



**HRADECKÝ  
VENKOV**

# Komunitní práce MAS Hradecký venkov

**Zpravodaj 2/2025**



MAS Hradecký venkov

## SOCIÁLNÍ KONFERENCE

ČTVRTEK 3. 4. 2025

15:00 hodin

Multifunkční dům Stračov

Milí čtenáři, přátelé komunitní práce,

mám radost, že vám můžeme přinést další vydání našeho zpravodaje, tentokrát věnované výjimečné události – naší konferenci zaměřené na komunitní sociální práci, která se uskutečnila 3. 4. 2025 v Multifunkčním domě ve Stračově. Tam jsme měli perfektní zázemí pro sdílení zkušeností, vzájemnou inspiraci i hledání cest, jak posilovat spolupráci a zapojení lidí v našich obcích.

Na konferenci zazněla celá řada zajímavých příspěvků – představili se zástupci terénních služeb, které působí v našem území, úspěšné projekty z regionu, slyšeli jsme o přístupech, které pomáhají překonávat bariéry v komunitách, i o tom, jak důležitá je každodenní práce s lidmi. Nechyběly praktické příklady, výměna dobré praxe ani prostor pro diskuzi.

Na začátku nás pozdravila paní Jana Hůlková, náměstkyně hejtmana Královéhradeckého kraje pro sociální oblast. Ve své krátké řeči ocenila, že se komunitní práci v regionu věnujeme naplno a připomněla, jak důležité je propojení mezi službami, obcemi a lidmi, kteří tu žijí. Zdravicí se připojila i paní Jana Kuthanová, předsedkyně Správní rady Hradeckého venkova.

Výsledkem společného dne nejsou jen nové poznatky, ale také chuť pustit se do dalších aktivit, které pomohou posilovat vztahy a soudržnost v našich obcích. Děkujeme všem, kteří se zapojili, a těšíme se na pokračování této cesty – protože silná komunita je ta, která drží pohromadě.

Přeji vám příjemné čtení!

*Eva Vašáková – koordinátorka projektu  
Komunitní práce MAS Hradecký venkov*

## **Naše obce se podílejí na úhradě terénních služeb v území**

Prezentaci o roli malých obcí při financování služeb v území přednesl Mgr. Lukáš Khýn z KÚ KHK. Velmi nás těší, že se stále více obcí zapojuje do spolufinancování služeb, které naši klienti v území využívají. Děkujeme....



**Spolufinancováno  
Evropskou unií**

[www.hradeckyvenkov.cz](http://www.hradeckyvenkov.cz)  
 [@hradeckyvenkov.cz](https://www.facebook.com/hradeckyvenkov.cz)

**Komunitní práce MAS  
Hradecký venkov  
Husovo náměstí 83  
503 15 Nechanice**



Součástí služby může být i půjčovna pomůcek, kde si klienti za přátelské ceny půjčují například invalidní vozíky, toaletní židle, polohovací postele, antidekubitní matrace, chodítka různých typů nebo třeba koncentrátory kyslíku.

Některé pomůcky jsou potřebné při péči ošetřovatelek (zdravotních sester), které do domácnosti přijdou pouze na doporučení ošetřujícího lékaře a jejich péče je hrazena zdravotní pojišťovnou. Výhodou této služby je lepší psychická pohoda pro pacienta, který zůstává ve svém prostředí, v kontaktu se svými blízkými. Významně se také snižuje riziko přenosu infekcí.

## Terénní pečovatelské služby - základ podpory v péči o naše blízké

V našem území působí tři hlavní poskytovatelé terénních pečovatelských služeb - Oblastní charita Hradec Králové, Pracoviště pečovatelské péče Hradec Králové a Obecný zájem Smiřice.

Pracovníci pečovatelské péče poskytují pomoc seniorům a osobám se zdravotním znevýhodněním v domácím prostředí. Pomohou s hygienou, nákupy, oblékáním, podáváním jídla, doprovody k lékaři, přesuny po bytě apod. Mohou poskytovat i osobní asistenci, která vede k aktivizaci klienta, ale vyžaduje intenzivní práci s ním.



## SHRNUTÍ:

Pečovatelky - nejsou to zdravotní sestry, neposkytují zdravotní péči. Jejich služby jsou za úhradu, klient platí hodinovou sazbu na základě uzavřené smlouvy. Službu si domlouvá klient nebo pečující rodina.

Ošetřovatelky - jsou to zdravotní sestry, které poskytují zdravotní péči. Jejich služby hradí zdravotní pojišťovny, ale péči musí indikovat ošetřující lékař pacienta.





## Co se povedlo na Hradeckém venkově



## SENIOŘI PRO KOMUNITU

### OŽIVUJEME VZPOMÍNKY I NAŠI HISTORII

S pamětníky z Hněvčevse a okolí se u nás pravidelně scházíme a shromažďujeme nejen vzpomínky, ale také historické dokumenty a fotografie. Díky těmto setkáním se nám podařilo zaplnit v naší obecní kronice prázdná místa, přidat dávné příběhy a zajímavosti.

Shromážděné fotografie a dokumenty nás inspirovaly k vytvoření výstavy „Zpět do historie Hněvčevse“, která přiblížila život i zapomenuté okamžiky z historie obce. Potěšilo nás, že o výstavu byl zájem napříč komunitou – u dospělých, ale i u dětí a mládeže.

Tím to ale neskončilo! Rozhodli jsme se s pamětníky vybrat zajímavé historické snímky a vytvořit z nich pro ostatní fotoknihu. Fotokniha spojuje černobílé fotografie minulosti s barevnými snímky stejných míst v současnosti a ukazuje, jak se Hněvčevse změnila v průběhu let...





## Co se povedlo na Hradeckém venkově



# KREATIVNÍ AKTIVITY

## PROSTOR PRO SETKÁVÁNÍ VŠECH GENERACÍ

Po úspěšném rozjezdu tvořivých dílen v Hněvčevsi a Hořiněvsi se kreativní aktivity postupně rozšířily do celého území. Obyvatelé všech generací – od nejmenších po nejstarší – se pravidelně setkávají při výrobě dekorací inspirovaných ročním obdobím a tradicemi. Často tvoří i babičky se svými vnoučaty nebo celé rodiny společně, například s floristkou při tvorbě jarní a vánoční výzdoby, svícňů nebo věnců.

Oblíbené jsou také keramické dílny, tvorba lapačů snů, svíček, mýdel, macramé dekorací, pletení z pedigu, práce s rostlinami a přírodninami.

Cílem setkání je nejen tvořit, ale také podporovat vzájemné sdílení, komunitní propojení a radost z vlastní kreativity.





## Co se povedlo na Hradeckém venkově



# AKTIVIZAČNÍ CVIČENÍ

## PRO KAŽDÉHO, OD RODIČŮ S DĚTMI PO SENIORY

Pomáháme realizovat různé aktivity zaměřené na aktivizaci, zdraví a relaxaci. Aktivity jsou vždy přizpůsobeny konkrétní cílové skupině a jejím potřebám nebo omezením.

V rámci programu „Hýbánky“ se pravidelně setkávají a společně cvičí rodiče se svými malými dětmi.

Senioři se scházejí na dvouhodinová setkání, během kterých protahují své tělo, uvolňují se a užívají si společnost. I když cvičí na židlích, dostanou pořádně do těla!

Některá ze cvičení zahrnují i použití ortopedických podložek, zaměřených na stimulaci plosky nohou a správné postavení těla.

Aktivity přispívají nejen k tělesné kondici, ale i k dobré náladě a celkovému zlepšení životní pohody. Rozhýbáváme tělo i duši, a to vše s úsměvem!





## Co se povedlo na Hradeckém venkově



# KERAMICKÉ DÍLNY

## KREATIVITA, SDÍLENÍ, PODPORA

Arte-terapeutické keramické dílny v Hořiněvsi jsme v rámci projektu pomohli uspořádat opakovaně. Druhé série čtyř setkání a závěrečné vernisáže se zúčastnilo několik žen a jeden odvážný muž. „Hlína“ vytvořila prostor pro podporu sousedských vztahů i pro nová přátelství.

Lektorka citlivě vedla pestrou skupinu účastníků a inspirovala je ke kreativní tvorbě. Díky zájmu místních, ale i lidí z okolních vesniček, je nyní plně vybavená keramická dílna v budově mateřské školy hojně využita.

Radost nám dělá i skupina zkušených kurzistek, které se rozhodly pokračovat samostatně, jen s podporou komunitního pracovníka. To potvrzuje jeden z hlavních záměrů projektu – posilovat, sblížovat a rozvíjet komunitu směrem k větší samostatnosti.





## Co se povedlo na Hradeckém venkově



# VZDĚLÁVÁNÍ JINAK...

## NOVÉ POZNATKY, KTERÉ BAVÍ

Kromě oblíbených workshopů první pomoci roste také zájem o tematické přednášky a vzdělávací setkání, která umožňují obyvatelům rozšiřovat jejich znalosti v různých oblastech.

Přednáší se o historii a archeologii, dávném osídlení, tradičních řemeslech a významných nálezích, a to vše i formou exkurzí.

Oblibu mají také prezentace o cestování, které přinášejí inspiraci a dobrodružné příběhy z různých koutů světa.

Populárními tématy jsou bylinky jako přírodní medicína a jejich možná rizika, duševní zdraví, práce s emocemi, zvládnání stresu a techniky pro udržení psychické pohody.

Nechybí ani zdravé vaření - pod vedením lektorky si účastníci připraví zdravé dobroty a sdílejí zážitky u společného oběda.

Aktivity propojují teorii s praxí, poskytují prostor pro diskusi a sdílení zkušeností, obohacují komunitní život v našem regionu.





Spolufinancováno  
Evropskou unií



Zpravodaj 2/2025

## Rozvoj regionálního partnerství v sociální oblasti

Spolupráce s Královéhradeckým krajem v oblasti sociálních služeb přináší konkrétní výsledky. Již třetím rokem se aktivně podílíme na projektu, který má za cíl zlepšovat kvalitu života obyvatel v území Hradeckého venkova. A co se za tu dobu podařilo?

Ve spolupráci se zástupci obcí, mikroregionů i sociálních služeb jsme připravili Komunitní sociální plán na období 2026–2028, který určuje hlavní priority a konkrétní kroky pro následující roky.

Zároveň pokračují oblíbené interaktivní přednášky věnované Alzheimerově chorobě a trénování paměti. Jsou určeny nejen seniorům, ale i těm, kteří chtějí lépe porozumět této problematice a pečují o své blízké.

Velkou pozornost věnujeme také dětem a rodinám. Projekt se zaměřuje na podporu dětí s poruchou attachmentu a jejich rodičů. Probíhají osvětové přednášky pro rodiče o výchově, stejně jako odborné semináře pro zástupce škol a obcí, které se věnují práci s ohroženými dětmi.

Od března 2024 navíc fungují bezplatné poradny pro děti a rodiče na dvou základních školách – v Nechanicích a v Libčanech. Pod vedením Bc. Ladislavy Tiché tu mohou rodiče i děti konzultovat otázky týkající se výchovných přístupů, emocí, vztahů v kolektivu nebo partnerských a rodičovských krizí. Poradny jsou bezpečným místem pro sdílení i hledání konkrétní pomoci.

Rozvoj regionálního partnerství v sociální oblasti na území obcí Královéhradeckého kraje III, reg. č. CZ.03.02.02/00/22\_006/0000241 „Spolufinancováno EU z OP OPZ+“



### Co chystáme v nejbližší době?

Srdečně zveme rodiče na přednášku na téma terapeutické rodičovství, která se uskuteční v úterý 20. května 2025 ve Všestarech.

Přijďte si poslechnout cenné rady a zkušenosti, které mohou pomoci lépe porozumět dětskému světu i vlastní rodičovské roli.



Spolufinancováno  
Evropskou unií



Královéhradecký kraj

Hradecký venkov, o.p.s.,  
vás srdečně zve na přednášku

## Terapeutické rodičovství



**úterý 20. 5. 2025 od 16 hodin**  
**DS Svěťáček (Všestary č.p. 129)**

Co je to terapeutické rodičovství?  
Jak se liší od běžných výchovných přístupů?

Jak budovat silné, láskyplné a důvěrné pouto se svým dítětem a jak využívat přístupy terapeutického rodičovství.

Lektorka: Bc. Ladislava Tichá

Projekt "Rozvoj regionálního partnerství v sociální oblasti na území obcí Královéhradeckého kraje III, reg. č. CZ.03.02.02/00/22\_006/0000241"

**Vstup je zdarma.**





[www.hradeckyvenkov.cz](http://www.hradeckyvenkov.cz)

[@hradeckyvenkov.cz](https://www.facebook.com/hradeckyvenkov.cz)

e-mail: [ksp@hradeckyvenkov.cz](mailto:ksp@hradeckyvenkov.cz)



## Inspirace z mikroregionů

Sledujete náš Facebook? Pak jste možná postřehli příspěvek o krásné akci mikroregionu Nechanicko - SWAP v Sadové. Jedná se o prověřený model výměny věcí, které už nepotřebujete za ty, které naopak potřebujete nutně. Nápad vznikl na setkání kolegyně, které realizují projekt "komunitní a sociální práce" v mikroregionu Nechanicko a Urbanická brázda. A protože první pokus byl úspěšný, můžeme se těšit na další akci, 31. 5. 2025 v odpoledních hodinách ve Lhotě pod Libčany. Nicméně naše území je veliké a proto čekáme na vaše tipy, kde jinde SWAPovat. Ve hře je Hoříněves (v červnu) a znovu Sadová (na podzim). Realizace není obtížná, stačí nám vhodné prostory a zavěšené tyče na ramínka s oblečením :-).



**Blíží se konec tříletého období realizace našeho projektu. Přinášíme Vám proto krátký dotazník, který můžete vyplnit v pohodlí ve Vašem počítači, pokud si najdete pár minut času:**

[https://docs.google.com/forms/d/17JKC\\_mjfZDNyZbzQNk0xhv18Q1QrFJIWC3NvbE\\_XzR8/edit](https://docs.google.com/forms/d/17JKC_mjfZDNyZbzQNk0xhv18Q1QrFJIWC3NvbE_XzR8/edit)

**Výsledky dotazníkového šetření použijeme při plánování dalších aktivit. Děkujeme!!!**

Stále pokračujeme v individuálních konzultacích na různá témata. Neváhejte se na nás obrátit. Rádi pomůžeme při zvládnání nepříznivé životní situace, která vás může potkat. Pomůžeme vám sepsat žádost o důchod, o dávky státní sociální podpory, pomůžeme zkompletovat potřebné doklady. Napíšeme s vámi úřadům a dalším organizacím, když to bude potřeba. Nebo si můžeme jen povídat. Naše heslo platí! Ozvěte se nám na tel. 775 783 231, napište na e-mail: [ksp@hradeckyvenkov.cz](mailto:ksp@hradeckyvenkov.cz) nebo odpovězte na dotazníček výše. Nejste na to sami!

