



TRUBAČ

CHARITY ČESKÝ TĚŠÍN

Č. 4/14



Zima

Blíží se zimní období a s ním i období vánočních svátků, oslav konce roku a vítání roku nového. Trubač se tedy bude tradičně točit kolem těchto témat. V souvislosti s Vánoci se zamyslíme nad jejich významem, kdy jsme usoudili, že je třeba si jej v návaznosti na vytrácení se „tradičních Vánoc“ pod nátlakem „komerčních Vánoc“ připomenout. Po díváme se na to, jak se slaví konec

roku a vítá ten nový ve světě ve srovnání s oslavami u nás.

A jelikož se v tomto vydání Trubače zaměřujeme na význam Vánoc, v tomto příspěvku bych se ráda zaměřila na to, co pro člověka přináší nastávající nový rok. Pro mnoho lidí ukončení roku znamená konec jedné etapy, jednoho období a nový rok je novým začátkem přinášejícím změny, ať už plánované, tak neplánované. Ty plánované mají nejčastěji podobu různých předsevzetí, která, ruku na srdce, většina z nás nikdy nesplní. Každý rok si pro nás také připraví spoustu nových radostí a někdy bohužel i strastí, se kterými se potýkáme a na konci roku pak bilancujeme, co vše se událo, zda pro nás byl současný rok více či méně úspěšný. Některé události nám život změní zcela a je už jen na nás, co z těchto změn vytěžíme. Existují důvody, proč tento úvod dnes píši právě já. Za sebe hodnotím rok 2014 velice pozitivně, ať už se jedná o soukromý či pracovní život a už se jen těším, co přinese rok nastávající.

Přeji tedy za sebe i celou Charitu Český Těšín požehnané vánoční svátky naplněné pokojem a radostí a do nového roku jen ty změny, přinášející štěstí, radost, zdraví, lásku a mnoho osobních a pracovních úspěchů.

Věra Zlá, bývalá Faixová a budoucí maminka



CHARITA

ČESKÝ TĚŠÍN

Charita Český Těšín naděluje



Koncem léta jsme uvedli projekt s názvem „Grandík“. Jedná se o systém malých grantů na pomoc osobám s fyzickým či mentálním omezením žijících v obcích působnosti Charity Český Těšín. Letos byla na podporu těchto osob vyčleněna částka 80 000 Kč. Maximální výše příspěvku jednomu žadateli byla stanovena na 10 000 Kč, a to výhradně jako spolufinancování nákupu materiálu nebo služeb usnadňující překonávání bariér v jejich každodenním životě.

První prosincový den zasedla předem ustavená komise. Členy komise tvořili ředitel Charity Český Těšín Martin Hořínek, ředitel Charity sv. Alexandra Pavel Folta a vedoucí Charitního střediska „Kometa“ Irena Úradníková. Jako poradkyně byly přítomné Kristýna Lendlová a Věra Zlá, které osobně všechny žadatele navštívily. Komise téměř dvě hodiny vyhodnocovala došlé žádosti a mezi deset žadatelů rozdělila celých 80 000 Kč.

Grandík letos přispěl na:

- postel se zdravotní matrací pro dívku s centrálním hypotonickým syndromem a mentálním postižením,
- sluchadlo pro chlapce s oboustranně středně těžkým sluchovým postižením,
- koupací polohovací lehátko pro imobilní dívku trpící spasmy, epilepsií a dalšími onemocněními,
- operaci speciální metodou ULZIBAT k odstranění napětí svalů pro dívku s těžkými spasmy,
- ovladač ke kochleárnímu implantátu pro čtyřletého chlapce,
- speciální zádržný systém – autosedačku pro mladého muže s kvadruplastickým syndromem,
- měsíční rehabilitační pobyt pro chlapce se vzácným Costello syndromem,
- pobyt v nemocnici doprovodu chlapci s ulcerózní kolitidou,
- domácí rehabilitaci fyzioterapeutem pro dívku s Rettovým syndromem,
- domácí fyzioterapii pro dívku s dětskou mozkovou obrnou a epilepsií.

Doufáme, že tyto dary přinesou v předvánočním období radost svým příjemcům a jejich rodinám a dopomůžou jim tak k ulehčení ztížených podmínek jejich života.

Věra Zlá

Anketa společenské odpovědnosti

Institut společenské odpovědnosti, o.p.s. každoročně vyhlašuje a vyhodnocuje anketu, jejímž cílem je získat od veřejnosti zpětnou vazbu, kterou firmu považuje za společensky odpovědnou. V letošním roce se v kategorii neziskové organizace zúčastní této ankety i Charita Český Těšín.

Zásady, jež by měla ve své praxi dodržovat společensky odpovědná firma, lze rozdělit do třech složek tzv. trojí zodpovědnosti a to ekonomická oblast, sociální oblast a environmentální oblast. Do ekonomické oblasti spadají zásady jako odmítnutí korupce, transparentnost, dobré vztahy se zákazníky, akcionáři, obchodními partnery a ochrana duševního vlastnictví. Do sociální oblasti řadíme např. filantropii (lásku k člověku, humanisticky motivovanou činnost), komunikaci s dodavateli, odběrateli, zaměstnanci, vedením, veřejnou správou aj., dodržování lidských práv nebo dodržování pracovních standardů. A environmentální činnost zahrnuje šetrnou produkci, ekologickou politiku na všech úrovních (např. využívání recyklovaného papíru v administrativě) a ochrana využívaných přírodních zdrojů.

Považujete Charitu Český Těšín za společensky odpovědnou neziskovou organizaci? Tak ji dejte svůj hlas! Hlasovat v této anketě může fyzická osoba starší 18 let, která je plně způsobilá k právním úkonům. Každá tato osoba může dát vybrané organizaci právě jeden hlas a hlasovat lze elektronickou formou do 31. 12. 2014 na tomto odkaze: <http://www.naseodpovednost.cz/anketa#nezisk>

Děkujeme!

Charitní knihovna pro zaměstnance

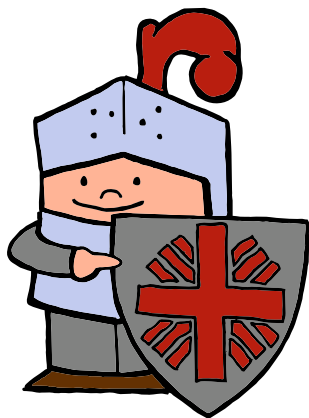
V Charitě Český Těšín v současnosti zakládáme knihovnu. Knihovna vznikla jako jedna z odezev na požadavek neustálého zvyšování kvality sociálních služeb se zaměřením na vzdělávání. Obsah knihovny si mohou určit zaměstnanci, kterým bude primárně sloužit.

„Zaměstnanci Charity Český Těšín mají nově možnost využít charitní knihovny. Ta je umístěna na Správním středisku, kde si může každý ze zaměstnanců vybranou publikaci zapůjčit. Seznam literatury k výběru a odkazů na elektronické zdroje je dostupný na webových stránkách Charity Český Těšín.“ popisuje metodička a naše nová správkyňe charitní knihovny Jana Suszková.

V knihovně je k dispozici naučná a odborná literatura, stejně jako záznamy ze školení a jiné charitní dokumenty. V rámci knihovny budou na webu dostupné odkazy na odborné články. Naše knihovnička je k dispozici zaměstnancům a časem bude otevřena i pro zájemce z řad veřejnosti.

Jana Dybová

Jak Charita k Michaelovi přišla



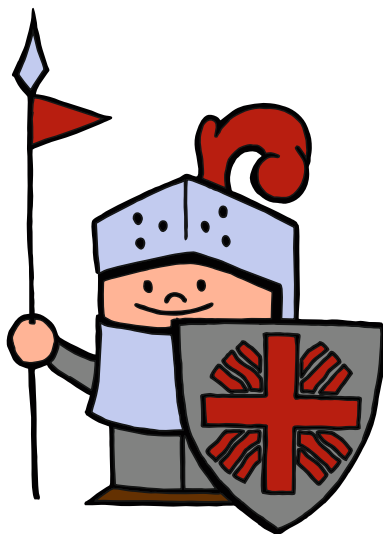
V roce 2014 přišla Charita Český Těšín s „Grandíkem“. Jednalo se o projekt, který byl vytvořen k podpoře osobám s fyzickým, či mentálním omezením. Celou jeho propagaci provázela postavička malého rytíře, který hlásal z letáku, že jeho úkolem je pomoci svým malým dílem těm, kteří se potýkají se svými vlastními omezeními. Díky šikovnému a vtipnému provedení sklídila figurka rytíře mezi zaměstnanci velký úspěch. a tak se zrodila myšlenka, že by se onen malý rytíř mohl stát naším charitním maskotem.

Rytíř získal podle archanděla Michaela, nebeského ochránce bojovníka, jméno „Michael“ a není jen obyčejným maskotem sloužícím k propagačním účelům.

Michael je ochráncem českotěšínského charitního díla, svým štítem brání potřebné před všemi nástrahami vnějšího světa. Je vtělením jedinečného „charitního ducha“, toho těžce uchopitelného, ale v celé Charitě Český Těšín přítomného „ovzduší a pocitu“. Michael ztělesňuje a spojuje tradičnost a majestátnost charitního poslání a zároveň mladost a svěžest jejího elánu a přístupu k věcem; nese v sobě cíle a principy, poslání a vize českotěšínské Charity. Michael je něco, co existuje v Charitě Český Těšín již dávno, něco jedinečného, čím se odlišuje od ostatních organizací a ono „něco“ nyní získalo jen svou podobu.

Doufejme, že pojmenování a zobrazení charitního „ducha“ jej nijak nepoškodí, ale naopak posílí a upevní a Charita Český Těšín bude pod štítem Michaela dále pomáhat a podporovat potřebné a konat své dílo ve světě.

Jana Dybová



Charitní bazárek

Na podzim roku 2014 Charita Český Těšín uvedla slavnostním otevřením do provozu zcela novou službu - Charitní bazárek. Jedná se o službu, která je určena jak lidem v tíživé sociální situaci, tak i široké veřejnosti. Za drobný příspěvek si zde lze pořídit oblečení, hračky pro děti, knížky, nádobí a jiné věci, které byly do Bazárku darovány a pečlivě vytríděny a nachystány pracovníci a dobrovolnicemi bazárku. Charitní bazárek tak umožňuje lidem, kteří své nepotřebné věci nevyužívají, ale nechtějí je vyhodit, aby je mohli dát k využití potřebným. A navíc tak ještě chrání životní prostředí.

Prostory Charitního bazárku pronajímá Charitě Český Těšín město Český Těšín a klíče k nim byly vedoucí nové služby Šárce Jonsztové předány 9. září letošního roku. Za pouhý jeden měsíc svépomocí, tedy pomocí svých zaměstnanců, jejich přátel, známých, dokonce rodičů, partnerů i dětí, Charita Český Těšín vybudovala a zprovoznila novou službu, která chce být prospěšná všem občanům města Český Těšín. „*Chceme umožnit lidem, aby své nepotřebné věci, které již nepoužívají, ale nechtějí je vyhodit, mohli dát k užívání těm,*



kteří je ještě využijí. Navíc třídění, rovnání a příjem zajišťují s pracovníci Charitního bazárku i dobrovolnice organizace, které jsou z řad klientek Charitního domu pro matky v tísní nebo klientek Charitního střediska sociální rehabilitace. V jejich případě se tak jedná o pracovní terapii sloužící k navození režimu, motivace, sebedůvěry, žádoucích pracovních návyků,“ uvádí Martin Hořínek, ředitel Charity Český Těšín. Do bazárku si může přijít vybrat kdokoliv, na výdeji věci těm nejpotřebnějším spolupracuje českotěšínská charita se sociálním odborem města Český Těšín, Úřadem práce a dalšími organizacemi. Darovat věci může každý bez rozdílu. „*Přijímáme vyprané nepoškozené oblečení dámské, pánské i dětské, stejně jako jen mírně obnošenou dětskou, pánskou i dámskou obuv. Dále módní doplňky jako jsou kabelky, kravaty, bižuterie, šátky i pásky, přikrývky a polštáře, ložní prádlo, povlečení, ubrusy, závěsy, záclony, dárkové předměty, knihy, originální VHS, DVD, CD, hračky, kočárky, dětské sedačky a sportovní vybavení. Po předchozí domluvě přijmeme i nábytek. Lze darovat i vybavení domácnosti jako keramiku, porcelán, sklo, přístroje,*“ dodává Šárka Jonsztová, vedoucí Charitního bazárku.

Charitní bazárek se nachází na Jablunkovské ulici 337/8 vedle autobusového nádraží v prostorách bývalé lékařské ordinace. Provozní doba je PO, ÚT, ST 9 – 16h.

Jana Dybová

Péče o nemocného v domácím prostředí

Charitní ošetrovatelská služba pořádá každý měsíc kurz, který nese název „Péče o nemocného v domácím prostředí“. Tento kurz se koná v prostorách Charitního centra pro seniory na Jablunkovské ulici č. 8 v Českém Těšíně a konkrétní datum jeho konání je každý měsíc uveden na webových stránkách Charity Český Těšín.

A komu přesně jsou tyto kurzy určeny? Všem, kteří pečují o své blízké a potřebují objasnit, jak připravit prostředí a pomůcky, jak pečovat o hygienu a zajistit stravování a vyprazdňování, jak snížit riziko vzniku proleženin a jak polohovat, jak manipulovat s nemohoucími a provádět jednoduchá cvičení, atd.

Více informací a možnost přihlášení na kurz získáte kontaktováním vedoucí Charitní ošetrovatelské služby: Beata Dulawová, 603 287 700, chos@ceskytesin.charita.cz

Charitní poradna

Je tomu více než měsíc, co byla prvního říjnového dne oficiálně otevřena Charitní poradna. Nová služba se odštěpila od stávajícího Charitního střediska sociální rehabilitace a stejně jako v jeho případě je určena všem, kteří řeší nějakou obtížnou životní situaci nebo jsou jí přímo či nepřímo ohroženi.

Rozdíl mezi těmito službami spočívá v tom, že v rámci sociálně-rehabilitačního střediska je poskytováno základní sociální poradenství, Charitní poradna zajišťuje poradenství odborné. *„Na rehabilitaci jsme se často setkávaly s problémy, které jsme svépomocí nebyly schopny řešit, tak jsme byly nuceny klienty odkazovat do poraden v jiných obcích, které jsou napojeny na právní poradenství. Nyní v rámci Charitní poradny externě s jedním právníkem také spolupracujeme, jsme tedy schopny poskytnout poradenství i klientům se specifickými problémy,“* objasňuje rozdíl Šárka Jonsztová, vedoucí služeb Charitní poradny i Charitního střediska sociální rehabilitace.

Obě služby jsou poskytovány ve stejných prostorech na Jablunkovské ulici č. 84 v Českém Těšíně. V poradně i středisku je díky novému vybavení k dispozici navíc k hlavnímu prostoru i menší konzultační místnost, která klientům skýtá možnost většího soukromí. Služba je poskytována ambulantně nebo prostřednictvím zodpovídání emailových či písemných dotazů, případně se na Charitní poradnu lze obrátit i telefonicky. *„V poradně se na nás nejčastěji obrazejí klienti s problémy z oblastí dluhového poradenství a rodinného práva. Řeší exekuce, dědictví, rozvody, pracovní právní vztahy, svéprávnost anebo např. bydlení. Počet klientů, stejně jako zodpovězených dotazů vzrůstá.“* dodává Monika Lacová, sociální pracovnice.

Kontaktní údaje na Charitní poradnu jsou dostupné na webových stránkách Charity Český Těšín.

Jana Dybová

Taneční pro jednotlivce v Charitním centru pro seniory



Od 14. října probíhají pravidelně každé úterý v Charitním centru pro seniory lekce tance pro jednotlivce. Na desátou hodinu se zde sejde 8 klientek a 2 klienti centra a společně pod vedením zkušené lektorky Ewy Troszok nacvičují kroky různých tanečních stylů jako je cha-cha, rumba nebo samba.

Oficiální zahájení tanečních lekcí proběhlo 14. října, týden předtím se však konala ukázková hodina, aby se zájemci o účast na kurzu ujistili, zda je výuka tance bude bavit.

Na této hodině se všichni utvrdili, že o účast

na kurzu opravdu stojí a od té doby se téměř v nezměněné sestavě pravidelně scházejí. *„Velmi ráda tančím a na tanečních v centru je navíc skvělá zábava. Přidali se k nám dokonce 2 muži, jde nám to všem skvěle. V centru už navštěvuji cvičení, vaření, zumbu, chodím na bazén a nyní dokonce i na kurzy angličtiny, takže když jsem viděla možnost přihlásit se na zdejší Taneční pro jednotlivce, neváhala jsem,“* sděluje paní Helena, klientka centra a účastnice kurzu. Další účastnice tanečních paní Eliška, která je taktéž oddanou klientkou centra dodává: *„Na taneční a vůbec všechny kurzy, které zde navštěvuji, docházím moc ráda. Je zde skvělá zábava, máme zde výborný kolektiv, takovou ‚svojí partu‘. Je třeba pořád něco dělat, aby člověk nezakrtněl, musíme neustále tříbit naši mysl.“* Kapacita kurzu je v současné době naplněna, v případě zájmu o další kurzy tance či s nápady na jakoukoliv jinou aktivitu je možné se obrátit na vedoucího centra Stanislava Lažu na emailovou adresu seniorcentrum@ceskytesin.charita.cz.

Jana Dybová

Dámský klub u Matek

13. října ve večerních hodinách proběhl v Domečku první „Dámský klub“, pod vedením paní Pawerové. Naše maminky se sešly v plném počtu u kávy a upečené buchty, kterou upekla pro všechny jedna z maminek. Klub běžel od osmi hodin večer až do půlnoci a setkal se s velkým ohlasem.

A jaká byla témata historický prvního setkání nové aktivity? Ryze dámská: úprava zevnějšku související s hledáním práce, ale si s tím, že dvě naše uživatelky chodí jako dobrovolnice pomáhat do šatníku. Stříhaly se vlasy, malovaly se nehty a hlavně se povídalo o zdraví, zdravém vaření, výchově dětí. Jsme moc rádi, že se maminám klub líbil, chtěly by ho každý týden, ale zatím bude probíhat jen jednou do měsíce.

Andrea Branná

Startovací byty pomáhají

V letošním roce už druhá z klientek Charitního střediska sociální rehabilitace úspěšně splnila podmínku 2 let bezproblémového bydlení ve startovacím bytě, a tak nic nebránilo tomu, aby na tuto klientku, paní Michaelu, byla přepsána nájemní smlouva k bytu.

Klientka byla z celého procesu přepisu nervózní, a tak jsme se jí všemožně snažily vyjít vstříc, o všem jí podrobně informovaly a zajistily jí i podporu při samotném přepisu smlouvy. Po úspěšném přepisu smlouvy jsme klientku ujistily, že ačkoliv byt již není startovací a ona již nemusí nadále využívat služeb sociální rehabilitace, bude mít u nás vždy dveře otevřené. S klientkou udržujeme kontakt, je spokojená, jen by ráda ještě vyměnila byt ve Svibici za byt blíže centra města. Zatím klientka o výměně bytu se společností RPG jedná, takže jí držíme palce, aby se jí i tento cíl na cestě k plné spokojenosti podařilo naplnit.

Přejeme paní Michaelu do budoucna mnoho štěstí, a ačkoliv jsme s ní spolupracovaly rády, doufáme, že v jejím životě již nenastanou obtížné situace, kdy by se bez pomoci naší nebo jiné služby neobešla.

Monika Lacová

Před přepisem smlouvy jsme si paní Michaelu trošku vyzpovídali. (rozhovor byl redakčně zkrácen)

- Ve startovacím bytě bydlíte už dva roky, že?

Ano, tak rychle to uteklo, už se bude nájemní smlouva přepisovat na mě a konečně zase budu bydlet samostatně.

- A proč jste si vybrala právě Český Těšín?

Sice jsem se narodila v Havířově, ale už od mala bydlím v Těšíně, mám tady i rodinu, děti tu mají kamarády, takže jsem byla ráda, že se našel byt tady. Do Karviné jsem určitě nechtěla, tam se mi nelíbí. Podle toho, co vím o Karviné, by mě tam nedostali, ani kdyby tam byl byt zdarma. Jsou tam lokality, kde bych se opravdu s dětmi bála bydlet.

- A jak Vám pomohla spolupráce se sociální rehabilitací?

Pokaždé, když jsem měla nějaký problém, když jsem něco řešila, s čím jsem si nevěděla rady, nebo jsem si nebyla jistá, co dělat, třeba když jsem nevěděla, zda mi vezmou syna na školu, nebo zda starší syn zvládne dojíždět do školy, tak s tím vším mi paní Šárka pomáhala, měla jsem se na koho obrátit, s kým se poradit. Prostě kdykoliv jsem něco nevěděla, tak mi vždycky někdo pomohl, i v takových úplně běžných záležitostech. Já nemám žádnou školu na to, abych se vyznala v zákonech nebo v sociálních dávkách, takže jsme moc ráda, že jsem se mohla na někoho obrátit.

- Napadá Vás něco, co by se dalo na službě změnit, nebo zlepšit?

Ne, tak to mě nenapadá nic takového. Hlavně, aby i do budoucna pomáhala lidem, kteří to potřebují a aby tak mohli být všichni spokojení.

Ukaž, co umíš

20. listopadu 2014 nastal konečně den „D“, na který jsme se v Domečku chystali všichni celý měsíc, a to výtvarně – tvořivé odpoledne s ukázkami různých dovedností dětí a jejich maminek. Protože nás je v současné době hodně a účastnily se i klientky z Charitního střediska sociální rehabilitace, vypůjčili jsme si místnost v Centru pro seniory ve Svibici.



Upekli jsme zákusky, nakoupili pro děti sladkosti a ceny za soutěže, nachystali jsme pro ně spoustu her. Ve Svibici na nás čekala paní Jonsztová, která pro klientky udělala výborný vánoční punč. Sešlo se nás hodně. Měli jsme i moderátora a dýdžeje syna paní Pawerové, který nás celou akcí provázel. Viděli jsme krásné romské tance, rap, disco tance, zapojily se i menší děti a nacvičily si aerobik, který jsme si zacvičili všichni. Slyšeli jsme krásné písničky v podání dětí klientky sociální rehabilitace. Po „Talentu“ přišly na řadu soutěže a tvořivý koutek, kde si děti vyráběly přáníčka na Vánoce.

Bylo to moc pěkné odpoledne, maminky s dětmi byly spokojené a příjemně unavené a určitě si to příští rok zopakujeme. Nákup cen a odměn pro děti nám byl umožněn díky sponzorskému daru Martina Kohuta. Děkujeme. A děkuji i všem zúčastněným pracovníkům.

Andrea Branná

Canisterapie v domově

Po delší odmlce jsme v Charitním domě pokojného stáří mohli opět přivítat pejsky, a to ne ledajaké. Přišly nás navštívit členky z Canisterapeutického týmu a předvedly nám, co vše čtyřnozí miláčkové dovedou a že toho nebylo málo, svědčily i nadšené tváře seniorů, kteří se sešli na úvodní schůzce.



Dvě krásné fenky dokázaly seniory natolik zaujmout a uchvátit svými dovednostmi, že ani po hodině a půl klienti nechtěli čtyřnohá stvoření propustit ze služby. Nemohli se nabažit jejich laskavých očí, umu a příjemně hebkého kožíšku, už teď se všichni těšíme, až se nějaký ten psík přijde za námi opět podívat.

Ilona Kaszperová

Prvňáčkův školní rok poprvé

Ve středu 19. listopadu 2014 odpoledne se v jídelně Charitního domu pro seniory poprvé uskutečnila beseda pod názvem „Prvňáčkův školní rok“. Setkání dětí a našich seniorů bylo tentokrát trochu jiné, než jsme doposud byli zvyklí.

Děti z první třídy k nám zavítaly s družinářkou paní Rzymanovou a přišly ukázat, co vše se naučily za prvního čtvrt roku školní docházky, jaké umí básničky o písmenkách a co vše už umí psát. Pak jsme všichni společně porovnávali školní docházku kdysi a dnes.

Bylo velmi zajímavé pozorovat děti, jak pozorně poslouchaly naše seniory, jak začali vyprávět a vzpomínat na dobu, kdy a za jakých podmínek chodili do školy oni. Pán učitel topil v kamnech, která stála v rohu třídy. Knihy měli obalené v papíru nebo v novinách, aktovky měli jen ti, co bydleli ve městech. Děti z vesnic neměly sešity, ale tabulky, na které psali ryšíkem (je to něco podobného křídě).

Emilie Vitásková



Listobraní v Charitním centru pro seniory

Ve čtvrtek 27. listopadu se senioři sešli v Charitním centru pro seniory v Českém Těšíně - Svibici na mimořádné akci nazvané Listobraní. Kromě zábavy byla na programu i edukační část a zajímaví hosté.

Po přivítání klientů a hostů, jimiž byla zástupce ředitele Charity Český Těšín Lenka Zahradníková a vedoucí ošetřovatelské služby Beata Dulavová s kolegyní Marcelou Minárikovou, byly našim klientům představeny další charitní služby: ošetřovatelská a pečovatelská – včetně půjčovny kompenzačních pomůcek a asistenční služby. Naše sestřičky přiblížily správné zásady péče o nemocné a předaly užitečné informace i rady v této oblasti. Potom začala volná zábava při hudbě a zpěvu pana Novakovského.

Na řadu přišla večeře, při které centrum navštívil starosta města Vít Slováček. Pan starosta si prohlédl kroniku centra a potom vyzval naše seniory k diskusi. Při ní odpověděl na dotazy, které seniory zajímaly – týkaly se především života seniorů, plánů a dění v našem městě. Až do konce této akce panovala pohodová a veselá atmosféra, při které se naši senioři dobře bavili a utužili své přátelské vztahy. Při odchodu jedné nové klientky jsem zaslechl slova „byl to hezký zážitek“.

Stanislav Laža

I letos Tři králové přijdou k Vám

Rok se s rokem sešel a Tříkrálová sbírka je opět tady. I když koledování proběhne tradičně od 1. do 14. ledna, její přípravy právě vrcholí. „Právě s kolegyní pečeme přibližně 200 pokladniček na 19 obecních, městských úřadech a magistrátech, rozdělujeme cukříky, kalendářiky, dárečky pro koledníky a chystáme další materiál“, líčí přípravy Tříkrálové sbírky koordinátorka Jana Dybová. Pak už se můžeme jen těšit, až koledníci začátkem roku vyrazí do svých rajónků a za tónů koledy „My tři králové jdeme k Vám...“ napíší nad dveře nápis K + M + B 2015 a přinesou tak požehnání do našich domovů.

Symbolickým darem můžete letos společně s námi podpořit

- doplnění vybavení Charitního bazárku,
- nákup kardiackých křesel a policových skříní v Charitním domě pro seniory,
- rekonstrukci kuchyňské linky a výměna oken v Charitním domě pokojného stáří,
- obměnu vybavení a volnočasové aktivity pro klienty Charitního centra pro seniory,
- obnovu a doplnění vybavení Charitní ošetrovatelské služby,
- obnovu podlahové krytiny v Charitním středisku „Kometa“,
- realizaci preventivních programů pro děti Charitního střediska „Maják“,
- zajištění nové dílny/kuchyně pro maminky a děti v Charitním domě pro matky v tísní,
- rozšíření nabídky Půjčovny pomůcek,
- zvyšování kvality služeb Charity Český Těšín,
- doplnění vybavení Charitního střediska sociální rehabilitace a Charitní poradny,
- terénní služby pro seniory a osoby se sníženou soběstačností.

Všem, kteří se podílí na přípravách sbírky, koledníkům i dárcům děkujeme za pomoc a podporu.

Věra Zlá



Vánoce

Vánoce s Velikonocemi a Letnicemi patří k nejvýznamnějším křesťanským svátkům. Slaví se od 25. prosince do slavnosti Křtu Páně (první neděle po 6. lednu, resp. 13. leden). Již ve 3. století někteří křesťanští teologové uvádějí 25. prosinec jako datum Kristova narození, první oslava tohoto narození je potvrzena v Římě kolem roku 336. Všeobecně se Vánoce v církvi slaví od 7. století.

V České republice a řadě dalších zemí začíná oslava Vánoc již na Štědrý den, 24. prosince, kdy je předvečer vánoční slavnosti. K Vánocům se pojí množství lidových tradic, k nimž se řadí vánoční stromek, jesličky (betlém), vánoční dárky, které podle české tradice nosí Ježíšek, či vánoční cukroví. Kromě tradic patří k vánočnímu období atmosféra klidu a pohody, pocit, že ti kteří mají být- měli by být spolu a vzpomínky na ty, kteří již s námi ke štědrovečernímu stolu nemohou



zasednout. Během Vánoc myslíme i na ty, kteří v životě nemají tolik štěstí jako my a často jim podáváme pomocnou ruku více, než jindy v roce. V poslední době však nabývám pocitu, že vše výše zmíněné se u mnohých z období Vánoc pomalu ale jistě vytrácí a zůstává jen stres, davy v obchodních centrech, kde malí zlodějíčci mají žně, a všudypřítomná reklama, která současně podobě Vánoc dává spíše komerční než tradiční nádech. Nakonec však, když zasednu ke štědrovečernímu stolu s nejbližšími vše to, co k Vánocům patří, se jako zázrakem kolem nás vykouzlí a veškeré „malichernosti“, kterými se běžně trápím,

jakoby nebyly. Je třeba si však stále připomínat, co je „to“ co k Vánocům patří, že nejde o panickou honbu za co nejdražšími dárky, kvůli kterým vybilíme své účty a v krajních případech se i zadlužíme. Musíme si uvědomit, že jsou mezi námi lidé, kteří jsou daleko méně majetní, a přesto si dokážou vánočních svátku užít naplno, protože si uvědomují, že peníze nejsou to, o co u jejich oslav jde.

Jana Dybová



Na toto téma jsem vedla rozhovor s paní Natašou, klientkou Charitního domu pro matky v tísní. Klientka od října dochází pravidelně do Charitního bazárku, kde pracuje jako dobrovolnice.

Práce v bazárku ji baví, sama bydlí v Charitním domě pro matky v tísní a ví, jak je někdy finančně náročné pořídit pro všech svých pět dětí oblečení, v bazárku si vždy levně nakoupí a ještě má pocit, že svou prací pomáhá někomu dalšímu.

Ptala jsem se paní Nataši, jak budou letos slavit vánoce?

Budeme s mým druhem u jeho sestry, bude nás tam dohromady asi deset. Na Štědrý den jíme klasicky v šest hodin a potom u stromečku rozdáváme dárky. My s mým mužem si dárky nekupujeme jen pro děti a snažíme se, aby dárků měly hodně.

Jíte něco speciálního?

Nevím, jak bych Vám to popsala, děláme takové jednoduché těsto asi jako na nudle, ze kterého děláme kuličky, které se potom pečou v troubě, nebo spíš se usuší a ty na Štědrý den zalijeme horkým mlékem a posypeme mákem, to je takové naše tradiční jídlo. Jinak máme hrachovou polévku, řízek a bramborový salát. Cukroví pečeme klasické.

Máte nějaké vánoční zvyky?

Pod stůl dáváme obilí a za okno talířek, pro zemřelé, kde je od každého jídla trochu.

Zpíváte koledy?

Koledy zpívají jenom holky, protože kluci se stydí.

Děkuji za rozhovor

Andrea Branná



Silvestr ve světě

Nový rok se neslaví všude stejně. Způsob, jakým lidé oslavují vstup do dalšího roku, se ve světě liší. A nejen způsob, ale také čas, kdy se slaví. Ne všude si lidé připíjí na přelomu konce prosince a začátku ledna. U nás v Čechách je tradiční slavit příchod nového roku v noci z 31. 12. na 1. leden. Tradičně jsou oslavy spojené z bujarým veselím a nemalým množstvím alkoholu. Je to ideální čas na uspořádání velkých oslav s co největším množstvím přátel. V jiných zemích to ale není samozřejmostí.

Anglie

Pro Anglii jsou typické především gurmánské odlišnosti oproti jiným zemím. Typické jsou trojúhelníkové dortíčky plněné mletým masem. Lidé si je při oslavách vyměňují. Druhý den po oslavách je běžným zvykem navštívit své příbuzné či známé a nechat se pohostit koláčem a čajem. Zvláštností ale je, a to především v Londýně, že oslavy nejsou příliš dlouhé. O půlnoci je zvykem přivítat nový rok písní, poté se lidé rozjedou do svých domovů.

Rusko

V Rusku se slaví Vánoce i Nový rok v jeden a ten samý den! Oslavy spadají podle místní ortodoxní církve až na leden. K tradičním jídlům patří boršč a kutya, zvláštní ovesná kaše. Jsou symbolem naděje. Jako symbol přátelství a úspěchu najdeme v Rusku na talíři med a mák. Oslavy začínají stejně jako u nás o půlnoci, ale protože je Rusko velká země, oslaví zde lidé nový rok celkem jedenáctkrát. Důvodem je právě tolik časových pásem.

Španělsko

Ve Španělsku je zvykem setkání přátel a rodiny, stejně jako jinde ve světě, a to buď na náměstí nebo u televize. Těsně před půlnocí začnou 12 krát odbíjet hodiny. Ten, kdo stihne během těchto úderů sníst celý hrozen vína, může si u toho něco přát. Pokud stihne dojít, přání se mu vyplní, pokud ne, je tomu naopak.

Argentina

V této zemi lidé sbírají 31.12. všechen přebytečný papír, který najdou v domácnostech. Všechny tyto papíry poté nastříhají na malé kousky a když novoroční oslavy vrcholí, vyhazují je z okna.

Čína, Korea a Vietnam

Nový rok se zde slaví o měsíc později, než je jinde ve světě běžné – tedy na konci ledna. Termín slavností se posouvá podle toho, kdy přijde po 21. lednu úplněk. Všichni nadšenci oslav budou zřejmě malinko závidět, protože veselí zde trvá přesně tři týdny.

Typickým zvykem je zde vyhánění zlých duchů z domu, a to bambusovými tyčemi. Všude visí červené proužky papírů a symboly štěstí ve zlaté barvě. Aby štěstí nezůstávalo za zdmi domu a nedostalo se dovnitř, si lidé zajišťují tím, že o jedenácté večerní otevrou všechny dveře a okna.

Oslavy vrcholí ohňostrojem, který má vyhánět zlého draka „Niena“. V některých částech země je zvykem, že ženy házejí do moře mandarinky. To by jim mělo zajistit v příštím roce dobrého manžela. Úspěch je zajištěn, pokud na plody napíší své jméno a adresu. Mandarinky doplují do sítí rybářů, kteří na ně po novém roce již čekají.

Japonsko

Oslavy zde trvají až do 7. ledna. První tři dny jsou dny klidu. Lidé je tráví se svou rodinou. Než odpočinek začne, hospodyňky napečou rýžové koláčky, poklidí dům a přede dveře většina rodin postaví malou borovičku.

Tipy na vánoční dárek

Přinášíme Vám dva tipy na vánoční dárek pro Vaše blízké.

Vyrobte nejbližším dárek!

Ve více službách Charity Český Těšín se v současné době dostala do obliby technika výroby různých věcí, při které se využívá starých časopisů, novin a jiných tiskovin. Jednoduchou metodou obtáčení novin či časopisů okolo špejlí a jejich nasazováním na sebe vytváříme libovolně dlouhé trubičky, které následně podle návodu splétáme a vytváříme tak věnečky, vázy, košíky a jiné výrobky. Jejich barvu volíme buď již výběrem tiskoviny, nebo následným obarvením již hotového výrobku. Návody na pletení jsou dostupné na internetu po zadání „návod, pletení z papíru“ nebo si lze zakoupit knížku s návody např. „Košíkaření z papíru“ od autorky Hany Čápové.

Výrobky, které takto vzniknou, jsou nejen velmi hezké, ale nevyžadují téměř žádné náklady. Vaše blízké navíc potěší čas, který jste vyrábění jejich dárku věnovali.

Přejeme příjemnou zábavu!



Lunární kalendář

Lunární kalendář Krasné paní od Žofie Kanyzové je velmi oblíbený, obsahuje praktické rady pro zdraví, domácnost, zahradu, vztahující se k podobě a pohybu měsíce ve zvěrokruhu. Ke kalendáři je možno přikoupit i diář Krasné paní a měsíc zahradníkem Krasné paní.

Ukázka co lze najít v Lunárním kalendáři:

23. 12. 2014 měsíc přibývá, je ve znamení kozoroha, souvisí s koleny, kyčlemi, klouby, vázy, šlachami, kostrou, kůží, měli bychom pečovat o svou pleť, nehty, chodit do sauny.

24. 12. 2014 měsíc přibývá a přesouvá se ze znamení kozoroha do znamení vodnáře, jinak vše stejné jako 23. 12

25. 12. 2014 měsíc stále přibývá, je ve znamení vodnáře, souvisí s lýtky, kotníky, bérce a žilami. Měli bychom si dopřát masáž nohou a ošetřit si křečové žíly.

Andrea Branná

Tip na výlet

Blíží se vánoční svátky a pro mnohé z nás představují volno, čas strávený s rodinou a přáteli, spoustu jídla, cukroví a jiných dobrot a pohádky v televizi. Tento čas je ale také ideální pro výlety, ať už s rodinkou či s přáteli. Kromě toho, že se tzv. vyvětráte a nadýcháte čerstvého vzduchu, můžete navštívit např. některá zajímavá poutní místa a zúčastnit se posledních letošních mší svatých nebo se zapojit do novoročního výstupu.

Mše svaté na Silvestra

Závěrem roku se tradičně konají mše svaté na některých vrcholcích hor. V nejbližším okolí můžete navštívit Kapli sv. Anny na Kozubové, kde se koná mše 31. 12. 2014 od 11 hodin nebo později od 15 hodin Kostel sv. Antonína Paduánského na Prašivé.

Kaple sv. Anny se nachází v lokalitě vrch Kozubová v nadmořské výšce 982 m a byla postavena v r. 1936-1937 z iniciativy faráře Ploszka z Hnojníku. Slavnostní posvěcení kaple proběhlo 27. července 1937 za účasti deseti tisíc lidí. Kromě svátku sv. Anny se v kapli konají Mše na sv. Hedviku, na Silvestra a 8. 5. - diecézní setkání mládeže. Součástí objektu se stala i věž s jedním zvonek, která slouží jako rozhledna. Výhled je možný severním a východním směrem na česko-slovensko-polské pohraničí. Kaple je veřejně přístupná pouze v době konání mší. Klíče od rozhledny jsou k vyzvednutí na chatě Kozubová.

Římskokatolický kostel sv. Antonína Paduánského je dřevěná stavba stojící na vrcholu Malé Prašivé (704 m n. m.) a významné poutní místo Těšínska. Kostel byl vystavěn roku 1640 na náklady hraběte Jiřího z Oppersdorfu a zanedlouho se stal poutním místem, k němuž o odpustě směřovaly stovky lidí z celého Těšínska. Kostel má jednoduchou konstrukci. Na obdélnou loď, sroubenou z mohutných jedlových trámů navazuje mírně odsazený trojboký presbytář. Nad trojúhelníkovým štítem je osazena malá věžička, která je mladšího data.

Novoroční výstup na Ostrý

Ve čtvrtek 1. 1. 2015 se koná již 22. ročník tradičního novoročního výstupu na Ostrý. Jedná se o hvězdicový výstup z Javorového, Kozince, Tyry a Košařinsk. Cíl je mezi 10 - 14 hodinou u chaty na vrcholku hory, kde vás v pravé poledne čeká přípitek.

Hora Ostrý (1044 m n. m.) je jedna z nejvyšších dominant západní části Moravskoslezských Beskyd. Hora Ostrý je dominantním vrcholem Jablunkovské brázdy. Na severní straně hory je přírodní rezervace Černavina o rozloze 61,32 ha. Pod vrcholem vede naučná stezka Za krásami vendryňské přírody. V roce 1935 byla na tomto vrcholu postavena turistická chata, která je částečně zrekonstruovaná a vhodně zapadá do zdejší krajiny. Nenalezneme ji přímo na vrcholu, ale cca 1 km jižně od něj. Ve dnech s dobrou viditelností je možné spatřit jak vrcholky blízké Malé Fatry, Belianských Tater, Roháčů tak i nejvyšší hory Karpatského oblouku Vysoké Tatry.

Vánoce jinak - vánoce zdravě

Ne každý si může na Vánoce dopřávat co hrdlo ráčí, proto jsem letos zvolila recepty ve stylu zdravých vánočních svátků, kdy nebudeme zbytečně zatěžovat svůj organismus a přitom si dopřejeme chutná vánoční jídla i cukroví. A tyto vánoční recepty budou bezmasé.

Falešná rybí polévka

2 mrkve, půl celeru, 1 petržel, hrášek zelený, hrách půlený žlutý, olivový olej, Tebi droždí, mořská řasa Nori, sůl, pepř, hrst petržele, lžíce plnotučné hořčice. Na zahuštění buď kukuřičná nebo jáhlová mouka. Vše zakoupíte v prodejnách zdravé výživy.

Zeleninu nastrouháme a orestujeme na olivovém oleji, zalijeme vodou, namočený půlený hrách si uvaříme a po uvaření vmícháme i se zeleným hrachem do polévky, až je zelenina měkká. Dále osolíme, přidáme velkou lžíci Tebi droždí a řasy Nori, zahustíme moukou rozmíchanou ve vodě a nakonec vmícháme lžíci hořčice. Můžete si polévku i mírně přikyselit octem nebo citronem. Nakonec vmícháme nasekanou petržel. Můžeme podávat s opečenou houskou.



Bramborový salát

1,5 kg brambor, 2 mrkve, půl celeru, malý hrášek, sterilované okurky, cibule, lžíce hořčice, sójová majonéza, chilli, pepř, sůl, dva stroužky česneku

Uvařené brambory nakrájíme na drobné kostičky, uvařený celer a mrkev nastrouháme, okurky a cibuli najemno nakrájíme, přidáme hrášek, nastrouhaný česnek, vodu z okurek, sójovou majonézu, dochutíme, promícháme a necháme do druhého dne zaležet.



Pečená zelenina

Cuketa, mrkev, dýně, celer, cibule, řepa, lilek, 2 papriky, 5 žampionů, hrst hlívy ústříčné, sůl, provensálské koření, olivový olej.

Nakrájíme libovolně, žampióny na půl, lilek nejdříve namočíme do studené vody se solí, asi na 10 minut, slijeme, vysušíme. Plech potřeme olivovým olejem, zeleninu osolíme, posypeme provensálským kořením, promneme s olivovým olejem a půl hodiny pečeme v troubě do změknutí. Pokud nemůžete být bez smaženého, tak si zeleninu prostě osmažte v trojobalu.



Ovesné hručky

Rozpustíme 50 g másla nebo kokosového oleje, vmícháme 125 g ovesných vloček nebo jahelných, 2 lžíce kokosu, 1 velký rozmačkaný banán, 3 lžíce nakrájených sušených meruněk, 2 vejce, 1 pomeranč rozmixovaný, dvě lžíce nasekaných ořechů/mandle nebo lískové/ a půl lžičky mleté skořice. Dáme do chladna odpočinout, pak lžičkou vykrajujeme hručky, pečeme při 180 stupních dorůžova. Vychladlé zdobíme čokoládovou polevou.



Makové kuličky

100 g hrozinek, 100 g datlí a 100 g mandlí nebo kešu ořechů namočíme přes noc do vody. Druhý den slijeme a oboje nahrubo nasekáme nebo rozmixujeme. Vmícháme 250 g mletého máku a 2-3 lžíce medu nebo datlového sirupu. Tvoříme kuličky, které obalujeme v kokosu.



Andrea Branná

Vánoční příběh

Když se Ježíš narodil, objevila se na nebi nová hvězda. Byla tak veliká a jasná, že mudrcové, kteří zkoumali každou noc oblohu, ještě nikdy neviděli tak krásnou hvězdu. Dali hlavy dohromady a mudrovali. Co to má znamenat? „Já vím“, řekl jeden z nich, „někde se narodilo královské dítě.“ Jiný mudrc řekl: „To se jistě narodil ten dobrý král, židovský Mesiáš, na kterého lidé tak dlouho čekají. Pojďme se mu poklonit a vezměme mu dary, jaké se sluší pro krále.“

A tak se tito mudrcové vydali na dalekou cestu. Zářící hvězda jim ukázala, kudy mají jít. Dovedla je až do Jeruzaléma. Tu stanuli před palácem, kde bydlel vladař Herodes. Mysleli si, že jsou u cíle. Ptali se: „Kde je ten právě narozený král Židů? Viděli jsme jeho hvězdu na východě a přišli jsme se mu poklonit.“

Jak to uslyšel Herodes, velmi se znepokojil. Žádné dítě se v královském paláci totiž nenarodilo. Tu si vzpomněl, že se mezi lidem vypráví staré proroctví o narození Mesiáše – židovského krále. Začal se bát o svůj trůn. Proto si dal zavolat židovské učence a znalce starých knih a vyptával se jich, kde se má Mesiáš narodit. Oni mu odpověděli: „V Betlémě, neboť tak je psáno v proročích knihách.“

Herodes řekl mudrcům. „Jděte a pátrejte důkladně po tom dítěti a až ho najdete, oznamte mi to, abych se mu také já šel poklonit.“ Mudrci krále vyslechli a vydali se na cestu. A hle, hvězda šla před nimi, až se zastavila na místě, kde to dítě bylo. Mudrci vešli do chléva a uviděli tam děťátko s Josefem a Marií. Klaněli se mu, padli před ním na zem a darovali mu zlato, kadidlo a myrhu.



Herodes byl krutý král. Nechtěl se vůbec klanět dítěti, ale chtěl ho zabít. Jen aby nepřišel o svůj trůn. Mudrcové však dostali ve snu od Boha pokyn, aby se už do Jeruzaléma nevraceli. I Josefovi se ve snu ukázal anděl a řekl: „Vstaň, vezmi dítě i matku, uprchni do Egypta a zůstaň tam, dokud ti neřeknu, neboť Herodes chce dítě zahubit.“ - Představte si, děti! Sotva se malý Ježíš narodil, už ho chtěli zabít. Herodes brzy pochopil, že ho mudrci neposlechli a o dítěti mu neřekli. Velmi se rozhněval. Nechal v zemi pobít všechny malé chlapce do dvou let. Ale Ježíš byl už dávno s rodiči v bezpečí, aby až vyroste, mohl vykonat, co si Bůh přál.

(Zdroj internet)

Na poslední stránce posledního letošního Trubače bych chtěl symbolicky poděkovat všem kdo nám pomáhají naplňovat naše poslání a posunovat naši „charitní káru“ stále kupředu. Děkuji našim zaměstnancům a dobrovolníkům za jejich práci, našim partnerům a donátorům za jejich materiální, finanční i lidskou podporu, našim blízkým za jejich trpělivost a pochopení.

Zároveň přeji všem pohodové prožití vánočních svátků a požehnaný rok 2015.

Martin Hořínek, ředitel Charity Český Těšín

V roce 2014 se na naší činnosti finančně podíleli mimo jiné:

Ministerstvo práce a sociálních věcí, Kraj Moravskoslezský, Město Český Těšín, Statutární město Karviná, Město Vratimov, Obec Těrlicko, Obec Chotěbuz, Obec Hnojník, Obec Soběšovice, Obec Třanovice, Obec Ropice, Obec Dolní Domaslavice, Obec Nošovice, Obec Horní Tošanovice, Obec Stráž, Římskokatolická farnost Havířov Šumbark, Konto Bariéry, Nadace ČEZ, Nadace KB – Jistota, Nadace Siemens, Výbor dobré vůle - Nadace Olgy Havlové, ADITUS CZ, ASA expert, Automarket Nieslaník, Autocentrum pod Zelenou, Bikos CZ, Bronislav Tesař - distribuce mraženého zboží, CaA móda, Comfor Stores, Hajduk a partneři, advokátní kancelář, Martin Kohut, Ritex Karviná, Rova podlahy, SCA Hygiene, Střechy Matajsz



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 Zlá

Neoznačené příspěvky a fotografie pochází z archivu Charity Český Těšín.