



Požehnanější je dávat než dostávat

Přiznám se, že když se mi pod rukama začal skládat obsah dnešního Bulletinu, samotnou mě překvapilo, jak silně jednotlivé příběhy spojuje jediný motiv. Štědrost.

Média nám předkládají obraz světa plného nejrůznějších katastrof, konfliktů a pohrom. A přitom se každý den, bez pozornosti kamer a mikrofonů, dějí věci úplně jiné. Pan Jiří se rozhodl, že místo nového nábytku nebo luxusní dovolené zaplatí stavbu nové školní kuchyně pro ugandské školáky. Sestry Kristina a Marie odkládají peníze z výplat uklízečky a švadleny a mě-



ní životy lidí, které nikdy nepotkají. Jiní dobrodinci zaplatili vzdělání dětem ze sociálně potřebných rodin nebo postavili studny tam, kde dosud lidé neměli přístup k čisté vodě.

Tihle lidé objevili to, co mnozí v životě teprve hledají. Pochopili, že spokojenost neplyne z toho, co vlastníme, čeho dosáhneme, nebo co si o nás druzí myslí. Přišli na to, že požehnanější je dávat než dostávat.

Říká se, že na co zaměříme pozornost, to sílí. A tak když zaměříte svou pozornost na toto číslo Bulletinu, přibude na světě zase o trochu více dobra.

Jarmila Lomozová
zástupce ředitele
pro public relations

Charita rozšířila služby o lymfodrenáž. Lidem přináší úlevu, Charitě chybějící finance

Charita Vlašim a Charita Praha – Chodov rozšířily své sociální podnikání o přístrojovou lymfodrenáž. Na rozdíl od běžných komerčních služeb putuje výtěžek z každého ošetření na dobrou věc.

„Lymfodrenáž ulevuje při otocích, pocitu těžkých nohou i při regeneraci po námaze,“ říká Eva Černá, ředitelka Charity Praha – Chodov, vzděláním zdravotní sestra, která proceduru sama provádí. Na ošetření podle ní dochází pestrá skupina lidí s různými potřebami. Mnoho klientů přichází i na



doporučení lékaře například po operaci kolene, při chronických otocích nebo lehčích žilních potížích.

Charita Praha – Chodov poskytuje službu v Komunitním centru Matky Terezy – U Modré školy 2337/1 v Praze Chodově (tel.: 736 765 808), lymfodrenáž od Charity Vlašim, resp. její dceřiné organizace Vlašimské Charitní s.r.o., najdete ve Vlašimi v Lidické ulici 1697 (tel.: 735 732 178). Výtěžek využívají obě Charity na podporu sociálních služeb a na zaměstnávání lidí znevýhodněných na trhu práce.

Čtete celý článek ➤

Krátce

✿ **Jarní kolo Sbírký potravin** proběhne za aktivní účasti Charit v pražské arcidiecézi v sobotu 25. dubna. ✿ **Výtěžek z benefičního plesu** Arcidiecézní charity Praha ve výši bezmála 170 tisíc korun podpořil rekonstrukci Domova sv. Václava ve Staré Boleslavi. **Více...**

✿ **Komunitní centrum sv. Anežky** pořádá aktivity pro děti a dospělé včetně cvičení, tvořivých dílen či neformálního setkávání seniorů. Každý měsíc zve na besedy zajímavé hosty. **Více...** ✿ **Charitní podcast ChariTalk** přinesl další rozhovory se zajímavými hos-

ty: zpěvákem Tomášem Klusem, moderátorkou Barborou Černoškovou či novinářkou Petrou Procházkovou. **Více...** ✿ **Česká pošta** opět přijímá zásilky do Běloruska. Dopisy „adoptovaným dětem“ můžete opět posílat klasickou poštou.

Z programu přesídlení vzešel úspěšný malíř

V České databance rekordů je zapsaný jako největší obraz moře. Plátno dlouhé šest a půl metru, 13 m² rozbourené hladiny, sedm měsíců práce. Namaloval ho ALEX GABRIEL, námořní inspektor z Oděsy, který dnes žije v Josefově v Královéhradeckém kraji.

Do Česka ho před 10 lety přivedl program ministerstva vnitra umožňující potomkům krajanů přesídlení. Jeho žena Valentina má české kořeny. Oficiálním partnerem tohoto vládního programu je Arcidiecézní charita Praha, která od jeho vzniku pomohla více než 2 300 lidem s ubytováním, doklady, výukou jazyka i orientací v novém prostředí.



Alex Gabriel
s týmem
Střediska Migrace

Alexovy obrazy dnes visí ve sbírkách třinácti zemí. Rekordní plátno prodal nechce. „Je to jako mít doma kus mo-

ře. Tady ve vnitrozemí to není úplně málo.“

Čtěte celý článek ➤

Poradna Magdala: Proč je tak těžké odejít z násilného vztahu

„Toxický vztah nezačne ze dne na den,“ vysvětluje psycholožka Danuše Slánská z Poradny Magdala. „Násilí mívá formu manipulace, kontroly, výčitek. A když to trvá dlouho, žena ztratí sebevědomí i schopnost odhadnout, co je ještě normální.“

Jana, jedna z žen, které vyhledaly pomoc Poradny Magdala, to dobře zná. Pavel byl zpočátku pozorný a laskavý. Změna přicházela pomalu: kontrola telefonu, komentáře k přátelům, výčitek. Jana postupně při-

cházel o blízké a začínala pochybovat sama o sobě. Přesto zůstávala.

„Neschopnost odejít není slabá vůle,“ zdůrazňuje doktorka Slánská. „Ženy přebírají odpovědnost za emoce i chování partnera. K tomu přistupuje

strach z nejistoty, obavy o děti, o ekonomické zázemí.“

Zlomem byl pro Janu večer, kdy Pavel za přítomnosti dětí vybuchl zlostí. Jana si poprvé uvědomila, že se ho děti začínají bát, stejně jako ona.

Odchod vyžaduje přípravu: doklady, hotovost, dokumentaci násilí. Jana odešla, když byl Pavel na služební cestě. „Měla jsem jednat dříve. Jsem ale ráda, že jsem zavolala do Magdaly. Bez toho bych možná stále žila ve vězení domácího násilí.“

Čtěte celý příběh ➤

Krizová linka Poradny Magdala pro oběti obchodu s lidmi a oběti násilí nabízí pomoc.

☎ 251 552 790

🕒 pracovní dny od 9 do 17 hodin

Deset let s červenou tužkou v ruce

Již deset let pečují o jazykovou správnost Bulletinu. Děkujeme paní Míle Všetulové a Lucii Felcmanové za jejich dobrovolnou službu. Jejich práce je nenápadná, protože dobře odvedená korektura se pozná právě tím, že si jí nikdo nevšimne.

My si jí všimáme a děkujeme za ni!

Příměstský šachový tábor

Arcidiecézní charita Praha pořádá příměstský šachový tábor pro děti ve věku 4–12 let. Koná se od 17. do 21. srpna 2026 v charitním Penzionu U sv. Kryštofa v Praze 10.

Táborový program povede velmistřyně Kateřina Němcová se zkušeným týmem trenérů. Šachové začátečníky i pokročilé čekají denní lekce, turnaje, řešení diagramů i spousta nešachových aktivit. Cena tábora je 3 900 Kč včetně stravy. Pro sociálně potřebné rodiny je možná individuální sleva.



Více info na www.praha.charita.cz/sachovy-tabor ➤

30 nových studní: Česká pomoc přinesla čistou vodu do ugandských vesnic

Každý den několik kilometrů tam a zpět. S těžkým kanystrem na hlavě, často k vodě, která může být zdraví nebezpečná. Takto vypadal život tisíců lidí v ugandských vesnicích.

Velká část ugandského venkova je odkázána na vzdálené, nechráněné zdroje. Kontaminovaná voda přinášela nemoci, dívky místo školy pomáhaly obstarat vodu pro domácnost. Od roku 2021 budou v komunitách, kde je potřeba největší. Dnes jich stojí třicet v jedenácti obcích. V každé z nich převzali místní obyvatelé odpovědnost za provoz a údržbu.



„Jsme velmi šťastní, už nemusíme chodit dlouhé vzdálenosti, voda je dostupná rychle,“ říká Nalongo Res-

ty z komunity Lugasa. Dvanáctiletá Catherine dodává: „Mám víc času na úkoly a učení.“ **Čtěte celý článek ➤**

Jak změnilo 10 let v programu Adopce na dálku® život dívky Kseniye



Kseniya z běloruského Vitebsku vyrůstala ve skromných podmínkách. Rodiče a pět sourozenců žili v jediném pokoji. Topení často nefungovalo, děti spávaly na matracích na podlaze.

Jen díky podpoře pana Jiřího v programu Adopce na dálku® mohla vystudovat výtvarně-grafickou fakultu. Dnes pracuje jako učitelka počítačové grafiky. Sama se snaží pomáhat lidem v nouzi, kdykoli to jde. „Tak jako pan

Jiří pomohl mně, snažím se i já předávat pomoc dál.“

Z dětství si pamatuje, jak jim pan Jiří přispíval na potraviny, oblečení a sourozencům na zájmové kroužky. Dokonce přispěl větší částkou, která rodině pomohla zařídit si o něco větší byt. „Nebyly to pro nás jen peníze. Bylo to potvrzení, že nás Bůh miluje a pomáhá nám prostřednictvím druhých lidí,“ říká Kseniya.

Čtěte celý článek ➤

Dar, který změnil každodenní život 630 dětí

Pan Jiří dlouhodobě podporuje ugandské děti prostřednictvím programu Adopce na dálku® a rozhodl se přidat i dar pro celou školu: Věnoval 78 000 Kč na stavbu nové kuchyně ve vesnické základní škole St. Matia Mulumba Kabongezo v diecézi Kiyinda-Mityana.

Dlouhodobým problémem bylo chybějící kryté zázemí pro přípravu školních obědů. V období dešťů a větrů situace ohrožovala nejen kvalitu jídel, ale i bezpečnost kuchařek. Během



dvou měsíců od štědrého daru stál vedle školy prostorný objekt se sporáky, kuchyňským náčiním i skladem na potraviny.

Slavnostní uvedení do provozu se zúčastnili učitelé, rodiče i žáci. Vedoucí charitní mise Grace Mboizi poděkoval: „Dar pana Jiřího bude sloužit nejen stovkám dnešních žáků, ale i dalším generacím.“ Žákyně Esther dodala: „Přála bych si, aby tu dnes pan Jiří mohl být a aby a na vlastní oči viděl, jak moc pro nás jeho dar znamená.“

Čtěte celý článek ➤

Dvě sestry ze Sušice pomáhají tisícům ugandských dětí

Kristina pracuje jako uklízečka na základní škole. Její sestra Marie šije. Obě žijí obyčejný život v Sušici, malém šumavském městě. Přesto patří k nejtědřejším dárcům, které charitní Centrum zahraniční pomoci zná.

Před dvěma lety zaplatily kuchyni pro ugandskou školu sv. Paula Lubanyi. Ukázalo se, že to byl teprve začátek. V roce 2024 přibýly další dvě kuchyně, několik školních hřišť a sportovní vybavení.

Z dopisů od „adoptované“ Janati, hluchoněmé dívky, se dozvěděly, že ji spolu s dalšími deseti vnučaty vychovává jen babička. Chudé rodině pořídily krávu a tři kozy. Během loň-



ského roku darovaly kozy a slepice celkem osmdesáti domácnostem! Jedné chudé rodině pak koupily ma-

lou parcelu, kde si teď staví domek z nepálených cihel.

Jejich motivace překvapí svou prostotou

Kristina a Marie mění životy lidí, které nikdy nepotkaly. Samy přitom nežijí v luxusu. „Děláme to proto, že nás to těší,“ mají prostou odpověď a dodávají: „Někdy má člověk tendenci pořízovat různé maličkosti, my jsme se ale rozhodly, že místo kupování těchto nepotřebných věcí, budeme peníze posílat na něco užitečného.“ Dobrovolná skromnost a pomoc druhým jsou základem jejich životní filosofie. „Dáváme ne proto, že máme, ale máme, protože dáváme.“ **Čtete celý článek ➤**

Tři stovky žáků soutěžily s vědeckými modely



Střední škola Amar Jyothi v indickém Sorabu uspořádala soutěžní výstavu vědeckých modelů. Zúčastnilo se jí 300 žáků z deseti škol včetně dětí z programu Adopce na dálku®.

Studenti představili vlastnoručně vyrobené modely, které demonstrovaly

například využití solární energie, čištění znečištěné vody, hydroponické pěstování plodin, zachytávání dešťové vody či senzorové systémy. Na závěr akce obdrželi účastníci certifikáty a ceny.

Výstavu umožnil mimořádný dar Přemysla Doksanského ve výši 5 000 Kč. Děkuje!

Dárce z Česka umožnil studium teologie třem indickým chlapcům

Tři studenti dokončili díky programu Adopce na dálku® studium v semináři sv. Josefa v Mangalore. Všechny podporoval jediný český dárc, skromný pan A. K., který nechce být jmenován.

Pro pana A. K. bylo od začátku zásadní, aby jeho pomoc měla jasný dopad. „Podpora přes Arcidiecézní charitu Praha je adresná a kontrolovatelná,“ říká. Balaswamy, Sijomon a Steevan



Balaswamy, Sijomon, Steevan

vyrůstali v rodinách poznamenaných nemocí, smrtí otce a chudobou. Program Adopce na dálku® jim dal jistotu, že mohou studovat naplno.

Co by pan A. K. vzkázal těm, kdo o podobné pomoci uvažují? „Ať neváhají,“ říká rozhodně. „Je to jedna z nejsmysluplnějších peněžních ‚investic‘, protože se investuje do rozvoje mladého lidského života, který pak může ovlivnit a přivést k dobru hodně dalších lidí.“ **Čtete celý článek ➤**