

Já osobně jsem byla ve dvou domovech pro seniory a v každém to bylo trochu jiné, ale jedno měly společné: personál byl velmi nápomocný, milý a v dobré náladě. Zbytečně jsem se bála, že nebudu vědět, co dělat a že budu ve výsledku jen přítěží. Všechno mi vysvětlili a když jsem si nevěděla rady, tak poradili. Celkově se ke mně chovali, jako k součásti týmu. Cítila jsem se v Černé Hoře i ve Strážnici velmi příjemně, a to i přestože situace byla taková, jaká byla (co se covidu a nedostatku personálu týče).

Ve výsledku jsem zjistila, že jsem byla předem zbytečně moc nervózní a nadbytečně se strachovala. Žádná z mých obav se nenaplnila. Ba naopak jsem si oba dny užila.

A co bych doporučila těm, co se chystají pomoc v domovů pro seniory?

Jděte do toho! Je to unikátní zážitek a je to velmi potřeba. Ale mám i pár postřehů, o které bych se ráda podělila.

Ze všeho nejvíce doporučuji obrnit se trpělivostí a shovívavostí ke klientům i k sobě. Obzvlášť pokud budete pomáhat dokrmovat, pomáhat při výměně lůžkovin či hygieně. Ne všechny činnosti budou ty nejpříjemnější, ale je to v klidu zvládnutelné. Dobré je se také i obrnit proti jistým nuancím této práce. Občas to tam nebude vonět po fialkách a bude potřeba pomoc s věcmi, které většina lidí zvládá sama. Ale můžu upřímně říct, že je to není až tak „hrozné“, jak si můžete představovat.

Nebojte se zeptat. Zezačátku si možná budete připadat zmatení, ale po chvíli přijdete na to, co a jak. A pak vám to půjde krásně od ruky. A když si nejste jistí a bojíte se, abyste neudělali něco špatně, tak se zeptejte. Ošetřovatelky poradí a pomůžou.

A co se týče ochranných pomůcek buďte připravení, že vám bude opravdu teplo... Overaly i pláště nejsou nejpohodlnější věci na světě, ale rychle si na ně zvyknete, plus je to pro vaši ochranu. Rozhodně je dobré si s sebou vzít na převlečení takové oblečení, ve kterém se cítíte dobře a není moc teplé, protože se s velkou pravděpodobností zpotíte. Možná by nebylo od věci mít s sebou ještě jedno triko navíc, abyste pak během přestávky neprochladli a měli na výměnu.

Tato pomoc může být náročná fyzicky i psychicky, ale na konci dne mi to dalo skvělý pocit, že jsem mohla pomoc nejen seniorům, ale i personálu těchto domů, kteří si naší pomoci velmi váží. Navíc personál byl všude velmi přátelský a milý, že až mi bylo líto odjíždět.

Ke konci bych asi chtěla ještě říct něco k nákaze. Personál domovů se ze všech sil snaží, co nejvíce zabránit možnosti nakažení, takže není nutné se převelice strachovat. Jen poslouchejte personál, a jejich pravidla a doporučení dodržujte.

Abych to shrnula, tak jsem strašně moc ráda, že jsem vyrazila jak do Černé Hory, tak i do Strážnice. Byl to unikátní zážitek, který nezapomenu. Naučila jsem se a vyzkoušela si kopy nových věcí a potkala skvělé lidi. Nebudu lhát na konci dne jsem rozhodně byla uchozená, utahaná a těšila se na teplou sprchu a postel, ale usínala jsem s dobrým pocit, že jsem pomohla, tam kde to opravdu je potřeba. Rozhodně plánuji znovu vyrazit pomoci.

Dobrovolnice Eliška