



TRUBAČ

CHARITY ČESKÝ TĚŠÍN

Č. 3/14



Podzim

Život je jako paleta barev, každý den použiješ jinou barvu, která má plno odstínů a je jen na tobě jaký odstín použiješ dnes!

A je to tady. Léto je definitivně pryč. Mé milované léto a s ním i slunce, teplo, květiny a pozitivní nálada. Teď už nás čeká jenom chladno, bláto, mokro a šero. Chtěla bych být medvěd, usnout a probudit se zase až bude hezky...

Ale je to skutečně objektivní pohled na podzim? Když se podívám z okna, vidím jasné modrou oblohu, sluneční svit a větve jabloně s posledními jablky a již lehce zabarvenými lístky. Při pohledu na ně si uvědomuji, jak ráda brouzdám lesem s nohama po kotníky zabořenými v hromadách všemi barvami hrajícího listí. Těch barev se nemůžu nabažit, ta jejich teplota a pestrost, která při dopadu slunečních paprsků doslova pohladí duši. Ale co když je mokro a zataženo, že...

Neznám však lepší pocit, než přijít domů z chladného počasí a ponořit se do horké vany. Nebo se zabalit do deky, uvařit si teplý čaj a při čtení knihy poslouchat uklidňující zvuk kapek deště, dopadajících na sklo okna. V létě, když je hezky, je člověku líto zůstat doma, tak pořád něco podniká, vyrazí za sluncem a různými aktivitami. Není pak lepšího období na užívání domácího klidu a pohody, než chladných podzimních večerů. Takže nakonec to s tím podzimem nevidím až tak černě.

Podzim je myšlenkově spjat se stárnutím, a tak se okolo stárí bude točit i naše podzimní číslo – zamyslíme se nad stářím jako takovým, přestavíme si terénní služby pro seniory a zaměříme se i na dušičky.

Jana Dybová

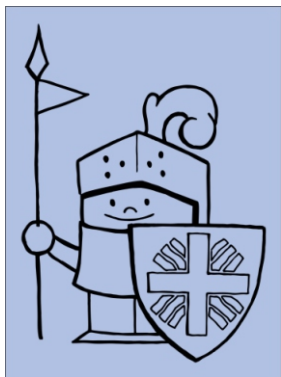


CHARITA
ČESKÝ TĚŠÍN

Týden terénních služeb

Charita Český Těšín pořádá od 1. do 10. října 2014 akci s názvem Týden terénních služeb. „Cílem akce je přiblížit služby terénní péče veřejnosti. Umožnit seniorům a lidem s omezenou soběstačností vyzkoušet si bezplatně v praxi, co tyto služby nabízejí a v čem jim mohou pomoci. V praxi se totiž občas setkáváme s tím, že jsou tyto služby (pečovatelská, asistenční) vnímány s mnoha předsudky a nepochopením. Chceme tak dát možnost si je zdarma a bez závazků vyzkoušet.“ popisuje ředitel Charity Český Těšín Martin Hořínek ideu celé akce.

Noví zájemci o služby terénní péče (Charitní pečovatelská služba, Charitní asistence, Charitní ošetrovatelská služba), kteří se na českotěšínskou Charitu v daném termínu obrátí, budou mít první 3 úkony (návštěvy pečovatelek/asistentek) zdarma. Navíc budou po celou dobu této akce připraveny k bezplatnému zapůjčení kompenzační pomůcky a bude provedeno zaškolení rodin a blízkých seniorů či osob se sníženou soběstačností v základní péči, manipulačních a polohovacích technikách.



Grandík Charity Český Těšín je připraven pomoci

Charita Český Těšín přichází s novým projektem – systémem malých grantů nazvaným Grandík. „Grandík je nový přírůstek do naší charitní rodiny. Je to malý rytíř, který chce svým malým dílem pomoci těm, kteří se potýkají se svými vlastními omezeními. Naším posláním je pomáhat a Grandík je novým nástrojem, jak našeho poslání dosáhnout.“ popisuje ředitel Charity Český Těšín Martin Hořínek a dodává: „Je to systém malých grantů z tzv. Fondu pomoci, které jsou určeny osobám s fyzickým či mentálním omezením. Naším cílem je, aby jim finanční prostředky, které takto rozdělíme, pomohly v překonávání bariér v jejich každodenním životě. Pro tuto cílovou skupinu žádnou službu neposkytujeme, a tak je chceme podpořit alespoň prostřednictvím Grandíka.“

Grandík Charity Český Těšín byl vyhlášen 3. 9. 2014 a žádosti o finanční příspěvek je možné zasílat do 10. listopadu 2014. „O finanční příspěvek mohou žádat fyzické osoby české státní příslušnosti bez omezení věku, žijící v domácím prostředí s trvalým bydlištěm na území působnosti Charity Český Těšín. Učiní tak na formuláři, který je k dispozici na našich stránkách, či na vyžádání. Finanční příspěvek je maximálně 10 tis. korun a o jeho přidělení bude rozhodovat komise dle schváleného postupu. Pro letošní rok chceme takto rozdělit 80 tis. korun.“ sděluje projektová manažerka Charity Český Těšín Věra Faixová.

Další informace, stejně jako formulář žádosti o finanční příspěvek jsou k dispozici na našich webových stránkách.

Charitní bazárek – kterak jsme ho budovali

Tento rok, rok 2014 není v Charitě Český Těšín nouze o nové služby. Jednou z nich je Charitní šatník. Klíče jsme dostali od města Český Těšín dne 9. 9. 2014 a stanovili jsme si datum otevření na 1. 10. Jeli jsme si prostory hned obhlédnout a rozhodli jsme se, že se aktivně do vybudování šatníku zapojíme jako dobrovolníci a uděláme ho svépomocí. Vedoucí nové služby Šárka Jonsztová zorganizovala hned na sobotu a neděli brigádku a načrtla nám svoji vizi šatníku jako příjemného čistého prostoru pro výběr oblečení a to nejen pro sociálně slabé občany, ale i pro širokou veřejnost. Vize nás zaujala. V sobotu jsme dorazili v plném počtu tří já, Šárka, Roman a vrhli jsme se na oškrabání barevných zdí s motýlky a broučky. V neděli se připojil ještě Vojta a v zápalu práce nám jednu oškrabanou stěnu celou rozbořil, je to prostě „Demolition man“. Rozbořenou zeď dal samozřejmě znovu do pořádku, protože je šikovný a zručný. Ve čtvrtek pan ředitel oškrabané místnosti vymaloval na bílo. V sobotu jsme do prostor navozili starý charitní nábytek, který jsme natřeli na bílo a dvě skříňky jsme oblepili novinami. Dále se natírali dveře, zárubně, topení, tentokrát se přidala i naše metodička Jana Suszková a moje spolupracovnice paní Prokopová. Ještě není vše hotovo. Chceme prostor oživit starými pomalovanými dveřmi, na které pověsíme rybářskou síť a tuto dekoraci použijeme jako základnu pro náušnice a jiné šperky. Manžel Lenky Zahradníkové nám udělá částečné vybavení z trubek, zbytek regálů dodělá Roman a uplatní přitom své stolařské dovednosti. Těšíme se, až se nám šatník vyloupne v celé své kráse. Ale čeká nás ještě plno práce, práce, která nás baví. Už doma shromažďujeme oblečení, které nenosíme a v šatníku jistě najde své uplatnění, proto i Vy můžete darovat oblečení, hračky, nádobí, knihy, ať tyto věci mohou ještě posloužit ostatním. Děkujeme Všem za spolupráci a zveme srdečně všechny do šatníku a přejeme příjemný výběr oblečení a jiných věcí.

Andrea Branná



Prázdninový turnaj ve stolním fotbálku

Letní prázdniny jsme v Charitním středisku "Kometa" zahájili turnajem ve stolním fotbálku. Děti z Komety si sami o tento turnaj delší dobu říkali, protože denně poctivě „trénují“. A tak jsme v pondělí 30. 6. 2014 pro ně tento turnaj uspořádali.

Turnaje se zúčastnili jak mladší tak i starší klienti. Hrál se ve dvojicích tak, aby síly soupeřů byli vyrovnané. Rozhodování o vítězi nebylo vůbec jednoznačné, protože výsledky byly skoro shodné. Nakonec nikdo neodešel bez sladké odměny, a bez hezkých zážitků ze hry.

Alena Díčíková

Letní horké počasí trávené na zahrádce

Léto v této době ukázalo svou sílu a konečně mladší ročníky potěšilo opravdu teplými dny. Už ne tak s velkými kladnými ohlasy na horké počasí se setkáváme v domovech pro seniory, ale i přesto se v Charitním domě pokojného stáří našlo pár příznivců letního počasí

Létomilci společně vyrazili posedět si v zahradním altánku na charitní zahrádce. Opustili tak vyhřáté pokoje a šli se provětrat a načerpat nové síly. V altánku se probírala různá témata a bylo hned veselo. Nezahálela ani houpačka, i ta byla plně využita. Odpoledne krásně proběhlo a „nová parta seniorů“ se už domlouvala na příští posezení :-)

Ilona Kaszperová



Výlet na Čantoryji

Dne 18. června jsem pro naše seniory z Charitního domu pro seniory připravila výlet na jednu z nejvyšších hor v blízkém okolí. Velká Čantoryje má 995 m n. m. a je okrasou obce Nýdek. Po předchozí domluvě se starostou obce a vedoucím z lesní správy se mohla tato akce pro naše klienty uskutečnit.

Brzy ráno jsme vyrazili v hasičském autě našich místních hasičů, kde nám dělal osobního řidiče pan Vojar. Před odjezdem nám přišla popřát vše dobré na cestu i paní vedoucí našeho domova.

Na samotném vrcholu Velké Čantoryje byla v roce 2002 postavena kovová rozhledna, která je 29 metrů vysoká. Výška vyhlídkové plošiny je 21 metrů a je z pěti pater. Po menším seznámení s historií a současností obce, bájích o hoře Čantoryje a jejích spících rytířích, měli všichni možnost dle svých sil vyjít i na rozhlednu. Někteří klienti vyšli jen do prvního patra, ale našel se i takový pan Adamiec, který zvládl třetí patro. Smekám před těma, co zdolali samotný vrch rozhledny, tedy paní Kočendovou a panem Kočendou.



Byl to velmi krásný slunný den. Některé klienty to velmi nabudilo, že ve svém věku mohli být v tak krásném prostředí. Již teď vím, že ti, kdo se této akce zúčastnili budou vzpomínat do smrti. A děkuji i Pánu Bohu a všem andělům strážným, že tento den proběhl bez nepříjemností.

Emilie Vitásková

Prázdniny v Domečku

Děti z Charitního domu pro matky v tísní se o prázdninách v žádném případě nenudily. Navštívili např. Zverimex, kde si mohly prohlédnout různé živočichy. Vyzkoušely také vaření kukuřice, která všem moc chutnala. Celé prázdniny chodily cvičit s paní Pawerovou, aby si rozhýbaly svá tělíčka. A celé léto malovaly s maminkami a pracovníci Domečku kamínky. Kurz vaření byl samozřejmě i v měsíci srpnu, pekl se výborný ostružinový koláč, chleba a švestkový koláč.

Koncem srpna se v Charitním domě pro matky v tísní snažili zpestřit poslední prázdninové dny účastí na různých akcích, které organizovalo město Český Těšín, DDM, Městská knihovna, nízkoprahové zařízení Střep a jiné.



Děti chodily především na výtvarné akce do knihovny, byly kreslit v přírodě na Těšínské přehradě, zajezdily si v jízdárně na koních. Pracovnice Muzea Český Těšín Mgr. Strakošová a paní Podstawková pro ně zorganizovala přednášku o zvířátkách, o tom co jí, jak je správně krmit a na ukázkou i pár zvířátek i přinesly. Tímto velice děkujeme.

A v neděli dne 7. září proběhlo v Domečku symbolické zakončení léta. Maminky si nakoupily špekáčky na opékání, připravily oheň a dětem

špekáčky ugrilovaly. Mezitím pracovnice paní Pawerová s dětmi postavila krásný hrad z písku a připravila pro ně soutěže, aby jim čekání na jídlo rychle uteklo. Tak děti kreslily obrázky křídou, běhaly s pingpongovým míčkem na lžičce a oprášily hraní na trakaře. Chtěli bychom poděkovat bývalé klientce paní Pojmonové, která byla vydatným pomocníkem při těchto aktivitách. Všem se odpoledne moc líbilo.

Andrea Branná

Slunné smažení vaječiny

Charitní dům pro seniory v Hnojníku uspořádal 7. července 2014 pro své klienty již tradiční smažení vaječiny. Celá akce proběhla před naším zařízením venku u altánu.

Samotného smažení vaječné pochoutky se ujala sama paní vedoucí. Po ochutnávce vaječiny v altánu se nám zachtělo si i pěkně zazpívat. Bylo to velmi pěkné slunné odpoledne, a jak znělo z úst našich klientů po skončení akce, při loučení a vřelém děkování: „Vymodlené jsme měli počasí“.

Emilie Vitásková

Seniorům se na Sv. Kopečku líbilo

V pondělí 23. června se sešli klienti z Charitního centra pro seniory, jak z Českého Těšína, tak tentokrát poprvé i z přidruženého střediska z Havířova, v regiojetu směřujícím do Olomouce. Bylo hezké počasí a ve vlaku panovala výtečná nálada.

Když jsme dorazili na Sv. Kopeček naši klienti se rozdělili na dvě skupiny, jedna část zamířila do ZOO a ta druhá do baziliky. Našli se však i takoví, kteří stihli obojí. Při zpáteční cestě si klienti mezi sebou sdělovali zážitky a dojíždali svačiny. A my, pracovníci, se jen těšíme, že výtečná nálada vydržela až do konce a ve zdraví jsme všichni přijeli domů.

Bohuslava Eichlerová a Stanislav Laža.



Komeťácký výlet s přespáním.

S dětmi z Charitního střediska „Kometa“ jsme se ve dnech 12. – 13. 9. 2014 vydali na dvoudenní výlet do Mostů u Jablunkova. S batohy a spacáky jsme se sešli v pátek odpoledne na nádraží v Karviné, odkud jsme vyrazili vlakem do Mostů u Jablunkova.

Ubytování jsme byli ve farním domě vedle kostela. Bylo to tam sice obyčejné, ale zato moc pěkné, a děti zde měli dost prostoru, kde se dále hrát různé hry, když venku přšelo. K večeru se počasí trochu umoudřilo, tak jsme vyrazili na procházku po okolí. Těšili jsme se už na večeri, protože nám z procházky vyhládlo. Po večeri jsme si ještě zahráli nějaké hry a povídali jsme si. Pak už jen vyčistit zuby a spát :-)

Druhý den ráno po snídani jsme chtěli vyrazit do Ski areálu v Mostech, kde jsou různé atrakce pro děti: trampolíny, střelba z luku, aquazorbing apod., ale počasí nám opět nepřálo, celé dopoledne přšelo, tak jsme pro děti připravili další hry a soutěže, a kdo nechtěl nic hrát, mohl si malovat nebo plést náramky z gumiček. Před obědem nakonec na chvilku vykouklo sluníčko, tak jsme malou procházkou pomalu šli na oběd. No a po obědě, i když se nikomu nechtělo, jsme museli na vlak a zpátky domů do Karviné. Ve vlaku jsme si řekli, že i když nám počasí nevyšlo, tak to byl nakonec fajn výlet.



Alena Díčíková

Terénní služby Charity Český Těšín

V rámci terénních služeb nabízí Charita Český Těšín pečovatelskou službu, osobní asistenci a ošetrovatelskou službu. Všechny tyto služby jsou poskytovány seniorům a osobám se sníženou soběstačností v jejich přirozeném domácím prostředí. Mě zajímalo spíše než definice služeb, které si můžeme najít v zákoně nebo na internetu, jak na tyto služby pohlíží samotné pracovnice. Sešla jsem se tedy s pracovnicemi terénních služeb a zeptala se na informace, které mě zajímaly.

Charitní pečovatelská služba sídlí na ulici Hrabinská v objektu Charitního domu pokojného stáří. Pracovnice jsem navštívila v pondělí o půl sedmé ráno, kdy se pravidelně sejdou a rozdělují si, ke kterým klientům jednotlivé pracovnice půjdou. Každý klient má sice jednoho klíčového pracovníka, ale pracovnice se střídají, což vnímají jako pozitivum nejen pro sebe, ale i pro klienta. Přítomné byly paní Monika, Lenka a Alena. Kolektiv hodnotí jako dobrý, mají super vedoucí, které mohou důvěřovat, problémy, které nastanou, řeší hned, a tak jsou v práci spokojené. Služebně nejstarší je zde paní Alena. Když začínala, práce vypadala úplně jinak, jezdilo se na kole a šlo zejména o úklid. „Říkala jsem si, že tady dlouho nebudu, byly jsme lépe placené uklízečky, pak se to změnilo a dnes už jsem tady 19 let.“ Paní Monika nastoupila před pár lety. Všichni v jejím okolí ji obdivovali, je to potřebná práce a ne každý zvládne takové povolání vykonávat. „Já se utvrdila, že to je práce, kterou chci dělat.“ Klienti vždy pracovnice rádi uvítají. Dokonce mají klienta, který je v nemocnici, ale jeho paní chce, aby za ním chodily 2x denně i tam, dohlédly, aby se najedl, promazaly ho a společně si popovídali a necítil se tak osamocen.

Také mě zajímalo, jaký je rozdíl mezi pečovatelskou službou a osobní asistencí. Obě služby totiž poskytují velmi podobné úkony a nemohla jsem v nich najít rozdíl. Jak mi tedy pracovnice vysvětlily, rozdíl spočívá v délce poskytování služby. Zatímco pečovatelská služba poskytuje jednotlivé úkony, jako je hygiena, podání stravy, nákup, úklid apod., osobní asistence je časově delší, trvající i několik hodin a zahrnuje kromě péče i „vyplnění volného času“, např. čtením nebo procházkami. Osobní asistence probíhá pravidelně každý den.

Charitní ošetrovatelská služba se liší poskytovanými úkony. Jedná se o odbornou zdravotní péči. Velký rozdíl vnímají zdravotní sestry pracující v této službě mezi nemocniční a terénní zdravotní péčí. Klienti jsou ve svém, spokojenější a ani ty injekce jim nevadí tolik jako třeba v nemocnici. Rádi pracovnice přivítají, chtěli by, abychom si vždy daly kávičku a společně si popovídali, ale na to bohužel není čas. Klienty si také nerozdělují, nestanovují ani klíčového pracovníka.



Pouze si vždy den předem rozdělí, které klienty budou mít na starosti. Denně navštíví 20 – 30 klientů, stává se, že někdy i více. Služba také funguje nonstop i během víkendů, klienti se tak mohou kdykoli dovolat na dostupnou telefonní linku. „Občas volají i v noci. Už se mi stalo, že jsem musela jet ke klientovi o půl třetí v noci a podruhé v pět ráno. Naštěstí se nejednalo o nic vážného“, dodává příklad z praxe vedoucí služby Beáta Dulawová. Všechny kolegyně se shodly, že nejnáročnější je jezdit v zimě auty po méně přístupných terénech, musí třeba nasazovat řetězy, i orientovat se v mapách, když jezdí k novým klientům. Také mají klíče od klientů, kteří nemohou chodit nebo chodí obtížně. Někdy je problém klienta v domě najít, jindy zase musí přelézt plot, nebo vyšplhat na balkón, když zůstanou klíče v zámku zevnitř a klient není sto dveře otevřít.

Po tom, co jsem se o práci v terénních službách dozvěděla více a vyslechla si některé zážitky „ze života“, působí na mě tato práce jako úctyhodná a zodpovědná a člověk se zde rozhodně nenudí.

Věra Faixová



Rozhovor s Beatou Dulawovou – vedoucí Charitní ošetrovateľské služby

Na začátek oblíbená otázka: „Jak dlouho pracuješ v Charitě Český Těšín?“

Zrovna 1. 9. jsem měla výročí 5 let práce v Charitě, takže od roku 2009.

Odkud jsi do Charity přišla?

Nastoupila jsem po 8 – leté mateřské dovolené. Před mateřskou jsem pracovala v nemocnici v Karviné a v Třinci na Podlesí jako sálová sestra.

Proč ses nevrátila zpět do nemocnice?

V Karviné se chirurgie zrušila a v Třinci jsem měla smlouvu na dobu určitou, tam mi pracovní poměr skončil a hlavně jsem chtěla být s dětmi a vůbec jsem nepočítala, že se do zdravotnictví vrátím.

Jak ses o práci v Charitě dozvěděla?

Bylo to velice složité, informace ke mně doputovala ze Slovenska a na Slovensko zase z Českého Těšína. Svět je malý. Rozhodovala jsem se, zda nastoupit na kožní ambulance k MUDr. Petrášové nebo do Charity a zvítězil zkrácený úvazek v Charitě. Měla jsem malé děti a z počátku jsem pracovala pouze na 4 hodiny, ale úvazek se mi postupně stále navyšoval.

Kde jste jako ošetrovatelská začínali?

Když jsem nastoupila, byly jsme zde jen dvě, protože v tu dobu byl velký odliv pracovníků a začínaly jsme na Štefáníkové ulici, potom jsme se přestěhovaly na Jablunkovskou, poté na Mírovou a dále, kdo ví? Stěhování je pozitivní pouze v tom, že se zbavíme všech nepotřebných věcí.

Ohlédnutí zpět

Když se podívám zpět, vnímám pozitivně všechny změny, které nastaly. Po předchozím špatném vedení, kdy zde byl chaos, nějaká komunikace se začalo něco měnit. I když začátky byly rozpačité a chvíli trvalo, než jsme se všichni rozkoupali.

A nějaká negativa?

Nic negativního si nepamatuji, spíše jsem se musela naučit spoustu věcí, které jsem nikdy nedělala a nesouvisely s mojí profesí, jako je psaní metodik, účtování a jednání s pojišťovnami, tvorba manuálů. S oběma domovy mi přibýlo práce, protože pracoviště jsou od sebe vzdálená a nemám je tak pod kontrolou. Jestli mě něco rozčiluje, tak to je jednání s pojišťovnami a některými doktory.

Jaký máš tým?

Je nás 5 pracovníc v terénu, z toho jedna řádová sestra. 3 pracovnice nastálo na domovech a 3 pracovnice na dohodu. Známe se dlouho, v kolektivu spolu dobře vycházíme.

Přínos Charity jako organizace v Tvém životě?

Práci vnímám jako poslání, naučila jsem se dívat na svět jinými očima, vidím, jak staří lidé žijí, to jsem v nemocnici neměla možnost sledovat a vidím, jak i já mohu skončit. Nechtěla bych dělat nic jiného, tuto práci jsem si vysnila už v dětství. Mám ráda lidi a ráda s nimi pracuji, a když sedím jen v kanceláři, mám pocit, že dělám servis pro ostatní pracovníky, aby oni byli užiteční v terénu.



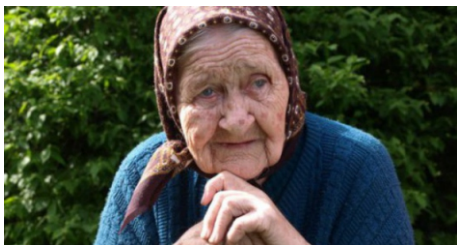
Můj pohled

Beatka je velmi pozitivně naladěný člověk, pořád se usmívá, je příjemná, vyzařuje z ní pohoda. Je vidět, že práce je opravdu pro ni náplní a posláním, že ji dobře rozumí a i přesto, že dělá věci, které předtím nikdy nedělala, dělá je dobře. Rozhovor proběhl ve velmi milé atmosféře. Děkuji

Adrea Branná

Stáří?

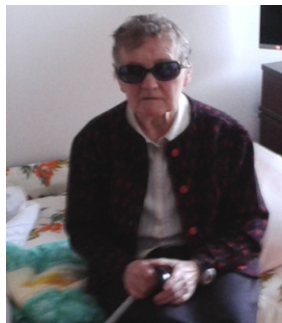
V souvislosti s Týdnem terénních služeb se tímto Trubačem prolíná téma zaměřené na péči o seniory a stáří jako takové. Co ale vlastně pojem stáří znamená? Jsou lidé, kteří jsou-li nazváni starými, cítí se dotčeni, jiní naopak cítí se hrdí být starými, tedy moudřími. Mnozí lidé stáří posuzují podle věku. Mezi těmito lidmi se představa stáří člověka pohybuje s ohledem na věkovou hranici jeho rodičů a prarodičů. Mladý člověk, kterému je například patnáct let, jeho rodičům přes třicet let a jeho prarodičům padesát let, má za starého člověka již padesátiletou osobu, tedy osobu, která odpovídá přibližně věku jeho prarodičů. A dítě, jehož rodiče přesáhli věkovou hranici čtyřiceti pěti let a jeho prarodiče sedmdesáti let, má za starého člověka opět člověka nad hranici šedesáti pěti let, tedy opět hranici, která přibližně odpovídá věkové hranici jeho prarodičů. Z biologického hlediska se věk na stáří však mnohdy neváže a věk je velmi nespolehlivým ukazatelem hranice stáří. Z tohoto druhu pohledu se stáří odvozuje podle celkového fyzického a psychického stavu jedince. Asi každý zná citát: „Starý jsi přesně tak, jak se sám cítíš.“ Co je na tomto rčení pravdy a jak je stáří vnímáno různými věkovými skupinami zaměstnanců a klientů Charity Český Těšín, zkusíme shrnout v následujícím textu.



Jako první jsem mohla na toto téma hovořit s paní Evženií, které za mlada neřekli jinak než Ženka a která bydlí v Charitním domě pokojného stáří. Evženie je veselá, velmi příjemná paní, které byste nikdy neřekli, že je na tomto světě již devadesátým druhým rokem. Na mou návštěvu se pečlivě připravila, nachystala si podrobné a velmi přesné vyprávění svého velice pestrého životního příběhu a na svůj stolek připravila dobové fotografie sebe, svých přátel a rodiny. Více než hodinu jsme si příjemně popovídaly a já se dozvěděla, že paní Evženie je v důchodu od svých 57 let. Celý svůj život tvrdě pracovala, nejdříve jako prodavačka, poté byla 25 let v koksovně. Společně s manželem opravili dům, postarala se o svou nemocnou maminku, otce a později i nemocného

manžela. Za svůj život zažila spousty radostí i strastí, jejichž vyprávění by vyžadovalo několik vydání Trubače. Počátky svého „stáří“, v tomto případě důchodového věku po smrti manžela Evženie prožívala na sídlišti, kam se přestěhovala z jejich společného domu. Veškerý volný čas vyplňovala tak, že pomáhala v kostele. Poté, co jí magistrát oznámil, že by měla svůj byt odkoupit nebo bydlet jinde, podala si žádost do pobytového zařízení do Fryštátu. Po dvou letech nastoupila do Charitního domu pokojného stáří, kde žije dodnes.

Svůj volný čas vyplňuje modlením, ráda chodí na mše. Občas si přepere prádlo a ponožky. Jelikož jí hůře slouží zrak, tak alespoň poslouchá televizní pořady, ráda má například seriál Ulice. Na oběd Evženie chodí z třetího patra zásadně po schodech a po jídle si dopřává odpolední spánek. V Charitním domě pro seniory se jí moc líbí, pečovatelky o ní mají zájem a celkově je v zařízení spokojena. Vlastně za celou dobu, co jsme spolu vedly rozhovor, si paní Evženie na nic nestěžovala. Na závěr jsem se Evženie zeptala, jestli si myslí, zda se má za svého stáří lépe než její maminka, o jejíž vážné nemoci mi podrobně vypověděla. Pro mě zcela překvapivě odpověděla, že nemá. Že maminka, přestože byla nemocná a nemohla chodit, a tedy celé dny ležela sama doma, než Evženie došla z práce, postarala se o dům a mohla se jí pak pozdě večer věnovat, nebyla sama, měla ji.



Další rozhovor na téma prožívání důchodového věku, resp. „stáří“ jsem vedla s paní Dagmar, které je 66 let a předcvičuje v Charitním centru pro seniory. Setkaly jsme se v centru těsně po skončení pohybového cvičení. Dagmar na mě působila velmi energicky a již při prvních větách popisu jejího velmi aktivního stylu života, jsem si uvědomila, že se slovu stáří v rozhovoru záměrně vyhýbám a bavíme se spíše o prožívání jejího důchodového věku. Toliko opět k vnímání relativního pojmu „stáří“.

Dagmar pracovala jako prodavačka květin a po změně majitele prodejny odešla do předčasného důchodu, který si dle jejích slov užívá 14 let. Díky svým 3 dětem má 4 vnoučata, za dvěma z nich, když byla malá, dokonce jezdila vždy na pár měsíců do Itálie. Dlouho se starala o svou zahrádku a od roku 2000 chodí pravidelně cvičit, což ji naplňuje. Již 5 let 2x týdně předcvičuje v Charitním centru pro seniory, předtím chodila cvičit v Horním Žukově, kde žije, ale cvičení tam zrušili. Do Charitního centra docházela na zumbu



a do budoucna je zde přihlášena na kurzy německého jazyka a taneční pro jednotlivce. S centrem také pravidelně jezdívá na různé výlety a exkurze. Se svým manželem žijí pestrým společenským životem, chodí pravidelně na plesy a zábavy, společně tráví čas s přáteli, pravidelně se schází na oslavy narozenin, vaječiny a výlety na hory. Dagmar se považuje za optimistku a nemá ráda, když si někdo zbytečně stěžuje. Když má zavzpomínat na stáří svých rodičů a prarodičů, tak prý žili zcela odlišně, do konce života pracovali. Její otec, bývalý havíř, si důchod příliš neužil, jelikož byl po mrtvici a brzy zemřel. Babička, která měla 10 dětí, celý život pracovala poli a zemřela již v 66 letech. Podle Dagmar to bylo dáno hlavně dobou a životním stylem.

Když jsem se ptala zaměstnanců, jak vidí sebe jako seniory, vnímala jsem obrovský rozdíl v přemýšlení pracovníků v přímé péči, např. v domově nebo terénní péči a mezi pracovníky, kteří pracují s aktivními seniory nebo jinými cílovými skupinami. Nejlepší srovnání mi nabídla paní Ilona, vedoucí Charitního domu pokojného stáří, která před mateřskou dovolenou pracovala jako vedoucí v Charitním centru pro seniory: „Když jsem dělala v centru, bylo to super, zdravotní stav dovolil seniorům být aktivní. Tady je to šílený rozdíl, klienti jsou nemocní, často nikoho nemají, nebo jejich rodiny nemají kapacitu na to, aby se o ně staraly.“ Na otázku, jak vidí sebe v seniorském věku, odpověděla: „Doufám, že dlouho vydržím při síle, budu doma, nebudu dceři přidělovat starosti, ale doufám, že se o mě postará. Kdybych však měla zůstat úplně sama, je dobře, že něco takového, jako je náš domov, je.“ Podobně své potenciální stáří vnímá zdravotní sestra v domově Barbara: „Vidím se v domku a v žádném případě nechci být v domově, ani v nemocnici, chci umřít doma.“ Vedoucí pečovatelské služby Lenka Zahradníková dodává, že dnes už lidé neumí přijímat smrt starých lidí. Dříve se umíralo doma a byla to samozřejmost. Zcela odlišně pojetí sebe sama jako starého člověka vnímá druhá skupina nepracující v přímé péči. Např. paní Bohunka z Charitního centra pro seniory rozhodně nechce být s dětmi: „Radši budu v domově, nejlépe v Hnojniku, a s kamarádem

budeme dělat závody na invalidních vozících.“ Podobně úsměvně vidí své stárnutí vedoucí Charitního střediska „Maják“ Lucka: „Já budu mít motorku a budu cestovat po Evropě s dlouhými bílými vlajícími vlasy. Kdybych byla marod na nohy, tak si koupím asi čtyřkolku.“ Její kolega Jirka si představuje klidnější stáří s hůlkou a se psem v parčíku s vnučaty nebo knížkou a doufá, že nebude nějak vážně nemocný. Jiní naši kolegové se vidí ještě v práci.



Co si z našeho malého průzkumu můžeme odnést? Stáří je, jak je již výše zmíněno, velmi relativní pojem závisející na fyzickém a psychickém stavu toho, kdo tento pojem vykládá. Jinak na stáří nahlíží mladí lidé, jinak lidé, kteří mají zkušenost s aktivními seniory a jinak ti, kteří denně pečují o nemocné. Důležitá je osobnost člověka a jeho předchozí životní zkušenost a hodnoty, které si z ní odnáší a které se během života vyvíjí a mění. Někdo je zdravý a scházejí mu blízcí, jiný má blízké a nedokáže si připustit, že by byl nemocný a jsou smíření nemocní, co jsou šťastní, že mají své strasti s kým sdílet. Jsou tací, co plánují nebýt na obtíž a jiní, co v žádném případě nechtějí být v cizím prostředí.

Podzim života jako život celý přináší spoustu radostí, ale i strasti a Charita Český Těšín se bude nadále snažit všem potřebným seniorům od jejich strádání, ať už je jakékoliv, odlehčit.

Jana Dybová, Věra Faixová

Připomínka mrtvých - Dušičky

Svátek mrtvých neboli lidově „Dušičky“ jsou podle křesťanské tradice vzpomínkou na zesnulé, kteří nedosáhli věčné blaženosti, jejich duše pobývají v očistci. Tento svátek připadá na 2. listopad, tedy den po svátku Všech svatých. Svátek Všech svatých vychází z události vysvěcení původně antického chrámu Pantheonu v Římě v roce 609. Pravda je, že kořeny tohoto svátku jsou mnohem starší, historikové předpokládají, že je odvozen z keltského svátku Samhain, kterým pro Kelty končil starý a začínal nový rok. Keltský svátek se slavil v předvečer 1. listopadu. Kelové věřili, že v tuto noc se svět živých a mrtvých propojuje, a proto zapalovali ohně, aby duše mrtvých přišly, ohřály se a pobýly se svými blízkými.

Lidové zvyky a pověry

Ke svátku zemřelých se vztahovala a vztahuje řada lidových zvyků a pověr. Dříve se v podvečer Dušiček sešla celá rodina a naplnila lampu máslem, aby si tak duše mohly potřít spáleniny. Blízcí lidé se večer napili studeného mléka, aby tím své duše ochladily. Na svátky Všech svatých a Dušiček se dříve doma peklo zvláštní pečivo zvané „dušičky“. Těmi byli obdarováni žebráci, pocestní a chudí lidé v obci. V některých částech Čech se pekly všesvaté rohlíky a dušičky, ty byly oproti tradičnímu pečivu větší. Oproti světu v České republice probíhají dušičky v klidu, a jak bylo zmíněno, zúžují se na zapálení svíček, položení květín, věnců a tiché rozjímání. V jiných kulturách mají ale výrazně odlišnou podobu, lidé doma připravují oltář s nabídkou jídel nebo záplavou květín, konají se průvody s kostlivcem a maskami atd. Účel svátku ale zůstává stejný.



Mexické dušičky

Mexické dušičky jsou proti tradičně slaveným křesťanským dušičkám živější, pestřejší, hlučnější, barevnější a plné vůní. V období 1. a 2. listopadu Mexičané uskutečňují rituály, kterými oslavují své předky. Je to pro ně čas, kdy se duše zemřelých vrací domů, pobývají se svými příbuznými, kteří pro ně připravují pokrmy a umísťují je na domácích oltářích. Den mrtvých neboli „Día de muertos“ spojuje katolický svátek a předkolumbovské tradice. První listopad je věnován „maličkým mrtvým“, tedy těm, kteří zemřeli jako děti. Druhý listopad náleží dospělým mrtvým. V Mexiku nemá tato slavnost jednotlý charakter, ale naopak v každém regionu se mění podle daného etnika, zvyků a tradic. Mají však společné rysy jako přivítání a rozloučení se s dušemi mrtvých, oběť na oltáři, zdobení hrobu, bdění u hrobu. Součástí tohoto svátku je i tradice „comparsas“, která je zaměřena na mrtvé, jež nemají domov. Hudba je tedy slyšet jak v domech, kostele, tak i na hřbitovech.

Dušičky á la „Halloween“

Halloween je označován jako lidový anglosaský svátek. Slaví se 31. října v předvečer všech svatých. Ve skutečnosti nemá příliš společného s tradičními Dušičkami nebo svátky mrtvých. Původně Halloween vyšel z oslav svátku Všech svatých a předkřesťanského keltského svátku Samhain, který představuje obdobu Nového roku. Nejvíce však byl ovlivněn tradicí rejů čarodějnic, která nakonec převážila. Hlavním znakem Halloweenu jsou vydlabané, vyřezávané dýně osvětlené zevnitř svíčkou, čarodějnice, černé kočky, košťata, příšery, kostlivci atd. Dýňové svítelně se říká jack-o'-lantern a představuje duše milovaných zemřelých a dříve sloužila jako ochrana proti zlým skřítkům. Tuto tradici do USA importovali irští přistěhovalci v 19. století. Původně se používaly tuříny, ale ty nebyly vždy po ruce, a proto se začala používat všudypřítomná dýně. K vzniku této tradice se pojí tradičně řada legend. Nejoblíbenější hovoří o opilci Jackovi, který několikrát přechytračil samotného ďábla a po smrti nebyl vpuštěn do nebe pro svou podlost a do pekla, protože se ho ďábel zřekl. Tak byl odsouzen k věčnému putování s žhavou hroudou uhlí umístěnou ve svítelně z řepy a hledání společníků. Tento svátek si získává především děti, protože ty se vydávají v maskách a převlecích po domech známých a příbuzných a získávají ovoce a sladkosti.



Halloween má kořeny v prastaré tradici Keltů, kteří se takto loučili s létem. Podle legendy lidé v dávných dobách věřili, že v noci z 31. října na 1. listopad se domů vracejí duše zemřelých a vyhledávají pomoc příbuzných, aby jim pomohli překročit onu hranici do země mrtvých, kde vládl bůh mrtvých Anwynn. Aby duchové viděli na cestu, lidé jim svítili svítilnami z vydlabaných řep. Převlékali se do starých hadrů a malovali si obličej, aby byli ochráněni před zlými duchy.

Z historie pohřbívání

Podle některých historických pramenů je pohřeb žehem stejně starý jako lidstvo samo. To je však nutno chápat jen v přeneseném smyslu slova. První urny s popelem z tělesných pozůstatků usedlých zemědělců a pastevců pocházejí z období asi 3000 let před našim letopočtem. Podle některých historických údajů jsou ještě o tisíc let starší. Pohřbívání ohněm, bylo doloženo hlavně v oblasti starobylých orientálních kulturních center. Ve střední Evropě se uplatňuje asi o 1000 až 1500 let později.

Starí Římané považují zpopelnění zesnulých za nejčestnější způsob pohřbu a stejně tak je tomu i u Čechů a slovanského obyvatelstva v široké oblasti kolem řeky Volhy. Zpopelnění je tedy jedním z původních znaků vývoje lidstva a projevuje se zprvu u primitivních národů, a pak i u kulturně vyspělých společenských útvarů.

Pohřbívání ohněm, se udržovalo po dobu několika tisíciletí, a to zejména v jihovýchodní Asii. Tento způsob pohřbu začalo postupně potlačovat křesťanství a islám. Německý vědec Jakub Grimm „znovu objevil“ spalování mrtvých při svém bádání věnovaném starším kulturám lidstva. Ve své přednášce nazvané: „O zpopelňování mrtvol“, kterou přednesl v listopadu roku 1849 v Akademii věd v Berlíně, upozornil na tento zapomenutý druh pohřbu, a tím dal i podnět k jeho znovu vzkříšení.

Méně obvyklé typy pohřbů

Vystavení těla zvířatům

V Tibetu jsou zesnulá těla roztloukána na prach, aby je mohli pozřít ptáci. Je to z důvodu nedostatku dřeva a tvrdosti země.

Druhý pohřeb

Tato praxe je častá zejména u domorodých kmenů. První pohřeb je vystrojen hned po úmrtí dotyčné osoby, kdežto druhý pohřeb až po rozkladu těla. Tato metoda souvisí s odlišným konceptem smrti. V některých kulturách lidé věří, že smrt je dlouhý, přechodný proces, kdy duše opouští tělo, teprve až se úplně rozloží. Se zesnulým se zachází do té doby jako se živou osobou, které je nabízeno jídlo a pití.

Pohřeb lebek

Je klasický pohřeb do země, kdy lebka zesnulého je po několika měsících vyzvednuta a umístěna někde na poličku v domě pozůstalých, nebo je lebce vystaven domeček vedle domu. Lebkám je nabízeno jídlo a pití a jejich bližní se s nimi také často radí. Tento způsob pohřbu praktikují některé kultury v Africe a Tichomoří.

Pohřeb do oceánu

Do moře jsou a budou pohřbívání zejména námořníci. Každý kapitán lodi má právo řídit pohřební obřad. Tělo zesnulého je zašito do pytle, zatíženo kameny, aby se nevynořilo a vhozeno do moře.

Pohřeb do vesmíru

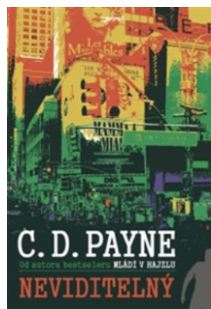
Schránku s popelem zesnulého do vesmíru může vynést komerční satelit. Tato forma pohřbu je zatím velmi málo využívána.

Tzv. „Památeční sklo“, kdy je popel zesnulého spojen s vysoce kvalitním křišťálem a je v něm zataven do různých tvarů, jako jsou těžítka, nebo přívěšky. Kombinací jemného dekorování a popela vzniká neobyčejně krásný a jedinečný úkaz, který zvětčuje vzpomínku na život blízké osoby.

A v neposlední řadě i ekologická novinka tzv. „Bios urna“, což jsou urny, které jsou z biologicky rozložitelných materiálů, jako je celulóza, kokosové skořápky a zpevněná rašelina. Tyto materiály jsou smíchány s popelem zesulé osoby, a to spolu se semínkem jeho oblíbené rostliny. Urnu lze zakopat na vlastní zahradě, nebo na místě, ke kterému měl zesnulý blízký citový vztah. Po zasazení do země se plášť urny pozvolna rozkládá a uvolňuje cestu kořenům stromu, který tak může růst.

Pro chladné podzimní večery není nic lepšího než šálek horkého čaje a nějaká zajímavá knížka. V tomto vydání Trubače Vám nabídneme čtenářské tipy zaměstnanců Správního střediska Charity Český Těšín.

C.D. Payne - Neviditelný



Jana Hlinová (mzdová účetní): „Knižka je skvělá, obsahuje spoustu vtipných hlášek a absurdních situací. Vřele doporučuji!“

C. D. Payne přináší lehce absurdní příběh chlapíka á la Big Lebowski, sedmatřicetiletého klasického „losera“, který jednou čirou náhodou vysloví jakousi kouzelnou formuli a stane se neviditelným. Tato nová schopnost je pro něj velmi přínosná, přinejmenším na počátku příběhu. Může si například obstarat peníze menší krádeží v bance, špehovat manželku, která se s ním rozvádí apod. Ale co s takovou schopností, když přestává být tajemstvím?

Stephen King - Holčička, která měla ráda Toma Gordona



Veronika Čížková (finanční účetní): „Knižka se liší od klasické tvorby Stephena Kinga tím, že se jedná o povídku o holčičce, která se ztratí v lese a upne se na svého oblíbeného baseballového hráče. Stojí za přečtení!“

Svět měl zuby a mohl vás jimi kdykoli pokousat. Trisha McFarlandová to zjistila, když jí bylo devět let. V deset hodin dopoledne začátkem června seděla vzadu v autě své matky, na sobě měla modrý nadhazovačský dres Red Sox (s číslem 36 Gordon na zádech) a hrála si s panenkou Monou. V půl jedenácté zabloudila v lese. V jedenáct se snažila nepodléhat panice, snažila se neříkat si "Tohle je vážné, tohle je moc vážné". Snažila se nemyslet na to, že když se lidé ztratí v lese, někdy se jim může něco stát...



Pavlína Brzáková - Cesta blázna a vnitřní svět Jaroslava Duška

Jana Suszková (metodik, manažerka kvality): „Knižka se mi líbila, ukazuje odlišný pohled na život a na svět mého oblíbeného herce Jaroslava Duška v očích autorky.“

Cesta blázna a vnitřní svět Jaroslava Duška. Autorizované povídání známého herce Jaroslava Duška o narození, životě a smrti. Příběhy protkané přítomností, volné asociace a rozmanitá setkání se Skutečností.

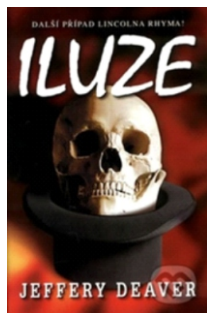
Lars Kepler - Hypnotizér



Jana Dybová (PR manažerka): „Knižka se čte jedním dechem, je ohromně napínavá a ukazuje nám, jak složitě funguje lidská psychika a její temná zákoutí.“

Psychiatr Erik Maria Bark je uznávaný odborník na léčbu traumat pomocí hypnózy. Jedné prosincové noci ho probudí zvonění telefonu. Volá mu detektivní inspektor Joona Linna z nemocnice ve Stockholmu a prosí ho, aby okamžitě přijel k případu malého chlapce, který je v bezvědomí, ve velmi kritickém stavu. Erik je jedinou nadějí, jak může policie chlapce vyslechnout a zjistit, kdo brutálně zavraždil jeho rodiče a mladší sestru. Doufají, že vraha vystopují a zachrání jeho starší sestru dřív, než bude pozdě. Erik se však praxi hypnotizéra nevěnuje už deset let a je rozhodnutý, že hypnózu už nikdy provádět nebude. Žádost o pomoc v něm probudí bolestné vzpomínky, a proto Erik prosbu policie odmítá. Když se však Erik konečně nechá přesvědčit, všichni se rázem ocitnou ve víru nečekaných událostí. Tyto události bez varování udeří plnou silou do Erikova života. Erikův syn zmizí. Erik je nucen postavit se tváří v tvář minulosti a vrátit se ve vzpomínkách zpět do časů, kdy jeho profesionální život ležel v ruinách a jeho manželství bylo na pokraji zhroutení. Jedině tak má šanci zachránit život svému synovi.

Jeffery Deaver - Iluze



Věra Faixová (projektová manažerka): „Mám ráda všechny detektivní příběhy tohoto autora. Děj každé knihy se odehrává v naprosto odlišném prostředí, které autor vždy dokonale zná. Navíc vždy překvapí několika nečekanými zvraty.“

Další příběh geniálního detektiva Lincolna Rhyma se začíná odvíjet na prestižní hudební škole v centru New Yorku, kam se po útěku z místa činu uchýlí pachatel vraždy. Policie do několika minut obklíčí uzamčenou učebnu a chystá se s vrahem vyjednávat. Vzápětí se zevnitř ozve výkřik a výstřel, a tak policisté vyrazí dveře. Místnost je však prázdná. Na pomoc jsou povoláni Lincoln Rhyme s Amélií Sachsovou a okamžitě začínají s důkladným šetřením. Proti nim však tentokrát stojí mistrný iluzionista přezdívaný Kouzelník, který burcuje jejich profesionální ctižádost prostřednictvím série vražd, jejichž bestialita se neustále stupňuje. Počet mrtvých narůstá a hodiny nelítnostně ukrájují čas. Rhyme se Sachsovou proto musí co nejrychleji proniknout skrz kouřovou clonu a zabránit hrůzyplné pomstě, která se hrozí stát nejokázalejším zmizením v dějinách kriminalistiky.

Hukvaldy

Obec Hukvaldy se nachází nedaleko Frýdku – Místku ve směru na Příbor. Nejznámější podívanou je zřícenina hradu Hukvaldy, která se tyčí 150 m nad obcí a dojít k této zřícenině můžete příjemnou procházkou Hukvaldskou oborou, která je známá chovem daňků a muflonů, unikátními chráněnými buky se zvláštními kořeny na povrchu a také pomníkem Lišky Bystroušky. Obora je přístupná celoročně a neplatí se zde žádné vstupné.

Hukvaldy jsou také známy jako rodiště známého hudebního skladatele Leoše Janáčka, který se na Hukvaldech nejen narodil, ale i zde bydlel v domku, ve kterém je dnes jeho památník. Historická část Památníku sestává ze tří místností v přízemí domku. Zde je zachován původní interiér domu včetně vybavení z dob Janáčкова užívání. Návštěvníci si mohou prohlédnout salón, ložnici, a kuchyň. Naučná expozice odkazuje ke skladatelovým pobytům na Hukvaldech.



Méně známé je exotické arboretum Tropic Hukvaldy, které se nachází pod hradem Hukvaldy a můžete zde navštívit asijskou zahradu a dva skleníky o rozloze 700m² s expozicí nejružnějších exotických rostlin a zvířat, brouků, krabů, motýlů a mušlí.

Mezi největší zajímavosti patří masožravé rostliny a kaktusy, popovídat si můžete s mluvícím ptákem Loskutákem nebo papoušky Ara, Žako, Eklectus a Kakadu, který umí nejen mluvit, ale i mávat a tančit. Shlédnout můžete také samce pumy, tukana, leguána, okrasné bažanty, holuby apod., také bonsaje, plodící citrusy, kiwi, papaje, fíky, moruše a další rostliny.



Celkovou atmosféru procházky mezi stovkami rostlin dokreslí nejružnější potůčky, vodní kola, překlápěčky, fontány a vodopád. Návštěva Tropicu Hukvaldy je vhodná jako výlet pro rodiny s dětmi i pro seniory, pro které platí zvýhodněné vstupné (v současnosti 50 Kč pro důchodce). Otevřeno je celoročně od čtvrtku do neděle mezi 10. a 18. hodinou.

Tropic na Hukvaldech najdete, když se vydáte od oborní brány vlevo, nejstarší částí Hukvald kolem oborní zdi. V této oblasti si můžete prohlédnout také domky ze 17. století. Některé z nich sloužily jako obydlí drábů a zachovaly se v původní podobě.

Recepty z Charitního centra pro seniory

Slovenské halušky

1/2 kg polohrubé mouky

špetka soli

2 celé vejce

nastrouhat 1 velký brambor (syrový)

doporučujeme použít lopatkovou vařečku



Celé to zadělat na těstovou hmotu (nesmí tam být tekutý škrob), svařit v hrnci 2l vody, nad vařící vodu dát hrnec s dírami a do tohoto hrnce vylít těstovou hmotu, která za stálého míchání propadne do vařící vody. Propadlou těstovou hmotu, která tvoří drobné halušky, promícháme ve vařící vodě a na minutu přikryjeme. Potom je pod studenou vodou přecedíme přes síto. Odložíme a připravíme sáček kyselého zelí, které vysypeme na rozpálenou pánev s velkou lžící sádla, pánev přikryjeme a necháme 10 min dusit, potom promícháme (zelí má být chřupavé).

Na další pánev nakrájet uzenou slaninu 25 dkg. na drobné kostičky, podusit na škvarky a tímto polít promíchané halušky se zelím (dávka na 4 porce).

Polesníky

Na ½ kg polohrubé mouky 1 kostka droždí, 1 a půl hrnku mléka, utvořit kvásek, posolit a přidat 2 lžíce cukru.

Na umytý čistý zelný list nalijeme těsto (asi 1 cm vysoké), listy poukládáme na plech a pečeme v troubě

Po vytáhnutí z trouby vyloupneme z listu, polijeme máslem (pravým), pocukrujeme, posypeme perníkem nebo strouhanou čokoládou.



Dobrou chuť

Dušičková noc

Jistá tetka z Činěvsi se probudila v dušičkové noci. Měsíček svítil jako ve dne, a tak si myslela, že je už ráno. Oblékla si šaty a honem spěchala do kostela. Ve zvonici Na Jílovce zvonil ohnivác na zvon a kostelíček byl plný lidí.

Kněz již sloužil u oltáře mši. Tetka se mohla studem propadnout, že zmeškala začátek mše svaté. Usedla do jedné z lavic v zadní řadě, začala se rozhlížet po kostele a uvědomovala si, že vidí samé neznámé tváře. Stále nikoho nemohla poznat a strašně se tomu divila. Pojednou se roztrásla strachem. Začala si vybavovat, že vidí dávno zemřelé sousedy. Tu do ní drkla jí známá sousedka, kterou nedávno pochovali na zdejší hřbitov, a povídá jí: „Ale kmotříčko, co jsi to učinila, to je naše mše, a jak skončí, bude s tebou zle, jestli tu s námi zůstaneš. Svlékni proto svůj kožíšek a honem utíkej odtud!“ Vyjevená tetka svlékla kožich a honem upalovala k domovu. Ráno nad hřbitovními vraty, kde byla do kamene vytesaná lebka, našli lidé tetčin roztrhaný kožíšek.



Zdroj: internet

Trubač Charity Český Těšín, č. 3/14; vydává Charita Český Těšín, Mírová 8, 737 01 Český Těšín, IČ: 6033784, datum vydání 26. 9. 2014; náklad: 350 ks; evidenční číslo MK ČR E 20242; redakce: Andrea Branná, Jana Dybová, Věra Faixová, Martin Hořínek

Neoznačené příspěvky a fotografie pochází z archivu Charity Český Těšín.

Partnery Charity Český Těšín jsou:



LIBOR ZIELONKA

JAN HECZKO