

Kdo pečuje o pečující? Charita nabízí pomoc, odlehčovací služby i praktické poradenství

5.8.2026 - | Charita ČR

Čas dovolených většina z nás využívá k odpočinku a načerpání nových sil. Právě odpočinek ale často chybí lidem, kteří dlouhodobě pečují o své blízké. Péče o nemocného partnera, rodiče nebo jiného člena rodiny je fyzicky i psychicky náročná a pečující při ní mnohdy zapomínají sami na sebe. Také oni proto potřebují podporu.

Charita nabízí pomoc nejen lidem, kteří jsou odkázáni na péči druhých, ale také jejich rodinám. Někdy stačí dobrá rada ve správný čas, jindy praktická pomoc nebo možnost na chvíli si odpočinout.

Dobrá rada může ušetřit mnoho starostí

Když se člověk ocitne v roli pečujícího, často neví, kde začít. Řeší zdravotní stav svého blízkého, příspěvek na péči, kompenzační pomůcky nebo možnosti domácí péče. V takové chvíli může být největší pomocí někdo, kdo se v problematice vyzná a pomůže najít správné řešení.

Právě proto připravila Charita Veselí nad Moravou [praktického průvodce pro začínající pečující](#). Jeho doporučení mohou využít lidé po celé České republice.

Pomoc máte blíž, než si myslíte

„Pomoc máte blíž, než si myslíte. Nebojte se zeptat, pomůžeme.“ To je motto kampaně, kterou Charity z Olomoucké arcidiecéze představily počátkem července při Dnech lidí dobré vůle na Velehradě.

Na přípravě tématu spolupracovaly [Charita Konice](#), [Charita Kroměříž](#), [Charita Moravská Třebová](#), [Charita Uherský Brod](#), [Charita Veselí nad Moravou](#), [Charita Zábřeh](#) a metodické oddělení [Arcidiecézní charity Olomouc](#). Společně představily zkušenosti z každodenní práce s lidmi, kteří pečují o své blízké v domácím prostředí.

Pracovníci Charit se shodují, že pečujícím často pomůže už konzultace se zkušeným koordinátorem, který jejich situaci nezávisle posoudí a doporučí vhodné řešení.

Když si pečující potřebují odpočinout

Odlehčovací služby umožňují pečujícím vyřídit si nezbytné záležitosti, zajít k lékaři nebo si jednoduše odpočinout a načerpat síly.

Například Charita Uherský Brod provozuje domácí odlehčovací službu pro lidi se sníženou soběstačností z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení. O tyto lidi jinak doma pečují jejich blízcí. Součástí služby je také specializované pracoviště ve Strání.

Praktická pomoc a sdílení zkušeností

Podpora pečujících má mnoho podob. Charita Strážnice pořádá **svépomocná setkání pro lidi**,

kterí pečují o své blízké s duševním onemocněním.

Praktickou pomoc nabízí také výcviková místnost, kterou provozuje [Charita Strakonice](#). Zájemci se zde mohou zaškolit v dovednostech potřebných při péči o seniory s omezenou schopností pohybu. Pracovníci Charity jim zároveň pomohou s výběrem vhodných kompenzačních pomůcek a ukážou, jak je správně používat, aby byla každodenní péče bezpečnější a jednodušší.

Síť služeb po celé republice

Podpora pečujících je součástí široké sítě služeb Charity Česká republika. Podle výroční zprávy za rok 2025 provozuje Charita:

- **113** středisek terénní pečovatelské služby,
- **24** ambulantních pečovatelských služeb,
- **41** denních stacionářů,
- **3** týdenní stacionáře.

Tyto služby mají celkovou kapacitu více než 18 000 klientů a pomáhají lidem zůstat co nejdéle v domácím prostředí. Současně poskytují potřebnou podporu jejich rodinám a blízkým.

Péče o druhého člověka je náročná a dlouhodobá. Charita proto usiluje o to, aby na ni nikdo nemusel zůstat sám. Ať už jde o odborné poradenství, odlehčovací služby nebo praktickou pomoc, cílem je podpořit nejen člověka, který péči potřebuje, ale také toho, kdo ji každý den poskytuje.

<https://www.charita.cz/aktuality/z-domova/kdo-pecuje-o-pecujici>