

Deset let, deset osudů

Sborník příspěvků
k výročí projektu Pět P



„Přítel je ten, kdo se spoluraduje z dobra, jehož se dostane druhému, a kdo spolu s ním cítí bolest, když má zármutek, ne snad z nějakého jiného důvodu, ale pouze kvůli němu.“

Aristoteles

Chvilka pomoci je lepší než deset dní soucitu.

Rumunské přísloví

Deset let, deset osudů

Sborník příspěvků k výročí projektu Pět P

Kolektiv autorů

Vydalo Občanské sdružení Okna v Jindřichově Hradci 2013

První vydání, počet stran 30

Redakce Ing. Lenka Havlová, Bc. Vendula Hůlková, Bc. Lucie Slavíková

Grafická úprava a sazba Mgr. Václav Urban

Tisk Typos, tiskařské závody, s. r. o., Plzeň

*Sborník vychází u příležitosti výstavy v Knihovnickém a informačním centru
Fakulty managementu VŠE.*

CC BY-NC-ND 3.0 CZ

Občanské sdružení Okna, Jindřichův Hradec 2013

Uvedená práce (dílo) podléhá licenci Creative Commons

Uvedte autora-Neužívejte dílo komerčně-Nezasahujte do díla 3.0 Česko

Úvod

V roce 2003 bylo v Jindřichově Hradci založeno Občanské sdružení Okna, které si kladlo za cíl pomáhat a podporovat osoby se zdravotním handicapem a jejich rodiny v aktivním, smysluplném a důstojném způsobu života, napomáhat jejich zapojení do běžných společenských aktivit a vytvářet nové příležitosti pro seberealizaci a osobní růst.

V rámci naplňování hlavního cíle zavedlo sdružení mnoho služeb, ať už profesionálních – chráněné dílny, sociálně terapeutické dílny, chráněné bydlení nebo dobrovolnických – D-klub, SK Kapři, pobytové akce apod.

Hned na počátku působení Občanského sdružení Okna se objevila první skvělá příležitost, a to zavést ve spolupráci s Fakultou managementu (zásluhou Mgr. Jaroslavy Sedlákové, PhD.) volnočasový program pro děti, které mají omezené možnosti při výběru mimoškolních aktivit. Program, který paní doktorku Sedlákovou inspiroval, nesl název Pět P a fungoval již v několika městech v republice. Program i spolupráce s Fakultou managementu se velmi osvědčily a jsme moc rádi, že trvají dodnes.

Program Pět P je nestátní sociálně preventivní program věnující se dětem školního věku, které jsou kvůli svému zdravotnímu či sociálnímu handicapu vyřazovány ze společnosti. Pomocí přátelského vztahu s dospělým kamarádem se u dítěte snižuje izolovanost, zvyšuje se samostatnost, sebevědomí, posiluje se jeho individualita a dítě si zvyká na prostředí mimo rodinu. Označení Pět P je zkratkou pěti klíčových slov prolínajících se celým programem a to PŘÁTELSTVÍ, PODPORA, PREVENCE, PÉČE a POMOC. Program je českou alternativou amerického mentoringového programu Big Brothers Big Sisters, který má více jak stoletou tradici. V naší republice oslavil Program Pět P patnácté výročí a funguje téměř ve dvaceti městech.

Tato publikace vznikla v rámci oslav výročí deseti let Programu Pět P v Jindřichově Hradci. Za tuto dobu prošlo programem přes 70 dobrovolníků, 40 dětí a dohromady bylo za deset let vytvořeno přes 70 různých dvojic. Všechny osudy a příběhy spojené s programem stojí jistě za zmínku. My jsme se drželi magického čísla výročí, a proto bychom rádi představili 10 nejzajímavějších a nejvýraznějších osudů, které program Pět P ovlivnil.

Ing. Lenka Havlová



Ohlédnutí

Píše se rok 2003. Mám za sebou několik let setkávání s rodinami, které vychovávají děti s postižením. Během let slyším stesky, pocity vyloučení, obavy, otázky, malé radosti, hledání cesty pro co nejlepší naplnění života dětí. V rukou ještě „teplé“ registrované stanovy občanského sdružení a v duši otázku, jak nejlépe naplnit poslání organizace, která chce těmto lidem pomáhat. Do všech otazníků přichází nečekané setkání – setkání s tvůrčí, pracovitou a nadanou ženou. I ona má své otázky a svá hledání. V rukou ucelený program s dlouholetou ve světě prověřenou tradicí, schopnost psát a řídit granty. Hledá člověka, se kterým své představy naplní klientelou a obsahem. Hledá supervizora programu. Setkání patří k těm oboustranně šťastným. Na počátku netušíme, že zakládáme v městě Jindřichův Hradec novou tradici – tradici systematického dobrovolnictví, podepřeného supervizí, smlouvami, výcvikem, pečlivou organizací.

Podzim 2003 přináší první výcvik dobrovolníků, první dvojice – dítě s postižením a dospělý člověk – tehdy především studenti FM VŠE. Přichází tápání i velké radosti. První ročník to vůbec nemá snadné – všichni se všechno učíme, pracujeme bez nutného zázemí klubovny. Organizujeme první tábor pro děti s postižením v podstatě bez zkušeností. Přesto se aktivity daří, sklízíme velký dík od rodičů a velkou radost dětí. Na benefičním plese všechny dobrovolníky odměňujeme květinami. Doporučuji program dalším dětem, raduji se z nových dobrovolníků, z každé supervize. Setkání s přemýšlivými studenty mi přinášejí veliké profesní i lidské obohacení. Doprovázení lidí, kteří jsou na začátku života, hledají jeho smysl, zatím si dotvářejí žebříček svých hodnot a postoje, je mimořádně inspirativní a já jsem vděčná za to, že mi tajemný režisér Život tuto možnost postavil do cesty. Setkávám se s lidmi, kteří jsou nadšení do pomáhání druhým a během cesty programem Pět P své postoje maličko upřesňují a ukáznují. Přicházejí i ti, kteří původně moc pomáhat nechtějí, trochu se bojí, s člověkem třeba na vozíčku se nikdy nesetkali. Do svých prožitků tak získávají novou zkušenost a mnohdy se zbavují strachu. Programem procházejí i mé tři vlastní dcery, absolvují s námi tábory i výcviky dobrovolníků. Dost zásadním způsobem si zde tříbí své postoje i profesní orientaci a já jsem vděčná za prohloubení dialogu mezi námi.

Má největší vděčnost patří všem poctivým dobrovolníkům, kteří dostali svým smlouvám, podělili se o své zážitky na supervizích, absolvovali s námi i tábory a společné akce. Tábor – obrovsky namáhavá a obohacující letní zkušenost. Napětí tvořivé týmové práce vysokého nasazení všech zúčastněných. S takovým nasazením nelze celoročně žít, protože by se člověk zcela zničil. Nicméně pokud se člověk onomu desetidennímu gejzíru energie vydá, je mnohonásobně odměněn zcela nezaměnitelným prožitkem. Výcvik dobrovolníků – hluboké lidské setkání s mladými, kteří touží naplnit svůj čas

smysluplnou činností. A potom pravidelné supervize – sdílení zkušeností, hledání osobních hranic, práce s obavami i radostí.

Celkově za těch deset let se cítím ve větší míře obdarována, než vyčerpána. Obavy jsou přítomné vždy – od obav o bezpečnost dětí i dospělých při aktivitách, po obavy o dodržení smluv a nezklamání důvěry....

K těm díkům bych ráda přiřadila i jména. Jarka Sedláková- první koordinátorka Pět P, která „to všechno“ způsobila. Mnohé jsem se od ní naučila a za mnohé jí vděčím – spolupráce na programu přerostla v krásné přátelství. Eliška Něničková – první studentská koordinátorka – jiskřivá, poctivá, inspirativní. Lenka Havlová – pracovitá, vytrvalá a spolehlivá koordinátorka, která program ochránila a převedla přes úskalí únavy jednoho z ročníků. Díky všem za stovky dobře prožitých hodin a přání, aby semínko dobré zkušenosti, dobré praxe a přátelských vztahů rostlo, sílilo a přinášelo dobré ovoce.

PaedDr. Drahomíra Blažková

***Předsedkyně občanského sdružení Okna, ředitelka mateřské školy,
supervizorka od roku 2003.***





Tak dlouho jsem hledala, až jsem si program našla a do Jindřichova Hradce přivedla. Začátkem roku 2002 jsem se vrátila zpět z mateřské dovolené a jako odborná asistentka měla opět začít učit. Současně jsem dokončovala své doktorské studium na Národohospodářské fakultě VŠE. Teoreticky se zdálo, že jsem na výuku sociální politiky připravena. Ve skutečnosti se mi ale zdálo, že to není úplně ono. Chyběl mi pohled do praxe, prověření teorie realitou. V té době mi má vedoucí katedry nabídla odborný směr, kterým bych se mohla zabývat v souvislosti s novým předmětem Managementem dobrovolnictví. K Pět P pak cesta vedla přes hledání informací na webu, můj výcvik pro koordinátory dobrovolníků v Národním dobrovolnickém centru, několik neúspěšných žádostí o grant a jeden úspěšný na Jihočeský kraj, mnoho pokusů najít tu pravou supervizorku až k hledání prvních dobrovolníků. A na konci roku 2002 jsme s drahou Drahou Blažkovou rozjížděly program, který

- a) měl skvělé, smysluplné cíle
- b) byli do něj zapojeni z velké části studenti fakulty
- c) mohl mi dát zkušenosti v oblastech, které jsem do té doby měla jen nastudované – ze sociální politiky a managementu dobrovolnictví.

Protože jsem program v Jindřichově Hradci rozjížděla, tak jsem už jeho součástí desátý rok. Z toho ale poslední dva roky v roli odborné garantky. Práci koordinátorky dobrovolníků v roce 2010 ode mne převzala Ing. Lenka Havlová. Jsem ráda, že pokračuje podle zavedených pravidel včetně obnovování akreditace, podrobování se různým kontrolám, vyžadováním zápisů ze schůzek...

Program mě ovlivnil velmi zásadně. Mám díky němu několik nových přátel, potkala jsem tu dobré a odvážné lidi. Změnil můj pohled na svět. Naučil mě vážit si drobných radostí. Program také ovlivnil mou rodinu. Jednak mou absencí v době večerních supervizí, letních táborů a pracovních schůzek. Hlavně ale tím, co jsem se tu naučila a pokouším se to předat dál svým dětem a svému okolí.

Program doporučuji všem, kteří jsou ochotni něco ze své energie předat dál, bez toho aniž by za to dostali zaplacené. Většinou jsou do programu zapojeni studenti, ale byl by vhodný i pro aktivní seniory nebo i lidi, co hledají možnost být někomu prospěšní a mají co nabídnout. Peníze sice nedostanou, ale určitě se jim dostane poděkování, zkušeností, sebepoznání, zážitků všeho druhu, možnosti nahlédnout do života jiných a poučit se z toho.

Nejvíce zážitků mám z letních táborů, jsou spojeny s tvořivostí, synergickou atmosférou týmu a legrací. Fajn byla třeba celotáborová hra na čarodějnické téma. Kamarád Péťa mě od té doby po hlase poznává a sděluje svým tenorem všem přítomným, že přišla Hromoslava. Též tanec na nerovném travnatém hřišti s invalidními vozíky, vodní

bitva, stezky odvahy. Z těch komorních zážitků pak supervize s dobrovolníky, kde bylo možné pozorovat nadšené mládí v boji s často neveselou realitou života, to vše okořeněné odborným komentářem supervizorky Drahy.



Svou účast v programu bych shrnula jako velmi intenzivní období v mém životě spojené s lidmi, co umí v životě zabojoval a ještě se při tom často dobře pobaví. Jde jen o úhel pohledu. Klíčová slova té doby jsou: studenti, občanské sdružení Okna, neziskový sektor, úvahy o hodnotách a smyslu lidského bytí.

Ráda budu součástí programu i nadále. Myslím, že neziskovému sektoru v Jindřichově Hradci by prospělo více různorodých dobrovolnických programů (ne všichni chtějí pracovat s dětmi). Rozšíření, profesionalizace a stabilní financování dobrovolnického centra je potenciální příležitostí, kam by se tato specifická oblast práce s lidmi mohla ubírat dále.

Od začátku jsem doufala, že by Pět P v Jindřichově Hradci mohlo fungovat. Po deseti letech vidím, že můj optimismus nebyl jen naivní sen. Motivují mě slova a jejich významy, které symbolizují program Pět P a sdružení Okna: přátelství, pomoc, podpora, prevence, péče a **Otevřenost**, **Komunikace**, **Naděje** a **Aktivita**.

Programu bych popřála pečlivou a pracovitou koordinátorku (kéž nám Lenka vydrží), moudrou a veselou supervizorku (kéž nám Draha neodpadne), vlídnou a svěží dia-

gnostičku (kéž má Jitka na naše výcviky stále čas), přísnou a důslednou účetní (díky za Majku), skvělý tým táborníků (i nadále vedený Maruškou) a nesobecké aktivní lidi (opravdu existují, jen je potřeba dobře hledat). Pokud nám sponzoři, nadace a veřejná správa i nadále bude alespoň občas podporou, přeju programu 5P rozkvět do další desítky. Moje doporučení – nenechat se odradit při rozvoji dobrovolnictví, trpělivost přináší růže.

Mgr. Jaroslava Sedláková, PhD.

Externí odborná asistentka FM VŠE, místopředsedkyně o. s. Okna, garantka Pět P, koordinátorka programu 2003–2010.





Petr M. – 20 let, v programu Pět P 2003–2009

Nepamatuji si, jak jsem se do programu dostal, ale byl jsem tam po dobu 6 let.

Velkým přínosem pro mě bylo, že jsem si mohl hrát a povídat s kamarády a ne jen doma s rodiči. Vzpomínám si, že jsme s dobrovolníkem byli například i v cukrárně. Myslím si, že mé okolí tento program nějak neovlivnil. Při vstupu do programu jsem se bál toho, co bude a jaký dobrovolník se stane mým kamarádem, co budeme dělat a jak to celkově bude probíhat. Jsem rád, že jsem byl v programu 5P, jelikož to pro mě bylo moc fajn.

Do budoucna bych přál programu, aby se rozvíjel a bylo vždycky dost kamarádů pro všechny.

Petr



K programu Pět P jsem se dostala na 1. letním táboře, dělala jsem tam Davidovi M. asistenci a bratřovi takovou „jistotu“.

Těžko říct, jak dlouho jsem byla v programu. Aktivně cca 2 roky s Markétkou D. a potom už jen při pořádání jednorázových akcí (tábor, potáborko, atd.)

Program mě určitě ovlivnil při výběru povolání. Přinesl mi vědomí, že člověk má právo na to dělat chyby (nikoli chyby opakovat dokola), má právo na to selhat a že je skvělé, když není na vše člověk sám, když má kolem sebe lidi, kteří naslouchají, chtějí pomoci, podpořit, pomoci v jeho vlastní cestě.

Program ovlivnil i mé okolí, jelikož sestává z členů „Oken“ a dobrovolníků. Dobrovolnický program Pět P je velmi dobrá myšlenka, ale jako každé myšlenky dávají život lidé, kteří ji chtějí naplnit a druhá energie, který do své práce dávají. Tato energie pak z programu vyzařuje a ovlivňuje všechny účastníky programu (dobrovolníky, supervizora, koordinátora, děti, rodiče, společnost...). V Jindřichově Hradci je energie dobrá – ne všude tomu tak je.

Krásný zážitek byl například výcvik dobrovolníků. Zážitků je mnoho – pozitivních a negativních. Vzpomínám si například, jak jsem si s „litlíkem“ chtěla zajít na hřiště „zařadit“ a našla jsem tam obrovskou mrtvou krysou. Také si vzpomínám na neuchopitelnost vztahu s mým litlíkem nebo psychoterapii a poradenství, které jsem poskytovala rodičům, i když měl být program pro dítě. Ale k programu patří především spousta dobrých zážitků a zkušeností – třeba každý rok na táboře. Práce s dětmi a dobrovolníky je úžasná.

Celou svou účast v programu bych shrnula jako „smysl“ – práce byla rodiči vděčně přijímána, hodnocena, dnes v době konzumu je program přijímán jako „automatický“ – děti a dobrovolníci zůstávají. Radost dětí, úsilí dobrovolníků... to vše vyvažuje byrokracii a psychickou náročnost.

Ke vstupu do programu mě motivovala potřeba, aby byl s bratrem někdo na táboře. Na táboře jsem potkala cca 4 lidi (dobrovolníky), jejichž energie byla úžasná. Můj pobyt v programu provázela obava ze selhání ve vztahu s litlíkem. Ta se nakonec i naplnila, ale i ona selhání měla smysl pro budoucí práci v programu, o. s. Okna i pro můj osobní růst.

Programu přeji, aby v době morálního úpadku (konzumu) k sobě přitahoval lidi, kteří myšlenku udrží při plném životě (nikoli přežívání). Aby děti bavil a provázel, rodiče podporoval a zpevňoval, dobrovolníky naplňoval a utvářel v nich člověčenství (pokud jej již programu sami nevěnovali – to je ta energie).

Bc. Marie Mottlová

Pracovnice Občanského sdružení Okna

Dobrovolnice od roku 2004



O programu 5P jsme se dozvěděli již při zakládání prostřednictvím Občanského sdružení Okna. V programu jsme byli 6 let. Pro nás pro rodiče bylo přínosné to, že dítě bylo s dobrovolníkem každý týden venku a my měli občas i svůj volný čas na odpočinek. S průběhem programu jsme byli spokojeni a dokonce jsem doporučila tento program lidem, kteří měli zájem zapojit své dítě do takovéto činnosti. Po celou dobu spolupráce s programem bylo vše v pořádku a nic nám nechybělo. Pro Petra bylo nejtěžší to období, kdy rok byl s jedním dobrovolníkem a po prázdninách měl nového dobrovolníka. Tak ta prázdninová nejistota, kdo a jaký bude ten nový. Jinak byl Petr vždycky spokojený. Jednou z velkých motivací vstupu do programu byla chvilka volného času, který bych měla sama pro sebe a také, aby Péťa nebyl závislý jen na mně.

Programu 5P bychom popřáli, aby pokračoval nadále.

Maminka Petra a Majky M.



David M. – 19 let, v programu od roku 2003–2011

Jolanka M. – 13 let, v programu 2004–2005

Kamila M. – 16 let, v programu 2003–2005

K programu 5P jsme se s Davidem dostali prostřednictvím sdružení o. s. Okna v JH, jež jsme členové a které vzniklo mimo jiné právě kvůli Davidovi a jeho integraci do běžné školy. Program 5P se stal nedílnou součástí pravidelných aktivit tohoto sdružení a má do dnes velký ohlas a krásné výstupy.

V programu je David od samého počátku, kdy společně s ním i během dalších let tento program navštěvovaly i dvě naše mladší dcery Kamila a Jolana, jakožto znevýhodněné děti v rodině s postiženým členem.



Davidovi ovlivnil program velmi, hlavně proto, že se podařilo i vzhledem k jeho komunikačnímu handicapu vytvořit vždy velmi funkční dvojici, která si uměla vždy se vším dobře poradit, smysluplně a k velké spokojenosti Davida spolu pravidelně trávit každý týden příjemný čas. Díky tomu jsem si já jako matka mohla dát pauzu nebo se mohla věnovat dalším vlastním dětem... Také jsem se přesvědčila o tom, že i velmi mladí lidé

mohou mít krásný vztah k postiženému dítěti, kterému jsou ochotni zpříjemnit volný čas. V neposlední řadě jsem také časem připustila, že s klidným svědomím mohu svěřit svoje dítě do "cizích rukou" a bude o něj dobře postaráno a vrátí se mi spokojené a plné nových dojmů a zážitků...



Program určitě ovlivnil i naše okolí, protože během let Davida potkávali přátelé, kamarádi, sousedé a divili se, kde stále bere nové přátele. Současně uviděli, že i nemluvicí kluk na vozíku může smysluplně žít a dělat spoustu činností i jinde než s vlastní rodinou, které často docházel dech, a byl to pro nás velký přínos.

Program samotný jsme doporučili mnoha dalším rodinám a rodičům, kteří mají postižené dítě v rodině, proto aby jim byl vytvořen čas pro sebe a svoje záliby a pro jejich děti, které do té doby neměly podobnou zkušenost. Dobrá zkušenost se dobře předává a motivuje k vyzkoušení.

Zážitků měl David samozřejmě za ty roky spoustu, protože měl vedle sebe vždy skvělé, milé a inteligentní dívky – studentky VŠE, které s ním absolvovaly hodně aktivit, aby ho rozveselily, rozptýlily a prostě udělaly šťastným, a také se jim to skvěle dařilo.

David se stále přepravuje autem, takže pro něj byly jedny z nejlepších zážitků vyjížďkové jízdy městskou dopravou po J. Hradci, spojené s nakupováním dobrot. Dále také pečení vánočního cukroví v menze, výlet na Červenou Lhotu, maškarní karnevaly, plesy

a nezapomenutelné letní tábory, kde ho doprovázely jeho dospělé kamarádky a spolučice.

V jednom roce, kdy měla svojí velkou kamarádku tehdy i naše asi pětiletá dcera Jolanka se nám stalo to, že jsme Štědrý večer strávili společně i s její dobrovolnicí Taitou Baby a jejím kamarádem, kteří by jinak Vánoce strávili sami na koleji daleko od své rodiny. Protože byli oba černošského původu a na VŠE byli jako cizinci, strávili by vánoční čas v osamění, pozvali jsme je k nám domů. Bylo to nezapomenutelné – společně jsme jedli, zpívali naše i černošské koledy a měli jsme dobrý pocit z toho, že i my můžeme někomu pomoci a zpříjemnit mu pobyt v naší zemi.



Program 5P výstižně vystihuje všechny svoje P a je zcela v souladu s tím co hlásá – pomáhá, pečuje, podporuje, přátelí se a má preventivní účinky pro všechny znevýhodněné děti, které chtějí víc než jim život s postižením umožnuje a dovoluje...

Protože je Davidovi již 19 let, jeho členství skončilo ale jeho touha po přátelství ne, takže mu určitě chybí pravidelné scházení se s někým, kdo chce být jenom s ním a pro něho...

Myslím, že pro Davida bylo překvapivé, že mohl poznat život dospěláků – dobrovolníků – studentů z jiného pohledu, než od nás jako rodičů.

Protože se David moc nebojí, tak ani není nic, co by se dalo popsat jako strach, ale naopak se vždy velmi těšil a dopředu se radoval, co nového s dobrovolnicí společně podniknou a jak se zase dostane pryč z každodenní zajaté reality a jaké si domů přinese nové zážitky...

Všem účastníkům, jak dětem a jejich rodičům na jedné straně a jejich kamarádům – dobrovolníkům na druhé straně bych jako matka, která spokojeně programem prošla, popřála, aby se i nadále pokračovalo v aktivitách programu 5P a aby se dařilo vytvářet mnoho dalších spokojených dvojic a aby byl stále dostatek mladých lidí – dobrovolníků, kteří budou mít chuť a čas vytvářet něco tak smysluplného, jako je přátelství...

Maminka Davida





Natálka V. – 13 let, v programu od roku 2003

Do programu 5P jsem se zapojila prostřednictvím občanského sdružení Okna. Maminku oslovila paní Draha Blažková a ona nabídku přijala. Do programu jsem zapojená asi deset let, myslím si, že od jeho založení. Když jsem v programu začínala, byla jsem velmi malá a tak si na začátky v programu moc nepamatuji. Také jezdím každý rok na tábor pořádaný občanským sdružením, kde si vždy užiji mnoho legrace.



Za tu dobu, co jsem v programu, jsem měla 4 dobrovolníky. Každého z nich jsem měla velice ráda a s každým probíhaly schůzky jinou formou. Vzhledem k tomu, že mezi dobrovolníky byl (je) i jeden kluk, tak jsem si mohla vyzkoušet, jaké je to mít kamarádku i kamaráda. Nyní je mým kamarádem Fanda, který je moc hodný a hezký. Někdy mně chybí holka, abych s ní mohla probírat holčičí záležitosti, se kterými se chlapovi svěřit nemůžu, ale na druhou stranu je s Fandou sranda a umí dobře poradit. Kdybych se měla zamyslet a říci, kteří dobrovolníci byli nejlepší, jsou to jednoznačně Fanda s Kátou. Kátu jsem měla jako skvělou kamarádku, vymýšlela pro mě skvělé aktivity a hodně jsme se spolu nasmály. Bylo mně velice líto, když Kačenka musela vztah ukončit kvůli studiu

v jiném městě. Ale všechno zlé je k něčemu dobré a tak jsem potkala Fandu. O Fandovi bych mohla říci, že je to mírný, slušný kluk. Fanda je můj velký přítel, je hezký, milý a je přizpůsobivý, ale v určitých situacích se nedá. S Fandou spolu máme spoustu veselých zážitků. Jednou jsme třeba blbli v klubovně, až jsme skoro shodili všechny obrázky ze zdi, naštěstí jsme společnými silami všechny obrázky zachránili.

Program 5P ovlivnil pozitivně mě i celou moji rodinu, vždyť i moje mladší sestřička je do programu zapojena. Také jsme už program doporučili i jiným rodinám. Díky programu jsem poznala, co znamená slovo přátelství.

Ani nechci pomyslet na to, že v programu budu muset skončit. Nejvíce mně bude chybět přítel, kterého bych bez programu neměla. I když si myslím, že naše přátelství s Fandou neskončí ze dne na den.

A co bych popřála programu do budoucna? Aby tento program nikdy neskončil. Kdyby měl nastat konec světa, tak bych poslední chvíle svého života chtěla strávit v takovém kolektivu, kde jsou všichni jako dobrovolníci 5P.

Natálka





Anetka K. – 13 let, v programu od roku 2007

S občanským sdružením Okna, v jehož rámci program 5P funguje, jsme se poprvé potkaly v závěru školního roku 2006/2007, kdy Anetka skončila první třídu ve speciální škole a paní Blažková (tehdy ještě na této škole učila) spolu s paní Lenkou Vomastkovou nám nabídly, že by se Anetka mohla zúčastnit letního tábora, který toto sdružení pořádá. Zpočátku jsem měla trochu obavy, Anetka beze mě ještě nikdy nikde delší dobu nebyla, ale nakonec přece jen jela. A nelitovaly jsme ani jedna a od té doby už Anetka nechybí na žádném táboře.



Kdy nám ale bylo nabídnuto, že bychom se mohly zapojit i do programu 5P, si dnes už přesně nevzpomínám. Zezačátku jsem dost váhala, jak bych schůzky časově zvládala, takže jsem určitě napoprvé odmítla. Nejsme z Jindřichova Hradce, kde se schůzky odehrávají, denně Anetku vozím do školy, což zabere minimálně celé dopoledne a k tomu mám ještě poměrně dost dalších povinností, protože na několik hodin pracuji na obecním úřadě. Někdy na začátku školního roku 2010/2011 nám Lenka Havlová oznámila, že by pro nás měla vhodnou „kamarádku“, Barču, a jestli bychom neměly zájem, že by

se s ní Anetka mohla pravidelně vídat. Po první schůzce bylo jasno. Anetce se Barča moc líbila, a tak začala naše spolupráce s programem 5P.

Ze schůzek se Anetka vracela moc spokojená. Dobrovolnice Barča se snažila vymýšlet zajímavý program a na pravidelných setkáních se Anetka potkávala i se sestrami Natálkou a Nelinkou a dobrovolníkem Fandou, které si velmi oblíbila. Hlavně malinkou Nelinku. S Barčou se Anetka scházela v průběhu dvou let. Na společných setkáních vzniklo spoustu pěkných fotek, které si Anetka často a ráda prohlíží. Barča je však nyní na vysoké škole mimo Jindřichův Hradec, Anetka nemá ve škole asistenta, takže musím v rámci vyučování chodit do školy a na schůzky už opravdu nezbývá čas. I práce mi oproti minulým letům přibýlo, a tak jsme nového dobrovolníka místo Barči už ani nehledaly. Nevím, jestli se znovu do programu zapojíme, uvidíme, co nám přinese nový školní rok.



Program 5P nám, především Anetce, přinesl setkání a seznámení s novými lidmi, spoustu zajímavých zážitků. Myslím si, že rodiče postižených dětí, kteří mají možnost získat prostřednictvím programu 5P pro své dítě staršího kamaráda, by neměli, pokud to jen trochu jde, váhat. Budou mít pár hodin pro sebe a dítě zažije něco nového. Handicapované děti nemají zdaleka tolik možností, jak trávit volný čas, oproti zdravým dětem.

Do dalších let bych programu 5P popřála spoustu nadšených dobrovolníků a stejně tak mnoho spokojených dětí a jejich rodičů. Všem, kteří se o program starají, patří velký dík. Dík, za to, že dělají něco pro druhé, něco zadarmo. Moc dobře vím, že to není samozřejmost...díky.

Maminka Anetky





Anička S. – 10 let, v programu od roku 2010

Program Pět P nám byl doporučen lidmi z našeho okolí, kteří již služeb programu využívali a nabízeli nám, jestli to také nechceme vyzkoušet. V programu jsme již dva roky a přínosem je pro mne především to, že kromě toho, co nabízí za služby stát, zde existuje skupina lidí, která chce pomáhat lidem, kteří mají určitý handicap, ačkoli za to nic nemají ani to nemají státem nařízené. Schůzky Aničku baví, poznala bych na ni, kdyby nechtěla jít. Když ji přebírám, je veselá.

Program ulehčil částečně i bratrům, kteří ji musí hlídat, když mi nemůžeme a je fajn, když jednou za čas to za ty bráchy někdo vezme a že se o ni nemusí starat. Vzhledem k tomu, že jsou již starší, tak jim Aničku svěřujeme na hlídání. Program jsem doporučovala také dál, ale myslím si, že se tu často naráží na problém, že jsou rodiče postižených dětí na své děti nezdravě fixovaní a často nedůvěřují třetí osobě, že by se o ně dokázala postarat tak dobře, jako by se o ni postarali oni. Ale myslím si, že je to nezdravý postoj, protože jednoho dne se o ty děti stejně bude starat někdo jiný. Proto si myslím, že je dobré, že si ty děti zvykají na širší okruh lidí, kteří se jim věnují.

Domnívám se, že program je přínosný také pro dobrovolníky, protože každý jde do programu s tím, že chce být na děti hodný, příjemný a milý a naše Anička to rychle pozná, každého si rychle omotá okolo prstu a časem ti lidé zjistí, že láska není jen o vyhoštění tomu druhému, ale že je třeba stanovit si i konkrétní hranice a na naší Aničce se mohou dobrovolníci dobře naučit, že nemít hranice není vždycky láska.



Ke vstupu do programu nás motivovalo to, aby si Anička zvykala na širší okruh lidí, se kterým se bude jednou setkávat. Že o ni nebudeme pečovat jenom my a ta škola, ale musí tu být víc lidí, aby si zvykala na cizí lidi. Do programu jsem vstupovala prakticky bez obav.

Program je přínosný pro děti, ale především pro dobrovolníky. Oni si to teď možná neuvědomují, ale za pět až deset let se setkají se situací, kterou budou umět vyřešit díky této zkušenosti. Jak to tam mají nastřádáno za těch pár let, tak to zužitkují, ani to sami nebudou čekat.

Popřála bych účastníkům, aby to, co získají v programu za zkušenosti, byli schopni využít do svých dalších let, jelikož se domnívám, že nejvíce zde získávají právě ti dobrovolníci. Jelikož se toho hodně naučí. Já jsem také dělávala dobrovolníka, hlídala jsem lidem děti a bylo to pro mě přínosné. Když jsem měla vlastní rodinu, už jsem věděla, jak reagovat. Člověk se otrká a on ve výsledku není takový rozdíl mezi zdravým a postiženým dítětem – všechny dokážou manipulovat, vztekat se a mít svoje nálady. Takže bych jim popřála a věřím, že to sami jednou využijí, až budou mít vlastní rodinu, že se naučí reagovat na situace, naučí se reagovat na své okolí při střetu s někým handicapovaným a sami, když se setkají s nějakým člověkem s postižením, tak budou vědět, jak se s ním normálně bavit, nedívat se na stranu nebo nevědět, co si můžu dovolit a co si dovolit nemohu.

Maminka Aničky





Jak jsem se dostala k programu Pět P? Viděla jsem plakát programu a následně mě oslovilo i nadšení Jarky Sedlákové (koordinátorky programu) na přednášce. Nicméně když mě Barča (moje malá kamarádka) poprvé uviděla a skočila mi kolem ramen, bylo tuším rozhodnuto. S Barčou jsme se setkávaly 5 let, kdy se z malého děvčátka stala puberťačka a já postupně dosáhla na titul inženýr.

Před vstupem do programu jsem měla obavy, jak bych to zvládla, kdyby se mi narodilo dítě s handicapem. Program mi ukázal, díky milujícím rodinám, že vše se dá zvládnout a být šťastný. Těch 5 let mi přineslo radost do života, nové přátele a zkušenosti. V neposlední řadě i jistý nadhled do života a samozřejmě multifunkčnost aktivit, které jsme spolu vymýšlely. Myslím si, že program Pět P určitě ovlivnil i lidi v mém okolí. Postupně se do programu přihlašovali moji další spolužáci, kteří nás s Barčou viděli. Díky tomu měli příležitost zažít spoustu pěkných zážitků, ale i výzev, které museli zvládnout. Program jsem i sama doporučila dalším lidem, jelikož čas, který člověk investuje, tisíckrát převažuje láska, nadšení nebo zkušenosti.



Zážitků z programu je hodně, protože jsem Barču brala na univerzitu, do knihovny, na koleje, do parku, do klubovny nebo na koně – zažívaly jsme běžné situace vždy velmi

nestandardně. Asi největší zážitek byl celodenní výlet do zoo v Jihlavě, který jsme spolu dlouho plánovaly. Bylo to poprvé, kdy byla Barča sama na výletě. A zvířata byla úžasná. Ještě dlouho jsme se k tomuto zážitku vracely na schůzkách v kreslení, hrách nebo při práci s modelínou. Bohužel po škole jsem odešla pracovně do zahraničí a ztratila tak s Barčou kontakt. To mi nejvíce chybí.

Celou účast v programu bych shrnula jako velký zážitek, který mi dal dobrou průpravu do startu pracovního života. Motivací ke vstupu do programu pro mě bylo přijmout výzvu. Po setkání s Barčou a dalšími dětmi jsme se už nebála ničeho, byly mi povzbuzením a oporou.

Přeji programu, aby se vždy našli lidé zapálení pro dobrou věc a spoustu srandy na setkáních.

Ing. Kateřina Jaroňová, Marketing Director Profesia CZ, spol. s r. o., dobrovolnice 2003–2008. Je absolventkou strategického managementu a marketingu na VŠE v Praze. Od roku 1998 se účastnila jako dobrovolnice mezinárodních programů po celé Evropě. Během studia realizovala marketingové a strategické projekty na podporu neziskového sektoru. Od roku 2008 pracuje na různých pozicích v marketingu ve společnosti Profesia, v současné době zastává pozici Marketing Director. Kromě naplňování strategických marketingových cílů v České republice, Slovensku a Maďarsku, stojí za projekty: publikace z trhu práce od A po Z – Let's work!, veletrh práce Profesia days a odborný veletrh HR days.



Do programu Pět P jsem se dostala tak, že jsme se jednou s kamarádkou navzájem svěřily s tím, že jsme vždycky chtěly dělat dobrovolnice a nějakým způsobem pomáhat dětem s postižením. Shodou náhod jsme se za pár dní dostaly k programu Pět P. Protože jsem v té době nebyla ještě plnoletá, nemohla jsem mít svého „litlíka“, ale dostala jsem nabídku jet na tábor. Vždycky jsem ráda pracovala s dětmi, ale musím se přiznat, že jsem ze začátku měla i jisté obavy, jestli všechno zvládnu a jestli budu umět s dětmi dobře komunikovat a podobně, ale hned první táborová zkušenost pro mě byla obrovským impulsem pokračovat dál. Nejen že děti byly bezvadné a úplně bezprostřední a na rozdíl od většiny ostatních dětí dokázaly ocenit nejrůznější aktivity, které jsme pro ně připravili, příjemnou zkušenost mi přinesl i tým dalších dobrovolníků.



Do doby, než mi bylo 18 let, jsem se dál účastnila táborů a vypomáhala s dalšími činnostmi, jako byl kroužek řemesel a různé akce a pak po výcviku dobrovolníků jsem dostala „do páru“ Natálku, kterou jsem znala už z tábora. S Natálkou jsme si užily vždycky spoustu legrace, hrály jsme si spolu na čerty, foukaly bubliny, malovaly a já jsem vždycky Natálku vracela zelenou, pobublínkovanou, upatlanou a rozjívenou, ale věřím, že spokojenou. I mě tato zkušenost přinesla mnohé. Nejen že jsem se spoustu věcí naučila

a cítila, že všechno, co do programu vložím, se mi tisíckrát vrátí, ale taky jsem se naučila jistě sebereflexi.

Bohužel když jsem odešla ze střední školy, začala jsem studovat v Brně, a tak už pro mě nebylo docela dobře možné v programu dál pokračovat, úplně jsem se ale odtrhnout nemohla nikdy, takže ještě dodnes jezdím alespoň na letní tábory. Jelikož toto léto to byl můj už devátý tábor, můžu to zpětně zhodnotit. Podle mého názoru se stává práce s dětmi náročnější, jak fyzicky, protože z mrňavých chlapečků se stali urostlí chlápáci, tak psychicky, protože přibývá dětí s psychiatrickým onemocněním, ale na druhou stranu věřím, že se tím dobrovolníků stal odolnější, lépe komunikuje a máme k sobě blíží. Dodneška se vídám se spoustou lidí z programu, i když bohužel jen několikrát do roka, protože jsme všichni „rozprášeni“ po republice, ale o to víc bývají takhle setkání vzácnější.

K účasti v programu jsem inspirovala kamarádku a své dvě mladší sestry a myslím si, že ani ony svého rozhodnutí určitě nelitují. Přes rok se bohužel můžu jen nostalgicky kochat fotkami a vzpomínkami, ale těším se na další zážitek s vámi, děti a dobrovolníci! Touto cestou bych také chtěla vyjádřit svůj obdiv svým kolegům-dobrovolníkům, kteří neztrácejí energii a chuť pokračovat v tom, co pro děti a mladé dospělé vytváří, a také profesionálnímu a lidskému vedení, kteří nejen že zvládají všechno řídit, ale vždycky si i najdou čas pro pár milých slov povzbuzení. Všem díky moc!

Mgr. Kateřina Švejdíková

**Studentka 1. ročníku doktorského studia Pedagogické fakulty MU v Brně,
dobrovolnice od roku 2004.**





K programu jsem se dostal přes jednu paní, která měla v programu syna. Ta dala paní Sedlákové, která v té době byla koordinátorkou programu, na mě kontakt a paní Sedláková mi zavolala. Pozvala mě na supervizi, kde mě seznámila s programem 5P a řekla mi, pokud bych měl zájem v programu být, tak za dva týdny bude výcvik nových dobrovolníků.

V programu působím šestým rokem. Za tu dobu jsem měl dva kluky. Jednoho jsem měl dva roky a toho druhého rok. Teď mám třetím rokem na starost Natálku.



S prvním klučinou jsme většinu času trávili debatou nad fotbalem a holkami. Jednou jsem ho také vzal do restaurace, kde jsem vařil. Dovolil jsem mu, aby si sám udělal zmrzlinový pohár.

Ten druhý zase nejraději chodil ven a chtěl navštěvovat restaurace. Měli jsme takový rituál, že vždy když jsme se loučili, podali jsme si ruce.

S Natálkou koukáme na pohádky, hrajeme různé hry, ale hlavně se učíme. Jednou byla Natálka s mamkou na očním vyšetření. Výběr brýlí zbyl ale na mě. O tom rozhodla Natálka. Její maminka mě poprosila, jestli bych s Natálkou zašel do optiky a tam si Natálka vybírala mezi modrými a hnědými brýlemi. Chtěla modré, protože takové

mám i já. Já jsem spíše doporučil hnědé. Nakonec jsem Natálku přesvědčil a vzala si ty hnědé. Všichni říkali, že jí to moc sluší.

Není nic krásnějšího, když Vám rodiče toho Vašeho dítěte řeknou, že jste mu zvedli sebevědomí nebo se zlepšilo ve škole.

S dalšími dobrovolníky děláme pro děti různé akce, kterých se pravidelně účastníme, a moc mě to baví. Jsou to Čertovské výpravy, Velikonoční malování vajíček, opékání buřtů.

Programu 5P bych do dalších let popřál mnoho spokojených dětí a skvělé dobrovolníky.

František Kocar
Pracovník ostrahy,
dobrovolník od roku 2007.



Závěrem

Chtěli bychom poděkovat všem dobrovolníkům za jejich čas, energii, vytrvalost a inspirativnost, rodičům a dětem za spolupráci a úžasné zážitky, všem, co se podíleli na vedení programu – oběma koordinátorkám, supervizorce, externím spolupracovníkům a hlavní ekonomce za jejich práci, odhodlání a pomoc a našim partnerům Fakultě managementu, Asociaci Pět P a Národnímu dobrovolnickému centru Hestia za podporu a spolupráci. V neposlední řadě děkujeme také dárcům a sponzorům, především Ministerstvu vnitra ČR a městu Jindřichův Hradec za každoroční finanční podporu a všem ostatním, kteří se na fungování programu během těchto deseti krásných let podíleli. Prostřednictvím vás všech mohl Program Pět P fungovat a doufáme, že bude pomáhat i nadále.

„Jedním z nejkrásnějších zadostiučinění v životě je, že kdykoli se upřímně snažíme pomoci jinému, pomáháme i sami sobě.“

Ralph Waldo Emerson

<http://www.okenko.eu>

<http://petp.fm.vse.cz>







