v místnostech to šumělo a ozýval se smích. Bylo to hezké. Pokládaly se otázky a přicházely odpovědi, na stanovištích se mísili malující a jinak tvořící rodiny s dětmi a naši klienti, všichni pili kávu a čaj, jedli domácí buchty. Venku bylo příšerně a u nás krásně.

Šla jsem k sobě, že si ještě udělám přípravy na příští týden. Sedla jsem si za stůl, koukala z okna na dvorek a znovu cítila, proč to tady mám tak ráda. Proč mám ráda své kolegy, kteří dělají potřebnou práci. A cítila jsem za to všechno vděčnost. V duchu jsem poděkovala a znovu vyhlédla ven. Před chvílí zataženo a šňůry deště a teď, právě teď se objevil paprsek slunce a posvítil si na náš dvorek. Vyfotila jsem si to. A pak jsem jen seděla, dívala se ven a usmívala se. Díky, Vesmíre...

AK



Vítání adventu ve Smečkách

Ve čtvrtek prvního prosince se naše Kamino Centrum podílelo na akci Vítání adventu ve Smečkách. Návštěvníci akce se sešli v kavárně Bílá vrána, kde se nejprve ve výloze rozsvěcel Betlém, a následně se odtud vydali na lampionový průvod okolím.

My jsme zatím společně s našimi klienty připravovali v prostorách Kamino Centra a nízkoprahového denního centra tvořivé dílny a čekali jsme, až u nás lampionový průvod zakončí svou cestu. Na první stanoviště jsme nachystali výrobu svíček z včelího vosku ve sklenicích a zdobení jejich víček ubrousky s vánoční tematikou. Na dalším stanovišti si návštěvníci vytvořili vánoční přáníčka pro své blízké a u posledního stanoviště jsme navlékali hvězdičky z barevných korálků, kterými si pak návštěvníci mohli ozdobit svůj domov nebo i přímo vánoční stromček.

Všichni jsme společně strávili příjemných pár hodin, kdy jsme vyráběli, pobavili se spolu a u toho jsme se občerstvovali teplými nápoji, které pro nás nachystala kavárna Bílá vrána. A kromě hezkých chvil a výrobků jsme si domů odnášeli i vánoční atmosféru, na kterou jsme se během večera naladili.

AF



8

Ve Farní charitě Praha 1 - Nově Město každoročně pořádáme pro naše klientky a klienty vánoční oběd. Přečtěte si, jak vypadal ten loňský, z pohledu zaměstnanců i klientky. My jen doplníme, že v roce 2022 jsme pozvali celkem 30 klientek a klientů, tedy žen a mužů bez přístřeší.

Vánoce u nás

Vánoce jsou tradiční křesťanské svátky připomínající narození Ježíše Krista. Pro nás jsou to také sváteční dny, které trávíme pohromadě s rodinou a přáteli, díváme se na pohádky a jíme bramborový salát.

Jelikož většina žen a mužů, kteří využívají naše služby, nemá takové štěstí, připravili jsme pro ně, jako již tradičně, příjemné odpoledne, během kterého budou mít pocit pravých Vánoc, jak je všichni máme rádi.

Celý tým naší Farní charity se sešel a vše jsme společně naplánovali.

Začali jsme dárečky. Díky našim dárcům jsme připravili opravdu bohaté balíčky, které udělaly radost, a o to nám jde. Dělat radost. Dalším krokem k perfektnímu dni bylo pečení cukroví. Toho se chopili sami návštěvníci Kamino Centra. Pečení nám krásně provonělo naše prostory a připravilo tu pravou vánoční atmosféru.

Den předem jsme připravili bramborový salát, aby se stihl odležet. Doufali jsme, že nám ho nesní charitní skřítko (čti kolega Jonáš). V den charitních Vánoc jsme se všichni sešli a přípravy mohly začít. Menu se u nás od loňských Vánoc nezměnilo. Servírovala se čočková polévka, bramborový salát s řízkem a cukroví.

Po společném jídle jsme si zazpívali tradiční vánoční koledy a terénní pracovníci nás doprovázeli na hudební nástroje. Vánoční den jsme završili pohádkou Tři oříšky pro Popelku, což hezky zakončilo naše společné Vánoce v charitě.

Těšíme se na další Vánoce.

NS, DJJ



9

Vánoční pozvánka

Vánoční oběd proběhl 22. prosince 2022. Je to již šest let, co pravidelně navštěvuji Nízkoprahové denní centrum pro ženy, vlastně téměř od samého začátku. Sváteční vánoční oběd jsem nikdy nevynechala a nesmírně si vážím a mám obrovskou radost z toho, že na něj každoročně dostávám pozvánku.

Samotné vánoční svátky ale nesnáším, a to od té doby, co jsem na ulici, což bude už téměř osm let. Tedy osm let, během kterých žiju ve stanu, ale jsem už zvyklá a nestěžuju si. Jsem ráda, že mám svého pejska Sindynku, Toníka a ostatní. A jelikož mám ráda klid, vyhovuje mi, v jakých podmínkách jsem.

Ale zpět k Vánocům – shon, fofr, nervy, vše je jak na divadle. Přitom by se měli lidi uvolnit, zpomalit a užívat si Ježíška, betlém, koledy a vše kolem, upřímně, v klidu odpočívat a vypnout. Pamatuji si, že jsem si jako malá svátky užívala plnými doušky. Radovali jsme se, ale to bylo úplně o něčem jiném. Vše bylo v poklidu, pohodě a více jsme řešili to opravdu podstatné. Vážili jsme si maličkostí, radovali jsme se, smáli... A to byly svátky, prostě pohoda. Na to ráda vzpomínám, a právě tyhle vzpomínky z mého dětství ve mně budou už do konce života a nikdy mi je nikdo nevezme.

A právě proto si vážím toho, že zde v Žitné je tato možnost, a všeho, co pro nás, pro lidi bez domova, děláte. Právě vánoční pozvánka od vás mě vždy probere a pobaví. Na chvíli zapomenu na to, jak žiji, vypnu a naplno si užívám. Vždy se těším na oběd a na koledy, které každoročně zpíváme. Koledy jsou každý rok jiné, ale vždy se uskuteční. Zpívám sice hrozně falešně, ale o to hlasitěji.

Velkou radost jsem měla i z balíčku, který též každoročně dostáváme. Letos se vánočního oběda účastnilo více klientek než kdy jindy. Sice všechno proběhlo i tak v klidu, ale mně více vyhovuje, když je méně lidí. Jsem pak uvolněnější a v klidu. Když je moc lidí, jsem většinou neklidná, nesvá, skoro až nervózní. Každopádně to, co pro nás celý kolektiv pracovníků dělá, je úžasné. Všichni tito lidičkové jsou nesmírně srdeční, lidštití, báječní, upřímní, milí, citliví, no prostě by všichni měli dostat medaile a měli by být dáváni všem ostatním za příklad. Tuto práci nemůže dělat každý, vidím, že je to velmi náročné, nejen fyzicky, ale hlavně psychicky. Vyčerpávající práce za málo peněz. Občas mám pocit, že nikdo nevidí, co vše pro nás děláte. Nebýt vás všech, tak by tady někteří z nás už nebyli. Zkoušíte to s námi pořád dokola a dokola, snažíte se trpělivě pomoci a máte radost, když se lidi jako já pomalu dostávají z bláta nahoru. A když se to povede a podaří se, tak se ten človíček s vaší pomocí stane opět členem této společnosti.

IP

Kamino diář

V rámci projektu jsme vytvořili Kamino diáře. V diáři naleznete na každý měsíc pracovní listy s technikami, které používáme v individuální sociální práci. Dočtete se, k čemu slouží a jak s nimi pracovat. Diáře jsou určeny jak kolegům napříč sociálními službami, tak laické veřejnosti. A tak si je může kdokoliv vyzkoušet nejen při práci s klienty, ale i sami na sobě.

Své poznámky a plány si můžete ozvláštnit třemi archy samolepek, které vznikly stejně jako ilustrace a celá grafická podoba v ruce výtvarníka Dávida Kurňavky.

Diář je nedatovaný, lze ho tedy začít používat kdykoliv v průběhu roku.

MP



Jdeme do finále, aneb ohlédnutí (nejen) za projektem

Číslo časopisu, které právě držíte v rukou, je posledním, které vyjde. Je to proto, že projekt Kamino Centrum, díky kterému jsme časopis vydávali, skončí v červnu 2023. Požádali jsme proto zaměstnance KC, aby se ohlédli a popsali vám, čtenářům, co jim projekt přinesl.

Štěstí lze nalézt i v těch nejtemnějších dobách, pokud si člověk vzpomene, že se má obrátit ke světlu

Když se ohlédnu za uplynulým projektem, přijdu si jako úplně jiný člověk než ten, který nastoupil v říjnu 2021. Začátek projektu pro mě byl náročný. Jak ze strany poznávání nové cílové skupiny, nového pracovního a organizačního kolektivu a prostředí, tak také ze strany osobního života, protože jsem se ve stejnou dobu přestěhoval do Prahy. Klidné a přátelské prostředí Kamino Centra mi pomohlo zpříjemnit tento rychlý a chaotický život v Praze. Z profesního hlediska mi projekt přinesl mnoho znalostí a zkušeností v oboru sociální práce, který jsem téhož roku vystudoval. Nejvíce tedy poznání práce s osobami bez bydlení či osobami bez stálého přístřeší.

Z hlediska osobního růstu mi projekt nejvíce přinesl procitnutí v tom, o čem život opravdu je. Mezitím co jiní řeší problémy zdražování pohonných hmot, jiní bojují o uspokojení základních lidských potřeb a o přežití vůbec. Uvědomil jsem si, jak doopravdy tenká je hranice mezi tím, kdy člověk bydlí, má práci a rodinu, a mezi tím, kdy člověk o vše přijde a ocitne se na ulici. Projekt mi přinesl osobní drive v tom smyslu, že jsem si řekl, že budu dělat vše pro to, abych se neocítl na ulici.

Každý máme cestu, po které jdeme. Pro jednoho je rovná, pro druhého je naopak klikatá, přesto skončit můžeme všichni stejně. Proto je důležité, abychom si v případě nouze řekli o pomoc a nebáli se svou životní situaci řešit s profesionální pomocí. Přesně jak řekl Albus Brumbál: „Štěstí lze nalézt i v těch nejtemnějších dobách, pokud si člověk vzpomene, že se má obrátit ke světlu.“

DO

Dlouhá společná cesta

V roce 2021 jsem odmaturovala na SOŠ, obor sociální činnost a byla jsem si téměř jistá, že do zaměstnání nechci. Plánovala jsem studovat dost náročnou vysokou školu s úplně odlišným zaměřením, a práci jsem si tudíž nehledala. Když jsem pomáhala spolužačce hledat práci, natrefily jsme na stránkách s pracovními nabídkami náhodou na pracovní nabídku Kamino Centra. I přesto že naším cílem bylo najít práci především jí, životopis jsem nakonec poslala já. Projekt mě silně oslovil a již z pouhého inzerátu jsem viděla, že je mi lidsky blízko.

Stejně jako podání životopisu byla zcela náhodná i moje cesta k sociální práci. Na střední školu jsem šla naprosto naslepo. Vždycky mi záleželo na lidech kolem, chtěla jsem dělat něco, kde bych lidem pomáhala zlepšit sebe nebo situaci, ve které se nacházejí. Vlastně jsem jednoduše hledala humanitně zaměřený obor, kde se nebudu muset zabývat matematikou, protože jsem velmi brzo zjistila, že mě matematika vysiluje a pomáhat lidem naopak naplňuje. Poslala jsem motivační dopis, šla na pohovor a v září jsem nastoupila na poloviční úvazek. Nevěděla jsem, co od toho očekávat, ale nějak jsem cítila, že jsem na správném místě.

Rozjezd byl hodně pomalý a dost často i zmatečný. Chyběli klienti, bylo prázdné, vše se teprve dávalo dohromady a nikdo moc neměl představu o tom, jak to vlastně půjde nebo nepůjde dál. Když se to pak rozběhlo, přišel i první úkol od kolegyně. Najít klientce, které končila smlouva, nové bydlení. Cítila jsem nervozitu, nejistotu a strach. Co když nebudu vědět, kde hledat, jak s klientkou komunikovat? Měla jsem za sebou ale přece jen už nějakou praxi, začala jsem si tedy nastudovávat ubytovny a azylové domy. Zakázku klientky jsme zvládly a měla kde bydlet. I přes překážky jsem měla nepopsatelně dobrý pocit, taková první meta.

A takhle to šlo dál. Zakázky klientů přicházely, vznikaly nové spolupráce, individuální práce, skupinové aktivity se začaly plnit. Zrodilo se naše logo, vizuály na aktivity, ale i náš tým. Co se bude vařit ve středu, vyrábět ve čtvrtek. Postupně jsem poznala klienty, naučila se, že jedním z cílů této práce je poskytnout řešení problémů, aniž by při tom vznikaly nové. A to tak, že se identifikují základní příčiny a využijí se k obnovení pohody klienta. Pochopila jsem, že mezi hodnoty naší práce patří důvěra mezi pracovníkem a klientem, není to jen „to do list“ na odškrtání, ale budujete mezilidský vztah.

Zažili jsme toho opravdu hodně, ráda se k těmto vzpomínkám vracím. Vzpomínám si na naše první společné Vánoce, kde jsme vyráběli plovoucí svíčky, které odmítaly plavat, a my se u toho hodně nasmáli (nakonec plavaly). Na Piknik pro lidi bez domova, kde jsme potkali spoustu nových klientů, kteří k nám pravidelně docházeli do KC a podíleli se třeba i na dni otevřených dveří. Vydání prvního a druhého časopisu Žitná. Na to, jak mi klient povídal příběh, jak jel omylem do Španělska do hor v mokasínech. Dny péče o ženu, kde si klientky dopřály proměnu s kadeřnicemi. Na divadelní představení klientů Pocestníci.

Vše ale nebylo zalité sluncem, měli jsme i těžké momenty a krize, kde jsme v tom všichni tak nějak lítali. Jsem na nás ale pyšná, vždycky jsme to totiž zvládli, a to hlavně proto, že jsme tým. Já, Adél, Bětka, Dan a Terka, Judit a Marťa – to je dream tým vedený Marií Palasovou, naší Mášou, která to s námi nikdy nevzdala, vysvětlovala nám věci i po padesáté dokola, vždy tu pro nás byla, motivovala, vedla dialogy a ukázala, že bez dobrého leadershipu nemůže žádná organizace nebo skupina uspět. A za to jí děkuji. K našemu úspěchu totiž přispělo právě její odhodlání a nasazení. Každý z nás je kousek do této skládačky. Společně i jednotlivě jsme se posouvali, vzdělávali v rámci kurzů i zkušeností.



Práce je běžnou lidskou praxí od počátku civilizací. Je tajemstvím společenského pokroku a charakteristickým rysem člověka. Práce v našem pojetí je ctinnost a nutnost. V době nejistoty, vzájemné závislosti a tržního hospodářství se jedinec musí spoléhat na svou práci, aby si zajistil blahobyt. Máme možnost být nezávislí, vzkvétat, rozvíjet se, a především nalézat smysl života. Proto je důležité zpomalit a zamyslet se nad tím, proč přesně máte svou práci rádi, a najít konkrétní důvody, které vás motivují chodit každý den do práce, protože tohle uvědomění je to, co vás v ní dělá nejlepší.

Jsem upřímně vděčná za čas strávený v této organizaci a realizaci tohoto projektu. Byla to dlouhá společná cesta, během které jsem vybuvovala sama sebe. Byla to etapa, během níž jsem se stala odvážnějším, laskavějším a nadšenějším člověkem. Děkuji vám všem za to, že jste ze mě udělali to, čím jsem dnes.

DH

Hledej v člověku strom: hluboké kořeny, pevný kmen a košatou korunu

Hned na začátku se musím přiznat, že psaní tohoto článku pro mě nebylo úplně jednoduché. S koncem projektu se pro mě blíží i konec mé práce ve Farní charitě Praha 1 - Nové Město, kde jsem celkem strávila více než šest let. Přitom moje původní představa byla, když jsem 1. 3. 2017 nastoupila, že tam strávím necelého půl roku a hned v říjnu se vrátím zpět na studia (což už teď můžu takhle veřejně přiznat). Když se zpětně ohlídám, vybavuje se mi přísloví: „Chceš-li, aby se život zasmál, řekni mu svoje plány.“

Původně jsem nenastoupila do projektu, ale do nízkoprahového denního centra pro ženy a pracovala jsem i v terénním programu. Poté co jsem v těchto dvou službách pracovala téměř rok, jsem se rozhodla z organizace odejít. Nastoupila jsem v devatenácti letech a práce u nás pro mě byla první pracovní zkušeností vůbec. A přestože se na to nyní dívám s vděkem za to, že jsem získala obrovské množství (nejen) profesních zkušeností, tehdy jsem cítila, že potřebuji získat odstup a nadhled. Protože i přes to hezké to pro mě bylo náročné. Půl roku jsem tedy pracovala mimo obor a poté jsem se v listopadu roku 2018 vrátila. Jsem vděčná své tehdejší vedoucí, že mi práci nabídla a že důvěřovala v mé schopnosti, i když já jsem o nich nebyla úplně přesvědčená. A nejen jí, ale i celému tehdejšímu týmu za to, že mě přijaly a pomohly mi s opětovnými začátky.

Za dobu, během které jsem v komunitním centru, nyní Kamino Centru, pracovala, jsem zažila celkem tři týmy. Všem, kteří v těchto týmech pracovali, bych chtěla moc poděkovat. A vlastně nejen jim, ale i kolegům a kolegyním z ostatních služeb a také naší paní ředitelce. Všichni, se kterými jsem měla možnost u nás pracovat, mě obohatili a inspirovali na další cestě, a to nejen na té pracovní, ale i na té lidské. Uvědomuji si, že práci v sociálních službách společnost nebere jako prestižní. Ale je to jedna z oblastí, kde pracují lidé, kteří chtějí opravdu něco změnit, pomáhat a kteří svou práci dělají srdcem, i přes to, že to někdy (častěji, než se na první pohled zdá) není jednoduché. A jsem moc ráda, že s některými z nich přerostl náš pracovní vztah v přátelský.

Projekt Kamino Centrum navazuje na dva předchozí evropské projekty. Během těchto tří po sobě jdoucích projektů se podařilo vybudovat komunitní centrum pro osoby bez přístřeší. Všechny projekty nám umožnily nabídnout klientkám a klientům něco, co není v klasických so-

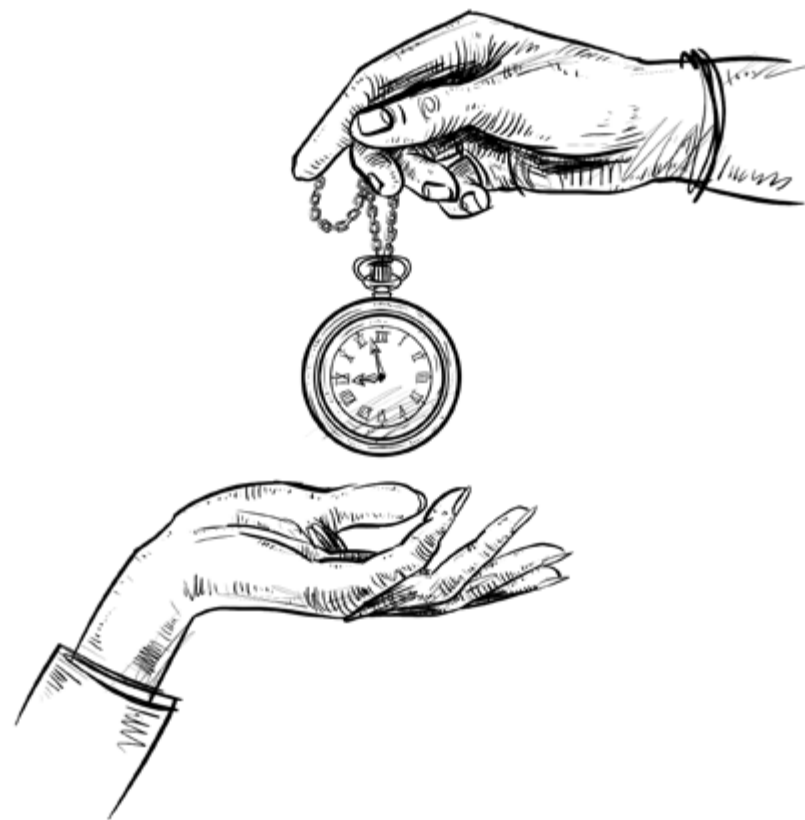
ciálních službách běžné. A tím je smysluplné trávení volného času, možnost odreagovat se od tíživých a náročných situací, naučit se novým dovednostem, věnovat se i kreativním činnostem a rozvinout se v oblastech, které se u těchto lidí velmi často opomínají.

Nabídli jsme společné vaření a stolování, ateliérovou tvorbu, hraní divadla, filmový klub, psaní do časopisu, práci v kruhu a další aktivity. Věřím, že se díky všem nabízeným aktivitám podařilo docílit toho, že si u nás klientky a klienti odpočinuli a zjistili, respektive připomněli si, jaké (nejen) tvůrčí schopnosti mají.

Moc bych si přála a doufám, že díky tomu získali lepší pohled na sebe samé a na své schopnosti. Děkuji vám všem, kteří jste k nám za tu dobu zavítali, za to, že jsme si předali zkušenosti, strávili spolu čas a že jsme společně bořili stereotypy, které o lidech bez domova ve společnosti někdy panují. Nechci být patetická a popírat to, že občas nastaly také náročné chvíle, ale když se na to dívám zpětně, vnímám i tyto momenty jako učitele, díky kterým jsem získala další zkušenosti, které si s sebou odnáším. Zároveň vám všem, kteří jste k nám chodili, přeji hodně sil, odhodlání a štěstí na vaší další cestě.

Tento článek završím svým oblíbeným příslovím, které jsem slyšela poprvé právě v Kamino Centru - Hledej v člověku strom: hluboké kořeny, pevný kmen a košatou korunu.

AČ



Nebojte se zeptat

V této rubrice odpovídají naši redaktoři z řad klientek a klientů Kamino Centra na dotazy vás, čtenářů. A protože se jedná o poslední číslo časopisu Žitná, dovoluji vám poděkovat jim za jejich otevřenost, upřímnost a ochotu sdílet zkušenosti.

Dohromady odpovídali na čtyři zajímavé otázky:

Co jste si říkali, když jste se ocitli na ulici?

Kde jste nejčastěji přecházeli noc?

Přijde mi, že život na ulici může být nebezpečný, báli jste se někdy?

Myslíte si, že se člověk může dostat z ulice i bez cizí pomoci?

Co jste si říkali, když jste se ocitli na ulici?

Bylo to dva týdny před Štědrým dnem a po těžkém úrazu (pád z plošiny na lešení ve výšce cca 12-14 metrů na vydlážděný dvůr). A přes to, že jsem poté vlivem okolností skončil na ulici, tak jsem byl vděčný, protože jsem se znovu narodil! Jsem věřící a dodnes děkuji Bohu, že jsem po šesti měsících v nemocnici dostal šanci plnohodnotně žít.

PŠ

Byla jsem úplně bezradná, než jsem se ze všeho vzpamatovala a zjistila, kde mám hledat pomoc a jak se se vším srovnat. Tehdy to byla skutečná pomoc a vše mělo určitou úroveň. Dnes se mi zdá, že se to stále zhoršuje.

MG

„Tak jsem na ulici a začíná mi další dlouhá životní etapa.“

LB

„To jsem to zase poslal. Co mám dělat? Co mám dělat?“ A rozbřečel jsem se.

JK

Říkala jsem si: „To nemůže být pravda. To se mi snad jenom zdá.“ Je velmi těžké se z ulice dostat, když nemáte podporu a jste na to opravdu sami.

NŽ



Že jsem úplně blbá. Jsou věci, které se zvládnout prostě nedají. Nebo dají, ale blbě. Neustále si ale opakuju větu, že zase bude líp.

MM

„Je to v pytli.“

RN

Kde jste nejčastěji přechávali noc?

V zimě to byla především chata v zahrádkářské kolonii (se souhlasem majitele) nebo taky ve stanu, na kartonu pod mostem nebo na noclehárně.

PŠ

Ze začátku hlavně na Armádě spásy. Když byla opravdu krutá zima, tak bylo asi 70 volných židlí, kde se dala přechkat noc. Bohužel i tak někteří v mrazech zemřeli. Pak se otevřely zimní noclehárny a situace se trochu zlepšila. Poté jsem byla třeba i na azylech. Mít střechu nad hlavou, třeba i dočasně, je těžší a těžší.

MG

První roky je člověk naivní a místa si musí hledat. Časem zjistí, kam si zalézt. Já spím buďto v lese, nebo pod mostem.

LB

Ze začátku jsem přespával u přátel, ale pak jsem se začal stydět a nechtěl jsem jim říct, v jaký jsem situaci. Tak jsem jel do Prahy a tam jsme ze začátku spali s kamarádkou po parcích. Pak jsme poznali noclehárny a tam spím dodnes.

JK

Za svůj život jsem nejčastěji spala doma v teple. Miluji soukromí a pocit, že mám svoje místo, domov. Na ulici nejčastěji na squatu, ale i na azylu, v léčebně nebo v komunitě.

NŽ

Různé noclehárny, jako je Armáda spásy nebo loď Hermes. Letní měsíce (červenec, srpen) jsem spala venku.

MM

Přijde mi, že život na ulici může být nebezpečný, báli jste někdy?

Já se ničeho nebojím – pouze zlých lidí.

PŠ

Nebudu říkat, že ne. První léta na ulici je člověk důvěřivej a naletí lidem, kteří poznají, že je na ulici chvíli a že ho můžou využít. A i díky tomu si myslím, že čím dýl je člověk na ulici, tím víc je psychicky zničený a pak už mu nezbývá moc síly, začíná se válet a vše odkládá.

LB

Bojím se pořád. Lidem na ulici nevěřím!

JK

Ne.

RN

Ano, život na ulici je opravu nebezpečný. Bojím se agresivních a nepříjemných lidí. A také se bojím tmy.

NŽ

Ne, nebála. Když mě někdo naštvě, tak od toho člověka odejdu a nebavím se s ním.

MM

Myslíte si, že se člověk může dostat z ulice i bez cizí pomoci?

Ne! Bez pomoci pozitivních lidí, kteří pomůžou radou a materiálně, člověk sám nezmůže nic, a jak se říká, v nouzi poznáš přítele. A to mluvím z vlastní zkušenosti. Pro mě je to MUDr. Jaroš ze střediska sociální pomoci Naděje.

PŠ

Pokud je na ulici delší dobu, tak je podaná ruka moc potřebná.

MG

Ano, může, ale musí chtít něco dělat, a ne říkat „kdyby“.

LB

Já si o sobě myslím, že to vždy zvládnou sám, ale když mě někdo nepostrčí, tak pro sebe neudělám nic.

JK

Myslím, že nemůže, protože bez práce nejsou peníze. I sociální věci si člověk musí sám zařídit, aby získal peníze. Jediná možnost, jak se dostat z ulice bez pomoci, je najít poklad (peníze) nebo potkat bohatého člověka, který vám pomůže.

NŽ

Samozřejmě, že to nejde, ale člověk se musí sám snažit nepodvádět lidi, pokud se mu někdo snaží pomoci. Bez pomoci to nejde.

MM

Ne! Člověk je společenský tvor.

RN

Očima klientů

V této rubrice se klientky a klienti Kamino Centra vyjadřují k situacím a tématům, která nás běžně obklopují, ale ne vždy jim věnujeme pozornost.

Život na ulici ale těmto tématům dává zcela odlišnou optiku. Jako příklad si vezměme právě jaro. Pro většinu z nás je jaro spojené převážně s pozitivním naladěním, přírodou, oblevou, láskou a podobnými tématy. Mají to tak ale i lidé se zkušeností s bezdomovectvím?

Na to jsme se v rámci Kamino Centra pokoušeli najít odpověď. S klienty a klientkami jsme rozebírali, co pro každého z nich vlastně jaro znamená a velmi často se nám opakovalo slovo „RESTART“.

A právě proto jsme se rozhodli, že téma této rubriky bude:

„Můj životní restart.“

Dokud ještě žijeme, je vše ok

Dne 26. září jsem byla na cestě na běžnou kontrolu, když se mi udělalo velmi špatně. Posadila jsem se na trávu a pak už byla jen tma. Probrala jsem se, až když mě nakládali do sanitky a nade mnou stáli dva policisté. Doktor, který přijel v doprovodném autě, mi sdělil, že jsem byla 11 minut v hlubokém bezvědomí a že mám masivní plicní embolii. Policisté mi zachránili život tím, že mi až do příjezdu záchranky dávali masáž srdce. Poté mě napojili na monitory a můj boj o život pokračoval.

Tato událost se stala před čtyřmi roky a já vás nechci zatěžovat všemi procedurami, které jsem musela absolvovat. Propustili mě 26. října, tedy dva dny před mými šedesátými narozeninami, a při propouštění mi pan primář gratuloval, že jsem zvítězila nad smrtí. A já jsem najednou začala spoustu věcí kolem sebe vnímat jinak než dříve. Restartovala jsem svůj pohled na svět.

Na této nové cestě životem jsem poznala velké množství báječných a inspirativních lidí – kaplana Přemka Kopečka z Armády Spásy a další lidi ze skupiny, jíž jsem se stala aktivním členem. Rovněž jsem v tuto dobu chodila do nízkoprahového denního centra Farní charity Praha 1 – Nové Město, kde je vedoucí paní Nikolka, a také do komunitního centra, kde byla báječná paní Deniska a pak také slečna Sandra, která mě naučila pracovat s korálky a vyrábět různé šperky. Také tam byla slečna Juditka, která mě učila angličtinu, a i paní Martinka, která vedla divadlo. Měla jsem tam moc ráda středeční vaření, které bylo prima, a páteční promítání filmů byla úplná senzace. Nyní moje milované komunitko změnilo název na Kamino Centrum a já jsem moc ráda, že s nimi po covidové době mohu prostřednictvím obětavé slečny Adélky opět spolupracovat.

Jsem totiž zase nemocná a dočasně připoutaná na lůžko, ale jinak si nezoufám. Dovolte tedy, abych tento svůj restart zakončila slovy známé country písně: „Dokud ještě žijeme, je vše ok.“

AV

RE - start

Můj životní restart nastal, když jsem přišel do Kamino Centra na Žitné ulici. Tím se mi otevřela hvězdná brána do života.

RN

Životní restart

Životní restart znamená dostat se ze špatné situace – znovu se vrátit do života, zbavit se komplikovaného myšlení a začít znovu žít. Není ale už pozdě?

Těch mých začátků bylo určitě víc a každý z nich někde uvízl. Jsem pořád na pomyslném startu, spím střídavě na noclehárně a na ubytovně a nemám vyřízený důchod. Jednu dobu jsem měla brigádu – zametala jsem, běhala s popelnicí a díky tomu jsem měla nějaké peníze. Připadala jsem si bohatá, a tak jsem si moc neušetřila.

Bohužel, teď mě bolí noha a nemůžu dále brigádničit. Až se mi noha zahojí, přemýšlím o novém začátku. O tom, který by měl tu pomyslnou definitivní tečku...

MG

Restart člověka

Pokud bych měl psát sám za sebe, tak vlastní restart nemám. Životní restart je jako motýl. Člověk bez domova je jako larva. Dlouho se někde vrtí, pořád někam chodí na jídlo, na charity, po městech, parcích a neví, co by. Tato část může u někoho trvat i dlouhá léta, než přijde pokušení ke změně, a čeká ho restart.

Člověk bez domova se často totiž zakuklí sám do sebe a svou proměnu začíná jako larva. Na konci se promění a vyklube se z něj jiný člověk a lidi okolo se diví, co se stalo. Z larvy se stane motýl a okolí je překvapené, jak krásný motýl se z něj stal. To je vše, co bych k tomu napsal. Nebo vlastně ne, ještě bych dodal – restart, proměna v motýla stojí velké úsilí každého jedince.

LB

Můj anděl

Při prodeji Nového Prostoru jsem před čtyřmi roky potkala svého strážného anděla, který mi v životě velmi pomohl a tím začal můj životní restart.



Ale začněme od začátku. Už jako malé děvčátko jsem si přála bydlet ve velkoměstě a v 18 letech jsem si tento sen splnila. Naneštěstí jsem ale měla růžové brýle a po přestěhování mi došlo, že zřejmě nebudu mít na růžích ustláno, a proto jsem začala hledat, jak z toho ven. Bohužel se mi to nepodařilo a můj život se dostal do bodu, který bych nepřála ani svému nejhoršímu nepříteli.

Na druhou stranu jsem díky tomu našla něco, co je slovy nepopsatelné, našla jsem nejlepšího přítele. A díky tomu se ze mě stal lepší člověk a prožila jsem svůj životní restart. Nyní pracuju, chodím do školy a po dlouhé době jsem se vrátila ke svému koníčku – focení.

AB

Těžký reset

Můj restart bude těžký, protože cítím, že nejdřív musím najít sama sebe a správný směr. Byla jsem zvyklá na to, že nejsem na nic sama a že ve všem, co budu potřebovat, mě podpoří partner. Bohužel jsem již sama, ale zjišťuji, že zatím to není tak těžké se sama o sebe a o mé čtyřnohé přátelé postarat.

Začala jsem se restartovat tím, že jsem začala víc chodit a cvičit, protože mi pohyb dělá dobře a budu ho potřebovat k tomu, abych si dokázala najít práci a bydlení.

Také jsem zjistila, že ke svému restartu a sebezdokonalování nepotřebuju chlapa, ale že potřebuju lidi, kteří mě podpoří a podrží při mém snažení, abych se dostala tam, kam potřebuju, a abych získala to, co potřebuju. Takže k mému restartu samozřejmě patří více myšlenek sama na sebe než na druhé. Vždy jsem myslela více na ostatní než na sebe, takže je na čase to změnit a začít se starat o sebe a o své čtyřnohé miláčky.

JK

Odrazit se od dna...

V životě máme každý několik cílů, například bydlení – pokud nemáte svou vlastní střechu nad hlavou, pořád nejste dost dobří pro společnost. Ze všech stran slyšíte, jací jste, že jste líní apod. Když se bavím s lidmi, tak se mi občas stane, že nás někteří chápou, ale spíš to tak není.

Přitom díky projektům v našem Kamino Centru se společně se sociálními pracovníky snažíme ukázat, že nejsme všichni takoví. Snažíme se odrazit ode dna, protože záleží na každém z nás, jaký další život si zvolíme. Třeba já už nejsem nejmladší a s věkem postupně přibývá nemocí, a tak i já bych chtěla mít střechu nad hlavou. Dnes jsem dostala podanou ruku ve formě dotazníku a seznamu azylových domů a teď záleží už jenom na mně, jak se k tomu postavím. Víím, že to bude běh na dlouhou trať, ale pevně věřím, že do cíle doběhnu. Ve svém věku jsem ráda za každou pomoc a také bych chtěla dokázat všem, kteří o nás pochybují, že i my to můžeme zvládnout... a mít střechu nad hlavou.

JS

Nové začátky

Já jsem v svých 20 letech vůbec nerozuměla tomu, že tu lidé bez domova jsou. Neměla jsem je moc ráda, říkávala jsem si – nemáte pít, běžte pracovat, proč žebráte? A přitom mezi ně patřil

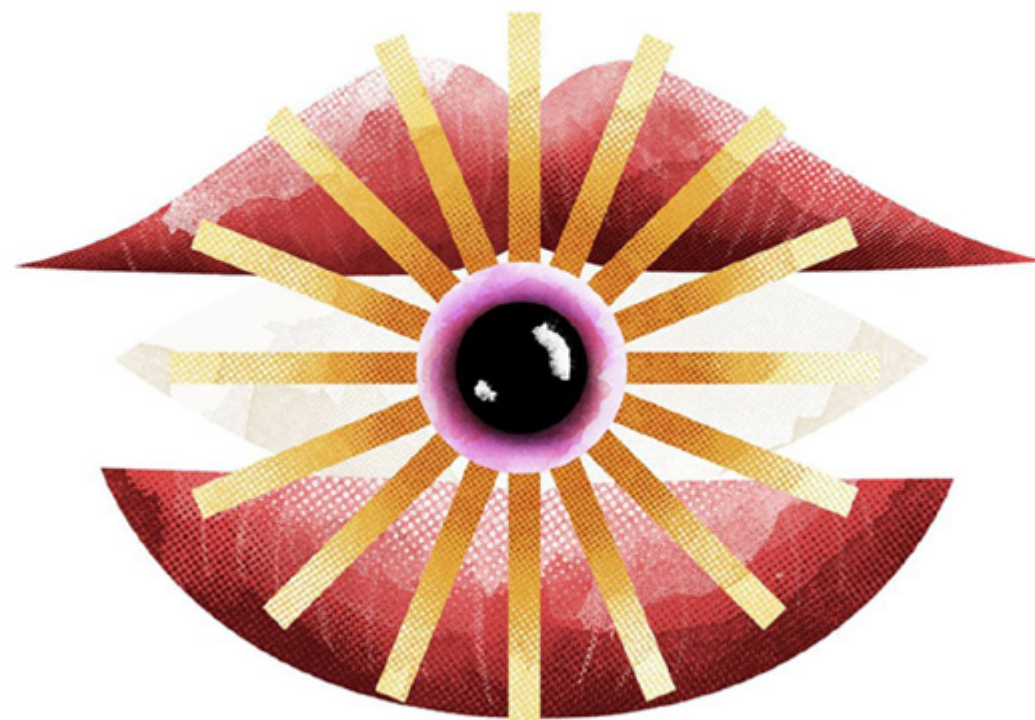
i můj táta, kterého jsem měla moc ráda. Styděla jsem se za něj, nechápala jsem to. Nechápala jsem, jak je to možné, vždyť táta měl být 3 + 1, proč nejdeš domů, proč spíš v garáži? Táta ale miloval mou mámu, která měla jiného, a proto bydlel u nás. Bohužel táta to vzdal. Čím dál tím více pil, trápil se a nenechal si poradit. Přestal pracovat, platit. Chodil po popelnicích a já postupně časem zjišťovala, že mi ho je moc líto, že mu chci pomoci, ale nevím jak.

Přestala jsem se za něj stydět, vždyť je to můj táta. A je pravda, že by mě ani v životě nenapadlo to, že se ocitnou ve stejné situaci, kterou zažil i můj táta. Ten se utrápil, ale to já nechci. Už je nejvyšší čas začít pomaličku postupovat ze dna. Pomalu, trpělivě, malými krůčky jít nahoru a začít znovu. V mých padesáti letech je na to čas.

Už mě to vážně přestává bavit. A navíc jsem přesvědčená, že šance je tu vždycky, že vždy je naděje, možnost začít znovu. Jen člověk musí přijít na to, že on je ten, kdo to musí změnit. Já jsem na to bohužel, či bohudík, přišla až nyní. Nebýt mého myšlení, mohla jsem na to přijít už dávno, ale zaplaťpánbůh za to, že jsem na to vůbec přišla.

Vždyť uchlástat se můžu kdekoliv, kdykoliv, to umí každéj. Ale málokdo se dokáže z těchto problémů dostat. A já se o to chci alespoň pokusit. Nikdy není pozdě, naděje umírá poslední. Musím věřit především sama sobě a začít být samostatná. Prostě to chci zkusit a uvidíme. Mám svého pejska Sindynku, Toníka a ostatní. A moc si přeji, abych na konci roku 2023 byla schopná napsat, jakou změnu mi to vše přineslo. A co všechno jsem dokázala změnit.

IP



Profesní okénko

V tomto vydání jsme se rozhodli pojmout rubriku Profesní okénko netradičně. Zeptali jsme se všech pracovníků Kamino Centra, čím chtěli být v dětství, jaká cesta je přivedla k sociální práci a čeho by si přáli ve své kariéře ještě dosáhnout.

Martina Mossóczy

Čím jsem chtěla být jako dítě?

Jako malá holka jsem chtěla být nejdříve herečka, pak cestovatelka nebo etnografka. Hrála jsem pořád a všude a vydrželo mi to poměrně dlouho. Později jsem náruživě sbírala známky a pohlednice, do sešitů lepila výstřižky ze Světa v obrazech a pak jezdila prstem po globusu. Tenkrát nebylo úplně snadné vycestovat... Něco z obojího ve mně zůstalo dodnes.

Proč jsem se stala sociální pracovnící?

Že se vydám tímto směrem, jsem věděla už asi od 14 let. Jako malá jsem byla hodně nemocná, tak jsem měla dost času dívat se a poslouchat. Objevovala jsem kolem sebe různé podoby bolestí, křehkostí a ztrát, ale také síly a nezdolnosti. Fascinovalo mě, jak to všechno existuje vedle sebe v každém jednom člověku. Sociální práce se opírá o další společenské vědy, zkušenosti, výzkum a díky tomu učí dívat se, naslouchat a pomáhat lépe. A to je, myslím, výzva na celý život.

Čeho chci ještě ve své kariéře dosáhnout?

V pomáhající profesi působím už více než 30 let a moje profesní zkušenosti jsou celkem pestré. Začínala jsem v „devadesátkách“, tak jsem měla možnost být i u zrodu mnoha nových projektů a sociálních služeb. Rodily se tehdy doslova na zelené louce. To bylo skvělé dobrodružství. A do nových projektů se vlastně pouštím dodnes. Do budoucna mám pár snů, které by mě potěšilo si splnit, ale už na nich netrvám. Chtěla bych absolvovat psychoterapeutický výcvik, bavilo by mě také věnovat se supervizi nebo mediaci.

Daniel Ornst

Čím jsem chtěl být jako dítě?

Jako dítě jsem velice rád kreslil a maloval, proto jsem se chtěl stát malířem. Tento sen mě opustil na základní škole, kdy jsem se chtěl stát doktorem. Společně s mou nejlepší kamarádkou jsme chtěli mít ordinace naproti sobě.

Proč jsem se stal sociálním pracovníkem?

Vždy mi přišlo přirozené a naplňující pomáhat lidem. Přestože jsem na střední škole studoval ekonomii, tak jsem při výběru vysoké školy intuitivně zvolil tento obor.



Čeho chci ještě ve své kariéře dosáhnout?

Pracuji v oboru a soustavně studuji, abych jednou mohl být vedoucím sociální služby, projektu či podobně. To je má aktuální vize. Jednoho dne bych chtěl být ředitelem organizace či supervizorem.

Marie Palasová

Čím jsem chtěla být jako dítě?

Když mi bylo šest, odpovídala jsem na otázku, čím chci být, až budu velká, že rockovou hvězdou na saxofon. O devět let později jsem na něj sice začala hrát, ale to jsem si už dávno přála být veterinářkou. Vyrosla jsem na knihách britského veterináře Jamese Herriota, které jsem četla jedním dechem.

Proč jsem se stala sociální pracovnící?

Po ukončení základky má cesta nakonec nevedla na střední veterinární školu, ale na obchodní akademii. Během studia jsem se začala profilovat humanitním směrem a začala mě víc lákat práce s lidmi než s čísly. Když jsem zjistila, že existuje vysokoškolské studium sociální práce, byla to pro mě bez váhání jasná volba.

Jako dnes si vzpomínám, jak se mě u druhého, ústního kola přijímaček zeptali, kam jinať jsem si ještě podala přihlášku. Já na to: „Jak jinať?“ a v tu chvíli mi to došlo. Vsadila jsem všechno na jednu kartu a vůbec jsem neuvažovala nad tím, že bych si měla jako záložní plán podat více přihlášek. Chtěla jsem jen na jednu školu a ta taky nakonec vyšla. Ale to, že něco vystudujete ještě vůbec neznamená, že se tomu také nakonec budete i skutečně věnovat.

Sociálním pracovníkem jsem se stala, protože jsem chtěla pomáhat lidem. Tento obor jsem vždy vnímala jako kvalifikovanou profesi, která vedle odbornosti klade požadavky i na osobnost pracovníka. A tak je potřeba na sobě neustále pracovat, což mi vyhovuje. Stejně tak jako k jiným pomáhajícím profesím cítím k té naší respekt a pokoru.

Čeho chci ještě ve své kariéře dosáhnout?

Když jsem byla mladší, věděla jsem to vždy naprosto přesně. I když to nakonec třeba dopadlo nějak jinak. Momentálně žiju, co se týká práce v neziskovém sektoru, spíš teď a tady a maximálně blízkou budoucností.

Vlastně ani při pohovorech nemám ráda otázky typu: kde se vidíte za pět let. Mému současnému já by se výhledově líbilo jít směrem lektorování a udělat si psychoterapeutický výcvik, ale to teď není na pořadu dne. Aktuálně jsou přede mnou státnice a na ty se snažím soustředit. A jak to bude mít mé budoucí já, se nechám překvapit. Baví mě rozjíždět nové věci, posouvat ty zaběhlé. Určitě mám ráda výzvy, jednou takovou pro mě bylo i Kamino Centrum. V naší Farní charitě je mi dobře, a pokud to bude možné, ráda přijmu další.

S jistotou ale vím, co bych chtěla dělat, kdybych z oboru jednou odešla – zachraňovat medúzy na ostrově Aegna.

Adéla Černá

Čím jsem chtěla být jako dítě?

Už odmala mě lákala práce s lidmi a přála jsem si pracovat téměř v celém spektru pomáhajících profesí. Nejdéle mi ale vydržel sen stát se lékařkou, psychologkou, právníčkou nebo také dětskou zdravotní sestrou.

Proč jsem se stala sociální pracovnící?

Ze začátku to tak vůbec nevypadalo. Střední školu mám zdrávku a dále jsem se chtěla věnovat psychologii. Než jsem se ale dostala k přijímačkám, začala jsem pracovat ve Farní charitě Praha 1 – Nové Město a sociální práce mě oslovila natolik, že jsem nakonec vystudovala tento obor a rozhodla se v něm zůstat. Líbí se mi, že v sociální práci se kombinují téměř všechny obory, kterým jsem se chtěla věnovat.

Čeho chci ještě ve své kariéře dosáhnout?

Dříve jsem si velmi přála dostat se na vedoucí pozici. Postupně se ale tato vidina měnila. Nyní bych si přála dosáhnout toho, abych dělala práci, která mě bude naplňovat, budu díky ní pomáhat ostatním a zároveň budu mít dostatek prostoru pro svůj osobní život. Pokud bych ale měla být konkrétnější, chtěla bych si dodělat vzdělání, psychoterapeutický výcvik a věnovat se práci s dětmi, ideálně v oblasti terapie.

Tereza Zubchenko Krčková

Čím jsem chtěla být jako dítě?

Jako malá jsem dostala knížku, která představovala různé profese. Snad poslední stránka představovala krasobruslařku. Roky jsem tedy toužila stát se krasobruslařkou, ale nebyly k tomu podmínky a čas. Hlavně chlad mě přesvědčil o tom, že to není pro mě. Delší dobu mě lákalo odvětví zdravotnictví, konkrétně zdravotní sestra, ale kolem studia zdravotní sestry bylo hodně strašáků.

Proč jsem se stala komunitní pracovnící?

Směrem sociální práce jsem se vydala po dokončení střední školy, během které jsem pečovala o prababičku a jejího partnera. K tomu jsem přišla náhodně, a ačkoliv to trvalo poměrně krátkou dobu, dalo mi to mnoho. Péče a pomoc ostatním mi odmala nebyla cizí, a proto jsem se rozhodla, že bych tímto směrem chtěla pokračovat i na vysokou školu.

Čeho ještě chci ve své kariéře dosáhnout?

Ambiciózní jsem nikdy nebyla a žádné velké plány ani představy pro sebe nemám. Jednou bych si ráda doplnila navazující vzdělání. Primární je pro mě mít práci, která mě naplňuje, dává mi smysl a posouvá mě. Ráda bych domů z práce odcházela s pocitem, že svou práci dělám dobře a pomáhám ostatním tak, jak potřebují.

Alžběta Faltejsková

Čím jsem chtěla být jako dítě?

V dětství a vlastně i v dospívání jsem chtěla dělat snad každé možné povolání: od učitelky v mateřské škole přes interiérovou designerku, operní zpěvačku, vedoucí útulku pro psy a kočky, psycholožku, astronautku, módní návrhářku, vědkyni až po překladatelku knih. Ovšem mým úplně prvním snem bylo stát se malířkou. Asi ve 4 letech jsem se ve školce poprvé rozhodla malovat s ostatními dětmi. Svoje velkolepé dílo jsem nazvala „Koně, kteří ukradli zloděje“ a v tu chvíli jsem měla o své budoucnosti jasno.

Proč jsem se stala komunitní pracovnící?

Vlastně velkou shodou náhod. Během covidu jsem měla velkou potřebu nějak pomoci, a ne jenom nečinně sedět doma. Stala jsem se tedy dobrovolníkem pro Prahu, což mě nakonec zavedlo do stanového městečka určeného lidem bez domova. Uvědomila jsem si, že mě práce s lidmi naplňuje a dává mi velký smysl. To mě přivedlo do Farní charity Praha 1, kde jsem nejprve občasně vypomáhala v nízkoprahovém denním centru a následně začala pracovat zde v Kamino Centru.

Čeho ještě chci ve své kariéře dosáhnout?

Na tuto otázku upřímně nemám odpověď. Nerozhodnost, kterou jsem měla v dětství, mě neopustila ani v dospělosti, představy o budoucnosti se mi často a zásadně mění. Proto si už plány nedělám a řídím se tím, kam mě to v danou chvíli táhne. Mým cílem do budoucna je dělat práci, která není monotónní, přináší nové výzvy, baví mě a dává mi smysl. A kde přesně to bude, už se nechám překvapit.

Dana Hamza

Čím jsem chtěla být jako dítě?

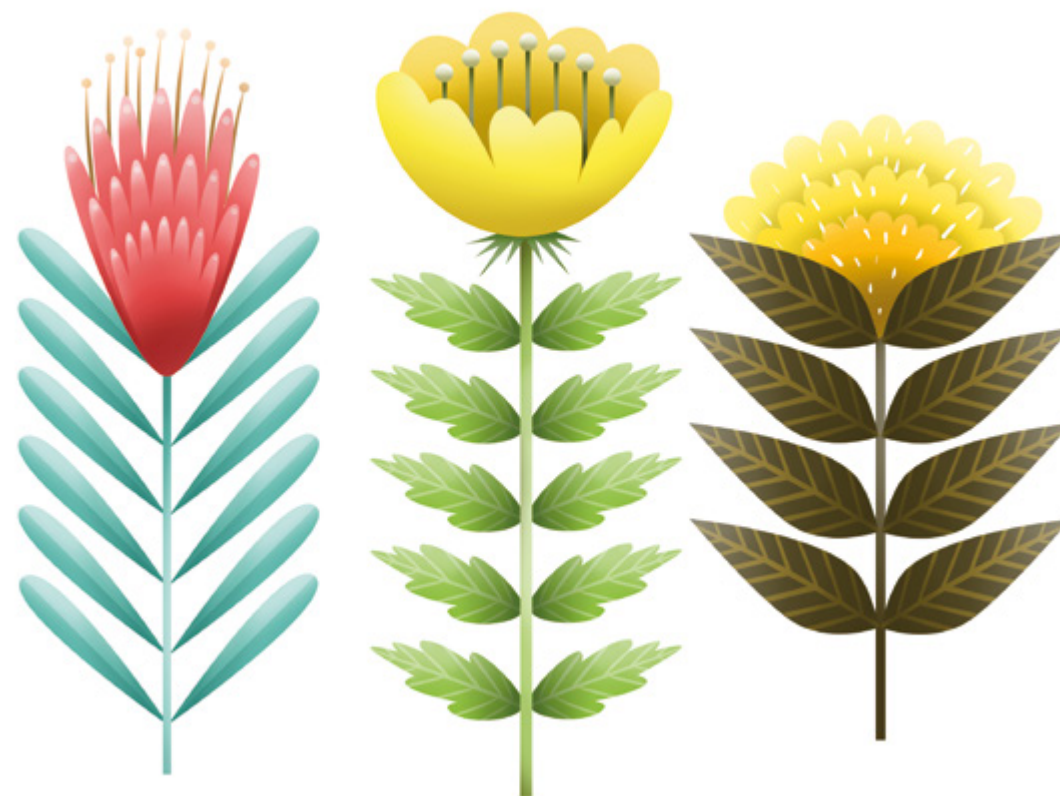
Od mala jsem si přála být soudkyní. Byla jsem dost dominantní dítě, které rádo o všem rozhodovalo. A kdyby to nevyšlo, měla jsem v rukávu další eso a tím byl popelář. Mnoho let jsem každý týden čekala v neděli na popeláře a nic jsem si nepřála víc než jezdit na jejich autě.

Proč jsem se stala komunitní pracovnící?

Už od začátku střední školy, kde jsem se poprvé setkala se sociální prací, mě práce s lidmi v něčem neskutečně naplňovala. Kamino Centrum, jakožto moje první zkušenost, mě v tom utvrdilo a těším se, co mě ještě v této sféře čeká.

Čeho ještě chci ve své kariéře dosáhnout?

Společně s prací paralelně studuji politologii. Ačkoliv se moje obory zdají odlišné, věřím, že problém některých výše postavených aktérů tkví v neznalosti reality a toho, co cílové skupiny skutečně potřebují. Proto chci nejdříve nabrat tyto zkušenosti a pak je aplikovat na pozicích, jako je třeba Evropský hospodářský a sociální výbor



Kamino centrum

Patronství

Patronství je sociální interakce, při níž se našim klientům dostává podpory ze strany patrona. Díky ní mohou dosáhnout snáze a úspěšněji svých dílčích životních cílů. Patronství vede k aktivizaci v sociálním či pracovním životě. Je to cesta, při které se patron s klientem dělí o své zkušenosti a nabyté znalosti. Je neocenitelnou zkušeností pro obě strany.

Základním kamenem Patronství je spolupráce mezi patronem a klientem. Staví na vzájemném respektu a rozvoji mezilidských, osobních a profesních dovedností. Proto je zvláště důležité si na začátku ujasnit přání, potřeby a očekávání klienta i možnosti patrona a podle nich nastavit společná pravidla a podobu spolupráce.

Zásady patronství

1. Nebojte se stanovit si a držet hranice. Je to důležité pro vás i pro klienta.
2. Respektujte každého jednotlivce. Každý má za sebou příběh, který ho formoval.
3. Nezapomínejte, že člověk, který s vámi spolupracuje, se snaží změnit svou situaci.
4. Dejte druhému prostor pro svobodné rozhodování, učíte ho tím zodpovědnosti.
5. Budte trpěliví, i malý úspěch se počítá.
6. Nebojte se zeptat, když nevíte jak dál. Jsme tu od toho.

Jako patron dáváte příležitost a pomoc někomu, kdo to potřebuje. Získáváte obohacení a inspiraci, větší respekt a pochopení situace druhých.

Co dělá patron:

- Přináší podnětné nápady.
- Nabízí odborné a zkušené rady, vlastní znalosti a dovednosti.
- Podporuje vytvoření bezpečného prostředí pro předávání dovedností a zkušeností.
- Pomáhá zvýšit sebevědomí.
- Učí příkladem.
- Stojí na straně klienta v krizích.
- Podněcuje k dosažení cílů.



Patronství

Naše představení a vysvětlení programu Patronství bychom rádi doplnili o vyjádření přímých účastníků programu Patronství – patronů. Moc vám za vaši práci a ochotu děkujeme.

Patronství Aleny Bledé

S Alenou Bledou nás v červnu roku 2022 seznámila vedoucí Kamino Centra, Marie Palasová. Sháněla jsem v té době autory, kteří by chtěli vystavovat v naší kavárně Bílá vrána, kde zaměstnáváme lidi s mentálním postižením a dáváme příležitosti různým umělcům. Alena zase sháněla někoho, kdo by jí pomohl realizovat výstavu jejích fotografií. A Patronství bylo na světě.

Od té chvíle jsme započaly naše pravidelné měsíční schůzky, během nichž jsme se snažily naplánovat výstavu, vernisáž a zároveň jsme se začaly navzájem lépe poznávat. Bylo zajímavé trávit čas s člověkem pocházejícím ze zcela jiného kulturního, rodinného i sociálního prostředí, než jsem já. Znovu jsem si uvědomila, že to, co mám, není samozřejmost a že za spoustu věcí vděčím jen obyčejnému štěstí. Chtě nechtě jsem musela obdivovat Aleninou vůli vymanit se ze života bez domova a zároveň si přitom plnit umělecké sny. Téměř na každou schůzku přišla s nějakou novinkou – například že začala studovat či že sehnala novou práci.

Samozřejmě vše nebylo jenom růžové. Zpočátku pro mě bylo těžké si zvyknout, že na Alenu není tak absolutní spolehnouti jako na lidi, s nimiž běžně pracuji. A tak jsem občas na plánované schůzce seděla sama nebo jsme zadaný úkol musely posouvat na pozdější termín. Nakonec se nám pod rukama začala pomalu, ale jistě formovat hotová výstava a naplánovaná vernisáž.



Zdroj: Kavárna Bílá vrána

Když nadešel Den D, zastihl nás jako dvě vyčerpané a klepající se trosky, sužované obavami, jak to asi celé dopadne. A ono se nakonec jako vždycky ukázalo, že nejhorší smrt je z vyděšení. Vernisáž se odehrála ve velmi přátelské a příjemné atmosféře a všichni odcházeli spokojeni.

Spolupráce s Alenou byla často vyčerpávající, ale zároveň velmi inspirující a obohacující. Měla jsem možnost nahlédnout do osobnosti člověka, jehož život a zázemí se od toho mého radikálně liší. Vykročila jsem alespoň na okamžik ze své životní bubliny a dozvěděla se spoustu věcí o myšlení člověka bez domova, které vám může poskytnout jenom ten, kdo to opravdu prožil.

Pokud o patronství uvažujete, jděte do toho. Čeká vás sice pořádná porce stresu a rozčarování, ale také spousta pěkných a veselých chvil. A když se ve finále otočíte, zjistíte, že jste získali daleko víc, než jste investovali.

KŠ

Zkušenosti z výuky seniorů

Když jsem byl požádán Farní charitou v Žitné ulici v Praze 1 o jazykové konzultace z arabštiny, příliš jsem se nerozmýšlel a v rámci svých časových možností jsem se rozhodl vyhovět. Jako dlouholetý učitel arabštiny a francouzštiny jsem měl příležitost od konce šedesátých let minulého století poznat řadu posluchačů seniorů (bylo jim i přes sedmdesát let), kteří docházeli do kurzů tehdejší Jazykové školy v Praze na Národní třídě. Těchto lidí jsem si velice vážil a oceňoval jsem jejich píli, snahu i chuť v pokročilém věku se vzdělávat.

Samozřejmě jsem se zajímal i o to, jaký přínos má pro ně toto studium. Téměř všichni se shodli na tom, že jim pomáhá zlepšovat paměť a udržovat si duševní svěžest a rovnováhu do pokročilého věku. Také si chtěli oživit nebo prohloubit některé znalosti získané v dřívějších dobách. Dobrý vliv měl na ně i kolektiv mladších lidí.

K tomu musím ještě dodat, že důkladné studium kteréhokoli jazyka se dá přirovnat k běhu na dlouhou trať, který někdy končí až tehdy, když skončí lidský život. Dozvídáme se při něm řadu nových a zajímavých informací.

V této souvislosti bych se chtěl na závěr ještě zmínit o vynikajícím filologovi PhDr. Bohumilu Barešovi (1906–1982). Nerad bych, aby jeho jméno upadlo v zapomenutí. Byl absolventem Filozofické fakulty UK, kde po skončení 2. světové války také nějakou dobu pracoval. Z politických důvodů však musel opustit fakultu, a nakonec skončil jako učitel ruského jazyka na jedné pražské základní škole. Ale i tam dokázal u řady žáků zájem o cizí jazyky a někteří se později stali výbornými lingvisty. V sedmdesátých letech vedl na Jazykové škole v Praze kurzy klasické řečtiny, kde byl pro své znalosti i pro svůj vztah k posluchačům velice oblíben. Přestože byl, už jako důchodce, naším starším kolegou, my tehdy mladší a méně zkušení jsme se také považovali do jisté míry za jeho žáky. Byl to člověk s obrovským jazykovým nadáním a s téměř fotografickou pamětí. Většinu důležitého z toho, co přečetl, si pamatoval. Ke konci života byl schopen číst téměř ve čtyřiceti evropských a orientálních jazycích. I v pokročilém věku si zachovával duševní svěžest, dobrou náladu a teprve až zákeřná nemoc a smrt ukončila jeho filologické a literární zájmy.

JF

Poetické okénko

„Byl pozdní večer – první máj – večerní máj – byl lásky čas. Hrdliččin zval ku lásce hlas, kde borový zaváněl háj.“ Tak zní začátek nejznámější české básně. A protože jsme se v redakci shodli na tom, že jarní číslo bez poezie by nebylo ono, můžete si níže přečíst básnická díla našich redaktorů.

Má rozmilá, jsi krásná jako květina,
ústa sladká jako med, vlasy hebké jako samet.
Ruce rudé jako růže, mám tě rád, jak nejvíc kdo může.
Růže voní, trní píchá,
Bez tvých rtů se těžko dýchá,
Bez tvých slov a doteků, je mi, lásko, do breku.
Nevím, jak ti to mám říct, miluju tě čím dál víc.

JK

Od jara až do léta

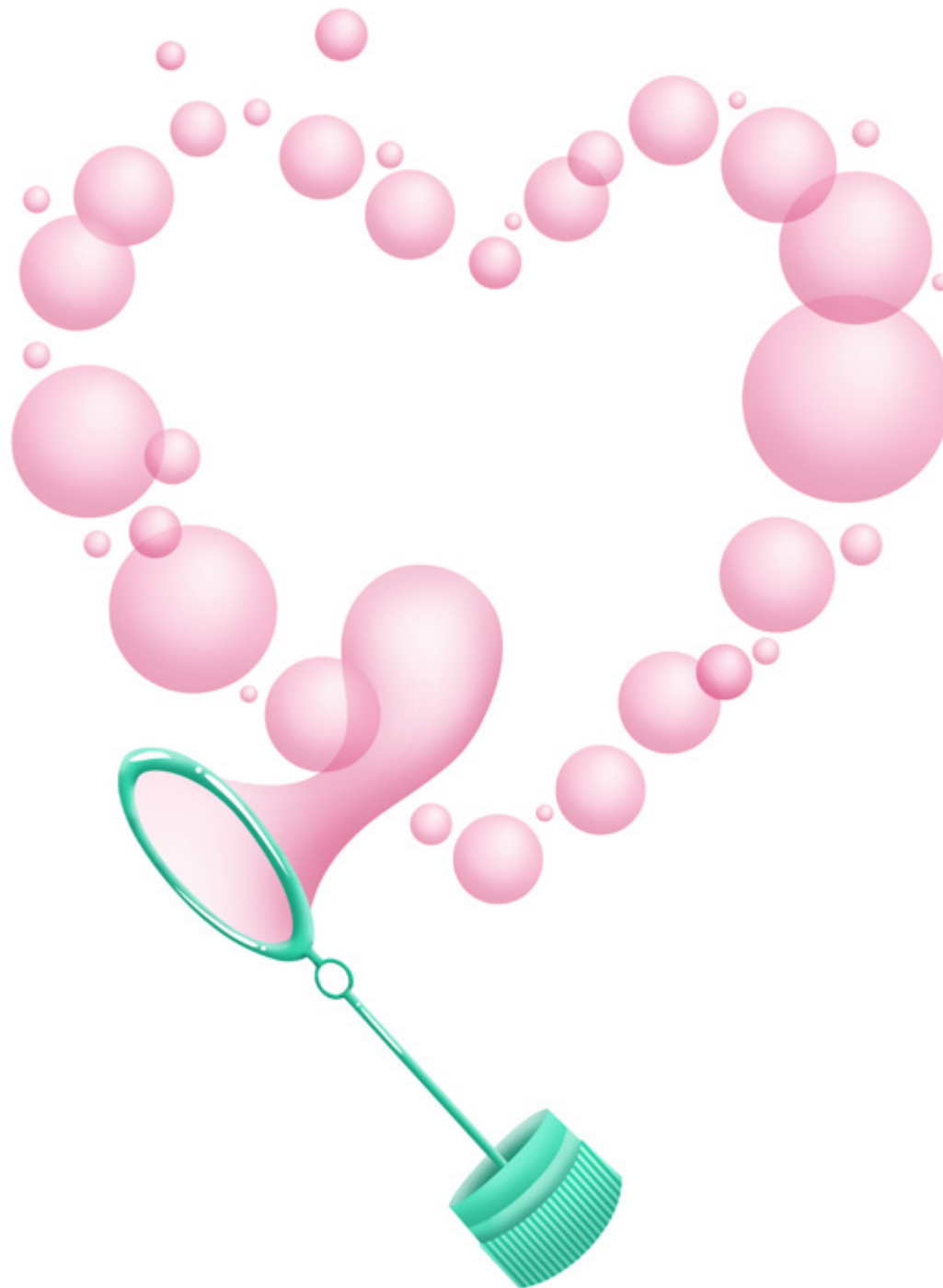
Na jaře vše začíná,
vykvétá se, rozpíná.
bují a vykvétá
od jara až do léta.

TČ

Láska

Mám ráda, když se usmíváš,
když vedle mě usínáš.
Miluju, když se spolu líbáme
a do hlubin spolu padáme.

JK



Sázka

Byla jednou jedna láska,
A ta se jmenovala sázka.
Řekl jsem: „Ty sázko jedna,
jenom chceš peníze,
dostaneš mě za mříže.“

NŽ

Jarní procházka

Jaro je v kočíčkách,
láska přichází po špičkách.
Budem spolu chodit v uličkách
starou i novou Prahou,
občas i městskou hromadnou dopravou.
Zapomeň na svůj chmur a žal
na cestu se mnou se sbal.
Užijem si spolu deště i sluníčka
a občas i radostí srdíčka.
Projdem se u Vltavy,
kde zapomenem na naše dobré mravy.
Schováme se pod most,
kde najdem svou lepší minulost
a tam si dáme pusinku pro naší hezkou chvíličku.

PJ

Strom, keř i rostlina

Na jaře všechno žít začíná,
strom, keř i rostlina,
na Petříně kvetou sakury,
milencům zpívají sýkory
a láska žije, k nebi vzlíná.

JT

Jarní šaty

Šaty, co by chtěly i malé dívky,
zdobené lučnými kvítky.
Sukýnka složená z okvětních listů,
složená z krásných tulipánů.
S krásným modrým páskem,
ušitým kouskem nebe a vánkem,
z jahodových listů, který tě dostane do snů.

JK

Osudová láska

Byla jednou jedna velká láska
a mně v životě kvůli ní vše praská.
Na jaře celá příroda žít začíná
a mé srdce na mládí vzpomíná,
chybí mi moc děti, sourozenci, rodina...
Kdyby se mi ta osudová láska nestala,
lituji, Jardo, že jsem tě poznala...

JV

Moře

Láska mi dává vzpomenout,
jaké je to po moři plout.
Tím mořem jsou city
a tou láskou jsi ty.

JK

Vesno milá

Na jaře vše žít začíná,
nastává rej - tančí omladina,
skotačí srny, ptáci šílí.
Na paloučcích roste divotvorné býlí,
Vesno milá - vítej, radosti života nám skýtej!

VH

Z našeho Vaření

V této rubrice vám přinášíme oblíbené recepty klientů centra. A málokterý pokrm by zapadl lépe do tohoto čísla než jarní salátek s vejci doplněný o lehké palačinky. Pokrm jsme u nás vyzkoušeli a všem moc chutnal, takže ho doporučujeme i vám.

Začneme přípravou jarních palačinek:

Náplň:

- 1 lžíce olivového oleje
- 1 cibulka (nadrobno nakrájená)
- hrst žampionů (nakrájených na plátky)
- 2 hrsti baby špenátu
- zakysaná smetana
- sůl a pepř

Těsto:

- 60 g hladké mouky
- 65 g špaldové mouky
- 1 vejce
- 300 ml mléka
- špetka soli
- olej na smažení



Postup:

Nejprve si připravíme těsto. Smícháme vejce se špetkou soli, přidáme mléko a opět rozšleháme. Do hotové směsi přidáme mouku a pořádně promícháme. Těsto by nemělo být ani moc husté, ani moc tekuté.

Na pánvi pořádně rozehřejeme olej. Poté nalijeme těsto na pánev a palačinky osmažíme z obou stran. Na druhé pánvi si rozehřejeme olej a vložíme na něj najemno nakrájenou cibulku. Až bude cibulka osmažená dozlatova, přidáme na plátky nakrájené žampiony a dusíme doměkka. Na poslední dvě minuty přidáme baby špenát a celou směs osolíme a opepříme.

Na závěr palačinky namažeme zakysanou smetanou, přidáme hotovou směs a zarolujeme.



Příprava jarního salátku s vejci:

Salát:

- 1 balení polníčku
- hrst cherry rajčátek
- několik ředkviček
- kvalitní šunka (nejlépe od kosti)
- olivový olej
- drcený kmín
- čerstvě namletý pepř
- 50 g balkánského sýra

Zálivka:

- 2 lžíce cukru
- 2 lžíce octa
- 2 lžíce olivového oleje
- sůl
- čerstvě namletý pepř

Ztracená vejce:

- 3 vejce
- 50 ml octa

Postup:

Opláchneme všechnu zeleninu, překrojíme rajčátka na půlky, nakrájíme ředkvičky a všechnu zeleninu smícháme v misce.

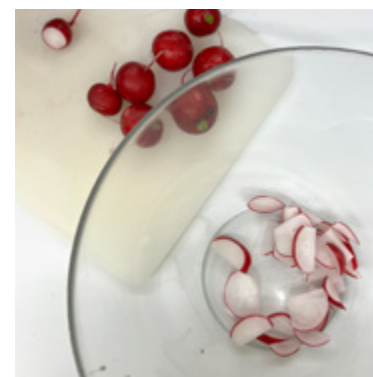
Šunku nakrájíme na nudličky. Nakrájenou šunku osmažíme na oleji a dochutíme drceným kmínem a špetkou pepře.

Připravíme si zálivku: smícháme všechny uvedené ingredience společně s 1 lžící vody. Salát, zálivku a šunku pořádně promícháme v misce a přidáme balkánský sýr.

Na ztracená vejce přivedte v kastrůlku k varu asi 250 ml vody a vlijte ocet. Jakmile tekutina začne vřít, vytvořte vařečkou uprostřed vír, do kterého pomalu a lehce vlijte vždy jedno vejce. Zmírněte oheň a vařte 3 minuty. Pak vejce opatrně vyjměte a dejte stranou do misky. Takto postupujte i s dalšími vejci.

Dobrou chuť!

TZK



Z našeho Ateliéru

V této rubrice předáváme praktické návody a postupy, které se osvědčily při tvoření v rámci našeho ateliéru.

A protože je celé číslo tematicky zaměřené na jaro, zvolili jsme techniku, ve které se dají krásně uplatnit i jarní motivy. Budeme se věnovat vytváření obrazů metodou String art.

Potřebujeme:

- obyčejnou tužku
- dřevěnou desku
- podložku, ručník pod desku (proti zničení nábytku)
- kladívko
- hřebíky (čím více, tím lépe), ideálně delší a silnější
- příze, bavlnky



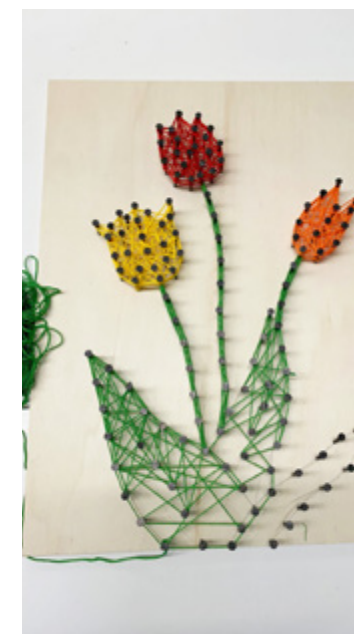
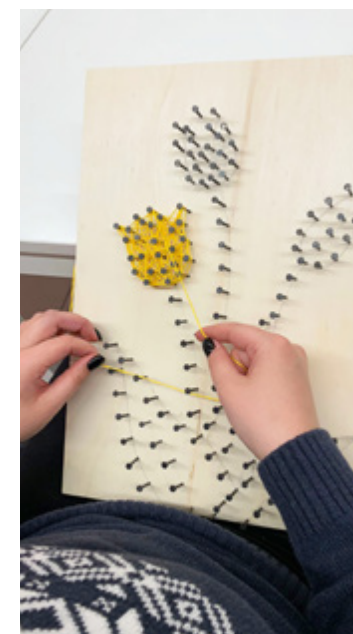
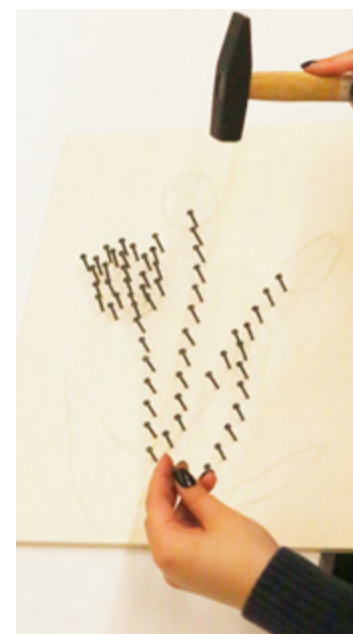
Postup:

Úplně na začátku si dobře rozvrhneme velikost obrázku a také samotný motiv a jeho barevnost. Poté si na dřevěnou desku (nebo jiný materiál, který jsme zvolili) předkreslíme vybraný motiv – nemusíme se bát, tužka jde dobře vygumovat. Případně si na desku položíme papír s motivem a zatlukáme hřebíky přímo do něj, poté jej stačí opatrně vytrhnout. Až budeme mít motiv na místě, je na čase přibíjet hřebíčky – ideálně začínat od nejmenších detailů a u středu, poté pokračovat k větším a směrem ven. Vzdálenost mezi jednotlivými hřebíčky by neměla být menší než 1- 1,5 cm, aby se dobře obtáčela bavlnka. Snažíme se hřebíčky zaklepat ideálně do půlky, aby byly pevně přibité a zároveň aby zbylo dostatek místa na obmotávání bavlnkou.

Až budeme mít všechny hřebíčky přibité pevně na místě, začíná obmotávání. Konec příze přivážeme na jeden z hřebíčků a uděláme 3 uzlíky. Čím více budou uzlíky utahované, tím lépe. Poté obmotáváme podle vybraného motivu – přesný postup není stanoven. Ideální je nedělat stejné tahy a neudržovat stejné dráhy. Vrstvení na jednom hřebíčku je v pořádku a žádoucí. Bavlnku je lepší utahovat co nejbližší u desky. Až budeme na konci s obmotáváním, vytvoříme si z bavlnky očko, které dáme na hřebíček, tímto očkem protáhneme druhý konec bavlnky a utáhneme. Poté uděláme opět tři uzlíky.

Nakonec hřebíčky znovu zkontrolujeme a případně opět zaklepeme. Pro co nejhezčí výsledný efekt se pokusíme hřebíčky zatlouci do jedné roviny, aby byly všechny stejně vysoké.

AČ



Slovníček bez domova

Klientky a klienti, kteří k nám docházejí, používají určitá slova a slovní spojení charakteristická pro osoby, které mají zkušenost s bezdomovectvím. A protože nás zajímalo, jak byste se v tomto jejich slovníčku orientovali vy, připravili jsme vám kvíz, ve kterém si své znalosti ověřte.

Držíme palce při hádání.

P. S.: Kvíz slouží pouze k pobavení, případně k osvětlení, co jednotlivá slova nebo slovní spojení znamenají. Berte ho proto, prosím, s nadhledem (jako jeho autoři).

1. Co jsou „formulky“?

- a) formule s méně výkonným motorem
- b) formuláře potřebné k registraci na Úřad práce
- c) štěnice

2. Co je „plasták“?

- a) sáček do odpadkového koše
- b) levné víno
- c) obal na doklady

3. Co znamená „bufetit“?

- a) jít na jídlo, které se dostává a jí na ulici, tzv. „na stojáka“
- b) jít na polévku do denního centra
- c) jít si pro potravinovou pomoc

4. Co je „hmotka“?

- a) speciální druh lepidla
- b) dávky pomoci v hmotné nouzi
- c) materiální pomoc, kterou poskytují organizace pracující s lidmi bez přístřeší

5. Jaká noclehárna se skrývá pod označením „Titanik“?

- a) noclehárna Armády Spásy
- b) noclehárna sv. Terezie
- c) noclehárna Hermes

6. Co znamená „jít fírat“?

- a) hledat jídlo, oblečení, věci do bazaru v popelnicích nebo koších
- b) pracovat v dolech
- c) jít požádat o pomoc na faru

7. Kdo nebo co jsou „košťata“?

- a) úklidová pomůcka
- b) zaměstnanci úklidového servisu
- c) cestovní prostředek

8. Co znamená „jít na vajglovinu“?

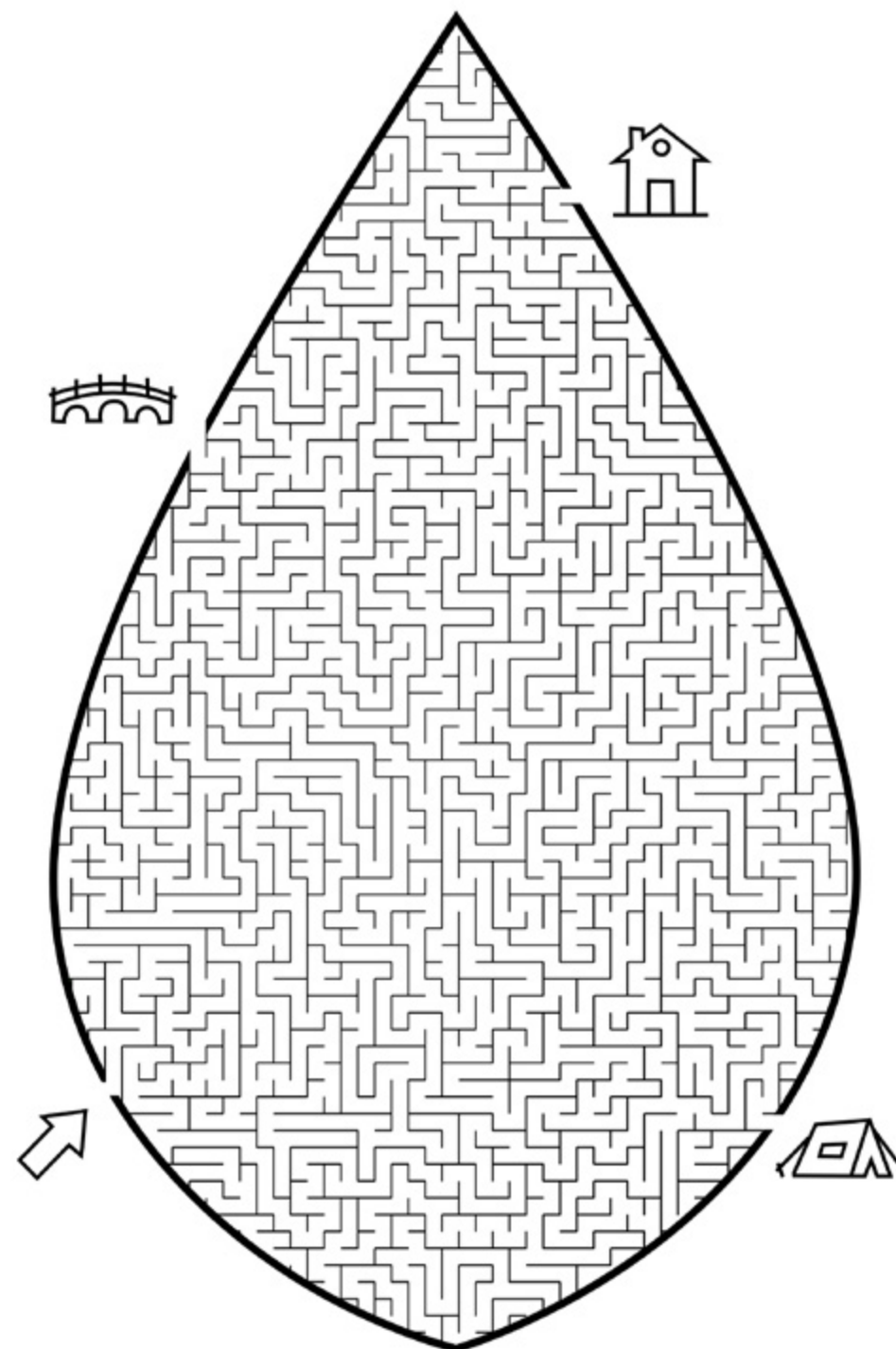
- a) jít si zakouřit
- b) sbírat nedopalky cigaret, ze kterých se vysype zbylý tabák a znovu se použije
- c) dát si pauzu

9. Co je „mopka“?

- a) speciální druh mopu
- b) mopsí slečna
- c) mimořádná okamžitá pomoc

AČ, LB, MG, NŽ, PŠ

Bludiště





EVROPSKÁ UNIE
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Farní charita
Praha 1 – Nové Město



Kamino
Centrum

