



ADRA

ADVENTIST DEVELOPMENT  
AND RELIEF AGENCY

# Dobrovolnické centrum

ADRA Havířov 2015 / 2016

[www.adrahavirov.cz](http://www.adrahavirov.cz)



Havířov - Karviná - Orlová - Petřvald - Český Těšín



ADRA

ADVENTIST DEVELOPMENT AND RELIEF AGENCY

**ADRA, o.p.s.** je mezinárodní humanitární organizace, která byla založena v roce 1956 ve Spojených státech amerických Církví adventistů sedmého dne. V současné době působí ve 125ti zemích světa, v České republice od roku 1992.

**ADRA realizuje** humanitární, rozvojové a lidsko-právní projekty v zahraničí a patří mezi největší koordinátory pomoci při živelných katastrofách v ČR. Do pomoci při mimořádných událostech v České republice se aktivně zapojuje od roku 1997, kdy zasáhly velkou část Moravy rozsáhlé povodně.

**ADRA** se v České republice věnuje organizovanému dobrovolnictví. První Dobrovolnické centrum bylo založeno ve Frýdku-Místku v roce 2004, v současné době je těchto center již 11. Dobrovolnická centra plní roli prostředníků mezi přijímajícími organizacemi a dobrovolníky.



# Dobrovolnictví

## Kdo je dobrovolník?

Dobrovolník je člověk, který bez nároku na finanční odměnu poskytuje svůj čas, energii, vědomosti a dovednosti ve prospěch ostatních lidí. V našem Dobrovolnickém centru říkáme, že je to "specialista na lidský kontakt".

## Jak se stát dobrovolníkem?

- \* Kontaktujete Dobrovolnické centrum ADRA.
- \* Zúčastníte se školení.
- \* Doložíte výpis z trestního rejstříku a potvrzení od lékaře.
- \* Projdete výběrovým pohovorem.

## Co je úkolem Dobrovolnického centra?

- \* Navazovat spolupráci s organizacemi, které potřebují dobrovolníky.
- \* Navazovat spolupráci s dobrovolníky.
- \* Zajistit školení dobrovolníků.
- \* Pojistit dobrovolníky.
- \* Vytvářet co nejlepší podmínky pro dobrovolnickou službu.



# Dobrovolnické centrum ADRA Havířov

- 🌐 Dobrovolnictví v Havířově ADRA zahájila na podzim roku 2009.
- 🌐 V současnosti realizuje 23 dobrovolnických programů v okrese Karviná - dobrovolníci pomáhají seniorům, zdravotně znevýhodněným, pacientům v nemocnicích, dětem a sociálně potřebným.
- 🌐 V roce 2015 se k 1. 11. zapojilo celkem 342 dobrovolníků na území okresu Karviná, z toho:
  - \* Havířov - 159
  - \* Karviná - 80
  - \* Orlová - 28
  - \* Český Těšín - 60
  - \* Petřvald - 12
  - \* Horní Suchá - 3



## Myšlenky dobrovolníků

"Většinou jsme spolu 1-2x týdně, mám pocit, že jsem v ní našla svou babičku."

"Ráda věnuju chvílku ze svého volného času někomu, koho moje návštěva potěší a udělá mu radost. Má to vnitřní přínos i pro mě samotnou a zastávám názor, že člověk by neměl žít jen sám pro sebe a neměl by zapomínat na to, že jsou mezi námi lidé, kteří se cítí osamělí a opuštění a pro které může něco málo udělat každý z nás."

"Je mi dobře na konci řetězce všech, kteří vstupují do jejího života. Mohu se podílet malými službičkami, kterými mohu její životní vitalitu podpořit a nenarušuji nic, co má pro ni v životě význam."

### Co udělá radost babičkám a dědečkům - odpovědi z rodinného kvízu:

- \* Pusa
- \* Mýdlo
- \* Magnet
- \* Čokoláda
- \* Dědovi velký kapr
- \* Tyčinka Delli
- \* Sekačka na trávu
- \* Když s nimi hrajeme karty
- \* Když jim koupíme slepice
- \* Když jim namaluji obrázek
- \* Když je navštívíme
- \* Když jim čtu
- \* Když nás vidí
- \* Když nám připraví svačinku

A co udělá radost Vaším babičkám a dědečkům? 😊



## Dobrovolníci u seniorů

Dobrovolníci docházejí do Domovů seniorů, do nemocnic, do denního stacionáře. Pomáhají seniorům překonávat samotu a vyplňují jejich volný čas. Přicházejí na návštěvu pravidelně, povídají si, předčítají z knih, novin nebo časopisů, luští společně křížovky, hrají společenské hry, doprovázejí seniory při procházkách a zapojují se do společenských akcí. V rámci projektu Setkavárna, který je realizován v nemocnici v Českém Těšíně a nově v Havířově, nabízejí dobrovolnice-studentky Střední zdravotní školy Karviná kromě milého slova také kávu nebo čaj.



## Dobrovolnické programy realizujeme v těchto zařízeních:

- Havířov - Domov seniorů Havířov, středisko Luna
  - Domov seniorů Havířov, středisko Helios
  - SSMH - Denní stacionář, respitní péče
  - Nemocnice s poliklinikou Havířov
  - Dobrovolníci v domácnostech
- Karviná - Nový domov
  - Nemocnice s poliklinikou Karviná - Ráj
  - Dobrovolníci v domácnostech
- Orlová - Domov Vesna
  - Domov Pohoda
  - Domov pro seniory Slezské humanity, Orlová - Lazy
  - Nemocnice s poliklinikou Karviná - Ráj, pracoviště Orlová
- Český Těšín - Domov pro seniory
  - Senior Domy Pohoda
  - Nemocnice AGEL
- Petřvald - Domov Březiny
- Horní Suchá - Domov pro seniory Slezské humanity



## Dobrovolníci u lidí s postižením

Dobrovolníci doplňují pobytovou službu pro lidi s mentálním či zdravotním postižením, kteří nemohou žít ve svém domácím prostředí. V Help klubu a SPMP asistují při setkávání mladých lidí s hendikepem, pořádají pro ně výlety, doprovázejí je na sportovních a společenských akcích.

Na jaře 2015 začali dobrovolníci navštěvovat "Helpáky" i doma a tráví společně volné chvíle - doma, na procházce, v kině atd. Dobrovolnictví dává lidem s hendikepem příležitost seznámit se s vrstevníky, a umožňuje tak rozšířit jejich okruh přátel.

## Dobrovolnické programy realizujeme v těchto zařízeních:

Haviřov - Helpklub (sdružení rodičů a přátel dětí s postižením)

- SPMP - Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením

- Santé (Denní stacionář, Chráněné bydlení, MIKADO, Stacionář Lipová)

- Benjamín (domov pro děti)

Petřvald - Benjamín (domov pro dospělé)





## Dobrovolníci u dětí

Povídat si, přečíst pohádku, zahrát si stolní hru, něco hezkého vyrobit, malovat, zaspívat si, případně pomoci s úkoly nebo jít na procházku - to je náplň činnosti dobrovolníků, kteří docházejí za dětmi do Heřmánku.

Přinášejí originální nápady, inspiraci, zpřijemňují dětem dlouhé chvíle a pomáhají navazovat nové společenské vazby a přátelství.



## Dobrovolnické programy realizujeme v těchto zařízeních:

Karviná - Heřmánek, zařízení pro děti vyžadující okamžitou pomoc

## Dobrovolníci v oblasti pomoci sociálně slabým



Nedílnou součástí Sociálních šatníků a Charitativních obchůdků jsou dobrovolníci, kteří se podílejí na poskytování věcné pomoci osobám bez přístřeší, obyvatelům azylových domů a ostatním lidem v hmotné nouzi. Zároveň přijímají oblečení a jiné věci od dárců, pomáhají při třídění a oceňování, ukládají zboží do prodejny dle specifikace (oblečení, doplňky, obuv, hračky, knihy,...), obsluhují zákazníky, aranžují obchůdky apod.

# Školení a supervize dobrovolníků



## Program "Dobrovolníci domů" v Havířově a Karviné

V srpnu 2014 spustilo Dobrovolnické centrum ADRA Havířov program "Dobrovolníci domů", který z převážné části podporuje Nadace Taťany Kuchařové. Kromě Havířova se do programu zapojila také Karviná, a to v květnu 2015.

V Havířově se během uplynulého roku vytvořilo 16 dvojic senior - dobrovolník, v Karviné se zatím podařilo vytvořit 4 dvojice. Počítáme s nárůstem počtu těchto dvojic, neboť program se po počátečním pomalejším rozjezdu čím dál víc dostává do povědomí seniorů, kteří mají o dobrovolníky zájem.

Dobrovolníci tráví se seniory volný čas v jejich domácnostech - povídají si, hrají různé hry, prohlížejí si fotky a pokud to zdravotní stav seniorů dovolí, chodí společně na procházky nebo nakupovat, do divadla, kina apod.

Máme velkou radost z toho, že se u některých dvojic již vytvořil velmi pevný přátelský vztah, kdy je dobrovolník považován za člena rodiny. Vzájemně si přejí k narozeninám, pokud je senior hospitalizován, navštěvuje ho dobrovolník i v nemocnici, zkrátka mají se rádi.



## Charitativní obchůdky a Sociální šatníky

V současnosti provozujeme 4 Charitativní obchůdky (2 v Havířově a 2 v Karviné) a 2 Sociální šatníky (1 v Havířově a 1 v Karviné). V roce 2016 plánujeme tento projekt zahájit také v Orlové. Obchůdky a šatníky jsou důležitou součástí našeho Dobrovolnického centra ADRA Havířov.



**Charitativní obchůdky** jsou určeny všem lidem, kteří si zde mohou levně nakoupit, ale i těm, kteří hledají něco originálního do svých šatníků či do domácností. Nákupem podpoří dobrovolnické programy v daném městě. Charitativní obchůdky nabízí kvalitní zboží, občané zde nosí zachovalé věci, které již doma nepotřebují, ale mohly by dobře posloužit ostatním lidem. Jedná se o oblečení, obuv, knihy, hračky, ložní povlečení, ubrusy, záclony, talíře, hrníčky, skleničky, misky, zkrátka vše z domácnosti.

**Sociální šatník** slouží sociálně slabým občanům či lidem bez přístřeší, kteří si na základě potvrzení o hmotné nouzi mohou odebrat pro svou potřebu až 10 ks oblečení měsíčně.

Díky finanční podpoře Nadace ČEZ byl v roce 2014 zakoupen firemní automobil, který výrazně pomohl zefektivnit činnost Charitativních obchůdků a Sociálních šatníků. Nadace ČEZ nás zároveň finančně podpořila při nákupu 10ti sběrných kontejnerů, které jsou již 1 rok umístěny v obcích Albrechtice a Těrlicko.



### **Provozní doba Charitativního obchůdku:**

PO - ČT	9.00 - 16.00
PÁ	9.00 - 15.00

### **Provozní doba Sociálního šatníku:**

PO a ST	10.00 - 15.00
---------	---------------

## Charitativní obchůdky a Sociální šatníky v Havířově a v Karviné



Charitativní obchůdek a Sociální šatník:  
Dlouhá třída 1043/59a, Havířov-Město, 736 01



Charitativní obchůdek:  
SNP 808/8, Havířov-Šumbark, 736 01



Charitativní obchůdek a Sociální šatník:  
Prameny 599/18, Karviná-Ráj, 734 01



Charitativní obchůdek:  
Nám. Budovatelů 1408/6  
Karviná-Nové Město, 735 06

# Setkání dobrovolníků a jejich seniorů



## Šicí koutky

V šicích koutcích, které máme v Charitativním obchůdku v Havířově (Dlouhá tř. 1043/59a) a v Karviné (Prameny 599/18), provádíme drobné opravy oděvů a výměny zipů u kalhot a bund. Naše švadlenky zde šijí různé polštářky, prostírání, přehozy, kuchyňské chňapky aj. Zvláště o polštářky mají zákazníci velký zájem 😊 Zákazníci tak zaplatí málo peněz za kvalitní práci, a tím ještě podpoří humanitární a dobrovolnické programy Adry.



## Vaření polévek pro lidi bez domova



V období listopad - březen vaříme třikrát týdně vydatné polévky, které se vydávají v prostorech Azylového domu Armády spásy lidem bez přístřeší. Finance na tento projekt získáváme od sponzorů a hlavně z výtěžků benefičních koncertů, které pořádá Církev adventistů sedmého dne v Havířově. Dbáme na kvalitu a správnou hustotu polévek, neboť to je často jediné jídlo člověka žijícího na ulici denně.



## "Hodinový manžel"

Dobrovolnické centrum ADRA Havířov zaměstnává i tzv. "hodinového manžela", kterým je pečlivě vybraný zručný muž, jenž zajišťuje údržbu a případné opravy Charitativních obchůdků a Sociálních šatníků. Taktéž pomáhá při manipulaci s nábytkem, s velkými pytli s textilem, po domluvě se sociálním odborem provádí i drobné opravy v bytech u sociálně slabých občanů v okrese Karviná. Stal se již nepostradatelným prvkem našeho Dobrovolnického centra.



## Zahraniční projekt - Podpora dětí ze sociálně slabých rodin v ukrajinském městě Mukačevo

Se západoukrajinským městem Mukačevo spolupracujeme již 10 let, hlavním spojovacím článkem projektu jsou Karel Folwarczny a Marcela Holková. Již od roku 2007 ADRA pořádá letní tábor pro děti z bývalého dětského internátu, nyní Základní a střední škola č. 15. Na přelomu června a července se ho pravidelně účastní okolo šedesáti chlapců a dívek ve věku 6 - 17 let. Pocházejí především ze sociálně slabých a rozvrácených rodin. Na táboře se dětem věnují dobrovolníci z řad studentů z Česka, snaží se jim zprostředkovat zážitky, které patří k bezstarostnému dětství.



Letos v druhé polovině června proběhl již 9. ročník dětského tábora v Mukačevu. Pro cca 60 dětí (většinou jich docházelo z města více) byla zajištěna celodenní kvalitní strava a zajímavý program. Dobrovolníci z Česka ve spolupráci s ukrajinskými studenty místní pedagogické univerzity připravili pro děti velice pestrou nabídku - uspořádali olympijský den, den zdraví ve spolupráci s tamním Červeným křížem, ekologický den, den s pohraničními strážci, divadlo, karneval s diskotékou, talent show, mnoho orientačních celotáborových her a jiné aktivity, které jsou pro děti během roku naprosto nedostupné. Organizátoři, dobrovolníci i děti se shodli, že letošní ročník byl zvláště vydařený a loučení bylo velice těžké. Všichni však prožili nádherných 14 dní, na které se nezapomíná...



**Ředitel školy pan Jurij Holíš  
s dobrovolníky**

[www.adrahavirov.cz](http://www.adrahavirov.cz)

Díky štědrosti dárců mohla ADRA koncem roku 2014 zajistit ve škole výměnu oken v místnostech, kde děti spí. Velkou měrou přispěla i Nadace Via, která prostřednictvím Fondu manželů Horových finančně podpořila nákup 10 školních tabulí, 1 notebooku a 2 dataprojektorů. Z projektu DC ADRA Frýdek-Místek bylo uhrazeno mnoho výtvarných a psacích pomůcek pro děti, které byly využity na příměstském táboře v Mukačevu.



Dobrovolnické centrum ADRA Havířov ve spolupráci s DC ADRA Frýdek-Místek a DC ADRA Ostrava vyhlásilo na jaře 2015 potravinovou sbírku pro sociálně slabé rodiny v Mukačevu. Sbíraly se především trvanlivé potraviny jako masové konzervy, rýže, těstoviny, mouka, olej, sušené mléko atd. Lidé nosili i čaje, kávy, džemy, dobroty pro děti. Humanitární sbírka nakonec obsahovala 15 tun kvalitních trvanlivých potravin a 200 velkých igelitových pytlů s oblečením a obuví (cca 4,5tuny). Humanitární sbírka se předávala během června 2015 a radost obdarovaných rodin byla obrovská!



## Tandem IV. - minigrant Srdcovka, Nadace OKD

Díky minigrantu Srdcovka Nadace OKD se každoročně mohou uskutečňovat víkendové tandemové pobyty dobrovolníků ADRY a klientů Help klubu, o.s. a SPMP Havířov. V červnu 2015 proběhl v pořadí již čtvrtý tandemový víkend, který mohli účastníci strávit v nádherné přírodě Beskyd na Rajské boudě. Program byl nadmíru pestrý - projížďka na koních, střelení lukem, házení létajícím talířem, opékání párků, procházky do okolí a velmi oblíbený bowlingový turnaj.

Hlavním organizátorem Tandemu IV. byl tradičně náš dlouhodobý, zkušený dobrovolník Michael Kálmán.



Přestože si to ani neuvědomujeme, vyplňujeme důležitá místa v životech druhých lidí.

*Robert Fulghum*



[www.adrahavirov.cz](http://www.adrahavirov.cz)

## Kontakty

### **Vedoucí centra**

Mgr. Hana Čadová

Mobil: 732 509 400

E-mail: hana.cadova@adra.cz

### **Zástupce vedoucí a koordinátor**

Karel Folwarczny

Mobil: 734 390 926

E-mail: k.fol@seznam.cz

### **Koordinátorka a PR pracovník**

Ing. Jana Žoričová

Mobil: 737 744 991

E-mail: jana.zoricova@adra.cz

### **Koordinátorka programu**

#### **"Dobrovolníci domů" v Havířově**

Hana Radvanová, DiS.

Mobil: 732 353 035

E-mail: hana.radvanova@adra.cz

### **Supervizorka dobrovolnických programů**

Bc. Andrea Radomská, DiS.

Mobil: 606 479 924

E-mail: andy.radomska@gmail.com

### **Vedoucí Charitativních obchůdků a Sociálních šatníků**

Marcela Holková

Mobil: 734 350 030

E-mail: dchavirov@adra.cz

### **Koordinátorka dobrovolníků**

Marcela Bůhnová

Mobil: 732 965 659

E-mail: marcela.buhnova@adra.cz

kancelář: Lidická 52c/1200,  
Haviřov-Šumbark (v prostorách  
Domova pro seniory LUNA)

**Hodiny pro veřejnost:** St 14.00-16.00

### **Koordinátorka programu**

#### **"Dobrovolníci domů" v Karviné**

Andrea Šenkýřová

Mobil: 736 673 382

E-mail: andrea.senkyrova@adra.cz

### **Supervizor dobrovolnických programů**

PhDr. Petr Adamus, PhD.

Mobil: 739 838 186

E-mail: petr.adamus@adra.cz

## Kontakty na jiná Dobrovolnická centra v Moravskoslezském kraji

### DC ADRA Frýdek-Místek

Radniční 1242, Frýdek-Místek, 738 01

#### Stanislav Staněk, vedoucí

Mobil: 605 283 993

E-mail: stanislav.stanek@adra.cz

### DC ADRA Ostrava

Jiráskovo nám. 1439/4, Ostrava, 702 00

#### Ing. Dagmar Hoferková, vedoucí

Mobil: 737 913 114

E-mail: dcostrava@adra.cz

## Sponzoři a partneři

Dobrovolnické aktivity DC ADRA Havířov sponzorují a podporují především:

- \* Ministerstvo vnitra ČR
- \* Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR
- \* Ministerstvo zdravotnictví
- \* Magistrát města Havířov
- \* Magistrát města Karviná
- \* Město Český Těšín
- \* Město Petřvald
- \* Krajský úřad Moravskoslezského kraje
- \* Gascontrol, spol. s r.o.
- \* Nadace ČEZ
- \* Nadace Taťány Kuchařové
- \* Nadace ADRA
- \* Nadace OKD
- \* Nadace Via
- \* Církev adventistů sedmého dne, sbor Havířov - Suchá, Havířov - Šumbark
- \* RPG Byty, s.r.o.
- \* Havířovská teplárenská společnost, a.s.
- \* Minova Bohemia s.r.o.
- \* DZ Cars
- \* Euronics Český Těšín
- \* Hast retail s.r.o.
- \* Lékárna Harmonie Havířov
- \* Lifefood
- \* Ing. Boleslav Kowalczyk
- \* Mabo Trade, s.r.o.
- \* KARST s.r.o.

**DĚKUJEME sponzorům, partnerům, ostatním dárcům a všem,  
kteří jakýmkoliv způsobem podporují činnost  
Dobrovolnického centra ADRA Havířov.**



**Děkujeme všem, kteří nám pomáháte pomáhat!**

**Dobrovolnické centrum ADRA Havířov**

Dlouhá třída 1043/59a

736 01 Havířov - Město

Číslo účtu:

808777808/0300, VS: 850 - podpora Dobrovolnického centra ADRA Havířov

66888866/0300, VS: 523 - podpora dětí v ukrajinském městě Mukačevo

**Mince denně - Hodí se i jediná mince denně! - [www.adra.cz/mince](http://www.adra.cz/mince)**

**[www.adrahavirov.cz](http://www.adrahavirov.cz)**

**[www.facebook.com/charitativniobchodadrahavirov](https://www.facebook.com/charitativniobchodadrahavirov)**

**[www.facebook.com/Dobrovolnické-centrum-ADRA-Havířov](https://www.facebook.com/Dobrovolnické-centrum-ADRA-Havířov)**



MINISTERSTVO VNITRA  
ČESKÉ REPUBLIKY



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY



HAVÍŘOV



GASCONTROL



NADACE ČEZ



NADACE  
TATÁNY KUCHAŘOVÉ  
KRÁSA POMOCI

mabo®



nadace  
OKD

RPG | BYTY



SBOR CÍRKVE ADVENTISTŮ s.r.



Minova Bohemia



HFS7  
RETAIL s.r.