



DOBROVOLNICKÉ CENTRUM
FAKULTNÍ NEMOCNICE OLOMOUC





OBSAH

Dobrovolníci ve Fakultní nemocnici Olomouc.....	strana 4
Dobrovolnické centrum a jeho první rok.....	strana 5
Kdo je dobrovolník	strana 6
Kde dobrovolníci pomáhají	strana 7
Jak dobrovolník pomáhá	strana 8
Představujeme	strana 9
Dobrovolnické centrum v médiích	strana 10
Dobrovolnické centrum podporují.....	strana 11





Dobrovolnické centrum Fakultní nemocnice Olomouc je zřizováno a přímo součástí našeho zdravotnického zařízení. Olomoucká fakultní nemocnice tak nabízí nový aspekt péče o pacienty a díky aktivitám centra se bude podílet na zlepšování psychosociálních podmínek, kvalitě života a zdraví našich pacientů.

Poslání programu:

- ▶ přispět ke zlepšení psychosociálních podmínek pacientů na lůžkových odděleních a napomáhat dětem, dospělým i starým lidem k překonání doby, kterou tráví v nemocnici
- ▶ být významnou psychosociální podporou pacientů na lůžkových odděleních nemocnice
- ▶ pomáhat nemocnému překonat náročné chvíle v nemoci a přispět i k lepšímu průběhu a efektu léčby
- ▶ být pro dobrovolníky z řad studentů nenahraditelnou klinickou sociální prací s klienty v obtížných životních situacích
- ▶ program je určen i mladým lidem, kteří se chtějí blíže seznámit se zdravotnickou profesí
- ▶ nabízí také starším občanům či důchodcům možnost vyplnit svůj čas, realizovat se a být stále aktivní v péči o druhé

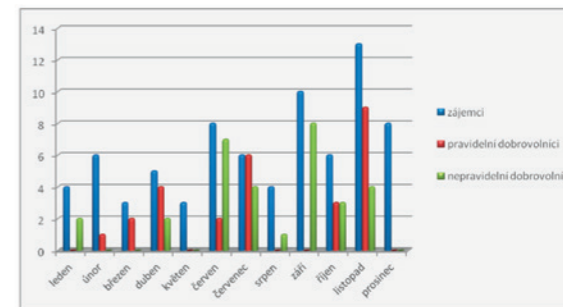


Dobrovolnické centrum a jeho první rok

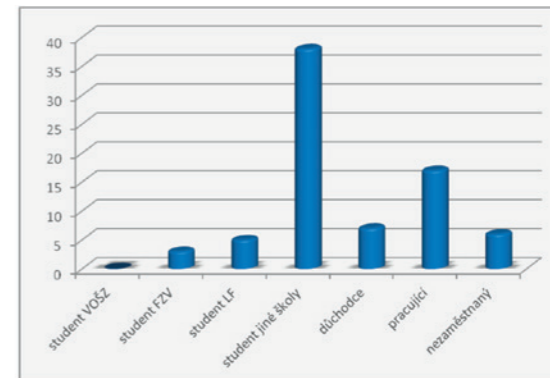
Naše Dobrovolnické centrum ve FNOL funguje od konce roku 2014. V tomto krátkém období se do našeho centra přihlásilo již přes tři desítky zájemců o pravidelnou činnost a přes 40 zájemců o nepravidelnou činnost. Zprvu dobrovolníci začali působit na Dětské klinice a Oddělení geriatry a na přelomu roku 2015/2016 začali ještě docházet na Neurologickou kliniku, 3. Interní kliniku a Hemato-onkologickou kliniku. Při pravidelných návštěvách dělali pacientům společnost a zpříjemňovali jim čas jejich hospitalizace. Během roku 2015 proběhla i řada jednorázových akcí, které byly určeny pro pacienty, zdravotnický personál, dobrovolníky i širokou veřejnost. Mezi nimi například:

- ▶ Výtvarné dílny na Dětské klinice a Oddělení Geriatrie, které probíhaly v průběhu roku
- ▶ Velikonoční dílny na Oddělení geriatry
- ▶ Projekt Barvy léčí- společné malování obrazů zástupců klinik, pacientů a dobrovolníků
- ▶ Výstava obrazů projektu Barvy léčí ve vstupní hale chirurgického komplexu FN
- ▶ Oslava mezinárodního dne seniorů (1.října) na Oddělení geriatry s dětmi Základní školy Heyrovského Olomouc
- ▶ Mikulášská nadílka od dobrovolníků, mediků LF UPOL a firmy Internet Poradna Olomouc
- ▶ Výpomoc dobrovolníků při akci Loučení s létem s Transfuzním oddělením, Halloweenový odběr krve, Mikulášský odběr krve, akce Stop proležením
- ▶ Vánoce s dobrovolníky na Hemato-onkologické klinice
- ▶ Vánoční koncert dětí ze Základní umělecké školy IŠI Krejčího

Evidence zájemců Dobrovolnického centra



Typ dobrovolníka





KDO JE DOBROVOLNÍK
VE FAKULTNÍ NEMOCNICI OLOMOUČ



Dobrovolníkem je každý, kdo ze své dobré vůle, ve svém volném čase a bez nároku na finanční odměnu vykonává činnost ve prospěch jiných lidí.

Dobrovolníkem se může stát v podstatě kdokoli, protože téměř každý umí něco, co může ostatním poskytnout - je jedno, zda jste studenti, pracující, maminky na mateřské dovolené, senioři nebo nezaměstnaní.

Dobrovolníci přinášají přátelství, více lidského zájmu a kontaktu, zpříjemňují pobyt pacienta v nemocnici. Sami tak můžete přispět už jen věnovaným časem, úsměvem, empatií, ochotou vyslechnout, vlastními zkušenostmi, dovednostmi (hudební, výtvarné či pohybové nadání apod.) či kreativitou a novými nápady.

Základní role dobrovolníka ve zdravotnickém zařízení

- ▶ dobrovolník nenahrazuje práci odborného personálu, ale vhodně doplňuje jeho práci tam, kde je to možné
- ▶ dobrovolník není pracovníkem v pomáhající profesi – není v roli zdravotníka (lékaře, sestry, psychoterapeuta, sociální pracovníce, fyzioterapeuta) i kdyby měl v těchto oborech platné vzdělání
- ▶ hlavní privilegium role dobrovolníka je v nabídce a poskytnutí lidského kontaktu

Přehled klinik a oddělení, kde dobrovolníci pomáhají:

Název kliniky/oddělení	Organizace, která vysílá dobrovolníky	Poznámky
Dětská klinika	sdužení Šance	výtvarná dílna a keramika od PO - ČT od 15 - 17hod. galerie Šance
	Dobrovolníci DC FNOL	Lůžková Oddělení PO-PA mezi 13 – 17hod. + víkendy
	Dobrovolníci DC FNOL	PO - PA mezi 8 – 12hod. v čekárnách a ambulancích
	medici LF	čtení na dobrou noc, každé úterý a čtvrtek od 17- 18hod.
Onkologická klinika	dobrovolníci z organizace Amelie o.s.	2 x týdně skupinové aktivity (úterý, čtvrtek)
Oddělení geriatric	Dobrovolníci DC FNOL	v PO - PA mezi 13 - 17hod. (odd. 46 a odd. 47) + víkendy
Neurologická klinika	Dobrovolníci DC FNOL	Středa od 14-17 hod.
3. Interní klinika	Dobrovolníci DC FNOL	Víkendy
Hemato-onkologická klinika	Dobrovolníci DC FNOL	Individuálně – na zavolání



KDE DOBROVOLNÍCI
POMÁHAJÍ



Pravidelné aktivity

- ▶ Skupinové programy na Oddělení geriatricke, Dětské klinice v čekárnách, ambulancích a oddělení, také na Neurologické klinice – výtvarné, zájmové a herní kroužky, popovídání si, předčítání.
- ▶ Individuální programy na Oddělení geriatricke, Dětské klinice v čekárnách, ambulancích a oddělení, Neurologické klinice a 3. Interní klinice – role společníka, výtvarná dílna, společenské hry, čtení, luštění.

Jednorázové akce

- ▶ Tvořivé a výtvarné dílny
- ▶ Koncerty
- ▶ Tradiční programy – velikonoční, mikulášské a předvánoční akce

Dobrovolníci při jednorázových akcích doprovází pacienty nebo se zapojují do přípravy a organizace akce.

Anna TRUKSOVÁ

(studentka FZV Olomouc)

Proč jsem se stala dobrovolníkem:

Každý člověk má možnost volby, jak strávit svůj volný čas a komu nebo čemu jej věnuje. Lišíme se právě v tom, jak svůj volný čas trávíme (aktivním nebo pasivním způsobem). Já jsem se rozhodla věnovat svůj volný čas dětem na dětské klinice Fakultní nemocnice Olomouc, protože to úzce souvisí s mým budoucím povoláním. Je to pro mě možnost nevšední relaxace, seberealizace a získávání nových zážitků a zkušeností. Mám možnost dívat se na svět jinými očima - očima nemocných dětí. Čekala jsem, že mě dobrovolnictví bude stát hodně energie a že budu pouze jen ze sebe dávat, ale opak je pravdou. Právě díky dobrovolnictví jsem si uvědomila co je v životě opravdu důležité, změnil se mi žebříček hodnot a prožívám každodenní život mnohem intenzivněji. Protože zdraví je dar, o který může člověk v každé vteřině svého života přijít. Odměnou mé dobrovolnické činnosti je slyšet dětský smích a na vlastní oči vidět radost nemocných dětí ze společně prožitého odpoledne.



Eliška LIEDERMANNOVÁ

(studentka VOŠZ Olomouc)



„Práci v Dobrovolnickém centru, která vyplňuje můj volný čas jednou za týden, s výjimkou zkouškového období, jsem si chtěla zkusit z jediného prostého důvodu: pomoci lidem od šedi a jednotvárnosti dní strávených na oddělení Geriatricke. Povídání, hraní her, kreslení....chvilí se netrápit myšlenkami na nemoc, na chvíli zlepšit myšlenky, mít pocit, že někdo poslouchá... to vše, jím jako dobrovolnice mohu dát a mne to přináší vnitřní uspokojení a pocit radosti. Protože je skutečně krásné vidět úsměv na tváři člověka, který ještě před chvílí hořekoval a nebo slyšet hřejivá slova: „Slečno, to co děláte, je skvělé, děkuji, že jsem chodíte.“

Nechci znevažovat práci sestřiček, jejich práce je úžasná, skvělá a velmi náročná, pacienti si je chválí, zároveň však dodávají, že bohužel nemají čas je poslouchat, respektive poslouchat jejich vzpomínky. Pravda je skutečně taková, že sestřičky „kmitají“ od rána do večera, aby pacientům zajistily pohodlí a dobrou péči, ale povídat si není kdy. A proto jsem velmi ráda, že jsem ty tři měsíce relativně pravidelně mohla docházet na oddělení Geriatricke.

A jaký byl můj nejkrásnější dosavadní zážitek? Určitě s paní, takovou pohádkovou babičkou s velkýma, doborosrdčnými očima skrytými za obroučkami brýlí,

kteřá ze zdravotních důvodů nemohla mluvit, přesto se o to snažila, opravdu dlouho, dokud alespoň jedno slovo neřekla. Lekla jsem se, že by se něco mohlo stát, určitě neměla mluvit a měla se šetřit! A já to teď slíznu! O to úžasnější pocit mě naplnil, když mi staniční sestra řekla, že je to naopak dobře, že je to jakási forma rehabilitace. S tou paní už jsem se sice nikdy nesešla, ale já nezapomenu na to, jak mě při odchodu chytila za ruku a chvíli ji s milým úsměvem podržela ve své. A přesně to je to, proč v dobrovolnické práci chci pokračovat dál. Mít pocit, že těm lidem nějakým způsobem pomáhám, bez ziskových důvodů. Ony veškeré peníze nenahradí ten pocit pomoci lidem, kteří si jen chtějí povídat....“

Jakub LOJDA

(student VOŠZ Olomouc)

„Do Dobrovolnického centra ve Fakultní nemocnici Olomouc jsem se přihlásil proto, neboť rád zkouším nové věci, potkávám nové lidi a dělám něco smysluplného. Zároveň mám za to, že trávení času s pacienty mi přidá zajímavé zkušenosti, které mi budou prospěšné v mém budoucím povolání - „zdravotní bratr“. Od každého pacienta se vždy dovím něco zajímavého - každý má jiný životní příběh a tím i jiné životní zkušenosti a jsem rád, že i pacienti vítají přítomnost někoho, s kým si mohou popovídat a svěřit se. Díky Dobrovolnickému centru jsem se zúčastnil i zajímavého kulturního zážitku - vánočního koncertu smyčcového kvarteta z Olomoucké filharmonie, který jsme pořádkovali a který měl hojnou účast, jak z řad pacientů, personálu a dalších, co se zrovna v nemocnici nacházeli.“





Studenti se stali dobrovolníky ve fakultní nemocnici. Přihlásit se mohou i další

Do činnosti nově vzniklého Dobrovolnického centra olomoucké fakultní nemocnice se od října zapojili první studenti Univerzity Palackého. Malým i dospělým pacientům pomohou překonat náročné období nemoci a vyplnit čas pobytu v nemocnici. Dobrovolníci se mohou hlásit během celého roku.

Podnět ke spolupráci se studenty vyšel ze zkušeností nemocničních zařízení, která dobrovolnické aktivity využívají ke zlepšování psychosociálních podmínek života pacientů. „Podobně jako například v pražském Motole se i v olomoucké fakultní nemocnici nabízí možnost získat dobrovolníky z řad studentů,“ uvedla koordinátorka Dobrovolnického centra Kristýna Chudíková. K aktivitám centra se jako první přihlásily studentky fakulty zdravotnických věd, s jejich podporou se v září uskutečnily informační přednášky o podmínkách a náplni dobrovolnické činnosti. S příznivým ohlasem se setkala také výzva členům Spolku mediků. „Aktuálně se nyní hlásí šest studentů, kteří budou pravidelně docházet na Dětskou kliniku a Oddělení geriatric,“ upřesnila Chudíková.

Čas a empatie

Pravidelní dobrovolníci se nemocným věnují zhruba dvě hodiny týdně a konkrétní náplň jejich činnosti závisí na typu a režimu oddělení. K pohodě dospělých, dětských a starých pacientů přispívají především svým časem, empatií, vlastními dovednostmi i novými nápady. „Senioři si



Koordinátorka Kristýna Chudíková s tričkem dobrovolníků. Foto: Vělena Mazochová

většinou nejraději povídají, ale studenti s nimi úspěšně zvládli i skupinový program s rukodělnými výrobky. Kreativně se meze nekladou,“ zdůraznila Chudíková.

Klíčové je především navázání lidského kontaktu, pro který zdravotnický personál vzhledem k náročné odborné péči nenachází prostor a čas. „I to přispívá k uzdravení, zpříjemňuje pobyt na lůžku a vtahuje pacienty do života a kontaktu s okolním světem,“ uvedla Chudíková.

Dobrovolníkům jejich činnost zároveň umožňuje blíže se seznámit se zdravotnickou profesí a získat nové zkušenosti. Hlavním motivem je však ochota udělat něco pro druhé a smysluplné naplnění vlastního volného času.

Hledají se další dobrovolníci

Strategický plán činnosti Dobrovolnického centra připravovali pracovníci fakultní nemocnice už od léta. Během září se jim kromě studentů Univerzity Palackého podařilo přilákat také zájemce z vyšší odborné školy zdravotnické nebo aktivní členy olomouckých klubů seniorů.

Dobrovolnické aktivity by podle Chudíkové uvítala řada dalších klinik a oddělení. „V následujícím období bych proto ráda oslovila i ostatní fakulty,“ potvrdila Chudíková. Studenti i zaměstnanci univerzity se mohou hlásit během celého roku. „Stačí zavolat a domluvit se na termínu vstupního pohovoru,“ doplnila Chudíková.

Velena Mazochová
www.zurnal.upol.cz

DOBROVOLNICKÉ CENTRUM PODPORUJÍ



Za sponzorské dary, příspěvky i materiální pomoc upřímně děkujeme!



DOBROVOLNICKÉ CENTRUM
Fakultní nemocnice Olomouc

Mgr. Kristýna Chudíková
koordinátorka Dobrovolnického centra

I. P. Pavlova 6, Olomouc 779 00
www.fnol.cz, kristyna.chudikova@fnol.cz
Tel.: +420 603 299 398

Facebook: www.facebook.com/dobrovolnici.olomouc