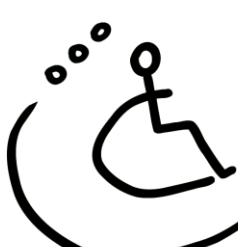



# ZPRÁVA O ČINNOSTI

2017



 Ustaň a chod' 

## OHLÉDNUTÍ

Významným předcházejícím krokem bylo vytvoření projektu VÝZVA pod Centrem pro rodinu a sociální péči, kdy od ledna 2002 vznikly čtyři sociální služby (osobní asistence OASA, odlehčovací služba RESPIT, integrační klub BRÁNA a poradna RODINNÝ PRŮVODCE), které pomáhají stabilizovat zázemí více než 200 rodin, které pečují o člena s handicapem (ve věku od 0 do 35 let).

Později po vytvoření služeb přibývalo stále více podnětů z řad mladých lidí na vozíku, kterým se nedařilo najít společenství v rámci církve, kde by mohli sdílet svůj život a zrát ke službě. V roce 2012 na Celostátním setkání mládeže ve Žďáru nad Sázavou po svědectví rodičů blahoslavené Chiary Luce Badano byla Bohem oslovená naše srdce – že je možné svědčit svým životem a následovat Ježíše i přes fyzický handicap.

A tak v srpnu 2014 proběhla první týdenní duchovní obnova VSTAŇ A CHOŤ z pověření otce biskupa Františka Václava Lobkowicze. Účastnilo se jí celkem 30 účastníků, z toho 7 jezdících. Pro srovnání čtvrté obnovy v srpnu 2017 se zúčastnilo již 63 účastníků, z toho 18 jezdících. Od června 2015 pracujeme také s písemným pověřením otce biskupa, které je formulováno pro „organizaci duchovních obnov a duchovní doprovázení osob na vozíku“.

**V KVĚTNU 2017 BYL ZALOŽEN SPOLEK VSTAŇ A CHOŤ**, který pomáhá pověření naplňovat. Poslání spolku je ve stanovách definováno takto – „Posláním Vstaň a chod' je duchovní péče, ukotvená v katolické tradici, pro lidi se zdravotním postižením, pečující a všechny jim otevřená. Vytváří prostor pro společné aktivity a seberealizaci bez ohledu na hendikep.“

Spolek tak konkrétně:

- pořádá duchovní obnovy (týdenní či víkendové)
- nabízí společenství – buňky milosrdenství (aktuálně v Ostravě, v Olomouci a v Brně)
- duchovně doprovází lidi na vozíku (od 18 let věku)
- pomáhá se začleněním ve farnostech
- podporuje jezdící i chodící ve službě bližním

a dále také:

- vytváří mosty mezi křesťany s handicapem i bez něj (např. mládežnická společenství)
- spolupracuje s jinými organizacemi podobného zaměření
- pracuje s rodinami se členy s handicapem
- nabízí pomoc kněžím v této oblasti
- nabízí přednášky s touto tematikou
- nabízí možnost misí – i přes handicap
- pomáhá s životem ve společenství (žít přirozené přátelské vztahy)
- vytváří a vede týmy spolupracovníků, dobrovolníků

### ČINNOST OD POČÁTKU DUCHOVNĚ DOPROVÁZÍ

otec Lukáš Engelmann a v jednotlivých letech také například otcové Roman Macura, Pavel Obr, Leoš Ryška, Dominik Girašek, při duchovních obnovách nás velmi podporuje náš sedlišťský pastýř otec Pavel Motyka. Oporou nám jsou také řeholní sestry Ludmila Němcová a Lucie Cincialová. Jsme rádi, že nám poskytuje své pravidelné doprovázení také otec Vojtěch Koukal z Komunity blahoslavenství v Dolanech – čerpáme z jeho zkušeností komunitního způsobu života a vedení evangelizačních buněk.

# VSTAŇ A CHOĎ



Bůh má pro mě plán...

## IV. Duchovní obnova pro mladé lidi s vozíkem i bez vozíku

21. - 27. srpna 2017

v Sedlištích (u Frýdku-Místku)



„Vstaň a chod' pro mě znamená partu lidí, kde se cítím dobře, nemusím se bát s čímkoliv svěřit a požádat o modlitbu, cítím se **vždycky mnohem blíže Bohu**, a tím pak silnější ke zvládnání různých obtíží.“ Anežka (chodící)

„Nevšední a věřím, že Bohem požehnané společenství lidí na vozíku i bez něj, kteří se vzájemně obohacují. Místo, kde každý, kdo hledá, najde své poslání, pochopení a smysl. **Vstaň a chod' je také místem působení Lásky Ducha svatého.**“ Zdenka (jezdící)

„Naše oči vidí jen fyzickou schránku, ve které se skrývá člověk. Ve vstaň a chod' jsem měl možnost se s těmito lidmi nejen setkat, ale i lépe je poznat a přehodnotit zkreslené představy o nich. **Změnilo to můj pohled na všechny kolem mě.**“ A. (chodící)

„Vůbec... málo místa na spaní, vyčerpání, vedro, **nestíhání se převléct**, nová přátelství, dobré jídlo.“ Mety (chodící)



obnovu vedou a těší se na vás:

- o. Lukáš Engelmann
- o. Roman Macura
- s. Ludmila Němcová
- s. Lucie Cincialová
- Milan a Lenka Svojanovští



více informací:

[milan.svojanovsky@seznam.cz](mailto:milan.svojanovsky@seznam.cz), 777 100 327, [www.vstanachod.cz](http://www.vstanachod.cz)





























**Ved' mě stále blíž,  
nechci sám už být.  
Chci s Tebou zůstat stůj co stůj  
a slyšet, že jsem přítel tvůj.  
Ty jsi touha má,  
jen a jen Ty sám.  
Nic nenahradí blízkost Tvou,  
když paže Tvé mě obejmou.**









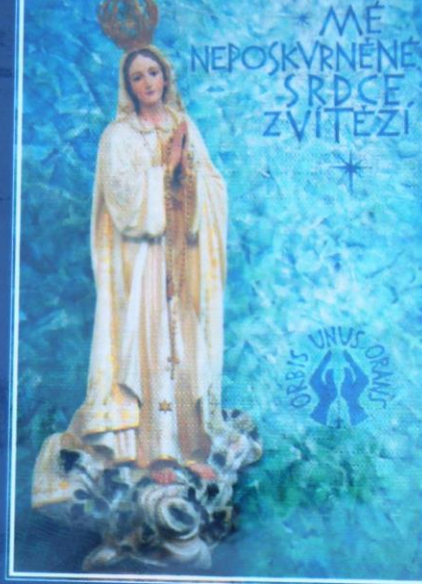












HLAVNÍ ZÁSVĚTNÁ  
MODLITBA K MATCE BOŽÍ:

*Panno Maria, Matko Boží, zasvěcuji se  
Tvému Neposkvrněnému Srdci se vším,  
co jsem a co mám. Přijmi mě pod svou  
mateřskou ochranu! Uchraň mě ode všech  
nebezpečí. Pomáhej mi přemáhat pokušení,  
která mě svádějí ke zlému, abych si zachoval  
čistotu duše i těla. Tvé Neposkvrněné Srdce  
ať je mým útočištěm a cestou,  
která mne vede k Bohu.*

*Vypros mi milosti, abych se z lásky k Ježíši  
často modlil a obětoval za obrácení  
hříšníků a na smír hříchů proti Tvému  
Neposkvrněnému Srdci. Ve spojení s Tebou  
chci žít v dokonalé oddanosti  
Nejsvětější Trojici.*

*V ni věřím, jí se klaním a jí miluji.  
AMEN.*

*A nakonec mé Neposkvrněné Srdce zvítězí!*











# VSTAŇ A CHOĎ

Milí Vstaňchoďáci! Je nejvyšší čas! Oprášit Boží milosti v nás a taky se prostě jen tak vidět, povídat si a pobýt spolu. Ideální je, když se sejdou všichni z letní obnovy, protože pak se mně každý ptá se smutnýma očima - a proč tu není tahle a tenhle. I ty bys nám chyběl(a)!!!

## PODZIMNÍ OBNOVA

### 3. - 5. listopadu 2017

**Příjezd:** v pátek 3. listopadu do Sedliště mezi 16.30 a 18. hodinou (pokud budete mít problém s dojezdem, s důvěrou mi napište mejl nebo volejte na 777 100 327).

**Odjezd:** v neděli 5. listopadu po obědě - ve 14 hodin

**Příspěvek:** 100 až 300 Kč podle vašich aktuálních možností

**Sebou:** jako v létě - hlavně Bibli a spacák ☺

**Přihlaste se:** stačí napsat mejl nebo SMS nebo zavolat do 9. 10.. Přijďte všichni, kdokoliv by chyběl!

Těšíme se, těšte se s námi!!!

Modleme se za plnost setkání a celé dílo Vstaň a choď.

Milan, Lenka, Lukáš, Roman, Lída a spol.

















## BUŇKY MILOSRDENSTVÍ

Po absolvování duchovních obnov bylo zřejmé, že je potřeba pomoci vzniku společenství v průběhu celého roku. Téměř nikdo z jezdících nemá možnost společenství, naopak jsou často v církvi izolováni. Během posledních dvou let se podařilo rozběhnout pravidelné buňky milosrdenství v Ostravě, Olomouci a v Brně. Každý měsíc se jich účastní zhruba 30 našich členů. Buňky probíhají jednou měsíčně za naší účasti, v Brně se obvykle scházejí dvakrát měsíčně. Setkání má obvyklou strukturu – chvály, sdílení o životě, agapé, rozjímání nad Písmem, přímluvné modlitby. Na buňky někdy dojíždějí i přátelé ze Vsetínska, ze Slovenska apod..



# BUŇKA MILOSRDENSTVÍ - OSTRAVA



## BUŇKA MILOSRDENSTVÍ – BRNO



## BUŇKA MILOSRDENSTVÍ - OLOMOUC





## ÚČAST NA CELOSTÁTNÍM SETKÁNÍ MLÁDEŽE V OLOMOUCI 18. 8. 2017



Nejprve živé vysílání na TV NOE a pak workshop s účastníky CSM. Bylo to moc přínosné a inspirující setkání. Nejen my chodící, ale především jezdící přátelé svědčili o životě v našem společenství. Mluvili o svém životě s Pánem, sdíleli se o své víře.







## POMOC SE ZAČLEŇOVÁNÍM DO FARNOSTI

Lidé se často z neznalosti ostýchají nabídnout pomoc jezdícím nebo naopak se k nim vrhají s lítostivými výlevy - ani jeden z přístupů není příjemný.

Snažíme se hledat cesty jak pomoci oběma stranám nacházet most, po kterém by se jim chodilo dobře, a byl pro všechny přínosem.

Když se tohle daří, pak jezdící i když například nemají věřící rodinu, mohou přicházet ke svátostem a zažívat společenství v církvi (např. společná příprava na biřmování, účast na farní pouti, zapojení se do tříkrálové sbírky, farní kavárna atd.). A když pak na mši slyšíme přímluvy dětí, jak se modlí za jezdícího člena farnosti, zažíváme pocit přijetí do společenství.

Jak tomu napomáháme:

- podporujeme kněze – rozhovorem, zkušenostmi, rozhovory s farníky
- spolupořádáme motivující schůzky pro farníky
- instruujeme dobrovolníky „samaritány“ ve farnosti, např. jak zacházet s vozíkem, o komunikaci apod.
- napomáháme řešit nedorozumění (vyvažovat vztahy)
- společně hledáme nové možnosti a řešení – pro stavbu mostu

### Milosrdenství v praxi

#### Asistence vozíčkářce Kačce Kapicové - doprovod na nedělní mši sv.

(v případě nemoci nebo nějakých obtíží volejte pí. Soňi Tiché - 725241555)

TERMÍN	JMÉNO A PŘÍJMENÍ	TERMÍN	JMÉNO A PŘÍJMENÍ
NE 1. 1.	-	NE 21. 5.	VOLNA'
PA 6. 1.	-	ČT 25. 5.	VOLNA'
NE 8. 1.	KUFOVÁ EVA	NE 28. 5.	KUFOVÁ'
NE 15. 1.	ONDERKOVÁ	NE 4. 6.	VOLNA'
NE 22. 1.	SOVOVÁ LENKA	NE 11. 6.	SOVOVÁ'
NE 29. 1.	TICHÁ SOŇA	ČT 15. 6.	Tiché
ČT 2. 2.	ŠPOKOVÁ M.		
NE 5. 2.	ŠPOKOVÁ M.		
NE 12. 2.	ONDERKOVÁ		
NE 19. 2.	SOVOVÁ L.		
NE 26. 2.	ONDERKOVÁ		
ST 1. 3.	TICHÁ'		
NE 5. 3.	KUFOVÁ E.		
NE 12. 3.	SOVOVÁ' L.		
NE 19. 3.	ONDERKOVÁ		
PO 20. 3.			
NE 26. 3.	REICHERTOVÁ A.		
NE 2. 4.	KUFOVÁ' EVA, BETY		
NE 9. 4.	-		
ČT 13. 4.	TICHÁ'		
PA 14. 4.	-		
SO 15. 4.	-		
NE 16. 4.	-		
NE 23. 4.	Reicherova'		
NE 30. 4.	ONDERKOVA		
NE 7. 5.	SOVOVÁ'		
NE 14. 5.	TICHÁ'		



## DUCHOVNÍ DOPROVÁZENÍ

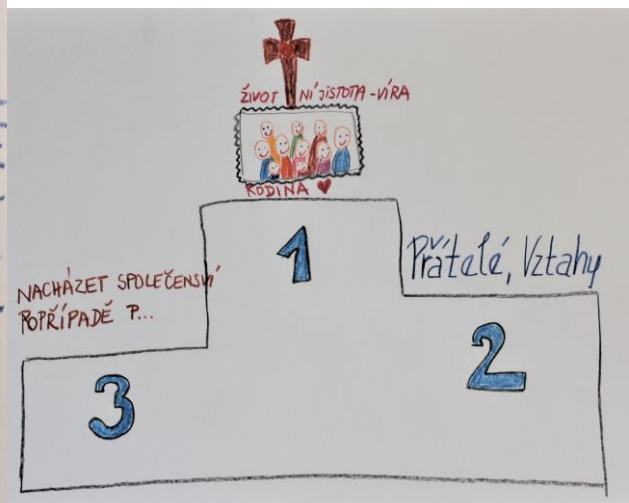
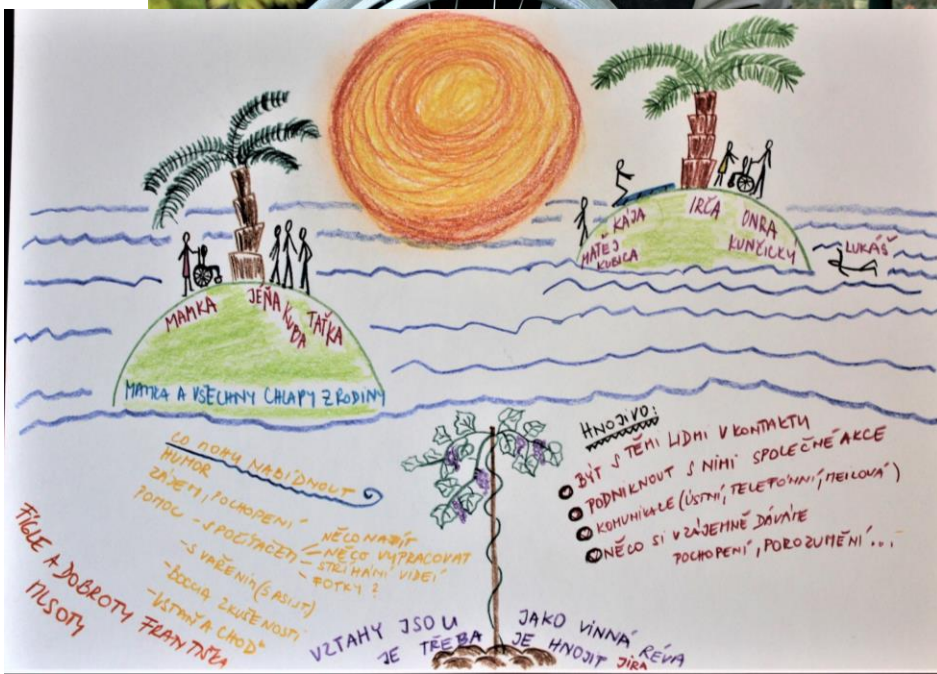
Napomáháme hledat odpovědi na otázky v jejich životě.

V doprovázení se zabýváme například tématy:

- hledám Boží vůli – otázky v mém životě mají svou odpověď
- učím se rozlišovat - co je mé poslání, co může být má služba pro druhé
- smysl mého života – mé hřivny, „dávání“ a má slabost mně otevírají ke skutkům lásky
- vztahy – zrání a odvaha žít s druhými

Při doprovázení se učíme používat vizualizaci osobních hřiven člověka, tím se posiluje jeho sebeúcta a důvěra Bohu. Bůh se mnou počítá, nejsem zapomenut, mám co dát, a obohatit tak druhého člověka.

Rozhovory tak vedou k poznání, že jsem milované Boží dítě, které může milovat a je milováno. Takové sdílení dává druhému odvahu milovat, a otevírá srdce pro možnost žít ve vztazích, ne ve vězení osamocení a sebelítosti...



## PODPORA JEZDÍCÍCH I CHODÍCÍCH VE SLUŽBĚ BLIŽNÍM

Pro fungování našeho společenství (i celé církve) jsou potřeba jezdící i chodící. Jsou to dvě plíce téhož těla. Obě jsou nezbytné a navzájem se doplňují.

Toto společenství žije vzájemnou službou, je to jeden ze základních principů. Všichni slouží všem, všichni mají dary pro službu druhým. Na povrch vyplouvají dříve nepoznané hřivny a souvislosti, možnosti služby.

Jezdící tady zažívají (a trénují) služby, ke kterým se jinde jen stěží dostanou. Vedou ranní chvály, čtou Písmo na mši svaté, ministrují, přinášejí dary, jsou přímluvci při přímluvné modlitbě, dávají z pokladů své duše ostatním, povzbuzují ostatní, starají se o webové stránky, na facebook dávají Slovo na den či denní povzbuzení, spoluorganizují Buňky milosrdenství, nechají si pomoci a tím dávají druhým možnost rozšířit své srdce. Mají moc proměňovat lidská srdce.

Chodící většinou netuší, kolik zde mohou získat. Často přichází bez zkušeností, s malou odvahou. Služba, kterou zde dávají jezdícím, je samotné obohacuje, rozšiřuje srdce i ducha. Sami ale také dávají hodně ze sebe. Služba je pro ně někdy vyčerpávající, ale zároveň zjišťují, že zvládají mnohem více, než si předem mysleli, a že to může být velmi přirozené.

Samozřejmě, že oslovování a formování chodících je samostatnou a dosti zásadní kapitolou naší práce. Není to ale jen o nás. Často žasneme, jak si sám Bůh povolává jednotlivé účastníky obnov.

Už jsme si také vyzkoušeli osobní návštěvy na farních společenstvích mládeže – workshop by se dal nazvat „samaritánem dnes“. Poselství Vstaň a choď může mít přesah do „celé“ církve.



## DŮM BOŽÍHO MILOSRDENSTVÍ

Dosud probíhají duchovní obnovy i další celoroční činnost v našem rodinném domě, s využitím prostor školy, kulturního domu a samozřejmě kostela v Sedlišťích. Rádi bychom vytvořili lepší podmínky pro celoroční činnost získáním či stavbou domu Božího milosrdenství. Jaké by mohly být přínosy:

- navýšení kapacity pro letní obnovu – v roce 2017 nás bylo 60
- možnost více menších i větších akcí během celého roku, plně bezbariérové prostory
- dům by plnil funkci základny, kde by mohli jak chodící tak jezdící dojíždět načerpat nové síly (formace pro týmy dobrovolníků z řad jezdících i chodících)
- probíhaly by zde i akce podporující duchovní doprovázení, ať už skupinové, či pro jednotlivce (např. pomoc žít ve vztazích-milujte se navzájem, jako jsem já miloval vás)
- umožňoval by 3 až 4 jezdícím se plně zapojit do služby ostatním (např. pomoc při organizování akcí), bydleli by zde, což by dalo možnost vzniku malé komunity – kde jsou dva nebo tři v mém jménu, tam jsem já uprostřed nich
- dům by sloužil i pro pečující (rodiče aj.), kteří mají také omezené možnosti se účastnit duchovních obnov, dům by mohl sloužit také pro setkávání lidí hledajících, kteří Boha ještě ve svém životě nenašli
- srdcem domu by zajisté byla kaple, která by vytvářela most k setkání a sdílení života, svědectví víry a společenství nejen těm, kteří přijedou, ale i s místními farníky (možnost společné modlitby korunky božího milosrdenství apod.)
- díky blízkosti lesa, kde jsou cesty sjízdné pro vozíky, je možné zde číst přímo z knihy stvoření – pobývat v Boží náruči

- v Sedlišťích už proběhly 4 letní obnovy a řada dalších akcí během roku, v minulosti také integrované tábory (30 - 60 lidí). Díky tomu máme velkou podporu farnosti i obce, blízké kolegiální vztahy v obci a velmi laskavou podporu našeho pastýře o. Pavla Motyky.
- máme zpracován stavební záměr, pozemek k dispozici – dá-li Bůh, v roce 2018 chceme vše výrazně posunout dopředu



## ZALOŽENÍ SPOLKU – úryvky dokumentů

### STANOVY SPOLKU VSTAŇ A CHOĎ z. s.

#### Článek 1

##### Název a sídlo spolku

1. Spolek je právnickou osobou založenou v souladu se zákonem č. 89/2012 Sb., občanský zákoník, v platném znění. Pro spolek byl zvolen název Vstaň a choď z. s. (dále jen spolek nebo Vstaň a choď).
2. Sídlem spolku je Sedliště (u Frýdku-Místku), PSČ 739 36, Sedliště 378.

#### Článek 2

##### Účel a poslání spolku

1. Posláním Vstaň a choď je duchovní péče, ukotvená v katolické tradici, pro lidi se zdravotním postižením, pečující a všechny jim otevřeně.
2. Vytváří prostor pro společné aktivity a seberealizaci bez ohledu na hendikep.

#### Článek 3

##### Oblast působení spolku

1. Svou aktivitu směřuje především do těchto oblastí:
  - a) pastorece osob se zdravotním postižením a pečujících,
  - b) organizace pobytových akcí
  - c) vytváření prostoru pro společné sdílení křesťanských hodnot,
  - d) volnočasové, společenské, kulturní a duchovní aktivity,
  - e) společné překonávání fyzických i psychických bariér,
  - f) podpora integrace do farností a do širšího společenství,
  - g) podpora samostatnosti lidí se zdravotním postižením, podpora služby druhým.

#### Usnesení

Krajský soud v Ostravě rozhodl vyšší soudní úřednicí Taťánou Schikorovou v právní věci navrhovatelů: **Ing. Bc. MILAN SVOJANOVSKÝ, č.p. 378, 739 36 Sedliště**, o návrhu na zápis Vstaň a choď z. s., č.p. 378, 739 36 Sedliště, do spolkového rejstříku takto:

V spolkovém rejstříku vedeném u Krajského soudu v Ostravě v oddílu L, vložce číslo 15948

#### se zapisuje

Spisová značka  
L 15948 vedená u Krajského soudu v Ostravě

Název  
Vstaň a choď z. s.

Sídlo  
č.p. 378, 739 36 Sedliště

Identifikační číslo  
06065350

Právní forma  
Spolek

Účel  
Duchovní péče, ukotvená v katolické tradici, pro lidi se zdravotním postižením, pečující a všechny jim otevřeně. Vytváří prostor pro společné aktivity a seberealizaci bez ohledu na hendikep.

## DĚKUJEME ZA PODPORU

Děkujeme za veškerou podporu, které se nám v tomto roce dostalo ze strany Biskupství ostravsko-opavského, Centra pro rodinu a sociální péči, Katolické charismatické konference, Nadace Dobré dílo sester sv. Karla Boromejského, firmy IN PARK areál Ostrava a.s., Ing. Bohumily Martínkové a mnoha dalším bezejmenným podporovatelům a modlitebníkům.



## Z OHLASŮ ÚČASTNÍKŮ

### Chodící:

- Pomáhám, protože Ježíš zemřel za nás za všechny a je mi líto, když se s jezdícími nepočítá. Chci být alespoň malým hlasem těm, kteří ho nemají tak silný.
- Jezdící mi ukazují jinou stránku světa, jak být trpělivá a tolerantní k ostatním. Dávají mi svou důvěru, že jim budu schopna pomoci a to mi dává odvalu.
- Každý, kdo je v něčem slabý nebo handicapovaný má svou hodnotu a měl by o ní vědět. Protože kdo má život těžší, třeba kvůli handicapu, vidí věci více do hloubky a pravdivěji, a pro mě je obohacení s takovým člověkem strávit jakýkoliv čas.
- Je mi s nimi dobře, mají blízko k Bohu, jsou často pokorní, můžeme se v nich setkat s Bohem.
- Naše oči vidí jen fyzickou schránku, ve které se skrývá člověk. Ve vstaň a choď jsem měl možnost se s těmito lidmi nejen setkat, ale i lépe je poznat a přehodnotit zkreslené představy o nich. Změnilo to můj pohled na všechny kolem mě.
- Důvod, proč jsem sem přijel, bylo naučit se lásce a milovat bližního svého. Uvědomil jsem si, že láska není práce, kterou udělám, ale je plynulá a přelévá se z jednoho člověka na druhého. Takového s otevřenou myslí a srdcem. Tady jsem to dokázal poznat, že jsme jakoby v oceánu všichni spojeni nějakými vlnami lásky.
- Milosrdenství chci a ne oběť – tady mi to docvaklo.
- Mé břemeno netlačí a netíží, pomáháme si navzájem, je to stmelující.
- Nabíjí mě, že jezdící nerezignují bojovat.
- Naučil jsem se nebát. Jsem unavený, skleslý, ale když se jezdící usměje a řekne, že je to v pohodě, dokážu jít dál.

### Jezdící:

- Je to nevšední a věřím, že Bohem požehnané společenství lidí na vozíku i bez něj, kteří se vzájemně obohacují. Místo, kde každý, kdo hledá, najde své poslání, pochopení a smysl. Vstaň a choď je také místem působení Lásky Ducha svatého.
- Doma mi všichni pomáhají, aniž bych něco řekla. Tady se učím říkat, co potřebuji.
- Rozvíjí to ve mně individuální přístup ke každému člověku.
- Získávám odvalu mluvit o Bohu.
- Učí mě to pokoře a nebát se.
- Čas na sebe, užít si čas volna, užít si čas s Bohem.
- Mohu rozdávat lásku Boha. Nejvíce viditelný je čas, povídáme si o Bohu. Jsou to misie lásky.
- Učí mne to vnímat člověka - aby chodící měli taky prostor sami pro sebe, snažím se být tolerantní. Mohu je učit jak zacházet s člověkem na vozíku, a tak nesklouzávat do naučené bezmoci.
- Jestli jsem někoho obdaroval ? Tak asi vzájemnou komunikací i s novými lidmi, myslím, že je to určitý druh milosrdenství, věnovat čas.
- Odvaha, láska k druhým, rozdávat dobrou jiskru veselosti.
- Nevadí mi, že nejsem dokonalý.
- Baví mě choděákům naslouchat.
- Modlím se za ně k Pánu Bohu.
- Mohu sloužit druhým skrze korunku Božího milosrdenství.