

PROSINEC 2025 | ČÍSLO 9

Naše LADA

ČASOPIS O DĚNÍ V CENTRU LADA, Z.S. PACOV

WWW.CENTRUMMLADA.CZ

Kontakty

Centrum LADA, z. s.

Nádražní 362

395 01 Pacov



lada@centrumlada.cz
www.centrumlada.cz



facebook.com/ladapacov

Autoři článků: uvedeni u jednotlivých příspěvků

Zpracování časopisu: Iva Baštová a kolektiv

Fotografie: pracovníci a klienti Centra LADA

Časopis je doplněn fotografiemi výtvorů našich klientů

Uzávěrka dalšího čísla: 14. října 2026

Milí čtenáři,

vítáme Vás u čtení již devátého čísla časopisu "Naše LADA". Je až neuvěřitelné, jak ten čas letí. Opět se blíží vánoční čas – sváteční chvíle plné klidu, pohody a setkávání – a s ním spojený konec roku. Pojdme si proto společně připomenout, co jsme v uplynulých měsících prožili, od jara až do zimy.



V letošním roce se naši klienti Centra LADA mohli opět věnovat celé řadě činností a akcí díky podpoře z Fondu Vysočiny v rámci programu Celoroční aktivity handicapovaných s názvem: „Celoroční aktivity v LADĚ – SPOLEČNĚ TO JDE LÉPE“.

Od jara do podzimu jsme v rámci zahradní terapie pěstovali vše možné – od setí semínek, přepichování, sázení různých druhů rajčat, paprik (letos se jim, ale vůbec nedařilo), cuket a dalších plodin. Úrodu ze zahrádky jsme později využili při nácviku vaření a tím ji proměnili v lahodné svačinky. Klienti se rovněž zapojili do údržby zeleně a sekání trávy, jak u budovy v Nádražní ulici, tak i na „Domečku“ u Špejcharu. Při pracovních terapiích vznikala spousta krásných výtvarů. Klienti tvořili obrázky na plátna různými technikami, plnili a pomáhali šít zdravotní polštářky. Odlévali mýdla i svíčky, omotávali láhve provázkem a pomáhali sestavovat

anděly i malé andílky. Pracovali také s keramickou hlínou – odlévali do sádrových forem, tvořili z ní lopuchové listy, které nyní slouží jako pítka pro ptáčky, a mnoho dalších drobných dekorací. Tím vším si procvičovali hrubou i jemnou motoriku, rozvíjeli představivost a učili se samostatnému přemýšlení, ale i spolupráci.

V průběhu celého roku probíhala samozřejmě i různá tvořivá setkání

jak s dětmi, tak i se staršími spoluobčany. Na podzim jsme realizovali společný výjezd do skláren v Tasicích a zavítali jsme do Národního muzea zemědělské techniky v Čáslavi.

Na závěr bychom Vám všem, kdo s námi v průběhu roku spolupracovali, podporovali nás nebo jen projevíli zájem o naši činnost, rádi poděkovali.

Přejeme Vám klidné a radostné Vánoce, do nového roku hodně zdraví, pohody a optimismu. Budeme rádi, když si uděláte chvilku a přijдете za námi na předvánoční setkání – nebo kdykoli jindy během příštího roku.

Petra Kotková

Cesta z propasti beznaděje do neziskovky IX. část

Jaké jsou příčiny vzniku DMO

DMO ve své podstatě není jediná nemoc s jedinou příčinou. Je to skupina onemocnění, která jsou si příbuzná, ale jejichž příčiny jsou různé. Při pátrání po příčině DMO u konkrétního dítěte berou lékaři v úvahu zejména formu DMO, anamnézu matky (zejména průběh těhotenství a porodu) a anamnézu dítěte od porodu až do současnosti; důležitá je také doba, kdy se nemoc začala projevovat.

Přibližně u 10-20% dětí s DMO vzniká onemocnění po narození. **Získaná DMO** je následkem poškození mozku v několika prvních měsících až letech života. Prvotní příčinou poškození mozku je často mozková infekce, jako je bakteriální meningitida (zánět mozkových blan) nebo virová encefalitida (zánět mozku); příčinou může být také mozkové poranění (při porodu, následkem pádu, dopravní nehody nebo týrání dítěte).

Naproti tomu **vrozená DMO** je přítomná již v okamžiku narození, byť nemusí být rozpoznána ještě po několik měsíců po porodu. V drtivé většině případů se příčinu vrozené DMO nepodaří zjistit. Výzkum přinesl poznatky nasvědčující tomu, že některé příhody v průběhu těhotenství nebo kolem porodu mohou vést k poškození motorických center ve vyvíjejícím se mozku. V následujícím přehledu jsou uvedeny některé z těchto situací:

Infekce během těhotenství. Zarděnky (*rubeola*) jsou virová infekce, která může postihnout těhotnou ženu a z ní přejít na plod uvnitř dělohy a způsobit mj. poškození vyvíjejícího se nervového systému. Od doby, kdy jsou u nás ženy, ještě dříve, než dospějí do plodného věku, preventivně proti zarděnkám očkovány, je tato infekce plodu výjimečná. Mezi mimořádně nebezpečné infekce, které mohou poškodit mozek vyvíjejícího se plodu, patří cytomegalovirus (CMV) a toxoplazmóza.

Novorozenecká žloutenka. Žlučová barviva, vznikající při procesu zániku starých nebo poškozených červených krvinek; jsou za normálních okolností přítomná v krvi ve stopových množstvích. Dochází-li v krátkém časovém úseku k rozpadu velkého množství červených krvinek, může hladina žlučových pigmentů v krvi stoupnout a projevit se jako žloutenka. Dochází k tomu kupř. při takzvané Rh inkompatibilitě (viz níže). Vysoká hladina žlučového barviva (bilirubinu), není-li adekvátně a účinně léčena, může vést k nenávratnému poškození mozkových buněk. Lehké formy novorozenecké žloutenky se zpravidla neléčí, středně těžké se léčí tzv. fototerapií (ozařováním kůže novorozence ultrafialovým světlem, které vede k odbourávání bilirubinu v kůži) a jen těžké formy se léčí výměnnou transfúzí krve.

Rh inkompatibilita. Při tomto stavu produkuje organizmus matky protilátky proti krvinkám plodu. Krvinky plodu se ve zvýšené míře rozpadají a následkem toho vzniká silná novorozenecká žloutenka.

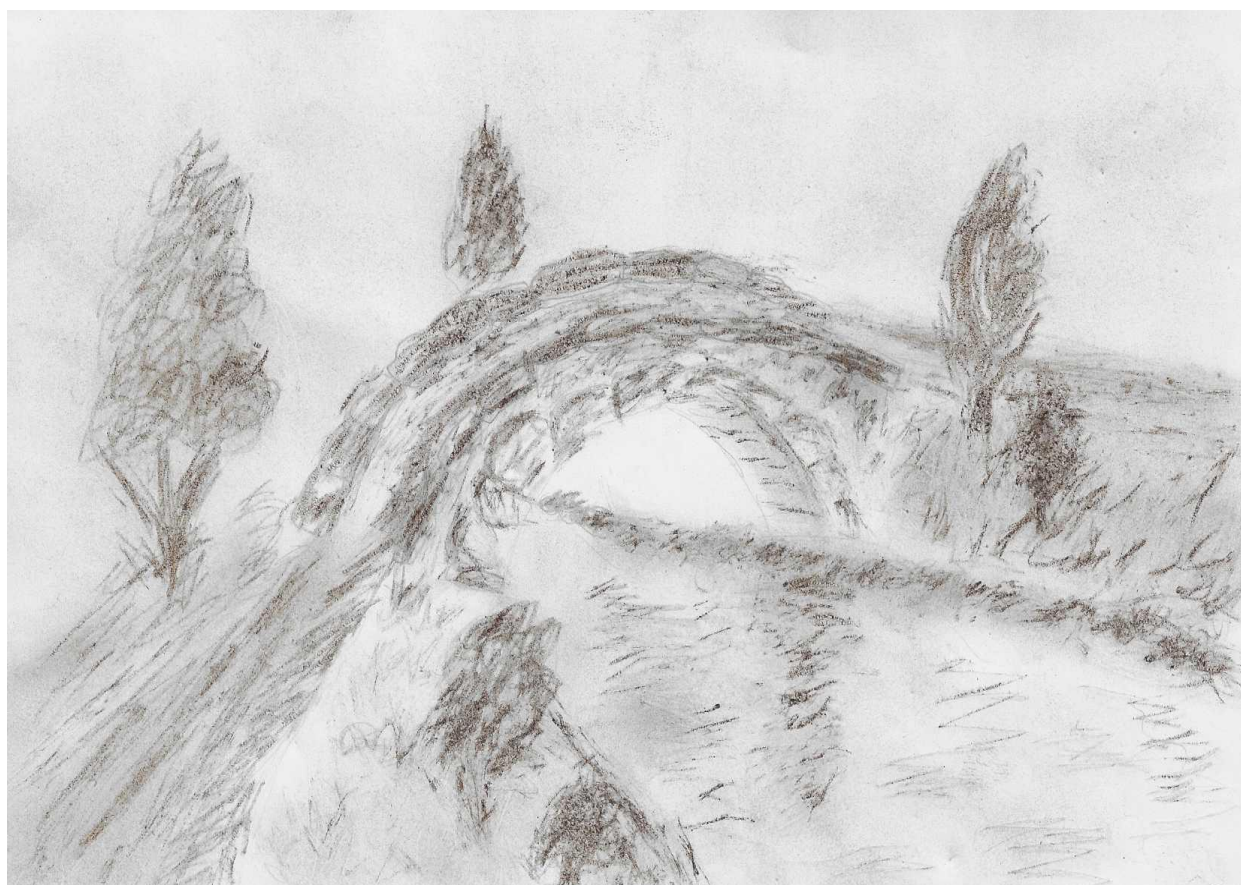
Nedostatek kyslíku v mozku nebo poranění hlavy novorozence při porodu. Krev novorozence má speciální složení, které umožňuje kompenzovat přechodný nedostatek kyslíku nebo dušení

(asfyxii, nedostatek kyslíku způsobený poruchou dýchání nebo nízkým přívodem kyslíku) běžně provázející porodní stress. Pokud však v důsledku těžké asfyxie dojde ke kritickému snížení dodávky kyslíku do mozku novorozence na delší dobu, může vzniknout nevratné poškození mozku označované jako hypoxicko-ischemická encefalopatie (HIE). Část takto poškozených dětí umírá, ostatní, které se podaří udržet při životě, mohou mít později projevy DMO, nezřídka v kombinaci mentálním postižením a epilepsií.

V případech, kdy se lékařům nepodařilo zjistit jednoznačnou příčinu DMO, byla za ni označována v minulosti právě asfyxie nebo porodní trauma. Ukázalo se však, že situace není tak jednoduchá. Jen u mála dětí, které prodělaly kolemporodní asfyxii, dojde k rozvoji encefalopatie krátce po porodu. Velká část dětí s anamnézou kolemporodní asfyxie dospěla bez toho, že by se u nich projevil známky DMO nebo jiného neurologického onemocnění. Porodní komplikace včetně asfyxie se najdou v anamnéze asi jen 3-13% nemocných s DMO.

Cévní mozkové příhody (CMP). Krvácení do mozku, jako jedna z forem CMP, má několik možných příčin: prasknutí mozkové cévy, její ucpání nebo poruchu krvinek. Jednou z příčin vedoucí ke krvácivé CMP jsou dechové problémy, které jsou časté u nedonošených novorozenců. Následky CMP jsou známější u dospělých, avšak k CMP těžce poškozující mozek může dojít i u plodu během těhotenství nebo u novorozence při porodu nebo po něm. Výzkum směřující k prevenci CMP u plodu a novorozence zatím není příliš úspěšný.

XX



Vzdělávání zaměstnanců

Vzdělávání jsme letos nebrali jako seznam "odškrtnutých" kurzů, ale jako sadu klíčů k tématům, o kterých se často mlčí. Už v květnu nás čekal kurz „Sexualita lidí s mentálním postižením“. Byl to intenzivní den. Uvědomili jsme si, jak snadno se můžeme v dobré víře dopustit chyby, pokud neznáme hranice důstojnosti a práva na intimitu. Z kurzu jsme odcházeli s pocitem úlevy, protože jsme konečně měli jasný návod, jak podporovat klienty v jejich vztazích, ale vždy bezpečně a s maximálním respektem.

Následně jsme se vrhli do online světa, kde jsme se připravovali na věci téměř apokalyptické: Blackout. Myšlenka, že by na týden zmizela elektřina, byla děsivá. Kurz nám ale strach vzal – naučil nás, že příprava a jasný plán je nejsilnější zbraň. Dnes víme, jak zajistit chod organizace (teplo, elektřinu, odpady apod.) a hlavně jistotu pro naše klienty, i když zhasnou všechna světla v regionu.

Aby se teorie neproměnila jen v certifikát na stěně, využili naši pracovníci během první poloviny roku stáže v odlehčovací službě. Tam viděli v praxi, jak vypadá péče o klienty v jiném druhu sociální služby, kterou jsme otevřeli od září letošního roku.

Podzimní blok byl nejsilnější. V září jsme se sešli na výjezdním kurzu o Úzkostech a depresích u klientů s mentálním postižením a autismem. Kurz nás naučil, že agrese a stažení se do sebe často není vzdor, ale projev úzkosti a bezmoci. Naučili jsme se včas zpozorovat jemné signály a hlavně vědět, jak reagovat – klidně a empaticky, dokud nezasáhne odborník.

V říjnu jsme na to navázali kurzem Efektivní komunikace s člověkem s agresivními projevy. Už jsme věděli, že klíčem je klid. Nešlo o to postavit se někomu, ale stát se mostem mezi námi a klientovou frustrací. Získali jsme praktické techniky zklidnění, které snižují napětí v náročných situacích.

A hned vedle toho nejtěžšího se objevila ta nejmodernější věc: Umělá inteligence. Kurz Jak vám umělá inteligence usnadní práci v sociálních službách, nám otevřel oči. Zjistili jsme, že se nemusíme bát, že nás AI nahradí. Naopak, může nám vzít nudnou administrativu a dát nám zpět to nejcennější: čas na rozhovor a přímou péči o člověka.

Rok 2025 se tak pro nás stal rokem, kdy povinnost přerostla v příležitost. Připravili jsme se na ty největší výzvy – na křehkost lidské duše, krizové situace i technologický pokrok. Odcházíme z něj silnější, lépe připravení a hlavně s přesvědčením, že investice do znalostí je tou nejlepší investicí do důstojné a kvalitní péče pro naše klienty.

Petra Kotková a Red.

OD POČÁTKU DO KONCE ROKU 2025

Počátek roku byl plný kreativity, uznání a lidské sounáležitosti. Intenzivně jsme tvořili velikonoční dekorace a tím trénovali jemnou motoriku. Stavěli jsme sněhuláky a shrnovali sníh. Současně se v tomto období uskutečnily významné události, které oceňovaly obětavost a přínos jednotlivců i skupin pro společnost.

Nová scéna ND Praha – cena Ď

Hned 8. ledna se na Nové scéně Národního divadla udílely prestižní ceny „Ď“. Tato ocenění tradičně děkují mecenášům, dobrodincům a lidem, kteří svou nezištnou činností obohacují kulturní a společenský život. Atmosféra byla výjimečná. Sál naplnila vděčnost, inspirace a upřímné uznání. Mezi oceněnými byli námi nominovaní manželé Petra a Michal Palačtí - Kemp Nový Rybník u Nepomuku. Celý večer jsme si užili v duchu radosti a ocenění dobrých skutků, které v dnešní uspěchané době mají neocenitelnou hodnotu.

Cena křesadlo za rok 2025

Během slavnostního večera v sobotu 25. ledna při udílení cen města Pelhřimov byla předána i zvláštní cena Křesadlo 2024 za dobrovolnickou činnost v regionu. Tuto cenu získala paní Iva Baštová, která od roku 2018 působí jako dobrovolnice v našem centru. Byla nominována za svou nezištnou pomoc a obrovské nasazení. Podle slov nominující paní Evy Jandové je nesmírně skromný a pracovitý člověk.

Monika Papežová

Předjaří u nás

Jaro se pomalu blížilo a s ním nás čekalo mnoho akcí. Byly to dny plné tvoření, sladkých dobrot i



divadelního zážitku. Velikonoce bez zajíček??? – to by prostě nebylo možné. Stačí polystyrenová koule, kousek rezného provázku a šikovné ruce našich klientů a pracovníků. Pod naším vedením vznikaly i další dekorace v podobě kuřátek, oveček i pestrobarevných motýlů. Nechyběly ani keramické odlitky a zápichy.

Navštívili jsme divadelní představení “Rychlé šípy” v Táboře. Znamé příběhy Jaroslava Foglara o partě kamarádů, jejich dobrodružstvích a hodnotách, jako čestnost a přátelství, nás zcela vtáhly do děje. Nechyběly vtipné momenty, napětí ani legendární souboje se zákeřným Bratrstvem kočičí pracky.

Dne 20. února jsme zavítali na farmu Selekty Pacov, kde jsme si všichni mohli načepovat přímo z automatu čerstvé mléko. Pro některé z nás, to byla úplně nová zkušenost. A co teprve ta chuť! Opravdu velký rozdíl oproti běžně dostupným mlékům z obchodu.

Konec měsíce patřil přípravě na masopustní veselí. Nejprve jsme zadělali těsto na tradiční koblížky. Nadýchané a plněné



naší domácí marmeládou, mizely z talířů bleskovou rychlostí.

A aby bylo vše, jak má být, užili jsme si i rej masek. Tancovali jsme na známé české hity celé dopoledne. Příjemně unaveni jsme se rozešli do našich domovů a už nyní se těšíme, jaké kostýmy oblečeme v příštím roce.

Mon. + Red.

Březen plný zážitků, tvoření i tance

Březen byl u nás opravdu nabitý. Nechyběla kultura, práce na čerstvém vzduchu, ani tvoření a tanec. Hned počátkem měsíce jsme vyrazili vlakem do Tábora na divadelní představení s názvem „Verneovka“. Děj doprovázela živá hudba i zpěv a pro mnohé z nás to byl nejhezčí kulturní zážitek ze všech, jichž jsme se zatím mohli účastnit.

Svá těla jsme rozhýbali u „Domečku“ na Špejcharu, kde nás čekalo nejen hrabání listí, ale i teplý čaj s malou svačinkou. Poslední středu měsíce v rámci celostátní akce „Uklidme Česko“ jsme se vydali na pacovské nádraží. Výsledkem byly dva pořádně napěchované pytle plné odpadků a na kolečku pěkná sbírka láhví od alkoholu.

Zakončení měsíce patřilo malé prodejní výstavě našeho centra v pacovské Městské knihovně, kam jsme odnesli námi vytvořené dekorace. Výsledky našeho snažení, které zdobily stoly knihovny. Každý kousek byl originál, vznikl s láskou a někdy i s trochou lepidla na prstech.

Kromě tvoření a úklidu jsme se celý měsíc věnovali pohybu a ne ledajakému. Trénovali jsme na soutěž Zlatý střevíček, ta měla být již brzy. Skoro každé ráno bylo ve znamení tance, rytmu a smíchu. Atmosféra byla skvělá. Měli jsme připravenou choreografii od paní Stachové. Je to maminka našeho klienta, která se tanci celý život věnovala. Ale přišlo velké zklamání – taneční soutěž se odsunula až na konec listopadu.



Mon. + Red.

Jaro v plném proudu

Duben byl u nás měsícem zážitků, tvořivosti a lidského setkávání, zkrátka jsme si užívali společně strávený čas. Vydali jsme se opět do tábořského divadla, tentokrát nám představení připomnělo skutečný význam velikonočních svátků.

Díky daru od rodiny Vašinových jsme uspořádali módní přehlídku. Každý si mohl vybrat oblečení, které se mu líbilo, ale také sedělo. Klienti si vybrané kousky mohli odnést domů, což udělalo radost úplně všem. A nám by tu největší radost udělala, kdyby klienti darované zboží opravdu nosili. Další pozvání, které se neodmítá, proběhlo v Jihlavě. Bylo to setkání zaměstnanců společnosti Generali pojišťovny s názvem Velikonoční dvorky. Kde jsme měli stánek s našimi výtvy. Navštívili jsme i prodejní výstavu sociálně terapeutických dílen v nedalekých Černovicích. A pak už jsme se sami pustili do pečení. Na stole nechyběla tradiční hlavička ani mazanečky, které si klienti odnesli domů. Mohli se tak pochlubit jejich výtvořem se skvělou chutí i vůní.



Během dubna jsme se dvakrát ocitli v Leskovicích. A to nejprve na tvořivém odpoledni, kde jsme společně s místními občany při vzájemném povídání vyráběli jarní věnečky. Další návštěva se uskutečnila koncem měsíce, zapojili jsme se do úklidu kolem památníku. Nemohli jsme opomenout ani Velikonoční trhy v Pacově. Náš stánek byl plný ručně vyráběných dekorací, které vznikaly pod rukami klientů. A hlavní a věc – moc se všem líbili.



Posledního v měsíci jsme společně na naší zahradě vystavěli hranici a upálili symbolickou čarodějnici a přitom jsme si opekli špekáčky.

Mon. + Red.

Co se dělo květnu

Květen byl u nás opravdu pestrý a plný zážitků. Hned devátého května se konal odborný seminář Úvod do sexuality lidí s mentálním hendikepem, který vedla lektorka Anna Tůmová. Dopoledne patřilo pracovníkům, odpoledne rodičům a opatrovníkům. Otevřeně jsme mluvili o vztazích, emocích i bezpečné komunikaci. Seminář byl velmi přínosný a přinesl mnoho cenných podnětů. Ve čtvrtek 15. května jsme navštívili tradiční výstavu Hobby v Českých Budějovicích. Obdivovali jsme květiny, řemeslné výrobky, zahradní techniku i zvířecí výstavu. Vydařené počasí i dobrá nálada nás provázely celý den.



Po neděli nám do areálu našeho centra dovezli várku dřeva. Nelenili jsme a pustili se společně do práce. Dřevo jsme řezali, rovnali a uklízeli. Byla to nejen fyzická aktivita, ale i hezký pocit z dobře odvedené práce.

Ve středu 21. května jsme provozu SOMPO – skládky Celým areálem nás proved Lapáček, vysvětlil, co vše se bezpečně uložen či si důležitost třídění a zjistili, najít nové využití. Poté nedalekých skleníků. Měli jsme možnost osobně poděkovat pracovníkům SELEKTY za květiny, které nám zkrášlily nejen truhlíky, ale i celé okolí centra.



vyrazili na exkurzi do odpadů Hrádek u Pacova. pan ředitel Ing. Radek musí stát, než je odpad zpracován. Připomněli jsme že i zdánlivý odpad může jsme se přesunuli do



Konec měsíce patřil výjezdu do Prahy na Letiště Václava Havla. Jízda vlakem byla pro mnohé zážitkem sama o sobě. Na letišti jsme prohlédli odbavovací haly, vyfotografovali jsme se do kroniky s právě navraceným pilotem z Egypta. Z vyhlídkové terasy jsme obdivovali letadla všech velikostí, sledovali jejich odlety, někteří z nás poprvé viděli, jak to vypadá za kulisami velkého dopravního uzlu. Po chutném obědě v letištní restauraci Runway jsme se vrátili na vlakové nádraží a pak rychle domů. Celý měsíc jsme se

také starali o naši zahradu – sázeli jsme květiny i zeleninu, zalévali, pleli a sekali trávu, která rostla opravdu rychle. Zahrada je pro nás místem radosti i společné práce.

Mon. + Red.

Vzpomínání na červen

Pacov se v létě opět proměnil v centrum hudby. Nemohli jsme chybět ani my, nasát, jedinečnou atmosféru oblíbeného festivalu Open Air.



Hudební atmosféra festivalu dorazila i k nám. Ve středu 18. června nás v centru navštívil pan Martin Rajdlík z Fokusu Pelhřimov, který všem celé dopoledne zpřijemnil hrou na kytaru a zpěvem. Jeho energické vystoupení rozzářilo tváře našich klientů i pracovníků a ukázalo, jak velkou sílu má hudba, když se hraje od srdce.



Ve dnech 24. – 26. června jsme opět s radostí přijali milé pozvání do oblíbeného kempu Nový rybník u Nepomuku, kam se vždy rádi vracíme. Manželé Palackých, kteří kemp spravují, nás tradičně přivítali s otevřenou náručí, úsměvem a vřelostí, díky nimž jsme se hned cítili jako doma. Už po příjezdu bylo zřejmé, že nás čekají dny plné zážitků – nádherné koupání a vodní radovánky, spoustu výprav do okolí i dobrého jídlo. Jedna z našich cest vedla do podzámčí Zelené Hory, kde na nás dýchla historie a tichá, uklidňující atmosféra starobylého místa.



Mon. + Red.

ZOO a DINOPARK Plzeň

Během pobytu v kempu Nový Rybník jsme hned na druhý den podnikli výpravu do plzeňské zoologické zahrady a DinoParku, V ZOO jsme mohli obdivovat nejen mnoho druhů zvířat, ale také krásně upravenou botanickou část s rozmanitými rostlinami a krásnými zákoutími. Po prohlídce jsme si společně pochutnali na párku v rohlíku, který nám přišel vhod.

Posilnění občerstvením jsme se vydali do kopce směrem k DinoParku, nejstaršímu svého druhu v České republice. Ocitli jsme se v prostředí připomínajícím skutečnou období druhohor a obdivovali působivé modely dinosaurů, z nichž některé dosahovaly několika metrů. Navštívili jsme také napínavé 3D kino, které je součástí areálu.

Plni dojmů, nadšení, ale také příjemně unaveni jsme se poté vrátili zpět do Nepomuku. Po odpočinku a večeři nás čekalo ještě společně, pohodové večerní posezení.

Naty Králová

První prázdninový měsíc

Začátek července jsme si užili naplno. Hned prvního jsme trénovali přípravu kotlíkového guláše – vůně cibule a koření se linula celým okolím, lákal k ochutnání ještě před dokončením. Druhý den jsme si od vaření odpočinuli a vyrazili autobusem k vodě do Jetřichovce, kde jsme si užili slunce, koupání i společnou zábavu.

Vyvrcholením našeho gulášového týdne se stala 5. července účast na soutěži **O nejlepší kotlíkový guláš** v Plavsku. Mezi zkušenými kuchaři jsme nečekaně vybojovali první místo. Radost byla obrovská a pocit vítězství ještě umocnilo vědomí, že jsme obstáli v opravdu silné konkurenci. Z Plavska jsme si odvezli diplom, cenu a hlavně krásný zážitek.



Někdy stačí jen pár hodin, aby se den proměnil v nezapomenutelný zážitek. Naše letní výprava na Orlík byla přesně takovým dnem. Slunce, voda, krásná příroda a skvělá nálada provázely celý náš výlet. Po ranním příjezdu k přehradě jsme se nalodili a vydali se na poklidnou plavbu mezi zátokami a zelenými svahy. Vrcholem cesty byl pohled na hrad Zvíkov, majestátně stojící nad soutokem Otavy a Vltavy. Po plavbě jsme si

dopřáli pozdní oběd, zmrzlinu a společné povídání – ideální zakončení příjemného dne. Klienti odjížděli s úsměvem a to je pro nás ta nejdůležitější odměna.

Mon. + Red.

Srpen

Hned 6. srpna jsme v centru přivítali staré známé – děti a pracovníky z Dětského domova Radenín. Pobývali na turistické základně a naše pozvání přijali. Bylo krásné vidět, jak si všichni společně užívali program plný her a společného dovádění. Nechyběla dobrá nálada. O několik dní později jsme oslavili krásné narozeniny naší klientky Mařenky. Popřáli jsme hlavně zdraví a spoustu radosti do dalších let.

Devatenáctého jsme připravovali pohoštění pro návštěvu z Adapty Jihlava. V kuchyni to vonělo borůvkovými koláči, perníkem i cuketovou nádivkou – vše z vlastních surovin. Klienti se zapojili do příprav a trénovali při tom jemnou motoriku i zručnost. Následující den proběhlo velmi příjemné setkání, během něhož domácí pečení sklidilo velký úspěch.

Závěrem měsíce jsme uskutečnili výjezd do Domova Jeřabina Pelhřimov, kde se konalo klání ve společenských hře „Člověče, nezlob se“. Program doplnilo malování na obličej a další zábavné aktivity. Den utekl jako voda a domů se nám ani nechtělo.

Mon. + Red.

Turnaj „Člověče, nezlob se!“

„Tak já bych s nimi možná jela, ať to vidím na vlastní oči.“ Tak jsem odstartovala svou účast jako doprovod našich klientů z centra denních služeb na turnaj „Člověče, nezlob se“, který tradičně pořádá koncem srpna Domov Jeřabina v Pelhřimově. Společně se mnou a kolegou Petrem si na účast troufla Mirka s Lubošem, Zdeňkem a Vládou. Jako členové fanouškovské základny a případní náhradníci nás pak ještě doplnili Luděk, Fanda a Kája.

Na místě kromě krásného slunečného počasí panovala báječná atmosféra. Ta zachránila chvilky zklamání, když jsme zjistili, že kvůli organizačním zmatkům nás nahradili v turnaji jiným týmem. Protože jsme ale založením optimisté a umíme si život užívat plnými doušky, nesmutnili jsme a využili bohatého doprovodného programu. Obešli jsme si soutěžní stanoviště s balančními hrami, dostali věcné a praktické odměny, které potěšily. Odvážnější z nás si dokonce nechali pomalovat obličej anebo obsadili v rytmu melodií z reproduktorů prázdný taneční parket a těšili se z prostého bytí tady a teď. A co doplnilo idylu jako zlatý hřeb? Báječný servis a občerstvení, kterého se nám po celou akci dostávalo. Kdo by odmítl voňavou kávu, osvěžující limonádu, nadýchaný koblížek nebo šťavnatou grilovanou maxi klobásku? My jsme to nebyli 😊 A už teď se těšíme na příští ročník!



Mgr. Pavla Popelářová

Září plné zážitků

Září u nás rozhodně nebylo nudné. Po prázdninách jsme do nového měsíce vstoupili s energií a hned v úterý devátého se zapojili do akce „Uklidíme Česko“.



Vydali jsme se na pacovské vlakové nádraží a jeho okolí, vybaveni rukavicemi, pytlí a dobrou náladou. A bylo co sbírat – od plastů a plechovek až po lahve od alkoholu. Slunce svítilo, práce nám šla od ruky a výsledkem bylo čistší prostředí, které potěšilo nás i všechny kolem.

Den zemědělce se konal desátého na letišti Kámen. Byl to ráj pro všechny milovníky techniky. Zblízka jsme si prohlédli moderní traktory, kombajny i stroje řízené satelity, které ukazují, jak pokročilé dnes zemědělství je. Dozvěděli jsme se mnoho zajímavostí o novinkách v oboru a s obdivem jsme nahlédli do práce lidí pečujících o naši krajinu. Hned následující den jsme podnikli krásný výjezd do Tasic.

Mon. + Red.

Výlet do sklárny a muzea zemědělství

Tak jako každý rok, i letos jsme spolu s rodiči vyrazili na výlet – tentokrát do nedaleké sklárny Tasice, která patří k nejstarším sklářským hutím ve střední Evropě. Počasí nám přálo. Podzimní slunce se prodíralo mezi stromy a krajina Vysočiny hrála všemi barvami. Cesta vedla přes malebná údolí. Po příjezdu nás přivítala milá průvodkyně, která nás provedla celým areálem.

Sklárna zvaná jako „Huť Jakub“, byla založena v roce 1796 a proslavila se díky televiznímu seriálu „Synové a dcery Jakuba Skláře“. Dozvěděli jsme se, jaké druhy skla se zde v minulosti vyráběly, a jaké techniky se používají dnes. Na závěr jsme si prošli malé muzeum a někteří z nás si odvezli domů skleněný suvenýr na památku. Poté jsme se přesunuli do Čáslavi, kde nás čekal oběd v příjemné restauraci.



Odpoledne jsme pokračovali do muzea zemědělství, kde jsme obdivovali historické traktory, staré zemědělské stroje, kočáry i ruční nářadí používané dříve na polích a statcích. Den nám rychle utekl. Domů jsme se vraceli unaveni, plni nových zážitků a společných dojmů.

Eva Prošková

A září pokračuje

Charitativní běh HRANIRUN Humpolec se konal 13. září. Na startu nechyběli běžci z okolí ani naši klienti a zaměstnanci, kteří s odhodláním zvládli 600 metrů – a všichni úspěšně doběhli do cíle.



Výtěžek běhu byl rozdělen mezi tři organizace; naše část posloužila k pořízení elektrického invalidního vozíku a elektrického vozítka

s valníčkem, které nám výrazně usnadňuje práci, šetří přírodu a dělá radost všem, kdo se na něm svezou.



Ve dnech 16. až 18. září jsme si dopřáli zasloužený odpočinek v Kempu Nový rybník u Nepomuku, kam jsme vyrazili už počtvrté. Užili jsme si tři dny plné výletů a dobré nálady – navštívili jsme Farmapark Dobřany, lom Hradec a cestou zpět se zastavili v Písku, kde jsme prošli historické centrum a obdivovali působivé pískové sochy. U rybníka jsme pak společně s manželi Palackými připravili tajnou oslavu pro naši paní ředitelku Janu Moravcovou. Oslava se vydařila, nechybělo překvapení, smích ani závěrečný ohňostroj.



Devatenáctého jsme se zapojili do další části akce „Uklidíme Česko“ u rybníka za Bratřicemi. Po pár hodinách bylo vidět, že se naše úsilí vyplatilo – rybník i okolí zářily čistotou. Na závěr měsíce jsme vyrazili vlakem do Tábora na divadelní představení Příběhy z Pařezové chaloupky. Pohádka plná humoru, písniček a kouzelných postaviček nás všechny nadchla a pobavila. Ale o tom již podrobněji pojednává jiný článek.

Mon. + Red.

Příběhy z Pařezové chaloupky

V pondělí 29. září jsme vyrazili na představení do táborského Divadla Oskara Nedbala. Pro naše klienty to byla jedna z pravidelných návštěv tohoto divadla. Cesta vlakem ubíhala vcelku poklidně. Po příjezdu do Tábora jsme zašli na obvyklou kávičku i něco dobrého. Poté jsme se



přesunuli do divadla. Představení se klientům líbilo, až na velký hluk dětských návštěvníků. Následovala pomalá procházka zpět na nádraží. Drobné nákupy, jako je pohled, puzzle, obrázek, gumičky do vlasů či další maličkosti, nás potěšily. Zašli jsme také do rybárny a viděli živé ryby mnoha druhů. Výjezd jsme zakončili malým občerstvením v podobě párku v rohlíku. A zpět domů. Krásné počasí a dobrá nálada nás doprovázela celý den.

Pavla Svitáková, DiS.

Říjen

Na samém začátku října jsme v rámci Týdne sociálních služeb uspořádali Den otevřených dveří. Mnozí z Vás k nám zavítali, aby nahlédli do našeho zázemí, poznali naše pracovníky i klienty a viděli, jak naše služby fungují v praxi. Atmosféra byla velmi příjemná – nechyběly úsměvy, milá setkání. Protože jste si mnozí z Vás tento den přišli prožít osobně, není nutné se o něm dlouze rozepisovat. Děkujeme všem, kteří přišli, za zájem a podporu.

O pár dní později, 3. října, jsme si užili další z akcí – dýňovou sklizeň. Na zahradě jsme sklidili dýně, které jsme sami vypěstovali a ty nejhezčí si bylo možné zakoupit na pouťovém trhu. Zbylé dýně až do zimy zdobily okolí našeho centra. Pak už rozhodně nebylo možné se nudit. Pomalu jsme se začali chystat na Vánoce – zpívali jsme koledy a v dílnách vznikaly nejrůznější výrobky. Tvořili jsme keramické dekorace, svíčky, mýdla i originální anděly z lahví. Zároveň jsme začali intenzivně nacvičovat skupinový tanec na soutěžní klání.



Mon. + Red.

Mikulášská nadílka v podání Jardy JeDe

...vypadal sice jako Mikuláš, ale nebyl to on...

Ve středu 29. října k nám totiž zavítal Jarda „JeDe“ Dvořák. Přivezl k nám s předstihem pro



klienty nadílku, která zahrnovala jak dobroty, tak drogerii. A dostali jsme i příspěvek do ladovské pokladničky. Je opravdu hřejivé přihlížet tomu, když jeden chce pomáhat druhému navzdory vlastním každodenním starostem.

Jarda od nás nechtěl slyšet opakované díky. Prý to stačí jen jednou. Tak bych mu v tomto ohlednutí alespoň ráda vzkázala:

„Jardo, moc si vážíme toho,

že se s námi snažíte pomáhat tam, kde mělo štěstí a zdraví někdy kratší ruku.

Dokud jsou takoví lidé mezi námi, je svět dobrým místem“.

Mgr. Pavla Popelářová

Listopadové momentky

V pátek sedmého se naši klienti vydali na výstavu živých ryb, pořádanou v rámci dne otevřených dveří na místní rybárně. Prohlédli si různé vystavené druhy a zakoupili si rybí řízečky i uzené speciality, na kterých si doma určitě pochutnali.

A neustále jsme od počátku měsíce tancovali a tancovali...

Red.

O zlatý střevíček

Protože jsme parta aktivní a soutěživá, ani letos jsme si nemohli nechat ujít taneční výzvu O zlatý střevíček Denního a týdenního stacionáře Klíček, která se konala 19. 11. 2025 v Sezimově Ústí. Kromě pěkného slunečného počasí jsme jeli vybaveni krásnými barevnými kostýmy, abychom ladili s romskými tóny a temperamentní skladbou „Ona l’ubi pomaranče“. Ženská taneční linie byla oblečena do rozevlátých květinových sukní a rytmus v těle jsme s kolegyněmi a klientkami podtrhly rudými květinami ve vlasech a na čelenkách a také rudě nalíčenými rty. Pánská základna naše číslo odtančila v tmavých společenských kalhotách a bílé košili, samozřejmě ozdobeni taktéž květinami. Se soutěžní choreografií, kterou nám na míru sestavila maminka jednoho z klientů (tímto děkujeme paní Stachové!), jsme si vytančili krásné 3. místo v kategorii skupinových vystoupení. Potvrdili jsme tedy heslo, že „těžko na cvičišti, lehký na bojišti“ a k tomu jsme si jako bonus odnášeli radost a energii, se kterou jsme se na tanečním parketu rozvířili. Naše nadšení a nasazení ocenila porota i moderátor a podotkli, že bychom rozhodně neměli chybět ani na plese Klíčku, protože by se jistě brzy tančilo i na stolech.



Krásný zážitek v nás jistě bude doznívat tak dlouho, dokud se na obzoru neobjeví termín dalšího ročníku soutěže O zlatý střevíček...

Mgr. Pavla Popolářová



V posledním listopadovém týdnu nás čekala poněkud odlišná pracovní terapie – odklizení sněhu. Hrabla tentokrát sehrála hlavní roli. Všichni si však užili i první letošní předvánoční nadílku, která pokryla okolí nádherně čistou až stříbřitě sněhovou peřinou. Začali jsme se těšit na kouzelný adventní čas, který se už nezadržitelně blížil.

Red.

Osobní asistence – pomoc nejen na cestách

Osobní asistence není jen práce na cestách za každého počasí. Jezdím po různých místech v okolí Pacova a často objevuji vesničky, o jejichž existenci jsem dříve ani nevěděla. Setkávám se s lidmi různých povah, ale i osudů. Jejich nálady bývají často ovlivněny stářím, hendikepem nebo těžkým životním údělem. Nejsem jen člověk, který pomáhá s nákupem, při cestě k lékaři nebo na hřbitov zavzpomínat na blízké. Pomáhám také s hygienou, podporuji klienty v tom, aby každý den „rozhýbali“ tělo i mysl. Současně pomáhám i jejich rodinám, které jsou často vyčerpané nepřetržitou péčí, a snažím se být oporou těm, kdo přes den musí do práce.

Nejednou se stávám pro lidi „vrbou“ - člověk, kterému se může klient svěřit se svým trápením – mnohdy pomáhá vyslechnout, poradit a ujistit, že člověk dělá věci správně. Někdy příjemný rozhovor pro obě strany, chvíle plné legrace, radosti a smíchu. Je to práce náročná, ale i obohacující. Za lidmi se stále vracím. Tyto osudy se dostávají do mého života, stále se učím něco nového. Někdy si kladu otázky typu: „Co potřebuje člověk, který pomalu, ale jistě přichází o zrak?“. Podobné myšlenky mě napadají i v jiných chvílích lidského trápení. Poznávám různé rodiny, jejich osudy, mnohdy se stávám jejich součástí. Trávím s těmito lidmi hodně času, vzájemně se poznáváme, hlavně po té lidské.

Slovo **pomoc** pro mě není jen prázdné slovo. Je to poslání. Je to empatie, někdy dřina, jindy legrace a radost – a především vědomí, že moje práce má smysl.

Žaneta Kosová ve spolupráci s Janou Soukupovou

Odlehčovací služba

V měsíci září naše centrum zahájilo novou činnost s názvem odlehčovací služba. Jejím cílem je umožnit rodinným příslušníkům čas na odpočinek a načerpání sil pro další péči, zatímco klienti si mohou vyzkoušet, jaké to je žít chvíli bez rodičů. Služba probíhá v našem domečku u Špejcharu. Společně vaříme, pečeme, uklízíme – zkrátka děláme všechno, co se dělá i doma. Klienti se zapojují podle svých možností a vzájemně si



pomáhají. Pobyt trvá vždy od úterního odpoledne do pátečního rána a klienti se na něj velmi těší. Každý den přináší nové zkušenosti, malé úspěchy i spoustu radosti. Naším přáním je, aby se u nás klienti cítili dobře, byli co nejvíce samostatní a postupně získávali jistotu jak v běžných činnostech, tak i sami v sobě.

Eva Jandová

Můj začátek v LADĚ

Začátek mé práce v sociálních službách pro mě znamenal setkání s náročnou, ale zároveň velmi obohacující realitou. Každý den mi přináší radost z toho, že mohu pomáhat lidem, kteří to opravdu potřebují, a vidím, že i malé kroky mohou mít velký význam. Věřím, že pro práci v této oblasti je důležité mít základní znalosti z psychologie, medicíny i zvládání konfliktů, ale především být připraven zvládat stres a emoční zátěž, která k této práci neodmyslitelně patří.



Mé první zkušenosti byly plné nových situací, emocí i výzev. Byly chvíle, kdy to nebylo jednoduché, ale také okamžiky radosti – když se podařilo klientovi pomoci, když jsem viděla posun a mohla si říct: „Tohle má smysl.“ Postupně chápu, že pomáhat lidem je

dlouhodobý a náročný proces, který vyžaduje trpělivost, empatii a otevřené srdce. A co považuji za vůbec nejdůležitější – mít kolem sebe dobré kolegy. Lidi, na které se mohu obrátit, když potřebuji poradit, nebo si jen popovídat. Díky nim se cítím být součástí týmu, kde panuje vzájemná důvěra, podpora a lidskost. A právě to mi dává sílu i chuť do další práce.

Bc. Diana Galatonova

Rozvoz obědů

Poslední roky, řekl bych v době „pocovidové“, se rozmáhá v Čechách a možná v celé Evropě rozvoz obědů do domácností. Ani naše centrum nezůstává pozadu. Rozvážíme obědy z jídelny na Růžku po celém Pacově a jeho širokém okolí. Když je potřeba, až k zákazníkovi na stůl. Výběr je ze čtyř jídel za zvýhodněné ceny. Zákazník či klient si může týden dopředu zvolit, na co má chuť, jakou přílohu upřednostňuje a který den mu to nejlépe vyhovuje.

„Dopřejte si pohodlí domova, LADA Vám pomůže!“

Zdeněk Koblík

Foto střípky...





Spolufinancováno
Evropskou unií

Kraj Vysocina



NADAČNÍ
FOND PRO
PELHŘIMOVSKO



MINISTERSTVO PRÁCE
A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

Kooperativa
VIENNA INSURANCE GROUP



 čermák | transport



ProfiHadice.cz
TUBI ITALIA BOHEMIA
S. r. o.



NADACE ČEZ

bluetech
TOVÁRNA NA DOPRAVNÍKY



Kamiň & Co.
VŠE PRO FARMU



AP
Košetice a.s.

Hranipex



**Budete – li potřebovat,
neváhejte se na nás obrátit,
jsme tu pro vás.**

Centrum LADA, z.s.
Nádražní 362
395 01 Pacov
lada@centrumlada.cz



Jana Moravcová, ředitelka spolku

777 624 008, reditel.lada@seznam.cz

Mgr. Pavla Popelářová, sociální pracovník CDS a OS

774 827 333, soc.prac.lada@seznam.cz

Pavla Svitáková, DiS., sociální pracovník OA a OS

774 827 333, soc.prac.lada@seznam.cz

Kontaktní linka 777 507 721

**Srdečně děkujeme těm, kdo se podílejí na chodu našich služeb,
především Kraji Vysočina, MPSV, ÚP Pelhřimov,
našim sponzorům z řad jednotlivců i firem.**

Obsah

Úvodní slovo	3
Cesta z propasti beznaděje do neziskovky IX. část	4
Vzdělávání zaměstnanců	6
Od počátku do konce roku 2025	7
Osobní asistence – pomoc nejen na cestách	18
Odlehčovací služba	18
Můj začátek v LADĚ	19
Rozvoz obědů	19
Foto střípky	20
Naši sponzoři	21
Kontakty	22
Obsah	23



