



# NEWSLETTER 1/2026

## Medou z.s.

Milí přátelé Medou,

rádi bychom vám představili letošní vydání našeho newsletteru, ve kterém najdete přehled toho nejdůležitějšího, co se u nás v Medou v uplynulých měsících odehrálo. Přinášíme vám shrnutí dění, novinky, které nás posunuly dál i ohlédnutí za událostmi, jež jsme společně prožili. Zároveň vám dáme nahlédnout do toho, co nás čeká v nadcházejícím období a na co se můžete těšit. Děkujeme, že jste s námi – ať už pravidelně nebo jen občas. Věříme, že vás následující řádky potěší, inspiroují a přiblíží vám vše, čím Medou právě žije.

### CENTRUM DENNÍCH SLUŽEB

- **Nabízíme volné kapacity pro nové klienty:**

V případě zájmu, dotazů nebo třeba váhání, zda vám nebo někomu blízkému můžeme pomoci, se nás nebojte kontaktovat.

**Sociální pracovnice:**

Bc. Markéta Zikmundová, DiS.

mob. 793 943 335, s vámi probere vše potřebné.

**Věřte, má to smysl!**



- **DĚKUJEME společnosti HOEKO za krásný dar!**

Firma se svými zaměstnanci uspořádala vánoční sbírku, díky které jsme mohli našim klientům pořídit oblíbenou „šoupanou“ – pomůcku, která jim přináší nejen radost, ale i skvělou možnost aktivního trávení volného času. Klienti byli z dárku opravdu nadšení a tráví s ním mnoho příjemných chvil.

**HOEKO**  
Automotive

**Takové dárky mají skutečný smysl!**



- **Školení restriktivních opatření**

Věříme, že investice do vzdělávání našich pracovníků je tou nejlepší cestou, jak neustále zvyšovat kvalitu poskytovaných sociálních služeb. **Děkujeme Nadaci ČEZ** za finanční podporu kurzu: **Restriktivní opatření – nácvik fyzických úchopů.**



Práce s našimi klienty vyžaduje nejen srdce, ale i hluboké odborné znalosti. Co jsme se díky kurzu naučili a co to znamená pro naše klienty? Bezpečí na prvním místě! Naši zaměstnanci získali dovednosti, jak správně a eticky reagovat v situacích, kdy je nezbytně nutné omezit pohyb osob. Kurz nás naučil, jak lépe zajišťovat bezpečné prostředí a předcházet případným krizovým situacím. Velice si vážíme práce paní Mgr. Ivety Šústkové, která nás kurzem provedla.



- **ZŠ Hálkova a DOFE pomáhají Medou**



ZŠ Hálkova a světově uznávaný program DOFE uspořádali Bakery's Day, kde se podařilo vybrat **14.647 Kč** na podporu naší organizace! Díky této podpoře můžeme pořídit materiál a pomůcky do tvořivých dílen! Velké poděkování patří také panu Šimkovi a vedení školy za jejich trvalou, otevřenou a srdečnou spolupráci. Této dlouhodobé podpory a skvělé spolupráce si velmi vážíme!



## SBÍRKA POTRAVIN

Ve spolupráci s **Potravinovou bankou Vysočina, z.s.** jsme v jarní sbírce potravin v humpolecké prodejně LIDL vybrali rekordní množství potravin a drogerie! Celkem **758 kg** potravin a drogerie. **Děkujeme za podporu!**



### • Čistá Vysočina

Zapojili jsme se do akce Čistá Vysočina a přiložili ruku k dílu. Společně jsme pomohli přírodě v okolí, uklidili, co nemá v krajině co dělat, a užili si smysluplně strávený čas.

Děkujeme všem, kteří se zúčastnili – záleží nám na prostředí, ve kterém žijeme.

### • Krajský den autismu:

Zúčastnili jsme se dne autismu, který se konal v sídle Kraje Vysočina. Dopolední část byla věnována diskuzi poskytovatelů služeb, sdílení informací, zkušeností a dobré praxe v oblasti péče o osoby s poruchou autistického spektra. Součástí akce byl také odpolední veletrh poskytovatelů, kde jsme mohli prezentovat naše služby a zároveň prodávat výrobky vytvořené našimi klienty. Děkujeme všem, kteří se u našeho stánku zastavili, zajímali se o naši činnost a podpořili nás zakoupením výrobků. Velké poděkování patří také Kraji Vysočina za možnost být součástí této smysluplné akce a aktivně se na ní podílet.



### • Čarodějnice

Užili jsme si zpěv za doprovodu kytary, venkovní hry a samozřejmě nesmělo chybět opékání špekáčků a tradiční pálení čarodějnice.

Tento den byl ale speciální ještě něčím jiným – v rámci svého DOBROVOLNICKÉHO DNE nás navštívili pánové z firmy ČEZ Energo (pobočka Světlá nad Sázavou).

Moc děkujeme za pomoc i skvělou atmosféru, kterou k nám vnesli!



### • Tým Medou na Orlíku

Jako tým Medou jsme se letos zapojili do výzvy Orlík 24 h a společně vystoupali na Orlík. Čekalo nás příjemné odpoledne plné pohybu, dobré nálady a týmového ducha.

O to větší radost máme z toho, že jsme se mohli podpořit dobrou věc.

Děkujeme všem kolegům, kteří se zapojili a byli u toho spolu s námi.



### Organizační změna:

Chtěli bychom Vás informovat o personální změně ve vedení našeho spolku Medou z.s. K 29. lednu 2026 byla členskou schůzí zvolena novým statutárním zástupcem Ing. Klára Čechová.

## • Den otevřených dveří Potravinové banky Vysočina

Slavnostní zahájení a den otevřených dveří Potravinové banky Vysočina, z.s. pro nás byl krásným a inspirativním dnem. Děkujeme, že jsme mohli být u otevření nového skladu ve Světlé nad Sázavou a být součástí tak důležitého okamžiku. Měli jsme možnost projít si nové prostory, nahlédnout do fungování potravinové banky, navštívit vznikající edukační centrum a podívat se do prostor nové galerie. Velmi si vážíme, že můžeme být členy Potravinové banky Vysočina, z.s. a podílet se na místě, které není jen skladem potravin, ale také prostorem pro pomoc, vzdělávání a setkávání lidí.



## GRATULUJEME:



V listopadu 2025 jsme se na čas rozloučili s naší skvělou kolegyní a PSS **Veronikou** Bláhovou, která se vydala vstříc nové a krásné životní etapě.

V lednu 2026 se spolu se svým partnerem stali hrdými rodiči syna.

Z celého srdce jim přejeme mnoho štěstí, zdraví, lásky a radosti z každého společného okamžiku. Ať jim jejich malý poklad přináší jen samé úsměvy a nezapomenutelné chvíle.

## PROJEKT PEČUJÍCÍ

Významným momentem projektu podpory neformálních pečujících v domácí péči bylo slavnostní otevření autorské LEGO výstavy na zámku ve Světlé nad Sázavou již v listopadu 2025. Tato iniciativa ukázala, že podpora pečujících může mít různé podoby, a že právě prožitky úspěchu posiluje jejich schopnosti i možnosti seberealizace.

V závěrečném období se pracovnice v rámci projektu zaměřila na komplexní podporu pečujících. Důležitou součástí byla péče o jejich psychickou stabilitu a wellbeing, zejména v náročném zimním období kolem Vánoc a začátku roku. Současně byla poskytována praktická pomoc, například svozová služba, doprovody k lékařům, sociální poradenství a podpora při samotné péči.

Projekt zároveň potvrdil vysokou potřebnost této služby i význam spolupráce napříč různými institucemi – školskými, sociálními, zdravotnickými i veřejnou správou. Potřeby pečujících rodin často přesahují rámec jedné služby, a proto je klíčová koordinace, sdílení a společné hledání řešení.

Vedle odborné pomoci byla důležitá i lidská rovina podpory – otevřenost, porozumění a vytváření prostoru pro pozitivní prožitky, které pečujícím pomáhají zvládat náročnou životní situaci.

Projekt byl ukončen v březnu 2026, ale díky úspěšné realizaci a dlouhodobé spolupráci s MAS Humpolecka pokračujeme od dubna projektem novým, který navazuje na předešlé aktivity. Můžete se tak těšit na spoustu aktivit a setkání.



Kontaktujte nás a domluvíme se na osobní schůzce.

**Bc. Petra Mottlova**

[petra.mottlova@medou-humpolec.cz](mailto:petra.mottlova@medou-humpolec.cz)

+420 777 679 791



SPOLEČNOST PRO ROZVOJ  
**HUMPOLECKA**

Projekt je realizován za podpory MAS Společnosti pro rozvoj Humpolecka,  
Reg. č.: CZ.03.02.01/00/25\_084/0005887



Projekt Pečující

## POPTÁVÁME:

- Ze zahrady na tvoření do MEDOU

Budeme rádi za každý materiál na tvoření ze zahrady:

- túje, buxus
- levandule
- hortenzie
- máta
- meduňka
- heřmánek a další



Pokud nás chcete podpořit, ozvěte se nám na tel.: 704 073 625, nebo přijďte do **Obchůdku pro radost** na Horní náměstí ve všední dny od 8:00 do 16:00 hod.



## MŮŽEME SE POTKAT NA TĚCHTO AKCÍCH:

- VYPNI, NAČERPEJ, BUĎ

aneb

*Když les léčí pečující a barvy sytí duši*

Kdy: **neděle 7. 6. 2026 v 17h**

Kde: **parkoviště pod Orlíkem, Rozkoš**

Provedeme vás lesní terapií a jemnou prací s barvami.

Prožijete:

- hluboké zklidnění
- návrat energie
- čas jen pro sebe

Dáváte péči druhým? Dovolte si ji dát i sobě.  
Více info na tel.: 777 679 791

- RODINNÁ A BENEFIČNÍ AKCE

Kdy: **24. 6. 2026**

Kde: **Havlíčkův Brod, Park Budoucnost**

Spolufinancováno Evropskou unií

**AUTIS-HB** z. s.  
Havlíčkův Brod

**JSME TU S VÁMI 2026**  
rodinná a benefiční akce na podporu dětí, osob s postřehem a pečujících.

SPORTOVNÍ AKTIVITY

POPORUJEME PŘEHÁMĚ REKREACI

KÁDEŽ DÍTĚ JE JEDINEČNÉ!

SPORTUJEME  
POMÁHÁME  
SPOLEČNĚ  
MÍTĚM S RADIČKOU

VSTUPNÉ ZDARMA

Kdy: **24. června 2026**  
Od 10 do 15 hodin

Kde: **Park Budoucnost**  
Havlíčkův Brod  
(za AZ centrem)

**Veškeré informace naleznete na webu:**



[www.medou-humpolec.cz](http://www.medou-humpolec.cz)

**A sociálních sítích:**



@MEDOUHUMPOLEC

## Partneři



Medou z. s., Lužická 775, Humpolec 396 01,  
ředitelka: Ing Klára Čechová, +420 702 034 756, medou@post.cz