

newsletter Amelie

podzim/2016



**pomáháme žít
život s rakovinou**

Na podzim se sklízí plody, které dozrávají a budou člověka sytit po celou chladnou a temnou zimu tak, aby se mohl opět nadechnout a na jaře zapojit do pilné práce. V neziskové organizaci je cyklus poněkud jiný, pojdte se tedy podívat, co nás čeká a čeho se můžete účastnit i vy.

Když mi před lety onemocněl tatínek na leukémii, byli jsme celou dobu s ním. O své nemoci, obavách a strachu s námi však moc nemluvil. Vlastně ani s nikým jiným – přátelé a kolegové najednou zmizeli, nevěděli jak se chovat, o čem mluvit. Napadlo nás nabídnout mu možnost popovídat si s psychologem či terapeutem – řekl, že vlastně asi i rád. Nestihl to...

Když jsem pak onemocněla já, věděla jsem, že nechci zůstat sama a povedlo se. Sám však zůstal můj manžel, jeho přátelé zase nevěděli jak se chovat k někomu, kdo má tak nemocnou ženu...

V tom spatřuji obrovský přínos Amelie, krásně doplňuje zdravotní péči. Pomáhá lidem s rakovinou s nemocí žít. A jejich rodinám, blízkým i vzdálenějším pomáhá žít s nemocným. Zůstat s ním v kontaktu, podporovat ho a pečovat o něj, ale také nezanedbávat sebe. Říká se tomu psychosociální péče. Jak konkrétně to Amelie dělá a jaké služby nabízí si můžete přečíst v newsletteru nebo webu Amelie. Pokud víte o někom, komu služby Amelie přijdou vhod, povězte mu o nich. Pokud chcete s Amelií pomáhat, můžete se stát jejím dobrovolníkem nebo podporovatelem.

Gabriela Böhmová,
členka rady spolku Amelie

Amelie slaví desetileté výročí od svého založení. Co to vlastně znamená pro neziskovou organizaci a osoby v ní, na to se ptáme těch, kdo jsou s Amelií v přímém kontaktu. Předsedkyně spolku paní **Šárka Slavíková** říká: „Za deset let trvání už Amelie překonala nejednu těžkou chvíli např. samo kontinuální zajišťování odborných služeb, ale i několikrát stěhování a zejména úmrtí zakladatelky Pavly Tiché. Z toho všeho čerpáme zkušenosti. Určitě se daří budovat a udržovat profesionální, odbornou organizaci, která poskytuje kvalitní služby a má co říci k tématu psychosociální problematiky onkologicky nemocných. Amelie má řadu plánů i do dalších let a to ji pohání dál, protože nejen pracovníci, klienti i dobrovolníci Amelie, ale postupně i odborná veřejnost ví, že tato pomoc je potřebná a dává smysl.“



Michaela Chrdlová, lékařka, psychoterapeutka a členka výkonné rady spolku k tomu dodává: „Mám pocit, že se během deseti let událo s Amelií mnoho změn, ale přesto v tom zásadním zůstává stejná. To znamená vnímá potřebu podpory a odborné pomoci v psychosociální oblasti jako důležitou součást léčebného procesu a přichází s jasným vymezením formy pomoci a přitom si zachovává pro klienty individuální přístup, vstřícné a přijímající prostředí a pocit bezpečí. To je totiž při práci s klienty, kteří se ocitli v zátěžové situaci velmi důležité. Další oblastí práce Amelie je informování veřejnosti o onkologické problematice a zaměření na prevenci dopadů nemoci do života. Co vnímám jako problém je nastavení jasné struktury podpory v rámci systému zdravotní a sociální péče tak, aby byla dostupná všem, kteří jí mohou potřebovat, s jasnou státní finanční podporou. Je to až neuvěřitelné, co všechno Amelie za těch deset let dokázala.“

Dina Rišianová, předsedkyně revizní rady k hodnocení ještě doplňuje: „Deset let existence by se někomu mohlo zdát jako krátká doba, nicméně pro neziskovou organizaci je obdivuhodné, když se tak dlouho udrží aktivní, dobře fungující a neustále se rozvíjející. Je to podle mě důkazem toho, že její činnost je opodstatněná a potřebná a také toho, že lidé v ní dělají svoji práci dobře a s láskou, ať už se jedná o zaměstnance nebo dobrovolníky. Zároveň vidím, že Amelie je i po deseti letech stále takovou, jakou si ji Pavla Tichá na začátku představovala.“




Zveme všechny přátele,
podporovatele, kolegy a dobrovolníky
na neformální setkání u příležitosti oslavy

10. výročí založení Amelie, z.s.

Grábova vila, Na Košince 502/1, 180 00 Praha 8
10. listopadu 2016 od 18 hodin

Potvrďte, prosím, svou účast na:
e-mail amelie@amelie-zs.cz nebo telefon 608 458 282.
Těšíme se na společně strávený čas. Vaše Amelie

Za podpory
Městské části Praha 8


Amelie se, díky laskavé spolupráci a podpoře MČ Praha 8, rozhodla **oslavit své 10leté výročí** setkáním všech členů, pracovníků, spolupracovníků, podporovatelů a dobrovolníků. Setkání se uskuteční **10. listopadu 2016 od 18 hodin v Grabově vile**, Na Košince 02, Praha 8. Ohlédneme se společně za tím, čím Amelie prošla a vzpomeneme na ty, kdo nám pomáhali. Řekneme si, kde je Amelie nyní, poslechneme si hudební vystoupení a hlavně se setkáme!



Aby Amelie mohla dlouhodobě být a věděla co dělat, musí mít jasný cíl. Pavla Tichá hned na počátku formulovala potřebu psychosociální pomoci v nemoci, která je život ohrožující nebo zkracující a později ji specifikovala více na onkologické onemocnění, kterým sama procházela. Důležité je i to, že se vždy jednalo o bezplatnou pomoc jak nemocným, tak jejich blízkým. Během let a za spolupráce všech z Amelie došlo k mírné reformulaci směřování, ale obsah zůstává stále stejný. **Vizi Amelie** je situace, kdy je rakovina vnímána „jen“ jako součást života a pro tuto vizi se Amelie rozhodla otevírat prostor. **Posláním Amelie** je pomáhat žít život s rakovinou. Proto Amelie vytváří řadu aktivit a projektů, které všechny sledují jediný bod - pomoc onkologicky nemocným a jejich blízkým. **Chceme aby psychosociální pomoc byla dostupná všem v České republice.** Proto chceme vytvořit v každém kraji minimálně jedno Centrum Amelie, které bude poskytovat individuální a skupinové aktivity pro klienty a bude podporovat i dobrovolnickou činnost. Při realizaci a v rozbořeném moři dění okolo i v nás nám pomáhají **hodnoty**, které ctíme, jsou to partnerství, důvěra a zkušenost.



HISTORIE AMELIE V KOSTCE:

2006	založení Amelie, o.s.		realizován první ročník Tulipánového měsíce
2007	otevření prvního Centra Amelie v Praze pro veřejnost	2013	realizace konference o dobrovolnictví na onkologiích „I slova léčí“
	spuštění telefonické Linky Amelie		zahájení dvouletého projektu Návrat do zaměstnání po onkologické nemoci
	zahájení dobrovolnického programu ve Všeobecné fakultní Nemocnici v Praze		zahájení dobrovolnického programu ve Středočeském kraji v Nemocnici Na Pleši
2008	otevření Centra Amelie v Olomouci	2014	realizován komunikační projekt „C'est la vie aneb jak se žije v Olomouckém kraji“
	otevření Centra Amelie v Rakovníku		rozšířena registrace sociálně aktivizačních služeb pro Centrum Amelie v Olomouci
2009	akreditace „Dobrovolnického programu Amelie“ u Ministerstva vnitra	2015	realizován druhý ročník Tulipánového měsíce
	zahájení dobrovolnického programu ve Fakultní nemocnici v Olomouci		otevření Centra Amelie v Příbrami
2010	registrovány sociální služby v Centru Amelie v Praze a síce Odborné sociální poradenství a Sociálně aktivizační služby pro seniory a zdravotně postižené		rozšíření dobrovolnického programu v Praze
	2011	realizován první komunikační projekt „C'est la vie aneb jak se žije ve Středočeském kraji“	otevření Centra Amelie v Liberci
spuštěna e-mailová Linka Amelie		2016	realizace konference „I slova léčí II.“ aneb komplexní péče o onkologicky nemocné a jejich blízké
2012	založení Sociálního podniku Amelie, který je zaměřen na vzdělávání v psychosociální oblasti		realizován osvětový projekt na školách „Onkologicky nemocný v rodině“
	akreditace a realizace prvních vzdělávacích akcí		realizován čtvrtý ročník Tulipánového měsíce
			rozšířen preventivní projekt Tematické měsíce do všech čtyř Center
			spolupráce se dvěma projekty na poli sociální práce – Aliance žen s rakovinou prsu a Merck

O druhém největším projektu Amelie – Dobrovolnické programu jsme hovořili již v minulém čísle. Proto zde nabídneme jen střípky z dění v něm. Je však pro Amelii a její služby velmi důležitý. Nyní se připravují tradiční podzimní školení a na jaře se dobrovolníci opět zapojí do Tulipánového měsíce.

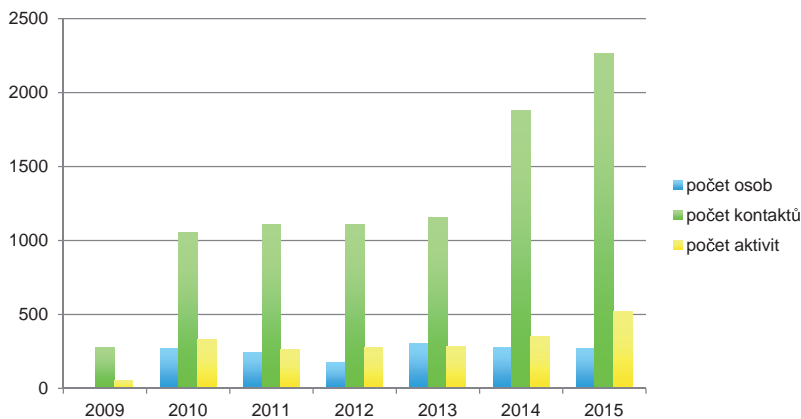
Dobrovolnický program Amelie v Olomouci spolupracuje ve dnech 4. až 6. 10. Na dnech dobrovolnictví na Univerzitě Palackého. V rámci nich se pod hlavičkou akreditovaného dobrovolnického programu Amelie odehraje několik jednorázových dobrovolnických příležitostí určených zájemcům o dobrovolnictví z řad studentstva. Ve stejnou dobu bude již také aktivně probíhat nábor nových dobrovolníků Centra Amelie Olomouc, který vyvrcholí dobrovolnickým školením v termínu 24. až 25. 11. Aktivity olomouckých dobrovolníků Amelie však nepoleví ani v předvánočním čase, kdy budou pro klienty Centra Amelie Olomouc, stejně jako pro pacienty Onkologické kliniky Fakultní nemocnice Olomouc, uspořádány různé tvořivé vánoční dílny či tradiční mikulášská nadílka.

Dobrovolnický program v Praze a v Nemocnici na Pleši nabírá aktuálně zájemce o dobrovolnictví na školení, které proběhne 15.–16. 10., také se na prosinec připravuje poděkování s posezením pro dobrovolníky. Jinak probíhají tradiční tvořivé předvánoční i vánoční akce v nemocnicích a na odděleních.



Největším dlouhodobým projektem, který Amelie kromě dobrovolnického programu realizuje, jsou **Centra Amelie** v Praze, v Olomouci, Rakovníku a v Liberci. Myšlenkou byla a stále je bezplatná, praktická a odborná pomoc onkologicky nemocným (bez rozdílu diagnózy či stadia nemoci) a jejich blízkým. Hned od počátku poskytování služeb v Centrech byla součástí i **Linka Amelie** – zpočátku jen telefonická, později i e-mailová. V **on-line** podobě je v nabídce skype konzultace nebo ve spolupráci s organizací Seppia i přednášky. Rádi bychom v této podobě pokračovali a nabídku rozšiřovali. Praxe totiž ukazuje, že mnoho klientů není schopno přijít do Centra ze zdravotních, časových i finančních důvodů.

Aktivita v Centrech nabízí individuální a skupinovou část, zaměřenou jak terapeuticky, tak aktivizačně a nebo osvětově. Nabídka **individuálních aktivit** se v průběhu času příliš nezměnila, vždy zde byly konzultace s psychologem nebo psychoterapeutem a odborné sociální poradenství. Nabídka **skupinových aktivit** se v průběhu let mění a to podle možností pracovníků a také dle zjištěného zájmu a potřeb klientů. Nicméně aktivity jsou realizovány s ohledem na nejnovější světové trendy a nenabízejí duplicitní službu – nejedná se o služby běžně dostupné ani volnočasové, vždy je přítomno zaměření a metodický systém. I proto jsou součástí služeb jak aktivity podpory zdraví a léčby, zacílené spíše do dopadů ve zdravotnictví, tak také registrované sociální služby, které nabízejí jasný, odborný a garantovaný rámec pro službu.



Reálný klient – paní Dagmar přišla do Centra Amelie již před mnoha lety, jako mladá pacientka. Potřebovala se vyrovnat s náhlým vstupem nemoci do života a znovu si jej nějak poskládat. Těšila se na dětátko a v den kdy se narodila její dcera, jí oznámili diagnózu, která rázem převrátila jí i jejímu partnerovi život. Docházela nějakou dobu do Centra, pak se časem rozhodla, že by ráda pomáhala ostatním. Nejdříve pomáhala jako dobrovolník na recepci v Centru, pak ale začala studovat vysokou školu se zaměřením na ergoterapii. Na konci studia využila nabídky projektu **Návrat do zaměstnání**, který jí svou praxí pomohl najít vstřícný kolektiv a později i zaměstnání. Nyní paní Dáša pomáhá nejen v Amelii, ale i v reálném životě. Nemoc se jí stala výzvou a apelem.

Amelie realizuje kromě dlouhodobých projektů i mnoho jednorázových nebo krátkodobých. Za všechny je třeba zmínit **Návrat do zaměstnání po onkologické nemoci**, Konference, vzdělávací akce Amelie a nebo třeba **Arteterapii v Amelii**. Všechny vytvářejí paletu nabídky, která souzní s posláním a cíli Amelie.

Základním předpokladem fungování a služeb Amelie je **odbornost**. V České republice je mnoho patientských sdružení, která se věnují nemocným i jejich blízkým, ale jen nemnohá z nich jsou schopna kontinuálně zajistit službu odborníka. Patientská sdružení totiž jen špatně dosáhnou na granty a jsou v začarovaném kruhu, ve kterém je možné se posouvat buď jen díky velkému nadšení a pocitu smyslu a nebo za účasti trvalých a štědrých sponzorů. Amelii se to podařilo díky energii Pavly Tiché, která dokázala kolem sebe shromáždit stejné nadšence, kteří mnohdy i finančně vypomáhali. Amelie tak již mnoho let udržuje **odborně vedené a odborníky poskytované služby** v Centrech, ale nabízí také ad hoc další projekty, které stojí na odbornosti. Služby Center, ale i dobrovolnického programu jsou **postavené na metodikách**. Ty jsou nedílnou částí chodu Amelie stejně jako odborníci a jejich **prezentace mezi odbornou i laickou veřejností**. Díky širšímu záběru Amelie a většímu počtu odborníků se během času postupně daří naplňovat cíle Amelie v oblasti zastupování zájmů a osvěty v potřebě komplexní podpory a psychosociální pomoci onkologicky nemocným a jejich blízkým.



I proto Amelie v letošním roce realizuje projekt **Výzkum psychosociálních potřeb onkologicky nemocných v ČR** a na **listopad 2017** Amelie chystá již **potřetí konferenci „I slova léčí“ aneb mezioborová spolupráce v péči o onkologicky nemocné a jejich blízké**. Cílem konferencí Amelie, které se konají každé dva roky a na kterých se daří spolupracovat se Všeobecnou fakultní nemocnicí v Praze, je zejména otevírání tématu potřeb onkologicky nemocných a podpora multidisciplinárních řešení.



ni službu – nejedná se o služby běžně dostupné ani volnočasové, vždy je přítomno zaměření a metodický systém. I proto jsou součástí služeb jak aktivity podpory zdraví a léčby, zacílené spíše do dopadů ve zdravotnictví, tak také registrované sociální služby, které nabízejí jasný, odborný a garantovaný rámec pro službu.

Celkem za dobu statistického sledování Center Amelie jimi prošlo více než 1800 osob a bylo realizováno více než 2500 aktivit, ve kterých došlo k téměř 9000 návštěvám či kontaktům s onkologicky nemocnými a jejich blízkými.



Střípky a pozvánky z Center Amelie

Centra Amelie v Liberci, Olomouci, Praze a Rakovníku se pouští do tradičních i nových aktivit. Podívejte se na stránky Center a uvidíte, co je aktuálně přichystáno.

Liberecké Centrum Amelie nabízí nově aktivity jako je psychologická podpora či cvičení při onkologické nemoci. V plánu jsou přednášky např. v listopadu se uskuteční jedna na téma Mýtů o stravování onkologicky nemocných.

Centrum také zve na vánoční trhy před libereckou radnicí. Ve čtvrtek 23. 2. od 9 do 15 se můžete v rámci Dne otevřených dveří seznámit s nabídkou poskytovaných služeb.

V měsících únoru a březnu lze nalézt Amelii s nabídkou jejích poskytovaných služeb v Krajské vědecké knihovně v Liberci v rámci kampaně „Týdny pro neziskový sektor“.



Měsíc říjen se v **olomouckém Centru Amelie** uskuteční opět ve znamení darování. Již ve středu 5. října proběhne letos druhý a zároveň poslední Benefiční bazárek Amelie, který nabídne oblečení, módní doplňky, šperky, knihy i ruční vý-

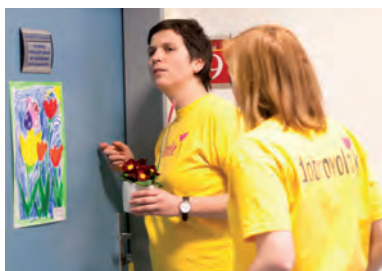
robky z naší dílny. Na téma radosti z darování poté ve středu 12. 10. naváže také beseda o štedré sociální síti Hearth.net. Ani 10. výročí existence Amelie se v Centru Amelie Olomouc neobejde bez oslav, které se zde odehrají ke dni 14. 12.



Pražské Centrum Amelie zve na besedy o pomůckách a prádle po operaci prsu a na on-line přednášku Jak na stres při nemoci. 22. 11. bude podzimní vycházka do Stromovky. V listopadu bude Vaření pro zdravá

střeva a pečení vánočních perníčků. A nebo kdo bude mít chuť se zapojit v klubových aktivitách a vyrobit něco sobě nebo blízkému, tak má každý měsíc možnost. 13. 12. bude tradiční vánoční besídka Centra Praha – všichni příznivci, klienti i dobrovolníci jsou srdečně zváni.

Rakovnické Centrum Amelie zve na tradiční kulturně společenské setkání „Iva a její hosté“ v listopadu. K duhu přijdou ještě i tradiční výlety s holemi nordic walking a nebo bez nich. Plánují se i workshopy: 13. 10. výrobky z Fima, 8. 12. koráلكové ozdoby a 15. 12. zdravé vánoční pečení a vaření a také rehabilitační, preventivně laděné cvičení.



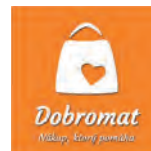
Ještě je rok 2016, ale už se připravuje Tulipánový měsíc 2017.

Plánujeme opět zapojit všechna místa, kde se Amelie nachází, ale také spolupracující a vstřícné organizace, místa a lidi. Připravujeme tak opět nespočet akcí pro onkologicky nemocné v nemocnicích i Centrech a chceme upozornit na život s rakovinou, který žijí statisíce lidí v celé České republice. Jsme vstřícní nápádem i spolupráci a budeme rádi za finanční, materiální či jinou podporu.

V případě zájmu se ozvěte na amelie@amelie-zs.cz.

Chtěli byste se zapojit do činností Amelie protože Vám její činnost dává smysl? Možností podpory je nepřehledně - od dárcovské DMS přes darování financí, materiálů nebo služeb, stejně tak uvítáme nadšené dobrovolníky či spolupracovníky, kteří by s námi dále vymýšleli běžné i odborné aktivity Amelie. Máme rádi spolupráci a dobré nápady se jistě uplatní, ozvěte se.

O možnostech podpory více na www.amelie-os.cz/cz/jak-nas-podporit. Podpořit nás můžete i nákupem přes portál givt nebo dobromat.cz – ty vždy část z nákupu věnují neziskovým organizacím podle vaší volby během nákupu.



Adopce plateb Amelie – nechcete adoptovat některou z plateb Amelie? Na konkrétní věc s jasným záměrem a významem? Pomozte nám zaplatit například překlad výroční zprávy nebo její tisk. Zajímá vás, jaké platby jsou v Amelii k adopci a co to vůbec znamená? Navštivte náš web, zavolejte, napište.



pomáháme žít
život s rakovinou



Amelie, z.s.

tel.: +420 283 880 316

tel.: +420 739 001 123

e-mail: amelie@amelie-zs.cz

[f/amelie.zs](https://www.facebook.com/amelie.zs)

www.amelie-zs.cz