
Zkušenosti dobrovolníků

Mise Itibo

Veronika Matraszek, 3. lékařská fakulta UK, studentka všeobecného lékařství



Keňa může být krásná a zároveň tvrdá. Do malé vesničky Itibo vzdálené téměř 6 000 kilometrů od Prahy již tradičně jezdí v rámci humanitární mise po záštitou neziskové organizace ADRA skupiny složené ze studentů 3. lékařské fakulty a dohlížejících doktorů pomáhat do tamní nemocnice. Já sama jsem měla příležitost stát se součástí tohoto výjimečného projektu v létě 2022.

Hlavní náplní mise bylo poskytování zdravotnické péče tamním obyvatelům. Setkali jsme se s nejrůznějšími případy od „obyčejného“ vysokého tlaku přes malárii a meningitidu až po poranění mačetou či chronické rány. Jelikož bych se po dokončení studia ráda věnovala gynekologii a porodnictví, trávila jsem nejvíce času v porodnici, kde jsme během našeho měsíčního pobytu přivedli na svět 18 dětí.

Celý tento výjezd pro mě byl nesmírně obohacující zkušeností a troufám si tvrdit, že co do praktických dovedností mi to dalo více než všechny ostatní stáže během mého studia dohromady. Naučit se pracovat v podmínkách, kdy člověk má po ruce jen pár vybraných léků, laboratorních testů a přístrojů, byla výzva, nicméně odměnou nám všem byl hřejivý pocit, že se nám povedlo aspoň částečně zlepšit životy lidí, pro které by jinak zdravotní péče byla naprosto nedostupná.

Více o projektu si můžete přečíst [zde](#).

Pomoc onkologicky nemocným pacientům

Karolína Mikysková, Filozofická fakulta UK, studentka psychologie



Pravidelně docházím na onkologické oddělení na Bulovku, navštívím vždy několik pokojů. Většinou se pak bavím s pacienty o tom, o čem zrovna chtějí nebo potřebují mluvit. Díky tomu jsem zažila spoustu hezkých rozhovorů, které nutně nemusely jít ani příliš do hloubky, abych měla pocit, že mají smysl. Také jsem alespoň trochu posílila svou schopnost vyrovnat se s odmítnutím (v tomto patří velké díky supervizím, které Amelie dobrovolníkům poskytuje). Vyzkoušela jsem si, jaké to je přicházet za lidmi v náročných životních situacích, nevědět, co se odehrává za zavřenými dveřmi pokoje (mnohdy jsem byla více nervózní před vstupem do pokoje než pak v něm). Porozuměla jsem lépe tomu, že to, o čem budeme mluvit, je na pacientovi, mojí rolí je být tomu otevřená. Je to asi jen malý střípek toho, co mě čeká v rámci mé budoucí profese, ale velmi cenný.

Více informací o organizaci [zde](#) .

Osobní asistence

Jan Konečný, Přírodovědecká fakulta, doktorand



Již několik let pomáhám člověku na invalidním vozíku dostat se z a do bytu za pomoci schodolezu, přepravuji ho v hromadné dopravě, nakupuji a obstarávám jeho andulky, když není doma. Také mu objednávám a vyzvedávám zboží z internetu, komunikuji s úřady, bankami a institucemi v případech, kde je to možné.

Naučil jsem se jinému pohledu především na běžné životní události. Také jsem se naučil respektovat cizí přání a upozadovat své vlastní chování, přestože mně osobně by to přišlo jednodušší či rychlejší.

Medici PRO očkování

Karolína Hájková, Fakulta sociálních věd, doktorandka



Náplní mé dobrovolnické činnosti bylo vedení dobrovolnického spolku Medici PRO Očkování, který vznikl již před pandemií covidu-19 jako reakce na klesající proočkovanosť v České republice. Věnovala jsem se především popularizaci a medializaci vědeckých poznatků z oblasti vakcinace, vyvracení mýtů a dezinformací ve zdravotnictví nebo přednáškové činnosti pro školy, lékaře i média o komunikaci vakcinace.

Dobrovolničení mi dalo sebevědomí nejen při přednášení nebo v rámci mediálních výstupů, velké množství kontaktů a zkušenosti s vedením lidí a organizací akcí. Také cestu na Univerzitu v Oslu, která byla součástí výhry Ceny Gratias Tibi od Člověka v Tísni a mnoho dalších ocenění a zážitků. V neposlední řadě mi práce pro spolek Medici PRO Očkování přinesla možnost pomáhat a odpovídat lidem na dotazy ohledně jejich zdraví a navázat nová přátelství nejen mezi studenty z 2. lékařské fakulty, kteří spolek založili. Díky dobrovolničení zlepšila v mnoha takzvaných hard skills i soft skills, které používám v podstatě na denní bázi, a to jak v pracovním životě, tak v dalších dobrovolnických aktivitách. Zároveň se komunikace vakcinace stala součástí mého disertačního projektu.

Energii lékařům

Ondřej Hrubeš, Fakulta humanitních studií, doktorand



Zpočátku covidové krize jsem se věnoval klasické přípravě a kompletaci energetických balíčků pro zaměstnance zdravotnických a pečovatelských zařízení. Prima činnost, většinou po dvojicích, při níž si každý týden v úterý odpoledne vyčistíte hlavu a pokecáte s fajn lidmi. Během nejdramatičtějších epizod pandemie to byl zároveň způsob, jak kromě pomoci druhým dopřát i sobě samému trochu fyzické aktivity. Jak epidemiologické vlny plynuly, zvládnul jsem se i „vypracovat“ a v posledních měsících se věnoval logistické koordinaci zásilek do skladu.

Tato dobrovolnická činnost mi dala především velký pocit smyslu a užitečnosti v pro mnohé z nás velmi bolestivém období. Co si ovšem ve svém životě nesu dále, jsou přátelství, která se s utlumením epidemiologické situace naštěstí nerozplynula.

Jelikož jsou dobrovolnické komunity předmětem mého akademického výzkumu, pomohlo mi to udržet se v kontaktu s pomyslnou první linií. Samozřejmě to bylo i skvělé rozšíření obzorů, zejména napříč mladou generací, protože většina dobrovolníků byli vysokoškoláci.

Informace o projektu najdete [zde](#) .