

Zakladatelka nevládní organizace MILA

Simona Bagarová



Irena Jirků
irena.jirku@hn.cz

Je přesvědčena, že jedině tam, kde jsou spokojeni pečovatelé, mohou být spokojeni i ti, o něž se starají. A proto Simona Bagarová usiluje o to, aby se zlepšily pracovní podmínky a zvýšily mzdy v domovech pro seniory. „Nemůžete pečovateli přikázat, že se má na klienty usmívat. Musíte udělat maximum pro to, aby se usmívat chtěl,“ říká.

Žít, nebo přežít. „Pečovatel není jen ten, kdo někomu nosí jídlo a pítí. Zásadní je způsob, jakým to jídlo a pítí podává,“ vysvětluje Simona Bagarová s tím, že pečující osoba rozhoduje o tom, zda se senior cítí jako někdo, kdo žije, anebo jako někdo, kdo jen přežívá. Foto: HN – Honza Mudra a Radek Šviderský

Když před lety zazvonila u dveří domova pro seniory, chtěla prostě jen pomáhat. Jako poradkyně pro firemní strategii a fundraising pracovala především s tabulkami a čísly, a tak postrádala lidský element a dobrý pocit z okamžitého účinku svého snažení. „Chodila jsem tam jednou týdně, povídala si se seniory, někdy jsem pekla štrůdlý, jindy sázela zeleninu. Prostě jsme se společně s jednou kolegyní snažily vnést do ústavního života trochu normalnosti a spontaneity,“ líčí Simona Bagarová momenty, jež vlastně rozhodly o jejím dalším životě. Čím delší čas v ústavu trávila, tím víc si uvědomovala nedůstojné podmínky, v nichž jsou nuceni staří lidé často žít. Co naplat, že jejich pokoje jsou moderně zařízené, když se vytrácí ohleduplnost a respekt, když starý člověk vlastně nikoho nezajímá a nikdo na něj nemá čas. V roce 2018 založila Simona Bagarová nevládní organizaci MILA. Ta dnes spolupracuje s řadou domovů a pomáhá jim pozvednout úroveň péče o stárnoucí lidi i zlepšit pracovní podmínky těch, kdo o ně pečují.

HN: Dala byste svou maminku do domova pro seniory?
Kdyby mi nic jiného nezbývalo, dít bych jí tam asi musela, ale udělám všechno pro to, aby to nutně nikdy nebylo. Za tu dobu, co se věnuju této práci, jsem totiž nenašla žádné zařízení, u kterého bych si byla sto procentně jistá, že by v něm byli moji blízcí šťastní. Což neznámá, že jsou ale všechny domovy špatné.

HN: Nicméně to vnímáme všichni stejně. Věříme, že se ústavu vyhneme. Ani mezi soukromými domovy není jediný, který byste mohla považovat za dobré místo pro závěr života?
Znám dobrá státní i soukromá zařízení, ale když tam moji blízcí žít nechtějí, pak z jejich úhlu pohledu nemůže být vhodné žádné. Není ale podstatné, jestli je zařízení státní nebo soukromé, vždy to závisí na lidech. Kvalitní i méně kvalitní lidi najdete všude.

HN: Před pár lety jste se v jednom z domovů pro seniory nabídla jako dobrovolnice a pak vás šokovalo, jak zoufalé poměry tam panují. Co bylo nejhorší?
Neřekla bych, že to, co přehlídá, je zoufalství, ale začala jsem situace, kdy se mi nelíbilo, jak se s klienty jedná. Nejhorší byl pocit vlastní bezmoci ve chvíli, kdy jsem se střetla s uplatňováním převahy nad slabšími. Tedy nad klienty, kteří se nemohou bránit.

HN: Co si mám přesně představit?
Jsou to věci drobné a nenápadné, ale když je člověk pozoruje delší dobu, uvědomí si řetěz problémů, které mohou vyvrcholit až v tragédii. Kauza mentálně postižené Doroty Š., kterou zabil pečovatel a o níž psal nedávno Respekt, je toho důkazem.

HN: Byla jste svědkem násilí páchaného na starých lidech?
To ne, ale leckteré momenty, jež jsem viděla a zažívala, byly také dost frustrující. Vlastně jsou to situace, které zná každý, kdo někdy zařizoval péči pro své blízké. Třeba to, že se nemocný člověk,

který potřebuje na záchod, hodinu nemůže na nikoho dozvonit. Anebo moje kamarádka mi psala, že i když její tatínek nemůže kvůli rakovině jíst, sestry mu v léčebně dlouhodobě nemocných nosí normální večeře – položí je na stolek a odejdou. Pro mě osobně byl ale asi nejhorší zážitek ten den, kdy na dvou-lůžkovém pokoji umírala klientka a na posteli vedle ležela druhá, která plakala. Byly tam samy a dělila je jen mobilní plenta.

HN: Nikdo neodvezl do jiného pokoje tu, která neumírala, a nikdo nebyl s umírající. To jsem už také bohužel zažila.
Při dobrovolnické práci jsem nikdy nebyla u odcházení až do samého konce, vždy jsem ale u umírajících byla bohužel jediná. Naštěstí se to už mění. Třeba Centrum paliativní péče v tom udělalo obrovský kus práce a školil i pečovatele v domovech seniorů, aby tyhle situace uměli řešit. Umírání je dnes – mohou-li to tak říct – „atraktivnější“ téma než ta nekonečná péče, jež mu obvykle předchází. O tisících lidí, které je třeba přebalovat, omývat a pomáhat jim s jídel, se příliš nemluví. A nemám ani pocit, že se činí dost pro to, aby se péče o ně zlepšovala.

HN: Co myslíte, z čeho plyne to mlčení?
Společnost nepovažuje stáří za přirozenou a plnohodnotnou součást života. Na lidi, kteří jsou už hodně staří, nahlížíme jako na někoho „mimo“, kdo není už potřebný ani užitečný, a tak dožívá někde na okraji. A nikdo se o něj moc nezajímá.

HN: V mém okolí snad každý druhý řeší, jak se postarat o babičku, dědečka, rodiče. Nepřijde mi to jako okrajové téma.
Na úrovni osobní to není okrajové téma, ale na úrovni společenské ano. V médiích se o tom píše, jen když se stane tragédie. A tohle téma zvedne i nás, jednotlivce, že židle taky až v okamžiku, kdy nám přímo vstoupí do života. Pak je to rána z čistého nebe. Nevíme, kam zavolat, nemůžeme sehnat pečovatelky, není tu dost terénních služeb ani volných míst v domovech pro seniory. A když už se nám podaří všechno zajistit, jsme často tak vyčerpáni, že to poslední, co chceme, je stěžovat si na něco. Pokud ale budeme stále přehlížet chyby a nedostatky, které nám vadí – a to platí i mimo sociální sféru –, nebude vznikat potřebná síla pro to, aby se věci měnily k lepšímu. Třeba aby se zlepšily podmínky pro lidi, kteří profesionálně pečují o druhé, a aby se tedy tento obor stal atraktivnějším, přilákal více lidí.

HN: Jsou vůbec kladeny na pečovatele nějaké požadavky, anebo se jim může stát kdokoliv?

Stačí vám ukončené základní vzdělání a stopadesátihodinový kurz. Podstata péče se ale stejně naučit nedá. To musíte mít v sobě. Tento „nízký práh vstupu“ je však přičinou toho, že pečovatelská profese nemá prestiž. Tím pádem nemůže být dobře ohodnocena. A tak jí chce dělat jen málo lidí. A protože ji dělá málo lidí, jsou všichni přetíženi a často nestihají nic jiného než základní technické úkony, jako je pomáhání se stravou, hygiena. Není v lidských silách být laskavý a trpělivý, když sloužíte po několik dní dvanáctihodinové směny a při nich se nezastavíte. A to, že je někde tedy péče nedostatečná, nemůže být bráno čistě jako chyba pečovatelů. Nikdo, kdo to nezažil, si neumí představit, jak náročná práce to je. Pokud chceme lepší péči, je potřeba dát lepší podmínky těm, kteří pečují.

HN: Sama ale říkáte, že podstata péče se stejně naučit nedá. A buďte vládnete empatií, anebo nikoliv.

Ano, už před pětadvaceti lety vyšla slavná kniha Lidský vztah jako součást profese, která o tomto aspektu pojednává. Jsem přesvědčená, že většina lidí, která tuto práci dělá, ji také dělá proto, že jim dává smysl. Roky se hovoří o tom, že chybí tisíce pečovatelů, i o tom, jak podhodnocená tato práce je. Stát to prakticky neřeší. A když se objeví kauza Doroty Š., kterou zabil pečovatel, je to hlavní, co ministerstvo nabídne, zvýšení počtu kontrol a zprůsnění inspekcí namísto toho, aby tím prvním krokem bylo pojmenování příčin a návrh řešení. Kontroly a inspekce jsou potřebné a jsem ráda, že se ke kauze ministr Jurečka vyjádřil, ale musíme se zamyslet i nad tím, proč se to děje. To se nestane ze dne na den, že přijde někdo do práce a udusí klientku. Tomu předcházely řetězce signálů. Nikdo se nezabývá tím, jestli pečovatelé mají prostor a čas na to, aby se mohli vypořádávat s tou obrovskou fyzickou a psychickou zátěží, již jsou vystaveni.

HN: Bude stačit zvýšit mzdy a všechno se obrátí k lepšímu?
Zvýšení mezd nestačí, ale není možné, aby lidé, kteří pečují, brali méně než třeba pokladní v supermarketu. Moje kolegyně Karolína Puttová říká, že když dáváme rodiče do těchto zařízení, máme na pečovatele obrovské nároky. Chceme, aby byli trpělivější, laskavější a empatičtější než my, protože už toho sami máme až nad hlavu. Chceme po pečovateliích tedy víc, než co sami dokážeme. A za to jim nabídneme 30 tisíc! Ten rozpor je obrovský. Je třeba si uvědomit, jakou hodnotu ta profese ve skutečnosti pro nás má, a pak musíme vytvořit adekvátní podmínky. Jestliže chceme získat další a lepší lidi do oboru, musíme jim ukázat, jak krásná ta práce může být. A právě v tomhle smyslu to i my, v organizaci



MILA, chceme posouvat. Sama jsem asi devátým rokem dobrovolníkem v domovech seniorů a považuju to za život proměňující a obohacující zkušenost. Toto povolání by spousta lidí mohlo naplňovat, kdyby mělo lepší zájem a kdyby nebylo prezentováno jako práce, kterou dělají jen ti, kteří neseženou lepší.

HN: Co tedy přesně váš tým pro domovy seniorů dělá?
Funguje to tak, že ve vybraných domovech seniorů nebo domovech se zvláštním režimem trávíme přibližně půl roku a pomáháme jejich vedení zlepšit některé procesy. Máte-li třeba 50 pečovatelů, musíte mít také někoho, kdo s nimi pravidelně mluví, kdo se zajímá o jejich názory a každého z nich bere jako důležitého člena týmu, který také může leccos ovlivnit, rozhodnout. To jsou drobné nuance, které v součtu způsobí, že si pečovatel uvědomí, jak důležitá jeho práce je, že nespočívá jen v tom, že někomu nosí jídlo a pítí, ale že způsob, jakým to jídlo a pítí podává, je také zásadní. V domovech pak někdy vznikají nové pracovní pozice, upravuje se způsob práce. Často s návrhy na změny přicházejí i samotní zaměstnanci a díky tomu se cítí zainteresovaní, víc docenění – a to je základní potřeba člověka. Nemůžete pečovateli přikázat, že se má na klienty usmívat. Musíte udělat maximum pro to, aby se usmívat chtěl. Jedině tam, kde jsou spokojeni pečující, můžou být spokojeni i ti, o něž se starají.

HN: Neberou vás ředitelé domovů jako amatéry, kteří kibicují?
V našem týmu pracuje deset lidí a všichni jsou profesionálové s mnoha lety praxe. A o tu naši práci opíráme. Každý rok spolupracujeme s pěti domovy, ale letos – díky podpoře Nadačního fondu České republiky a jeho projektu Ježíškova vnučata – se přihlásilo 35 domovů. To považuju za znamení, že se atmosféra polehoučku mění. Nikoho sami neoslovujeme, podmínkou dobré spolupráce je, aby impulz přišel od ředitelky nebo ředitele domova. Musí to být oni, kdo cítí, že chtějí něco změnit a přivzvat si nás jako partnery, ne jako kontrolu. Tou rozhodně nejsme.

HN: Snažíte se jednat také s vládou, s poslanci?
To už jsme u „druhého pilíře“ naší práce – u advokátní činnosti. To, co zjistíme v praxi, se snažíme formulovat a posouvat dál. Posledního půl roku jsme požádali například pod vedením vládní zmocněnkyně pro lidská práva Kláry Laurenčíkové osm kulatých stolů, jichž se zúčastnilo bezmála 80 lidí, kteří mají k tomu tématu co říct, a hledali jsme odpověď na otázku, jak zlepšit podmínky pro výkon pečovatelské profese. Z diskusí vyplynula doporučení, z nichž alespoň některá bychom chtěli v příštím roce posunout do reálnější podoby. Třeba příství otázku vzdělávání. A pak se ještě zaměřujeme na osvětu. Vysvětlujeme veřejnosti, o čem pečovatelská práce je, ukazujeme konkrétní lidi, kteří ji dělají rádi a dobře, přinášíme s nimi rozhovory, vysvětlujeme, že to nemusí být jenom ženy 55+, které pečují... že je to pestrá práce, která může nabídnout i zajímavé benefity.

HN: Vyдалa jste knihu Hořím, v níž zpovídáte pět nejlepších pečovatelů, jež jste při svém působení v domovech potkala. Jaký má ohlas?

Větší, než jsem čekala. Ozývají se mi lidé, kteří profesionálně pečují a kniha je pro ně motivací do další práce. Píšíu lidé, kteří se o někoho starají doma a v knize našli zdroj radosti a energie. A vím také o několika lidech, kteří se rozhodli změnit práci nebo se aspoň stali dobrovolníky. V hospici v Prachaticích si audioverzi knížky dokonce používají vždy ráno na dvě minuty, aby se namotivovali. To je úžasné.

HN: Kdy tyto malé změny přerostou v systémové?
Každý jeden pečovatel, který se třeba i díky nám začne lépe cítit ve své práci a začne na ni být hrdý, je pro nás zásadní. Stejně jako každý klient, který díky tomu dostane lepší péči. Ale velké změny trvají samozřejmě roky a nejsou v moci jedné nevládní organizace. My můžeme být jedním z impulzů, ale klíčové je, aby důležitost tématu začala vnímat společnost. Aby se kvalitní péče o zranitelné skupiny stala hodnotou a prioritou. Je potřeba dávat tématu prostor v médiích i jindy, než když je něco špatné. Je nutné otevřít to ve školách i v rodinách třeba tím, že se děti adekvátním způsobem zapojují do péče o své blízké. Všechno se počítá. Každý jeden člověk, který změní svůj přístup k tématu třeba jen na úrovni vlastní rodiny, přispívá k tomu, že se časem něco změní i na úrovni společnosti. Ten systém je takový, jací jsme my. Nemůžeme spoléhat na to, že si tuhle práci vybírají hlavně srdcaři, kteří se jí budou věnovat do roztrhání těla.

HN: Kolik jste už potkala srdcařů?
Skoro v každém domově najdete někoho, o kom bych mohla napsat další příběh do knihy, i někoho, kdo tam nemá co dělat. Čím víc se v tomto prostředí pohybuji, tím větší obdiv k pečovatelské práci ale mám. A mrzí mě, když se třeba studentů nebo kohokoliv zeptám, co si představí, když se řekne pečovatel, a dostane se mi odpověď, že je to člověk, který přebaluje staré lidi. Já si myslím, že pečovateli je ten, kdo především rozhoduje o tom, jestli se cítíte jako někdo, kdo žije, anebo jako někdo, kdo jen přežívá.

Simona Bagarová (41)

Vystudovala sociální práci a téměř 20 let se věnuje managementu neziskových organizací. V roce 2018 založila nevládní organizaci MILA, která se postupně začala zaměřovat na téma pečovatelské profese a neuspokojivých podmínek, z nichž je v Česku realizována. Impulzem k tomu se staly zážitky Simony Bagarové z jednoho důležitého člena týmu, který také může leccos ovlivnit, rozhodnout. To jsou drobné nuance, které v součtu způsobí, že si pečovatel uvědomí, jak důležitá jeho práce je, že nespočívá jen v tom, že někomu nosí jídlo a pítí, ale že způsob, jakým to jídlo a pítí podává, je také zásadní. V domovech pak někdy vznikají nové pracovní pozice, upravuje se způsob práce. Často s návrhy na změny přicházejí i samotní zaměstnanci a díky tomu se cítí zainteresovaní, víc docenění – a to je základní potřeba člověka. Nemůžete pečovateli přikázat, že se má na klienty usmívat. Musíte udělat maximum pro to, aby se usmívat chtěl. Jedině tam, kde jsou spokojeni pečující, můžou být spokojeni i ti, o něž se starají.



Věc veřejná Svě představy o důstojných sociálních službách vysvětluje Simona Bagarová i na veřejných debatách. Letos například na Letní filmové škole v Uherském Hradišti. Foto: ČTK

citlivému, roky opomíjenému tématu a usluje o to, aby se o nezbytných změnách začalo už konečně jednat na ministerstvu, ve vládě. Za pět let si MILA vydobyla respekt mezi profesionály i laiky, které navíc systematicky informuje a vzdělává.

Simona Bagarová vydala loni knihu Hořím, v níž zaznamenala autentické výpovědi pěti pečovatelů.



Hořím Obálka knihy Simony Bagarové. Vytěžen z prodeje audioverze putuje na činnost neziskové organizace MILA. Foto: archiv