



**STAŇ SE PATRONEM FOTOGRAFIE
A
POMOZ SENIORŮM**

ŽÍT TADY A TEĎ!

STAŇTE SE PATRONEM A BUĎTE SOUČÁSTÍ PŘÍBĚHU NAŠICH SENIORŮ

Jak na to:

1. Vyberte si fotografii, která vás osloví.
2. Obrat'te se na paní Kristýnu Pekárkovou, kde se domluvíte na podmínkách patronátu:
 - Telefon: 604 572 257
 - E-mail: fundraiser@strakonice.charita.cz
3. Vaše jméno nebo název společnosti bude uvedeno u vybrané fotografie na výstavě jako projev vaší podpory a naší vděčnosti.

Vážené dámy, vážení pánové,

Obracíme se na vás s prosbou o podporu – staňte se patronem jedné z fotografií na výstavě „Žiji tady a teď“ a staňte se součástí života seniorů z Domu klidného stáří sv. Anny v Sousedovicích, kde každý z nich žije svůj jedinečný příběh.

Vaše podpora pomůže s rekonstrukcí a přístavbou našeho domova, což nám umožní rozšířit kapacitu a zajistit lepší podmínky pro více seniorů. Vaše jméno nebo název společnosti bude uvedeno u vybrané fotografie na výstavě jako projev vaší podpory.

Přispějte k tomu, aby ještě více seniorů mohlo prožívat své dny v pohodlí, bezpečí a s péčí, kterou si zaslouží.

Děkujeme za vaši pomoc!

Vítáme vás na charitativní výstavě **ŽIJI TADY A TEĎ.**

8.10. - 4.11. 2024

Vstupní hala Šmidingerovy knihovny

Výstava fotografií Dity Kozákové, která odkrývá křehkou krásu okamžiku a sílu přítomnosti. Příběh života, kdy stáří není koncem, ale novou kapitolou. Na fotografiích uvidíte naše klienty z Domu klidného stáří sv. Anny, kteří ukazují, že stáří není jen o těžkostech, ale i o radostech.

Stáří je často vnímáno jako stín mládí, jako období ztrát a vzpomínek na to, co bylo. Když jsme mladí, všechno se zdá být před námi – nekonečné možnosti, energie, plány a sny. S přibývajícím věkem se však mění perspektiva a naše tělo už možná není tak silné, vrásky vyprávějí příběhy a kroky se zpomalují. Ale i když stáří nese své těžkosti, přináší také něco, co mládí často postrádá – hluboké pochopení a smíření. Stáří nás učí vážit si jednoduchých věcí, přítomného okamžiku, klidu a drobných radostí, které jsme možná dříve přehlíželi. Není to o tom, co už nemůžeme, ale o tom, co jsme se naučili a kým jsme se stali. V každém věku je krása, jen je jinak pojmenovaná – a ta krása stáří spočívá v moudrosti, v přijetí toho, co je, a v umění být vděčný za každý další den, bez ohledu na to, co přináší. Život v jakémkoli věku má hodnotu, pokud jej prožíváme tady a teď.

„ŽIJI TADY A TEĎ“

Paní Marta si užívá chvílku jen pro sebe.

Popíjí pivo a vychutnává si cigaretu.

Možná má ráda tu chuť, a možná si připomíná večery plné smíchu a radosti strávené s přáteli, které ji naplňovaly. V tomto okamžiku se vůbec nezabývá tím, co si o ní myslí ostatní, ani se netrápí tím, co je považováno za správné. Užívá si tento okamžik naplno, svobodně a bez zábran. Proč si ve stáří odpírat radosti, když právě teď je čas na prožívání?

Každý doušek piva a každý obláček kouře připomínají, že život je o jednoduchých potěšeních a o tom, být sám sebou. Skutečná svoboda spočívá v užívání si života bez ohledu na očekávání okolí.





"ČAS JAKO TICHÝ PRŮVODCE"

Anna na staré fotografii září mládím, s očima plnýma snů a nadějí. Dnes, jako stará žena, stojí v rozmazaném obrysu před svým někdejší obrazem. Vrásky na její tváři jsou kronikou let, která ji provedla životem, ale uvnitř zůstává tou dívkou z fotografie. Čas ji naučil, že není nepřítelem, ale tichým průvodcem, který ji přivedl k přijetí. Stále žije tady a teď, s tělem, které se mění, a duší, která zůstává věčně mladá.

„OHLÉDNUTÍ DO MINULOSTI“

Na této fotografii vidíme paní Anuši, jak se s láskou dívá do svého fotoalba. Každá stránka je jako okno do její minulosti, plná vzpomínek, které jí vyprávějí příběhy radosti, smutku a lásky. Fotografie nejsou jen obrazy; jsou to fragmenty času, které nás spojují s lidmi, které jsme milovali, a s okamžiky, které formovaly náš život.

Je důležité žít každý okamžik podle svých přání a hodnot, protože minulost nás tvoří takové, jaké jsme dnes, ale každý nový den nám dává příležitost být ještě lepší.





**„NEJSEM
SAMA!“**

Paní Jaroslava ví, jak důležité je mít přátele. Když sdílíme své myšlenky, pocity a zážitky, vytváříme prostor pro vzájemné porozumění. S každým okamžikem stráveným společně se cítíme silnější a méně osamělí. Přátelství nám ukazuje, že ve svých životech nejsme sami.

Proto si važme svých přátel, protože když máme s kým sdílet své dny, čas plyne jinak.

„SMÍCH PRODLUŽUJE ŽIVOT“



Pan Karel se usmívá, a jeho úsměv nám připomíná, jak moc je smích důležitý. Úsměv je jako bumerang – čím více ho rozdáváme, tím více se k nám vrací. Pojd'me šířit úsměvy, protože každý úsměv je krok k šťastnějšímu dni! Smích léčí a prodlužuje život, a proto si ho užívejme co nejvíce.

Najděte si chvíli na humor v každodenním životě, ať už je to u komedie, nebo při sdílení příběhů s přáteli. Kdy jste se naposled takto ze srdce zasmáli?



„KDYŽ SE TMA ŠEŘÍ, A POHÁDKY OŽÍVAJÍ“

Ve světě, kde jsou slova jedním z nejsilnějších nástrojů, si paní Božena užívá kouzlo pohádek. Leží v posteli, obklopena tichým klidem, a její srdce ožívá s každým slovem, které jí někdo s láskou čte. I když už nemůže vidět, fantazie jí unáší na místa, kde dobro vítězí nad zlem a láska překonává všechny překážky.

Jakou moc mají příběhy, které dokážou proměnit obyčejné chvíle v kouzelné okamžiky?

„KRÁSA V KAŽDÉM VĚKU“



Paní Marie ráda nosí své červené korále, které jí dodávají nádech elegance a krásy. I ve stáří ví, že šperky mají moc oživit nejen vzhled, ale i náladu. Každý korálek vypráví příběh a připomíná jí, že krása není o věku, ale o pocitech, které nosíme uvnitř. Když si nasadí své oblíbené korále, cítí se krásná a výjimečná.

Každý den je příležitostí prožít radost a cítit se krásní, ať už je nám jakkoliv.



„SÍLA POSTOJE“

Na fotografii vidíme paní Marii. Jak asi vnímá svět – s radostí, nebo s obavami? Každý z nás má moc zvolit, jak se postavit k výzvám, které život přináší. Přijetím pozitivního postoje a otevřením se novým možnostem můžeme obohatit nejen svůj vlastní život, ale i životy těch kolem nás. Měníme tak nejen své vnímání světa, ale i své místo v něm.

A protože je optimismus naučitelný, nezapomínejme, že každý den nám nabízí novou příležitost vybrat si radost.

„KAŽDÝ DEN JAKO NOVÁ INSPIRACE“



Paní Irena s tužkou v ruce vdechuje život svým myšlenkám na papíře. Její kresby nejsou jen obrazy; jsou to příběhy, které odrážejí její pohled na svět. Každý tah tužky zachycuje okamžiky, které ji obklopují – od zářivých barev přírody po každodenní maličkosti. Každý den přináší novou inspiraci a odhaluje krásu, kterou svět nabízí.

V každé kresbě se skrývá kousek jejího srdce a touha sdílet to, co jí dělá radost.



„HRA SVĚTLA A STÍNU“

Na této fotografii paní Vlasty vidíme dvě různé emoce, které odrážejí rozmanitost lidského prožívání. Na první fotografii je se zasněným úsměvem, který vyzařuje štěstí, klid a něhu. Na druhé fotografii však její výraz vyjadřuje smutek.

Někdy procházíme chvílemi štěstí, jindy prožíváme bolest. Každá emoce nás formuje a ukazuje, jakou sílu mají naše prožitky. Tato hra světla a stínu nás učí, že obě strany našich emocí jsou nezbytné pro plnohodnotný život.

"JEMNOST DOTEKU"

V okamžiku, kdy paní Marta objímá své plyšové pejsky, se může na první pohled zdát zvláštní, proč žena jejího věku objímá hračku, která obvykle patří dětem. Ale právě v tom spočívá kouzlo této chvíle.

Pejsek v jejím náručí není jen kusem plyše. Je to symbol potřeby cítit blízkost, něhu a teplo, které si všichni zasloužíme v každém věku.

Dotyk je jedním z prvních jazyků, který jsme se jako lidé naučili, a jeho síla nikdy nezmizí, ani s přibývajícími roky.



„HÁČKOVANÁ RADOST“

Paní Marie sedí ve svém pokoji a s klidem háčkuje malé myšky, které brzy vykouzlí úsměv na tváři někomu dalšímu. I když její ruce už nejsou tak pevné, každá myška je vytvořena s pečlivostí a láskou.

Radost, kterou sama prožívá při tvoření, se promění v radost někoho jiného, a právě to naplňuje její dny.





**Maminky a babičky. Úsměv, bezpečí,
kuchyně zaplněná vůněmi a neúnavné
ruce hnětoucí těsto a strouhající jablka.
Dětské prsty tajně namočené v krému,
pohlazení rukou zaprášenou od mouky
a společná radost z nádherného
obyčejného dne. Kolik toho ty ruce už za
svůj život dokázaly**







Kolik energie a nápadů se odráží v očích pana Antonína. Jeho ruce tvořily celý život krásné a potřebné věci. A když je pozorujete dnes, vede je modrost a zkušenost. Radost z rostoucího díla se pak zrcadlí v jeho tváři.





**„I MUŽI MAJÍ SVÉ
DNY“**





I staré ženy dovedou dávat a přijímat něhu.









