



„Dej mi klid, abych přijal, co nemohu změnit.  
Dej mi odvahu, abych změnil, co změnit mohu“.  
(Reinhold Niebuhr)

Území, na kterém Charita Zábřeh poskytuje své služby:



Váš poskytovatel zdravotních a sociálních služeb:  
**CHARITA ZÁBŘEH**, Žižkova 7/15, 789 01 Zábřeh  
IČ: 42766796, telefon: 583 412 587,  
email: [info@charitazabreh.cz](mailto:info@charitazabreh.cz)  
Více informací na webu: [www.charitazabreh.cz](http://www.charitazabreh.cz)

**Bankovní spojení** pro podporu domácí hospicové péče:  
KB Zábřeh 1048347841/0100, VS: 2222

Hospicová poradna

Domácí hospicová péče

## Domácí hospicová péče



Posláním domácí hospicové péče je **pomoc nevyléčitelně nemocnému zůstat poslední dny svého života doma** v kruhu svých blízkých a naplnění 3 základních principů hospicové péče – nemocný **nebude trpět nesnesitelnou bolestí**, do poslední chvíle **bude respektována jeho lidská důstojnost** a v posledních chvílích svého života **nezůstane osamocen**.

Nabízí **odbornou domácí zdravotní péči formou návštěvní služby** dle ordinace lékaře a potřeb nemocného (pomoc při tlumení bolestí a projevů nemoci, převazy, péče o stomie, péče o výživu



a hydrataci – aplikace injekcí, infuzí, a další). Pomoc dalších členů hospicového týmu je koordinována dle individuálních potřeb nemocného a jeho rodiny (sociální pracovník, pečovatelská služba,

osobní asistence a odlehčovací služba, pastorační asistent, fyzioterapeut, případně psycholog, kněz). Nabízí školení pečujících v ošetřování těžce nemocného, zapůjčení pomůcek a pomoc s jejich výběrem. Podporuje rodinu během doprovázení nemocného a nabízí možnost využití služeb poradce pro pozůstalé. Nabízí setkávání pečujících ve svépomocných skupinách. Spolupracujeme s praktickým lékařem pacienta, lékařkou z ambulance léčby bolesti, lékaři z onkologické ambulance a klinickým psychologem. **Předpokladem poskytování této služby je aktivní spolupráce rodiny nebo blízkých nemocného.**

Služba je poskytována **7 dnů v týdnu, během 24 hodin denně** (včetně sobot, nedělí a svátků).

### Kontakt:

Koordinátor domácí hospicové péče:  
**Mgr. Marta Trísková, DiS.**  
ZÁBŘEH, Žižkova 15, tel.: 583 412 587, (kl. 43)  
mobil: 736 510 816  
e-mail: [domaci.hospic@charitazabreh.cz](mailto:domaci.hospic@charitazabreh.cz)

## Charitní hospicová poradna

Nabízí poradenství v oblasti **péče o nevyléčitelně nemocné v domácím prostředí**. Pečujícími usnadní orientaci v široké nabídce možné pomoci. Zprostředkuje potřebné služby.

Zapůjčuje letáčky, publikace a odbornou literaturu k problematice péče o nemocné, umírající, doprovázení nemocných.

### Otevírací doba:

**ZÁBŘEH**, Žižkova 15  
pondělí 12:00–14:00  
čtvrtek 8:00–14:00



Svépomocné skupiny

Občanská poradna

## Občanská poradna



Nabízí odborné sociální poradenství v oblasti sociální, právní, rodinné a dluhové, pomoc při jednání a vyřizování na úřadech (dávky pro osoby se zdravotním postižením, vyřízení důchodu, vyřízení příspěvku na péči, na zvláštní pomůcku), pomoc při výběru, vyřízení či zapůjčení zdravotní pomůcky. **Poradenství je poskytováno zdarma.**

### Otevírací doba:

**ZÁBŘEH**, Valová 290/9  
pondělí 8:00–12:00 13:00–15:30  
úterý 8:00–12:00 13:00–16:00  
středa 8:00–12:00 13:00–16:00  
čtvrtek 8:00–12:00 13:00–15:30

**MOHELNICE**, Zámecká 11  
pondělí 12:30–15:30  
čtvrtek 8:00–12:00

**LOŠTICE**, Hradská 380  
čtvrtek 13:00–15:15

### Kontakt:

Vedoucí občanské poradny:  
**Mgr. Monika Hanušová**  
ZÁBŘEH, Valová 290/9, tel.: 583 412 589,  
mobil: 736 509 435  
e-mail: [poradna@charitazabreh.cz](mailto:poradna@charitazabreh.cz)

Sociální pracovnice občanské poradny:  
**Mgr. Barbora Sedláčková**  
ZÁBŘEH, Valová 290/9, tel.: 583 412 589  
mobil: 736 509 420  
e-mail: [pomucky@charitazabreh.cz](mailto:pomucky@charitazabreh.cz)



## Svépomocné skupiny



Pro všechny, kdo pečují o své blízké, nabízíme možnost zapojení se do svépomocné skupiny, která nabízí:

- setkání s jinými pečovateli v obdobné situaci,
- rady a návody jak pečovat, praktický nácvik manipulace s nepohyblivou osobou,
- vzájemné předávání informací a rad laických pečovatelů,
- informace k rehabilitačním, kompenzačním, či polohovacím pomůckám,
- přednášky lektorů z oboru, instruktážní videa,
- informace o postupu při vyřizování administrativních záležitostí aj.

Setkání se koná **pravidelně 1x měsíčně** v sídle Charity Zábřeh, Žižkova 15 nebo na Městském úřadě v Mohelnici U Brány 916/2 a je **zdarma**. Program akcí svépomocné skupiny je k nahlédnutí na webu: [www.charitazabreh.cz/dhp](http://www.charitazabreh.cz/dhp).

### Kontakt:

Koordinátor domácí hospicové péče:  
**Mgr. Marta Trísková, DiS.**  
ZÁBŘEH, Žižkova 15  
tel.: 583 412 587, (kl. 43), mobil: 736 510 816  
e-mail: [domaci.hospic@charitazabreh.cz](mailto:domaci.hospic@charitazabreh.cz)



Odlehčovací služba

Osobní asistence

## Středisko osobní asistence a odlehčovacích služeb



**Osobní asistence** nabízí pomoc v péči o běžné hygienické potřeby člověka, pomoc s oblékáním včetně speciálních pomůcek, s přesuny z lůžka na křeslo, s podáním jídla a jeho drobnou úpravou. **Odlehčovací služba** zajišťuje v určenou dobu dočasný zástup za pečujícího – přítomnost u klienta, jeho aktivizaci, drobné domácí práce.

Péči poskytujeme v domácnosti klienta **během 24 hodin**, včetně víkendů a svátků pokud to kapacita služby umožní, je za úhradu dle platného ceníku. Souvislá doba přítomnosti pracovníka by měla přesáhnout minimálně 2 hodiny za den. Horní hranice není omezena.



Středisko zajišťuje pro osoby se sníženou schopností pohybu **Individuální přepravu** speciálně upraveným vozidlem (za ošetřením, na návštěvu, na úřad či k vlakovým spojům, zajistíme dopravu i na rodinné akce či za kulturou) v případě potřeby i s doprovodem.

### Kontakt:

Vedoucí střediska osobní asistence a odlehčovacích služeb:  
**Mgr. Petra Bartošová**  
ZÁBŘEH, Farní 1, mobil: 736 509 439  
e-mail: [osobni.asistence@charitazabreh.cz](mailto:osobni.asistence@charitazabreh.cz)



ZDRAVOTNÍ A SOCIÁLNÍ SLUŽBY

AŽ K VÁM DOMŮ

Péče o nemocné, seniory, lidi s postižením a po úrazech

Podpora pečujících, doprovázení umírajících, domácí hospicová péče



Podpořeno z programu švýcarsko-české spolupráce. Supported by a grant from Switzerland through the Swiss Contribution to the enlarged European Union.

Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY

## Účelem této tiskoviny

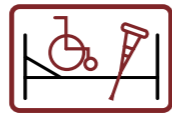
je představit Vám existující zdravotní a sociální služby **CHARITY ZÁBŘEH**. Poskytovatele, který zajišťuje pomoc lidem, kteří jsou pro své stáří, handicap, onemocnění či jiné těžkosti, ve svých základních potřebách odkázáni na pomoc svého okolí.

Nestavíme domovy ani ústavy, nestěhujeme klienty po pobytových zařízeních. Raději děláme „mobilní“ naši pomoc a doručíme ji přímo za nimi, tam kde žijí, do jejich vlastní domácnosti. Pořebný tak může zůstat i nadále v kruhu svých blízkých, nedochází k odloučení a odcizení, mladí mohou s vděčností splatit dluh vůči svým (pra)rodičům, kteří se o ně v dětství také trpělivě starali. Současně je velkou výhodou, že můžeme naše služby doslova „ušít na míru“ každé specifické situaci. Jak člověk stárne, ubývá soběstačnosti, přibývají zdravotní obtíže, je třeba více asistence – průběžně tedy zapojujeme další nástroje pomoci. Kde dříve naše pracovnice **PEČOVATELSKÉ SLUŽBY** pouze dovezly oběd, zajišťují nyní **OSOBNÍ ASISTENTKY** náročnější péči 7 dnů v týdnu, vždy ráno i večer. Kde je možné, aby doléčení či kontrola zdravotního stavu probíhala doma, zapojujeme ve spolupráci s praktickými lékaři **DOMÁCÍ ZDRAVOTNÍ PÉČI**. Terénní **FYZIOTERAPEUTKA** přijede také až domů a poslouží tam, kde je třeba rehabilitovat po úrazech, případně cvičením předcházet nepohyblivosti. Pokud si to klient i se svými blízkými zvolí – spolupracující rodina bývá důležitou součástí našich služeb - může zůstat doma až do své smrti, až do odchodu z tohoto světa. V tomto, pro rodinu nelehkém období, je připravena být nápomocna naše **DOMÁCÍ HOSPICOVÁ PÉČE**.

Kromě klientů se v naší domoci zaměřujeme i na pečující členy rodiny. Pokud na sebe náročně břímě starosti o své blízké vezmou, všemožně je podporujeme: stacionář **DOMOVINKA** jim dá možnost během všedních dnů dokonce i pracovat, pro klienty je navíc místem, kde se setkají s vrstevníky a mají zajištěn pestrý program. Vydechnout pečujícím dá také **ODLEHČOVACÍ SLUŽBA**, která je na určenou dobu zastoupí přímo u nich doma. Domácnost na rychlé a kvalitní zázemí pro péči o nemocné i seniory pomůže proměnit naše **PŮJČOVNA ZDRAVOTNÍCH A KOMPENZAČNÍCH POMŮCEK**.

**CHARITA ZÁBŘEH** své terénní služby poskytuje na území jižní poloviny okresu Šumperk (region Štítecka, Zábřežska, Postřelmovska, Dubicka, Úsovka, Mohelnicka, Lošticka) a na severu i západě také v několika obcích Pardubického kraje (Červenovodsko, Tatenicka).

## Půjčovna zdravotních, kompenzačních a rehabilitačních pomůcek



Nabízí zapůjčení **pomůcky k usnadnění pohybu** (berle, hole, chodítka invalidní vozíky, závěsné zvedáky, schodolezy), **pomůcky k zajištění osobní hygieny** (toaletní křesla, nástavce na WC, sedačky do vany a na vanu, zvedáky do vany) **pomůcky k usnadnění pobytu na lůžku** (mechanická i elektrická polohovací lůžka, pasivní a aktivní antidekubitní matrace) **a další příslušenství** (jídelní stolky, hrazdičky a žebříčky k lůžku), **pomůcky k zajištění komunikace** (mobilní telefony pro seniory, náramky říšňového volání). Půjčovna poskytuje **odborné sociální poradenství** z oblasti zdravotních pomůcek, pomoc při vyřízení zdravotních pomůcek prostřednictvím zdravotní pojišťovny, prošetření vhodnosti a dostatečnosti konkrétní pomůcky, seznámení klienta s návodem na používání, obsluhu a údržbou pomůcky. Pomůcky jsou zapůjčovány na dobu max. 6 měsíců, po vzájemné dohodě je možné prodloužit dobu zápůjčky.

Pomůcky jsou zapůjčovány za úhradu. Dle požadavku zajišťuje půjčovna svoz a rozvoz pomůcek do domácnosti za poplatek dle ceníku.

### Otevírací doba:

|         |            |             |                            |
|---------|------------|-------------|----------------------------|
| pondělí | 8:00–12:00 | 13:00–15:30 |                            |
| středa  | 8:00–12:00 | 13:00–15:30 | (v jiné termíny po dohově) |
| čtvrtek | 8:00–12:00 | 13:00–15:30 |                            |

Prostředky zdravotnické techniky (lineární dávkovač, infuzní pumpa, oxygenátor) jsou půjčovány sestrami z Charitní ošetrovatelské služby.

### Kontakt:

Vedoucí půjčovny pomůcek:  
**Mgr. Barbora Sedláčková**  
**ZÁBŘEH**, Valová 290/9,  
tel.: **583 412 589**,  
mobil: **736 509 420**  
e-mail: **pomucky@charitazabreh.cz**



## Zdravotnická technika

## Denní stacionář Domovinka



Denní stacionář Domovinka Zábřeh je určen **seniorům a osobám s chronickým duševním onemocněním**. Poskytuje podporu a pomoc v oblasti péče o vlastní osobu a při osobní hygieně, zprostředkovává kontakt se společností a zajišťuje rovněž stravování.

**V příjemném bezbariérovém prostředí s rodinnou atmosférou** mohou lidé využívat aktivity, které dodávají jejich dnům určitý smysl a náplň. Toto prostředí jim **dočasně** – na určitou část pracovního dne – **nahrazuje domácnost**.

Služba je poskytována v prostorách Denního stacionáře Domovinka. Služba je poskytována za finanční úhradu, v pracovní dny **v době od 7:00 do 16:00**.

### Kontakt:

vedoucí stacionáře: **Mgr. Daniela Chrobáková**  
**ZÁBŘEH**, Leštinská 16  
tel.: **583 414 622**, mobil: **736 509 438**  
e-mail: **domovinka@charitazabreh.cz**



## Charitní pečovatelská služba



### Charitní pečovatelská služba nabízí:

- pomoc při péči o osobu (pomoc s osobní hygienou, přesuny z lůžka na vozík),
- pomoc při zajištění stravování (příprava jídla, podání jídla, dovoz obědů, nákup),
- pomoc při péči o domácnost (běžný úklid a údržba domácnosti, pochůzky),
- kontakt se společenským prostředím (doprovody mimo domov),
- doplňkové služby: pedikúra v domácnosti, převozy uživatelů, jiné technické práce dle požadavku klienta.

Služba je prováděna v domácnosti uživatelů (dům, byt aj.) **7 dnů v týdnu**, převážně **v době od 7:00 do 20:00**. Ve sjednanou dobu přichází pracovníci do domácnosti a realizují nasmouvané výkony, péče je poskytována za úhradu, součástí je základní bezplatné sociální poradenství.

### Kontakt:

Vedoucí pečovatelské služby:  
**Mgr. Ludmila Ryšavá**, mobil: **736 509 449**  
e-mail: **pecovatelska@charitazabreh.cz**

- **ZÁBŘEH**, Valová 290/9, tel.: **588 881 790**
- **MOHELNICE**, Zámecká 11
- **ŠTÍTY**, (zdravotní středisko), náměstí Míru
- **POSTŘELMOV**, (zdravotní středisko), Tovární 11
- **ČERVENÁ VODA**, Červená Voda 372



## Denní stacionář Domovinka

## Fyzioterapie, léčebná rehabilitace, masáže

Služba je vhodná pro nemocné, osoby s postižením a seniory, kteří se do ambulantního rehabilitačního zařízení nedostanou pro svou omezenou pohyblivost.

### Fyzioterapeut provádí:

- nácvik sedu, stoje a chůze, držení rovnováhy,
- procvičování jemné motoriky, posílení oslabených svalů, protahování kloubů,
- dechová cvičení,
- PIR techniku, Kabatovu techniku, míčkování
- nácvik denních dovedností; polohování na lůžku nebo vozíku; obnovení slovní zásoby,
- masáže končetin, zad i šíje,
- edukaci rodinných příslušníků.



Služba je poskytována přímo v domácnosti klienta, **ve všední dny v čase od 8:00 do 15:00**.

Všechny potřebné cvičební a rehabilitační **pomůcky si přivezeme s sebou**. Služba je hrazena dle platného ceníku.

Služby fyzioterapeuta můžete také objednat pro své blízké prostřednictvím dárkového poukazu, více informací na: <http://www.zabreh.charita.cz/cs/rehabilitace/index.php>.

### Kontakt:

Fyzioterapeut: **Mgr. Marta Rýznarová, DiS.**  
**ZÁBŘEH**, Žižkova 15, tel.: **583 412 587** (kl. 31)  
mobil: **739 391 917**  
e-mail: **rehabilitace@charitazabreh.cz**

## Pečovatelská služba

## Charitní ošetrovatelská služba



Domácí zdravotní péče = ošetrovatelská služba = Home Care je **plně hrazena ze zdravotního pojištění** na základě indikace praktického lékaře pacienta nebo ošetřujícího lékaře při propuštění z nemocnice. Jsme smluvními partnery všech zdravotních pojišťoven v našem regionu.

Nabízí ošetrovatelskou péči u ležících, inkontinentních, méně pohyblivých, dezorientovaných a hospicových pacientů, prevenci a ošetřování dekubitů (proleženin), bércových vředů, pooperačních ran a dalších defektů, zajištění odběrů krve i ostatního biologického materiálu k vyšetření, aplikaci injekcí a inzulinu, infuzí, aplikaci léků, edukaci pacienta nebo jeho rodiny v aplikaci inzulinu, Fraxiparinu, ošetrovatelskou rehabilitaci, měření fyziologických funkcí, ošetřování pacientů se stomií, s permanentním katetrem. U dialyzovaných pacientů provádí sestry výkon asistované peritoneální dialýzy.

Ošetrovatelská péče je poskytována **denně 7 dnů v týdnu během 24 hodin** (včetně sobot, nedělí a svátků), zpravidla **v době od 7:00 do 15:30**.

### Kontakt:

Vrchní sestra: **Bc. Ludmila Nováková**, mobil: **736 509 441**  
**ZÁBŘEH**, Žižkova 15, tel.: **583 412 587**, (kl. 43)  
e-mail: **zdravotni.pece@charitazabreh.cz**

### STANICE:

- **ZÁBŘEH**, Žižkova 15, tel.: **583 412 587**, (kl. 31)  
mobil: **736 509 442**, e-mail: **chos.zabreh@charitazabreh.cz**
- **MOHELNICE**, Zámecká 11, mobil: **736 509 456**  
e-mail: **chos.mohelnice@charitazabreh.cz**
- **POSTŘELMOV**, (zdravotní středisko), mobil: **736 509 458**  
e-mail: **chos.postrelmov@charitazabreh.cz**
- **ŠTÍTY**, (zdravotní středisko), mobil: **736 509 460**  
e-mail: **chos.stity@charitazabreh.cz**
- **DUBICKO**, mobil: **736 509 462**  
e-mail: **chos.dubicko@charitazabreh.cz**



## Fyzioterapie, rehabilitace

## Ošetrovatelská služba