



# Křesadlo za rok 2015

Cena pro obyčejné lidi,  
kteří dělají neobyčejné věci



# KŘESADLO

## za rok 2015

Křesadlo – cena pro obyčejné lidi, kteří dělají neobyčejné věci, se předává od roku 2001, Mezinárodního roku dobrovolníků. Každoročně je jím v Praze oceněno deset dobrovolníků, které nominují jak jednotlivci, tak organizace. Držitele cen Křesadlo za rok 2015 vybírala ze 43 navržených dobrovolníků komise sestavená ze zástupců médií, samosprávy, neziskových organizací i firem. Výběr byl velmi náročný, protože jsme se shodli na tom, že všichni navržení dobrovolníci by si cenu zasloužili. Ale Křesadlo je vždy jen deset, takže jsme, jako každoročně, zvolili ten nejdemokratičtější systém – hlasování. I tak to bylo těžké rozhodování a každý z nás se musel smířit s tím, že právě některý jím vybraný dobrovolník cenu nedostal.

Předávání Křesadel se již tradičně uskutečňuje v rezidenci primátora a je to vždy hezký večer nejen pro vybrané dobrovolníky a jejich rodiny, ale pro všechny, kteří se zúčastní. Jsem ráda, že letošní slavnost bude spojena s vystoupením houslového virtuosa Jaroslava Svěceného, který je znám svojí ochotou nezištně podporovat různé charitativní akce. Ostatně setkali jsme se již v roce 1995, kdy jsme se společně podíleli na kulturním projektu ve válkou zničené Bosně a Hercegovině – samozřejmě jako dobrovolníci. Já jsem organizovala sbírku českého umění pro Národní galerii BaH a další výstavy pro galerie v Tuzle a Mostaru a Jaroslav obětavě hrál v provizorních podmínkách. Těší mě, že se po letech opět setkáváme.

Olga Sozanská

Hestia – Centrum pro dobrovolnictví, z. ú.



*Je pro mě velká čest býti patronem ceny Křesadlo a její předávání je pro mě vždy krásnou příležitostí setkat se se zajímavými a milými lidmi, kteří svůj čas, talent a dovednosti věnují druhým. Přispívají k tomu, že svět kolem nás je lepší, a já si jejich práce velmi vážím. Vždy se trochu stydím, že já sám nedělám pro své okolí více...*

*Patron Křesadla Tomáš Töpfer  
a Olga Sozanská, zakladatelka  
Hestia – Centra pro dobrovolnictví, z. ú.*



A black and white portrait of Ilona Burgrová, a woman with her hair tied back, wearing a zip-up hoodie. She is smiling slightly and looking down and to the right. The background is a plain wall with some dark shapes, possibly coats hanging on a rack.

# Ilona

## Burgrová

basketbalistka, olympionička

Ilona Burgrová je nadšenou patronkou sdružení Vlastní cestou, jeho mediální tváří, šířitelkou dobré nálady a energie, dotahovačkou nápadů a aktivní účastnicí-trenérkou našeho plaveckého kurzu. Neustále na sobě pracuje a vzdělává se za své vlastní finance v technologiích, aby nám pomáhala profesionálně. Vede a aktualizuje fb stránky Vlastní cestou: Pomáhat nás baví. Připravuje textově a technicky nové stránky [www.vlastnicestou.cz](http://www.vlastnicestou.cz). Kontaktuje sponzory, dárce, olympioniky, spoluhráčky, přátele a motivuje je, ať se koukají zvednout z postele a dělají něco smysluplného.

Ilča umí přijít s nápadem a celý náš tým nadchnout. Je odvážná a umí pomáhat lidským způsobem. Nebojí se propojovat lidi ve svém okolí a do dobrovolnictví dává své srdce. Klienti i pracovníci sdružení ji milují pro její bezprostřednost, zarputilost a hlavně humor. Vážíme si její aktivity a obětavosti. Cenu Křesadlo 2015 si zaslouží za obrovskou aktivní pomoc našim klientům se zrakovým a mentálním postižením a také za fundraisingový přínos naší neziskové organizaci a propojování charity s lidskostí a humorem.



# Irena

## Čejková

učitelka, nyní v penzi

Paní Čejkovou nominuje Klub Novovysočanská. Jako klientka Domu s pečovatelskou službou se aktivně ujala aktivit pro seniory. Vytvořila celotýdenní program, vybudovala knihovnu, pravidelně organizuje výlety pro mobilní i imobilní klienty. Při výletu na Konopiště nosila jednu klientku téměř na vlastních zádech! Paní Čejková organizuje i činnosti, kterých se pak sama aktivně neúčastní – domlouvá cvičení seniorů na židlích, setkání u muziky a podobně.

Pravidelně se konají tzv. kavárny, kde se každý čtvrtek setkává cca 30 – 50 handicapovaných osob a paní magistra tam předčítá zajímavé informace, básně, nebo se diskutuje o kulturních zážitcích.

Nepomáhá jen v naší organizaci, ale aktivně se schází se svými bývalými žáky, pravidelně hlídá jejich děti a pořádá různá setkání.

Paní Mgr. Čejková je krásným příkladem nezištné práce pro ostatní. Je jí 84 let, ale má více elánu a odvahy, než mnozí lidé o půl století mladší.



# Jan Duda

student

Honzu Dudu nominuje Lékořice, z.s. S dobrovolnickou činností začal v lednu 2012, kdy nastoupil jako společník u lůžka na Oddělení geriatry a následné péče, kam dochází každý týden dodnes.

Od poloviny roku 2012 pomáhá koordinátorovi duchovní péče se svozem pacientů na Ztišení a koncerty duchovní péče, zapojuje se také do přednesu básní. Ke své pravidelné dobrovolnické činnosti na oddělení a pravidelnému vypomáhání nemocničnímu duchovnímu si ještě přibral vedení kurzu anglického jazyka pro další dobrovolníky.

Honza je dobrovolník, který pomůže vždy, se vším a rád. Když je potřeba, tak zaskočí i v programu doplňkového prodeje, a protože je jeden z mála mužů dobrovolníků, tak často pomáhá tam, kde je potřeba větší síla, například při dobročinných bazarech nebo při nějakém stěhování či přenášení věcí.



# Kristina

## Chourová

studentka

Kristinu navrhuje Pestrá společnost, o.p.s. Kristina se pravidelně podílí na předvýchově asistenčních psů. Již několikrát měla u sebe doma štěně, které připravovala na jeho budoucí práci asistenčního psa.

Pravidelně s naší organizací jezdí na rekondiční pobyty, kde aktivně pomáhá realizačnímu týmu i klientům. Na našem prezentačním stánku velice fundovaně informuje širokou veřejnost o našich aktivitách a s trpělivostí a empatií předává příběhy našich klientů. Zaučuje také nové dobrovolníky a předává jim své osobní zkušenosti.

Kristina u nás vykonává dobrovolnické aktivity již čtyři roky. Za tu dobu se stala součástí organizace a je oblíbená v týmu pracovníků i klientů. Svým úsměvem motivuje lidi okolo sebe k pozitivnímu naladění.



# Marian

## Mikula

úředník, dělník, nyní v penzi

Pana Mikulu navrhla Maltézská pomoc, o.p.s. Dochází jednou týdně v rámci projektu Adopce seniorů za seniorkou se zdravotním postižením do jejího bytu. Povídá si, pomůže s běžnými maličkostmi, předčítá, chodí s ní ven na procházky či za kulturou atd. Za rok 2015 s klientkou strávil celkem 626 hodin.

Klientka skončila ve vyšším věku po úrazu páteře na vozíku, prodělala mnoho operací a strávila dlouhou dobu po nemocnicích. Její psychický stav byl velmi špatný. Je bezdětná, bez manžela. Byla velmi negativistická, komunikace s ní byla (a stále je) velmi náročná, odmítala vycházet z domu a mluvila i o tom, že za těchto okolností nemá smysl žít. S mírnou nadsázkou lze říci, že jí pan Mikula svojí přítomností zachránil život.

Naučil ji ovládat vozík, nyní už klientka jezdí ven i sama bez doprovodu. Pomáhá jí s vyřizováním drobných denních záležitostí. Především jí ale neuvěřitelně psychicky pomohl, doslova ji vytáhl ze dna. Klientka se za ty dva roky, co za ní pan Mikula pravidelně jednou týdně dochází, velmi psychicky zlepšila, díky němu našla znovu chuť žít.





# Eliška

## Novotná

obchodní zástupkyně v reklamní agentuře

V rámci projektu organizace Lata Ve dvou se to lépe táhne se dobrovolník pravidelně setkává s klientem – mladým člověkem ve věku 13-26 let – a prostřednictvím tohoto individuálního vrstevnického vztahu je dobrovolník podporou v klientově náročné životní situaci.

Eliška je jednou z nejstabilnějších dobrovolnic Laty, navštěvuje pravidelně supervize, vzdělávání v rámci kurzů pořádaných Latou a zúčastňuje se dalších akcí.

Eliška přijímá zpětnou vazbu a umí ji i předat klientům tak, aby byla srozumitelná a nikoliv zraňující. Ve vztahu s klienty Eliška maximálně reflektuje vše, co se odehrává. Se současnou klientkou patří mezi nejkreativnější dvojice a pravidelně se účastní soutěží pro dvojice, např. tvorby vánočního PFka či vytvoření hry Cesta Latou. Eliška umí své klienty motivovat k aktivitám, do kterých by se možná samotní nikdy nepustili.

Při všech kvalitách, které Eliška jako dobrovolník i člověk má, zůstává skromná, přátelská a milá holka. Jsme rádi, že je už tak dlouho součástí Laty.



# Jana Rohovcová

zdravotní sestra

Jana dobrovolníčí pro Bílý kruh bezpečí již dvanáct let. Po celou dobu je v přímém kontaktu s oběťmi kriminality jako členka týmu poradců pražské poradny.

Ve zvlášť závažných případech se účastní výjezdů do rodin pozůstalých a také ochotně konzultuje urgentní situace mimo poradenské dny.

Zvláště zranitelným obětem poskytuje individuální podpůrnou terapii a slouží i jako konzultantka na nepřetržité telefonní lince pomoci obětem 116 006.

Jana přinesla do Bílého kruhu bezpečí své mnohaleté zkušenosti z krizového centra RIAPS, kterými obohatila nejen práci se zvláště traumatizovanými oběťmi, ale pomohla např. strukturovat program psychorekondičních víkendových pobytů a program individuálních terapií, které s velkou péčí přenášíme do regionálních poboček.

Ačkoliv se setkává s odvrácenou stránkou lidského života, je to právě ona, která posiluje u všech pomáhajících osob i u sebe „zdravé limity pomáhání“ a dává všem naději, že tato společnost má ohromný potenciál v dobrých lidech.

A black and white portrait of a woman with short dark hair, wearing a dark patterned top. She is looking slightly to the left of the camera. The background is a textured wall, possibly stone or brick.

# Slávka

## Švehlová

překladaatelka a tlumočnice, nyní v penzi

Slávka pomáhá InBázi dvakrát týdně na pravidelných výtvarných dílnách pro děti migrantů a pravidelně každý týden doučuje český jazyk a němčinu tři děti z rodin migrantů a jednu dospělou klientku, pro kterou se také stala velkou oporou při její dlouhodobé léčbě.

Zároveň pomáhá s přípravou a realizací pravidelných programů pro děti a také s organizací a zajištěním komunitních akcí pro klienty i českou veřejnost, jako jsou společné oslavy svátků a festival Refufest. Jako průvodkyně pro naše klienty uspořádala nejednu krásnou prohlídku známých i neznámých zákoutí Prahy. Slávka je u dětí velmi oblíbená a pro mnohé z nich představuje babičku, kterou v České republice bohužel nemají. Velice oceňujeme její nasazení a péči, kterou dětem i dospělým klientům věnuje, její schopnost porozumět jim i beze slov, dokázat je ocenit, podpořit a motivovat.

Velice si ceníme toho, že se rozhodla investovat svoji energii a zúročit své zkušenosti právě v naší organizaci.



# Thuy Linh

## Mai

studentka, tlumočnice

Linh stejně jako další dobrovolníci dlouhodobě doučuje žáky a studenty z řad klientů METY o.p.s. Aktuálně doučuje vietnamskou dívku, která stejně jako řada dalších cizinců předčasně vypadla ze systému vzdělávání.

Linh v rámci interaktivních a zážitkových workshopů o migraci pro žáky a studenty základních a středních škol vede ukázkou hodiny ve vietnamštině, která je pravidelně účastníky hodnocena jako nejlepší aktivita celého workshopu.

Linh spolu s několika dalšími dobrovolníky (většinou mají stejně jako ona migrační zkušenost) založila volnočasový klub Čekuj!, který se stal novou aktivitou METY. V rámci tohoto klubu spoluorganizuje výlety, tematické večery a další aktivity, které zábavnou formou přibližují migrantům českou kulturu.

Linh METU nesmírně obohacuje svojí energií a pozitivním přístupem, které jsou inspirací a povzbuzením jak pro naše klienty, tak pro pracovníky METY.



# Tašo

## Andjelkovski

báseník, spisovatel

Taša navrhuje Spolek pro mimoškolní aktivity Palaestra, nízkoprahové sportovně vzdělávací centrum pro děti a mládež se zaměřením na box. Tašo dochází do Palaestry již čtvrtým rokem, sám se aktivně zajímá o box a aktivně trénuje. Po celou dobu též nabízí svoji pomoc ostatním členům spolku, zejména dětem v oblasti vzdělávání – několikrát za měsíc doučuje český jazyk a literaturu několik mladých a talentovaných boxerů, převážně Romů, kteří mají komplikace či problémy ve škole. Dále se podílí na zajišťování provozu a organizaci tréninků či dalších akcí.

Většina našich dětí pochází z ne zcela funkčních rodin, ve škole jsou převážně ve styku s učitelkami ženami, a tak je pro chlapce Tašo vzorem muže, jakým by někdy v budoucnu chtěli být. Má velkou schopnost empatie, je trpělivý a rozsahem svých vědomostí otevírá našim dětem pohled do světa, se kterým by se ve svém přirozeném prostředí nikdy nesetkaly.



*Přej a bude Ti přáno. Pomož a bude Ti pomoženo. V dnešní rozpolcené společnosti nabývají tyto staré citáty na novém významu. Podpora skutečné charitativní činnosti je proto přirozená součást mého života.*

*Jaroslav Svěcený*

29. března 2016,  
Rezidence primátora, Mariánské nám. 1, Praha 1

## **motto HESTIA – Centra pro dobrovolnictví, z. ú.:**

### **Pomáháme těm, kteří pomáhají**

Více než 20 let se věnujeme rozvoji, podpoře a propagaci dobrovolnictví v České republice

#### ● DOBROVOLNÍKŮ SI VÁŽÍME!

Od roku 2001 předáváme cenu Křesadlo.

#### ● O DOBROVOLNÍKY PEČUJEME!

Pomáháme organizacím profesionalizovat jejich práci s dobrovolníky. Vedeme kurzy Management dobrovolnictví.

#### ● DOBROVOLNÍKŮM POMÁHÁME!

Usnadňujeme hledání vhodné organizace, zajišťujeme pojištění u Hasičské vzájemné pojišťovny a informujeme o možnostech dobrovolnické činnosti.

#### ● DOBROVOLNICTVÍ ŠÍŘÍME I VE FIREMNÍM PROSTŘEDÍ!

Pro naše firemní partnery zajišťujeme dobrovolnické programy, díky nimž se do dobrovolnických aktivit může zapojit každý zaměstnanec. Na základě potřeb neziskových organizací koordinujeme týmové i individuální dobrovolnictví, kde dobrovolníci mohou pomáhat jak svými odbornými znalostmi a dovednostmi, tak i svou silou a energií. V roce 2015 se zapojilo více než 600 dobrovolníků z firem.

#### ● DOBROVOLNÍKY PROPOJUJEME!

Staráme se o portály [www.dobrovolnik.cz](http://www.dobrovolnik.cz) a [www.hest.cz](http://www.hest.cz)

#### ● DOBROVOLNÍKY PRO DĚTI VYBÍRÁME A PŘIPRAVUJEME!

V programech KOMPAS, PĚT P a 3G se pravidelně setkávají proškolení dobrovolníci s dětmi, aby spolu strávili jedno odpoledne v týdnu. Děti mají blízkého člověka a zároveň se učí, jak smysluplně trávit volný čas.

#### ● DĚKUJEME VŠEM,

kteří sdílejí naše apřesvědčení, že dobrovolnictví má smysl.



MARY KAY®