**Spektrum najdôležitejších informácií o združení ČERVENÝ NOS Clowndoctors**

* **Poslaním o. z. ČERVENÝ NOS Clowndoctors je prostredníctvom klaunského umenia prinášať radosť a smiech tým, ktorí to potrebujú.**
* Občianske združenie ČERVENÝ NOS oficiálne vzniklo 7. 4. 2004, už rok predtým Gary Edwards prijal výzvu MUDr. Daniely Sejnovej, ktorá bola v tom čase primárkou Kliniky detskej hematológie a onkológie DFNSP v Bratislave, aby priniesol projekt zdravotných klaunov aj na Slovensko. Prvé klauniády realizovali už v roku 2003 spočiatku štyria  klauni (vyškolení  Gary Edwardsom) na bratislavských Kramároch pod jeho vedením.
* Postupne sa tím aj počet klauniád a navštevovaných oddelení a nemocníc rozširoval. Dnes už tím **vyše 60 zdravotných klaunov** navštevuje **viac ako 50 nemocníc** po celom Slovensku (čiže takmer všetky detské oddelenia) a liečebné zariadenia.
* V nemocniciach ich stretnete každý pracovný deň, ale aj počas sviatkov. **Za mesiac** zrealizujú vyše **230 zdravotných klauniád**.
* Za svoje aktivity boli ocenení v decembri 2017 **verejnou ochrankyňou ľudských práv.**
* Predsedníčka združenia MUDr. Katarína Šimovičová získala ocenenie  Slovenka roka 2018 v kategórii **Charita aj Absolútna Slovenka roka 2018.**
* V októbri 2019 získalo združenie ocenenie **Senior Friendly** za svoje dlhoročné aktivity so seniormi
* Pavel Mihaľák, umelecký riaditeľ bol za rok 2019 medzi tromi nominovanými na **Krištáľové krídlo v kategórii Filantropia.**

**Hlavný program združenia:**

* **Pravidelné zdravotné klauniády pre hospitalizované detí**

Zdravotné klauniády podporujú psychickú pohodu detí v nemocničnom prostredí a tým prispievajú k zlepšeniu ich celkového zdravotného stavu. Cieľom týchto návštev je priniesť dobrú náladu a smiech do nemocničného prostredia a pomôcť deťom odpútať sa od bolesti a traumy z toho, že nie sú vo svojom domácom prostredí s rodinou.

Humorom pomáhajú zdravotní klauni a klaunky prekonávať aj ich strach z rozličných procedúr, vyšetrení a liečebných zákrokov, ktoré musia absolvovať. Svojimi návštevami chcú myšlienkovo oddeliť malého pacienta od jeho choroby a vtiahnuť ho do sveta fantázie, keď sa nemocničná izba premení napr. na vesmírnu loď, rozprávkový zámok či koncertné pódium, kde hlavnú rolu hrá práve malý pacient za asistencie dvoch zdravotných klaunov. Pri starších pacientoch sa  klauni vedia tematicky aj žargónovo preladiť tínedžerov a hoci je to náročnejšie než u menších detí, dokážu ich upútať aj rozosmiať.

**Špeciálne programy združenia:**

* **Ambulantné klauniády:** Pre deti čakajúce s rodičmi pred odbornými ambulanciami lekárov. Úlohou klaunov je  vytrhnúť ich z nudy, strachu z očakávaného vyšetrenia, alebo únavy z choroby.
* **N.O.S.:** Zdravotný klaun v rámci tohto programu sprevádza **N**a **O**peračnú **S**álu dieťa. Cieľom je malých pacientov odpútať od bolesti, úzkosti a svojím humorom navodiť psychickú pohodu, ktorá je pred chirurgickým zákrokom veľmi potrebná. Klauni dokážu svojím prístupom odreagovať aj sprevádzajúceho rodiča, ktorý je často v ešte väčšom strese, ako jeho dieťa.
* **Cirkus Paciento:** Týždňový program so záverečným vystúpením pre dlhodobo hospitalizované deti v liečebných zariadeniach a na onkologických a psychiatrických detských oddeleniach nemocníc, ktorých cieľom je hlavne vzbudiť v pacientoch záujem o život a zvýšenie sebadôvery.
* **Fidlikára:** Pripravené predstavenie pre autistické deti a deti s ťažkým a kombinovaným postihnutím, ktoré realizujeme na špeciálnych základných školách. Zameriava sa hlavne na podnietenie zmyslových vnemov.
* **Prezuvky máme:** Program pre ťažko choré deti v dlhodobej intenzívnej domácej či paliatívnej starostlivosti. Zmyslom návštevy je poskytnúť chorému dieťaťu a jeho rodine duševnú podporu a vniesť radosť do ich domova.
* **Smiech nepozná vek:** Pravidelné návštevy seniorov v domovoch seniorov alebo na geriatrických oddeleniach nemocníc. Klauniády pre skôr narodených majú priniesť ľuďom vo vyššom veku, často osamelým v liečebných zariadeniach a zariadeniach sociálnych služieb, potešenie, vzpruhu a hlboký emocionálny zážitok, ktorý sa vymyká z bežného rámca ich všedných dní. Zdravotní klauni môžu vďaka pestrosti svojich pováh a charakterov, rovnako aj svojho repertoáru tém, povzbudiť v starších ľuďoch chuť k citovým prejavom. Nenásilne ich nútia pracovať s pamäťou a celkovo ich podnecujú k väčšej duševnej a fyzickej aktivite.
* **Varieté:** trojdňový program pre seniorov v domovoch sociálnych služieb, ktorí v spolupráci s klaunmi nacvičujú hudobné, tanečné či estrádne čísla, aby ich predviedli počas Varieté pre ostatných klientov zariadenia, personál a rodinných príslušníkov. Cieľom je motivovať seniorov k novým zážitkom, ktoré prinesú sebe aj ostatným.
* **Program pre dospelých pacientov:** Je realizovaný raz ročne počas jesene. Chceme v ňom priniesť dúšok radosti a rozptýlenie v ťažkých chvíľach dospelým pacientom, ale aj ich blízkym, prevažne na onkologických oddeleniach.
* **Program pre dospelé psychiatrické pacientky:** pravidelné návštevy ženského oddelenia Psychiatrickej nemocnice P. Pinela v Pezinku. Je to pomerne nový program, ktorý vznikol na základe našich skúseností s detskými psychiatrickými pacientami  a seniormi. Cieľom programu je priniesť pacientkam nové zážitky, vzbudiť chuť do života a podporiť tak tradičné metódy liečby.
* **Vzdelávacie semináre:** Pre zdravotnícky personál. Cieľom vzdelávacích seminárov je poskytnúť zdravotníckemu personálu, ktorý je v každodennom kontakte s detskými pacientmi, možnosť praktického tréningu v špeciálnych technikách terapie humorom. Neučíme personál klaunskému umeniu, ale ponúkame im možnosť vedieť prijať, rozumieť a používať humor ako komunikačný nástroj skĺbený s ich terapiou.
* **Zážitkové workshopy:** Sú určené najmä personálu seniorských zariadení. Vďaka zážitkovému workshopu a špeciálnym pomôckam sa jeho účastníci stanú na pár hodín seniormi, čo im dokáže prehĺbiť empatiu a zlepšiť komunikáciu so seniormi, keďže sa po tomto workshope vedia viac vžiť do ich kože.
* **Emergency smile:** Program pod gesciou Red Noses International, do ktorého sa často zapájajú aj naši klauni. Ide o misie do oblastí, ktoré boli postihnuté vojnou alebo prírodnou katastrofou, a klauni prinášajú ich obyvateľom (deťom či dospelým) psychickú podporu (napr. Ukrajina, utečenecké tábory v Grécku, štáty v Afrike, Kirgizsko…)
* **Klaunská návšteva online:** Program vznikol ako reakcia na obdobie pandémie koronavírusu, kedy zdravotní klauni nemohli navštevovať nemocnice. Je šitý na mieru pacientovi, ktorí sa môže stretnúť so zdravotnými klaunmi prostredníctvom videohovoru vo vopred stanovenom čase rezervovanom na [www.cervenynos.sk](http://www.cervenynos.sk).

Viac informácií o jednotlivých programoch nájdete aj na [www.cervenynos.sk](http://www.cervenynos.sk)

**Humor berieme vážne**

**Improvizácia, ale aj neustále vzdelávanie a zdokonaľovanie**

Zdravotných klaunov vyberáme veľmi precízne a výberový proces, ktorý prebieha formou workshopu aj za účasti zahraničných lektorov, má niekoľko kôl, pričom sú na uchádzačov a uchádzačky kladené vysoké nároky. Zohľadňujeme  pritom nielen ich umelecké, ale aj osobnostné predpoklady. Hovoríme, že **klaun má mať Empatiu väčšiu ako Ego** – musí si vedieť zo seba urobiť žart a zároveň byť veľmi ľudský, citlivý a hlavne empatický. Podmienkou je aj vek nad 23 rokov a dobrý zdravotný stav.

Výberovým workshopom však vzdelávanie nekončí. Klauni sú **aj naďalej pravidelne školení** v oblasti klaunských či hudobných zručností, ale aj rôznych detských a seniorských diagnóz, ako i v psychológii. Neustále vzdelávanie je zárukou rastúcej profesionality a kvality tímu zdravotných klaunov a klauniek. To je už v súčasnosti potvrdzované aj certifikátom.

Umeleckí riaditelia jednotlivých organizácií profesionálnych zdravotných klaunov v spolupráci s Red Noses International vypracovali so zámerom zvyšovania a potvrdzovania kvality klaunskej práce aj presný model vzdelávania. Zahŕňa stovky hodín klaunovania v nemocniciach, prednášok a workshopov povinných pre všetkých profesionálnych zdravotných klaunov. Tí ich musia v istom časovom úseku svojho pôsobenia v združení absolvovať, aby získali certifikát profesionálneho zdravotného klauna, ktorý bude podmienkou pre ich pôsobenie v združení.

Okrem vzdelávania im združenie zabezpečuje aj odbornú psychologickú supervíziu - skupinovú a v prípade potreby aj individuálnu.

**Ako vyzerá klauniáda**

Zdravotná klauniáda trvá tri až štyri hodiny. Vždy začína konzultáciou so zdravotným personálom o psychickom a zdravotnom stave pacientov, dezinfekciou rúk a rekvizít. Potom už zdravotní klauni zaklopú na dvere nemocničnej izby a opýtajú sa, či môžu ísť ďalej. Zdravotná klauniáda môže začať, nezáleží na veku pacientov. Pre každého majú zdravotní klauni pripravené množstvo kúziel, pesničiek, zaujímavých „liečebných metód“ a nečakaných humorných a zábavných situácií. Klauniáda je založená na improvizácii v konkrétnej situácii. A práve to vyžaduje mnoho trénovania. Nezabúda sa ani na **hygienické zásady** – ide o jedno z prvých odborných školení, ktoré musia klauni pred vstupom do klaunského tímu absolvovať.

**Zdravotní klauni z ČERVENÉHO NOSA sú veľmi obľúbení nielen medzi deťmi,** ale aj ich rodičmi a zdravotníckym personálom v nemocniciach na celom Slovensku. Najčastejšie reakcie od rodičov sú, keď nám ďakujú, že po dlhom čase videli svoje dieťa zasmiať sa. To aj rodičom samotným zlepší náladu a dodá novú energiu zvládať aj nepriaznivú situáciu vyplývajúcu z choroby a hospitalizácie ich dieťaťa.

Každý zo 60 zdravotných klaunov má svoje typické **klaunské meno a titul** - v nemocnici môžete stretnúť napr. doktora Špenáta, sestričku Tabletovú, doktorku Frčku Strelenú, sestričku Prdelkovú, doktora Gipsa, sestričku Šťastnú, primárku De Menciu, či asistenta Blšku..... (profily všetkých klaunov nájdete na <https://cervenynos.sk/zdravotni-klauni/nasi-zdravotni-klauni/>.

Obvykle klaunujú vo dvojici. Okrem **červeného nosa** nevyužívajú typickú klaunskú masku - tváre si nemaľujú, využívajú skôr doplnky ako napríklad výrazné okuliare či smiešne pokrývky hlavy. Klaunské meno, ale aj kostým má vystihovať ich **klaunský charakter**.

Jeho neodmysliteľnou súčasťou v nemocnici je biely plášť s logom ČERVENÝ NOS Clowndoctors a rôznymi zábavnými doplnkami a rekvizitami, ktoré tento charakter podčiarkujú. Jeho úlohou je, okrem iného, prekonať strach z bieleho lekárskeho plášťa.

**Zdravotní klauni sú súčasťou nemocníc a partnermi pre personál**

Počas 17 rokov pôsobenia na Slovensku sa zdravotní klauni stali už pravidelnou a samozrejmou súčasťou detských oddelení nemocníc. Treba však podotknúť, že **napriek bielemu plášťu a klaunským menám s titulom doktor či sestra,** sa zdravotní klauni nestavajú do pozície skutočných lekárov. Prostredníctvom smiechu neliečia doslovne, avšak smiech a humor využívajú na podporu psychickej pohody, uvoľnenia stresu a úzkosti, deti pri nich zabúdajú na bolesť aj strach. Aj preto ich mnohí **lekári považujú za partnerov**, ktorí pomôžu napríklad pred operáciou dieťa (aj rodičov) uvoľniť. A smiech a psychická pohoda môže podporiť v mnohých prípadoch aj samotný liečebný proces.

Počas jari bolo možné stretnúť zdravotných klaunov aj v niektorých **očkovacích centrách, kde pomáhali eliminovať stres a nervozitu** tým, ktorí sa prišli dať zaočkovať, ale personálu.

**História myšlienky zdravotných klaunov**

História zdravotných klaunov sa začala písať v **roku 1986** **v New Yorku**, **keď Michael Christensen** prišiel s nápadom pravidelných návštev klaunov na detských lôžkových oddeleniach.  Stalo sa tak v presbyteriánskej nemocnici v New Yorku a práve tu sa po prvýkrát na svete overila táto myšlienka v praxi. Zistilo sa, že pravidelné návštevy klaunov prispievajú k zlepšeniu psychického, a teda aj celkového zdravotného stavu pacientov. Založil organizáciuBig Apple Clown Care Unit, ktorá už združovala profesionálnych zdravotných klaunov.

Ďalšie informácie: [www.cervenynos.sk](http://www.cervenynos.sk)

**Financovanie aktivít**

Aktivity zdravotných klaunov sú financované najmä príspevkami od **individuálnych darcov.** Finančnú podporu získava združenie aj prostredníctvom 2% z dane, v menšej miere z grantov či firemných darov.

Pre nemocnice a ostatné zariadenia sú aktivity poskytované bezplatne.

Kontakt pre médiá: Martina Dobšinská Novomestská: 0948 002 200

[martina@cervenynos.sk](mailto:martina@cervenynos.sk)