



DOBROVOLNICKÉ CENTRUM  
FRÝDEK-MÍSTEK

### **Kdy a proč vzniklo Dobrovolnické centrum ADRA?**

Centrum bylo otevřeno v roce 2004 jako pobočka občanského sdružení ADRA. Vníмали jsme, že ve Frýdku-Místku a v okolí chybí organizace, která by se systematicky a metodicky věnovala práci s dobrovolníky.

### **Co je úkolem dobrovolnického centra?**

Propojovat dva světy, tedy zprostředkovat setkání lidí, kteří mají chuť pomáhat a těch, kteří pomoc potřebují. Vytvářet podmínky proto, aby se mohlo dobrovolnictví v našem kraji šířit.

### **Kdo je to dobrovolník?**

Dobrovolník může být v podstatě každý člověk, který se rozhodne věnovat kousek svého času někomu, kdo je na tom hůř než on sám. Je to pestrá skupina lidí, které spojuje jejich ochota pomoci druhému člověku.

### **V jakých zařízeních může dobrovolník u vás působit?**

Snažíme se, aby nabídka byla co nejpěšnější. Dobrovolníci mohou docházet za dětmi, seniory, zdravotně postiženými. Programy běží téměř v rámci celého Moravskoslezského kraje.



**Kolik dobrovolníků působí ve vašem zařízení?**

V Domově pro seniory se v roce 2007 zapojilo 35 dobrovolníků.

**Jsou to spíše ženy nebo muži?**

Musím říct, že jsou to hlavně ženy. V současné době k nám dochází 6 mužů.

**Jaká je náplň jejich činnosti?**

Dobrovolníci působí jako společníci osamělých lidí, povídají si s nimi, pomáhají s psaním dopisů příbuzným, doprovázejí je na lékařská vyšetření. Chodí společně na procházky, na nákupy, čtou si spolu knížky, časopisy, hrají společenské hry. Dobrovolníci přinášejí našim seniorům radost, úsměv, pohlázení. Za to jim jménem našich seniorů velmi děkujeme.



**JANA MURGAŠOVÁ,** vedoucí sestra a kontaktní osoba v Dětském centru Domeček v Ostravě

### **Do vašeho zařízení chodí dobrovolníci od roku 2004. Kolik dobrovolníků a jak často k vám docházejí?**

V roce 2007 se do programu zapojilo celkem 71 dobrovolníků. Dobrovolníci k nám přicházejí pravidelně jednou týdně na 2 hodiny.

### **Jak tráví děti a dobrovolníci společný čas?**

Prvních 10 až 12 hodin (5 až 6 návštěv) jsou dobrovolníci v herně společně s tetou (zdravotní sestrou) a s celou skupinkou dětí. Po této době je dobrovolníkům vybráno dítě a již si hrají společně sami. Mohou malovat, cvičit, tancovat, hrát si s hračkami, jít do naší zahrady nebo si jen tak povídat a smát se.

### **Překvapil Vás nějaký dobrovolník něčím neobvyklým?**

Měli jsme tady dobrovolnici, která každému „svému“ dítěti založila notýsek, do kterého zapisovala, co ten den s dítětem dělali, co nového se naučili, otiskla tam dítěti ručičku, nalepila obrázky, fotky. Tento nápad se nám moc líbil.

### **Jsou dobrovolníci přínosem pro vaše děti?**

Určitě ano. Návštěvy dobrovolníků děti rozvíjí a obohacují. Když přijdou lidé zvenku, přinášejí si s sebou něco nového, své hračky, své předměty – nové zajímavé podněty. Za některými dětmi nikdo nechodí a na dobrovolníky se proto velmi těší.

**DANUTA KOTASOVÁ,** uživatelka Domova pro seniory Sosna v Třinci

**Jak jste se dozvěděla o službě dobrovolníků?**

Dobrovolníci už chodili do našeho domova pro seniory a proto jsem požádala, zda bych mohla také „dostat“ dobrovolnici.

**Jak prožíváte s „Vaší“ dobrovolnicí volný čas?**

Dáme si kafičko, povídáme si, v létě chodíme do zahrady. Pomáhá mi třeba natočit vlasy.

**Co se Vám nejvíce líbí na společně tráveném čase?**

Rozumíme si ve všem, můžeme si povídat o čemkoli. Mám ji jako dceru. Dáváme si drobné dárky.

## **DOBROVOLNICE MARCELA,** Zámek Nová Horka, zařízení pro mentálně postižené ženy

### **Jaké byly Vaše dobrovolnické začátky?**

Když jsem navštívila jako dobrovolnice Novou Horku poprvé, měla jsem obavy, jestli můžu nějak pomoci. Teď po půl roce cítím, jak jsou děvčata vděčná za každé objetí, pohlázení a šťastná, že je tam na chvíli někdo „cizí“ jen pro ně.

### **Jak trávíte společné chvíleky?**

Děvčata si ráda jen tak popovídají, povykládají všechny novinky, které se za týden staly, pochlubí se, co nového vytvořila. Někdy si čteme a pokud je teplo, chodíme na procházky k místním rybníkům. Taky chtějí vědět všechno o mně. Dokonce mi k mým narozeninám nechala zahrát písničku v rádiu.

### **Co to přináší Vám?**

Chodím do Nové Horky ráda, protože si uvědomuji, že opravdu stačí s děvčaty jen pobýt. Je to nejvíc, co pro ně mohu udělat. Všeho ostatního mají dostatek. Největší odměnou pro mne jsou jejich projevy lásky a radosti, když mne vidí. Vždy mají starost o to, abych určitě zase příště přišla.



**Vaše firma podporuje projekty Dobrovolnického centra ADRA Frýdek-Místek druhým rokem. Proč jste se rozhodli právě pro podporu dobrovolnictví?**

Budete se asi divit, ale už delší dobu jsem uvažovalo o tom, že bych chtěla někde pomoci. Má firma dobře prosperuje a v podstatě jsem čekala, kdo mne osloví s prosbou o podporu, no a přišla ADRA s dobrovolnictvím.

**Myslíte, že sama někdy využijete služeb dobrovolníků?**

Tak daleko neuvažuji. Víte, spíše si pohrávám s myšlenkou, že bych se časem zapojila jako dobrovolnice. Raději bych byla na straně těch, co pomáhají. V životě se ale může stát cokoliv, klidně si dovedu představit, že bych se ocitla i na té druhé straně bariéry.

## POČET DOBROVOLNÍKŮ V JEDNOTLIVÝCH ZAŘÍZENÍCH V ROCE 2007

### OSTRAVA

Dětské centrum Domeček 71

Vítkovická nemocnice 46

### FRÝDEK-MÍSTEK

Domov pro seniory 35

Gaudium 8

Pečovatelská služba 2

Podané ruce – projekt osobní asistence 6

Dětský domov Na hrázi 9

Přijímací středisko MVČR Vyšší Lhoty 3

Náš svět Pržno 39

### TŘINEC

Domovy pro seniory Sosna a Nýdek 29

Domovinka 4

Pečovatelská služba 8

Bunkr – klub mladých 8

Denní stacionář Radost 13

Integrovaný soc.ústav Komorní Lhotka 10

### OSTATNÍ

Zámek Nová Horka 14

Therápon 98 Kopřivnice 22

Bílovecká nemocnice 34

Konvent sester alžbětinek v Jablunkově 8

**CELKEM 369**

## **DOBROVOLNICKÉ CENTRUM ADRA V ROCE 2007 PODPOŘILI**

Ministerstvo vnitra ČR

Ministerstvo zdravotnictví ČR

Statutární město Frýdek-Místek

Statutární město Ostrava

Město Třinec

GlaxoSmithKline, s.r.o., Praha

Nadace ADRA

### **Hlavní sponzoři**

LUMIUS spol. s r.o., Frýdek-Místek

Polna corp s.r.o., Oldřichovice

Briggs & Stratton (Czech) Power Products s.r.o., Ostrava

Optimal Finance, s r.o., Frýdek-Místek

FINITRADING, a. s., Třinec

DERUTEX s.r.o., Příbor

## **DOBROVOLNICKÉ CENTRUM ADRA V ROCE 2007 PODPOŘILI**

### **Dárci nad 10 000,- Kč**

Baš Josef, Sedlišťe ve Slezsku • CONSTRUCTUS s.r.o., Frýdek-Místek • Dalkia ČR, a.s., Ostrava • Huisman Konstrukce, s.r.o., Sviadnov • CHEM-LEP. s.r.o., Koryčany • Marek Petr, Donnersdorf – BRD • Mgr. Radim Kubica, Frýdek-Místek • MOTOR Lučina spol. s r. o., Dobrá • Severomoravská energetika, a.s., Ostrava • Třinecké železárny, a.s., Třinec • Válcovny plechu a.s. Frýdek-Místek • VESUVIUS, a.s., Třinec • Vojtek Marcel – autodoprava, Paskov • Milan Holec – Stavební firma s.r.o., Třinec

### **Dárci od 5 000,- Kč do 10 000,- Kč**

Arcimpex s. r. o., Sviadnov • Autosalon s.r.o., Frýdek-Místek • B a B dent, s. r. o., Frýdek-Místek • Biocytolab s.r.o., Frýdek-Místek • Black Card s.r.o., Ostrava • BROSE CZ spol.s r. o., Kopřivnice • D 5, a. s. Třinec • EKOMOR spol. s r.o., Lískovec • Enviform, s. r. o., Třinec • FAVEA s. r. o., Kopřivnice • HAMER spol. s r. o., Třinec • Hutní projekt Ostrava a. s., Ostrava • Ing. Jan Strakoš – STROSS, Frýdek-Místek • KROLSTAV BESKYD s.r.o., Staré město • LIJA a. s., Frýdek-Místek • Nitrová Aneta, Sviadnov • Oční optika PATRIA, Frýdek-Místek • OČVeD s. r. o., Frýdek-Místek • Pharmax, s. r. o., Frýdek-Místek • VEBO-CZ s.r.o., Frýdek-Místek

### **Dárci od 1 000,- Kč do 5 000,- Kč**

Agropřmyslový kombinát a. s., Sedlnice • ASSORD-EKO s. r. o., Třinec • B Stavební společnost s. r. o., Frenštát p. R. • Barbuš Lukáš, pizzeria Giovanni, Ostrava • Benepro, s. r. o., Český Těšín • Blažek Jiří, Bordovice • BRING, s. r. o., Český Těšín • CIREX CZ s.r.o., Kopřivnice • CK BEMETT s. r. o., Frýdek-Místek • DAS spol. s r.o., Frýdek-Místek • EKOMAT spol. s r. o., Dobrá • ELAS-S plus, s. r. o., Frýdek-Místek • Elinex Elektrik s. r. o., Frýdek-Místek • Erich Jaeger s. r. o., Kopřivnice • Erik Timko – Technosvar, Bílovec • F-nadace, Praha • FENBAU s. r. o., Ostrava • Frýdecká skládka, a.s., Frýdek-Místek • Hečková Petra, DiS, oční optika, Frýdek-Místek • HNS Hudební nástroje, Frýdek-Místek • Hrochová Anna, Frýdek-Místek • Hutní projekt a. s., Frýdek-Místek • Ing. Ivan Šillar, Klatovy • Ing. Leona Syptáková, Frýdek-Místek • Ing. Marie Kužmová, Frýdek-Místek • Ing. Otakar Hájek – KEMA MORAVA, Havířov • Ing. arch. Michael Kocych, Frýdek-Místek • Ing. David Burel, Frýdek-Místek • Ing. Pavel Nováček – ELMA, Frýdek-Místek • ISA CONSULT s.r.o., Frýdek-Místek • Jan Lukšík, autodoprava, Paskov • Jan Matera – řeznictví-uzenářství, Dobrá • Jiří Luža, Frýdek-Místek • Jitka Baláčová, Frenštát p. R. • Kaleta René, Třinec

## DOBROVOLNICKÉ CENTRUM ADRA V ROCE 2007 PODPOŘILI

Karel Sobek, BOSCH diesel servis, Frýdek-Místek • KLOWERSA s.r.o., Kopřivnice • KOFING a.s., Ostrava • Krevní centrum s.r.o., Frýdek-Místek • Kvíčala Jaroslav, Bohumín • Ladislav Vojkovský – Gastro servis, Nošovice • Lékárna pod Orlem s.r.o., Frýdek-Místek • Lenka Maralíková, ČMSS, Frýdek-Místek • LEXUS HOUSE, Frýdek-Místek • LMR s.r.o., Frýdek-Místek • LUDMA TRADING s. r. o., Žabeň • Marián Gonšenička, Frýdek-Místek • Martina Povýšilová, Paskov • Mcnet LINK s.r.o., Ing. Roman Cviček, Frýdek-Místek • MCnet, s. r. o., Frýdek-Místek • Město Kopřivnice • Mgr. Jedličková Libuše – LÉKÁRNA, Bílovec • Michal Imričko, Frýdek-Místek • Mikuš Tomáš, Palkovice • MK AURUM s.r.o., Frýdek-Místek • MSP-GLOBAL s.r.o., Frýdek-Místek • Pěšala Roman, Ostrava • Petr Ptašek, fy Čížek-Ptašek, Sviadnov • Petrklíč Frýdek-Místek s.r.o., Frýdek-Místek • PETROŠ Interier, Ing. Radomír Petroš, Frýdek-Místek • Plus Comp, s. r. o., Paskov • Pokluda Kamil, Frýdek-Místek • Profesionální vzdělávání – Pavel Vyvijal, Frýdek-Místek • Procházka Zdeněk, Frenštát p. R. • Rafael Rossi, Ostravice • René Polášek – ZIROS, Frýdek-Místek • Renopol s.r.o., Třinec • Restaurace LA BODEGA, Frýdek-Místek • Restaurace ONDRÁŠ, Sviadnov • ROLIZO spol. s r. o., Sviadnov • Sběrné dvory s.r.o., Frýdek-Místek • SH PROFIL, s.r.o., Staříč • Šárka Dlouhá Nytrová – oční optika, Frýdek-Místek • Šulcová Alena, Ostrava • TCL Digi Trade s.r.o., Ostrava • Technické služby a.s., Frýdek-Místek • Vilém Jersák, Haviřov • Vít Pavlok, Frýdek-Místek • VOP GROUP, s.r.o., Český Těšín • Walmark, a. s., Oldřichovice

### Dárci do 1 000,- Kč

Abrahamová Viléma, Frýdek-Místek • Byrtus Petr, služby zlatnické a hodinářské, FM • Car team – Jan Matula, Nové Dvory • ČEVAS CZ s. r. o., Frýdek-Místek • EKOSPOL spol. s r. o., Třinec • Elpo-oční optika, Frýdek-Místek • Fa AMP – Petr Slíva, Vratimov • fa VIROPLASTIC CZ, a. s., Frýdek-Místek • Gryczová Sylva, Horní Tošanovice • Grygarová Jiřina, Horní Tošanovice • Hefner Jan-Progres, Bohumín • Hlisenikovský Milan – pekařství Dobrá • Ing. Jiří Blažej, Ostrava • Ing. Kamp Petr, Frenštát p. Radhoštěm • Ing. Petr Richtar, autoservis, Bílovec • Ing. Zdeněk Hladný, Brušperk • Jarolím Ivo – ŠKOLSTAV, Frýdek-Místek • JUDr. Karel Guziur, JUDr. Vladimír Medek, Frýdek-Místek • Kaletová Olga – výroba klíčů, Třinec • KALMA, Komanditní společnost, Sviadnov • Karasová Radomíra – čalounictví, Frýdek-Místek • Kašpárek Václav, Autobazar V+V, Sviadnov • Katzová Marta – AUTO TERNO Dobrá • Kavárna DE. Presso, Frýdek-Místek • Knihárství HANA, Ostrava • KOMCZEK s. r. o., Sviadnov • Krejčí Vratislav, Staříč • Kurka Evžen – fa DANEL, Dobrá • LEDO FM s.r.o., Frýdek-Místek • Lehnert Lubor, Frýdlant n. O. • Lékárna na Zelené, Ostrava • Lékárna PRIMULA, Ostrava • Lékárna Raškovice, Mgr. Čaplová B., Pražmo • Marenčáková Věra – Kontaktní čočky, Frýdek-Místek • Mariapharm s.r.o., Frýdek-

## DOBROVOLNICKÉ CENTRUM ADRA V ROCE 2007 PODPOŘILI

Místek • Matýsek Roman – prodejna autodílů, Dobrá • Mintělová Gabriela, Český Těšín • MOKAS s.r.o., Lískovec • Murárik Lukáš, Frýdek-Místek • Mynář František, Žabeň • Mynářová Jana, Žabeň • Nejedlý Jiří – SVAN, Frýdek-Místek • NovaComp – Ing. Miroslav Telnar, Ostrava • Pastrňáková Iva, Chlebovice • Pavliska Michal, Frýdlant n. Ostravici • Pernický Roman – Dobrá čajovna, Frýdek-Místek • PLCom s.r.o., Frýdek-Místek • Pneu „21“, s. r. o., Český Těšín • Povýšilová Martina, Paskov • PROMOS CZ s.r.o., Ostrava • Ratkovský Antonín – Sprintex, Frýdek-Místek • RNDr. Vjíáčková Vlasta – Lékarna „Slezská“, Frýdek-Místek • Romanidis Stanislav – potraviny, Dobrá • Sbor církve bratrské, Ostrava • SCRIPSI – Milan Slezák, Frýdek-Místek • SEVING s.r.o., Staré Město • Vašek Martin – autoopravy, Frýdek-Místek • Vážík Jindřich – Prodej náhradních dílů, Frýdek-Místek • Volný Petr, Frýdek-Místek • Vránová Ludmila, Český Těšín • Výtahy-Elektro Žižka spol.s.r.o., Frýdek-Místek • Zahradnictví – Miloš Stavinoha, Frýdek-Místek • Zastavárna, Frýdek-Místek • Zubalová Petra, Paskov

### Dárci věcných darů v hodnotě nad 10 000,- Kč

Leopold Beneš, Olomouc • Noemi Trading s.r.o., Frýdek-Místek • Valeriánová Šárka, Čeladná

### Dárci věcných darů v hodnotě do 10 000,- Kč

Alnest s.r.o., Frýdek-Místek • Autoservis Geryk-Geryková, Kopřivnice • fa Frankospol, Frýdek-Místek • FINCLUB plus, a.s., Vendryně • Fleck reprografické studio s.r.o., Ostrava • Fronczková Eva, Český Těšín • Ing. Dalibor Zacios, Ostrava • Janíková Zdeňka, Frýdek-Místek • JEDNOTA s. d., Frýdek-Místek • KALMA k. s., Sviadnov • Levná móda a galanterie, Čeladná • Loana a.s., Rožnov p. R. • MATTES AD, spol. s.r.o., Frýdek-Místek • MIKO INTERNATIONAL, s.r.o., Frýdek-Místek • MORADA s.r.o., Olomouc • MPM – Quality v.o.s., Frýdek-Místek • Nikol for children s.r.o., Svianov • Pajk spol. s.r.o., Ostrava • Park Lane Confectionery s.r.o., Petřvald u Karviné • Penam, spol. s.r.o., Svianov • Penzion pod kašnou, Frýdek-Místek • Program Frýdecko-Místecko, Frýdek-Místek • Romalex, spol. s.r.o., Frýdek-Místek • Sportplex Frýdek-Místek, s.r.o., Frýdek-Místek • Šprcova ofsetová tiskárna, Frýdek-Místek • Tajduš Pavel, Frýdek-Místek • Troszkova Eva, Smilovice • Vítková Pavlína, Třinec • Vítková Pavlína, Třinec

**Děkujeme všem, kteří jakýmkoliv způsobem podporují činnost Dobrovolnického centra ADRA.**

## KONTAKTNÍ INFORMACE

### **Dobrovolnické centrum ADRA**

Radniční 1242  
Frýdek-Místek  
738 01

Tel.: 558 436 261  
dcfm@adra.cz  
www.dcfm.cz

Máte-li málo volného času a přesto byste rádi pomohli, pak uvítáme Vaši pomoc v podobě věcného či finančního daru.

Číslo účtu: 190 652 949 / 0300

### **Vedoucí dobrovolnického centra ADRA**

Michal Čančík, tel.: 604 663 799

### **Koordinátor pro Frýdek-Místek**

Petr Adamus, tel.: 732 242 328

### **Koordinátor pro Ostravu**

Dagmar Hoferková, tel.: 603 541 871

### **Koordinátor pro Třinec**

Halina Gorná, tel.: 604 965 602

Bylo vydáno za podpory Ministerstva zdravotnictví.  
Grafická úprava & fotografie: Lukáš Horký.