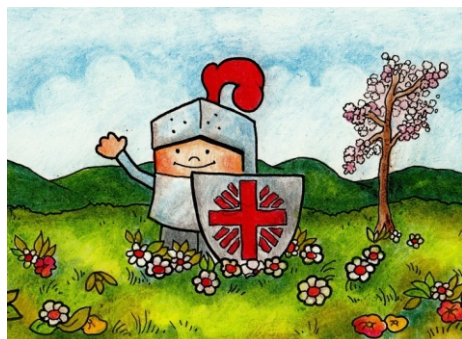
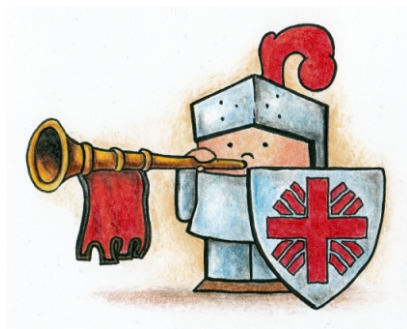


TRUBAČ

CHARITY ČESKÝ TĚŠÍN

č. 1/16



Vítání jara

Napjatě opět po roce čekáme na to, abychom jej mohli přivítat. Již znaveni, netrpělivě a plni nového očekávání se těšíme na toto období zrodu, nové energie, pocházející nejen ze slunečních paprsků, ale i z naděje. Jaro.

I Velikonoce jsou na jaře, protože jejich poselství je o novém začátku. Kristus zemřel a vstal z mrtvých, stejně jako v nás má zemřít člověk starý a zrodit se nový (parafrázujeme-

li sv. Pavla). Velikonoce vychází z židovské paschy – připomenutí vyjití z Egypta, z otroctví ke svobodě, z temnoty do světla, ale jak známo z Bible, nebyla to cesta krátká a jednoduchá – opět obraz obrody. V našem prostředí se Velikonoce navíc promísily s germánskými a slovanskými oslavami vítání jara.

Duch vítání jara se ponese celým tímto vydáním Trubače. Zaměříme se na kořeny oslav jara a prapůvod dnešních velikonočních tradic. Mimoto se podíváme na to, co se u nás za poslední čtvrtletí událo, a zavzpomínáme na úspěch Tříkrálové sbírky.

V Charitě Český Těšín krom jara nyní vítáme i nové vedení organizace – ředitelku Charity Český Těšín Mgr. Andreu Beličinovou. My, pracovníci, Vám přejeme mnoho úspěchů, neopadající nadšení a také notnou dávku trpělivosti, jelikož sami víme, že to s námi občas není jednoduché.

Všem čtenářům přejeme příjemně prožité jaro, radost ze slunce a kvetoucí přírody, ať i na Vás padne odlesk jasu Kristova Vzkříšení.

pracovníci chci



Cena sv. Michaela 2015

Charita Český Těšín každoročně vyhlašuje ceny za přínos charitnímu dílu. Za rok 2015 však jejich udílení pojala v novém duchu, ocenění hrdě neslo název patrona Charity Český Těšín sv. Michaela a uděleno bylo konkrétnímu středisku za konkrétní počín.

Nominace navrhovala sama střediska, která měla nárok vyzdvihnout až 3 skutky či události, které považovala za oceněníhodné. Komu bude cena udělena poté rozhodovala komise tvořená vedoucími těchto středisek, kdy každý z nich připsal anonymně až tři hlasy nominaci, která by si dle jejich uvážení ocenění zasloužila. Koncem roku pak na vánočním posezení Charity Český Těšín byla Cena sv. Michaela 2015 předána, a to hned 2x -terénním službám za nepřetržitou celoroční náročnou a přitom kvalitně odvedenou práci v terénu, díky níž dochází k viditelnému rozvoji služeb, a Charitnímu středisku „Kometa“ za skvělou týmovou práci, větší profesionalizaci střediska a úspěšnou práci se skupinou z vyloučené lokality. Ceny v podobě skleněné plakety si za středisko převzaly z rukou ředitele organizace jejich vedoucí Lenka Zahradníková a Irena Úradníková. *„Ocenění našeho střediska mě velmi potěšilo a překvapilo, musím přiznat, že jsem to nečekala,“ sdělila po předání vedoucí terénních služeb Lenka Zahradníková. „Také jsem příjemně překvapená a velmi si toho vážím. Těším se, až si plaketu vystavíme ve společné kanceláři,“ uvedla poté vedoucí „Komety“ Irena Úradníková.*



Gratulujeme!

Chcť

Představení příručky pro pečující

Ve středu 13. ledna 2016 proběhlo slavnostní představení nového počínu Charity Český Těšín, Příručky pro pečující, na jejímž vyhotovení se za podpory Moravskoslezského kraje v rámci projektu „Pro zdraví - Podpora zdravotní a paliativní péče Charity Český Těšín II“ podílely zdravotní sestry Charitní ošetrovatelské služby, pracovníce pečovatelské služby a osobní asistence a další odborníci v oblasti sociální péče.



Charita Český Těšín touto příručkou navázala na semináře Péče o nemocného v domácím prostředí a Setkání pečujících, které od roku 2014 pořádá pro všechny, kteří se doma starají o své blízké. „Tato příručka popisuje jak prostředí, tak některé výchozí oblasti péče o nemocné. Stěžejní částí pak jsou praktické návody a postupy pro polohování, pomoc s hygienou, aplikace některých ošetrovatelských postupů a mnohé další,“ sděluje vedoucí Charitní ošetrovatelské služby a jedna z hlavních autorů

příručky Beáta Dulawová. Příručka shrnuje mnohaleté zkušenosti z oblasti péče o nemocné a nemohoucí a je připravena tak, aby vyhovovala zejména klientům organizace a jejich blízkým. Aby byla co nejnázornější, je doplněna o bohatý fotografický materiál. „Naším posláním, posláním Charity, je v obecné rovině pomáhat lidem v tísní. Nemůžeme ale být všude a mimoto je velmi důležité pomáhat ke svépomoci. V tomto kontextu jsme rádi, že se můžeme prostřednictvím naší příručky podělit o své poznatky a pomoci tak všem, kteří doma pečují nebo budou někdy v budoucnu pečovat o své blízké,“ představil příručku ředitel Charity Český Těšín Martin Hořínek a se slovy: „Nechť je tedy tato příručka, pomocníkem a průvodcem všech, kdo se starají a pečují o své blízké a spolu s námi se tak podílí na naplňování „caritas – přikázání milosrdní lásky,“ symbolicky pokřtil první výtisk této příručky šampaňským, v rámci pracovní doby však pouze ovocným bez alkoholu.

chčt

Účast ve fotosoutěži „Můj svět“

Charita Opava a Asekol vyhlásili již osmý ročník fotografické soutěže „Můj svět“. Soutěže se v letošním roce již podruhé zúčastní také Charita Český Těšín, kterou bude opět reprezentovat dobrovolnice Bára Branná, která se v loňském roce v kategorii Portrét umístila na krásném 3. místě.

Do soutěže, která je určena zaměstnancům, dobrovolníkům a uživatelům služeb Charit, se lze zapojit ve třech kategoriích, a to kategorii Portrét – Tváře lidí Charity, Život kolem nás – Charita pohledem svých zaměstnanců a Jak to vidím já – Charita pohledem svých klientů. Bára Branná, která fotografie v letošním roce pořizovala v Charitním domě pokojného stáří, přihlásila své fotografie hned do dvou z těchto kategorií, Portrét a Život kolem nás. Účastníci soutěže budou v březnu pozváni na slavnostní vyhlášení do Historické výstavní budovy Slezského zemského muzea v Opavě, kde mohou vyhrát zajímavé ceny. Ty nejlepší fotografie se pak stanou součástí putovní výstavy, která, jak je již zvykem, poputuje po mnoha městech České republiky a bude přibližovat netradičním způsobem službu Charity mnoha lidem. Nezbyvá nám jen popřát Báře mnoho zdaru a poděkovat jí za reprezentaci Charity Český Těšín v této soutěži.

chčt



Komu Grantík pomohl v roce 2015?

Již druhým rokem projekt „Grantík“ - systém malých grantů z tzv. Fondu pomoci, tvořený prostředky především od individuálních dárců, pomáhá osobám s fyzickým či mentálním omezením. V roce 2015 bylo 80 tisíci korun podpořeno celkem 10 osob. Zde jsou jejich jednotlivé příběhy.

Sedmadvacetileté **Nikole z Karviné** se zdravotním postižením, která je zcela imobilní. Dar je určen k zakoupení výbavy automobilu, kterým je Nikola každodenně přepravována do stacionáře. Díky daru může matka mladé ženy dopřát své dceři návštěvy stacionáře i v zimním období. My Nikole přejeme, aby se jí nadále ve stacionáři líbilo a jí ji její mamince mnoho štěstí.

Šestnáctileté **Terezii z Českého Těšína** s tělesným i mentálním postižením na zakoupení elektrické polohovatelné postele. Doufáme, že v nové posteli se Terezie bude cítit pohodlně a přejeme jí mnoho zdraví.

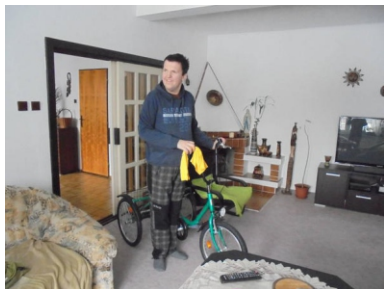
Pětasedmdesátileté **Anežce z Petrovic u Karviné**, která má po mozkové mrtvici zdravotní postižení. Díky našemu daru bylo paní Anežce pořízeno nové speciální křeslo. Doufáme, že má paní Anežka díky tomuto křeslu možnost trávit volný čas pohodlně a náš dar jí přinesl radost.



Třidvacetiletému **Janovi z Třanovic** s mentálním postižením, který s ohledem na jeho zdravotní stav nenavštěvuje žádný stacionář a veškerý volný čas tráví v domácím prostředí. Mladému muži jsme díky našemu daru umožnili pořízení speciální tříkolky pro dospělé. Snad mu jízda na ní zpestří trávení jeho volného času a přinese radost. Přejeme mnoho štěstí.



Šestiletému **Michaelovi**, čtyřletému **Erikovi** a tříleté **Emě z Havířova**, kteří mají poruchu autistického spektra, a tak jejich rozvoj a vzdělávání vyžaduje speciální přístup i pomůcky. Dětem jsme přispěli na zakoupení didaktických pomůcek v podobě tabletů se speciálními programy pro rozvoj dětí s autismem. Doufáme, že dětem tento dar přinesl radost a také jim pomohl. Dětem i jejich rodičům přejeme mnoho štěstí.



Tříadvacetiletému **Janovi z Třanovic** s mentálním postižením, který s ohledem na jeho zdravotní stav nenavštěvuje žádný stacionář a veškerý volný čas tráví v domácím prostředí. Mladému muži jsme díky našemu daru umožnili pořízení speciální tříkolky pro dospělé. Snad mu jízda na ní zpestří trávení jeho volného času a přinese radost. Přejeme mnoho štěstí.

Tříleté **Stele z Českého Těšína**, dívence se zdravotním postižením na speciální léčebný pobyt

REHA KLIM AKTIV JUNIOR v Klimkovicích, který napomáhá ke zlepšení jejího zdravotního stavu. Stelince přejeme, aby se jí v lázních líbilo a aby ji rehabilitace dopomohla k pevnějšímu zdraví a zlepšení jejího stavu. Mnoho štěstí jí i jejím rodičům.

Čtyřleté **Justýnce**, nechodící holčičce z **Českého Těšína** se zdravotním postižením. Za naší podpory pořídí rodiče Justýnce speciální chodítko Upsee, díky němuž bude moci Justýnka zažít pocit chůze a do pohybu zapojit svalstvo, které běžně nepoužívá, což povede k zlepšení jejího zdravotního stavu. Justýnce přejeme mnoho úspěchů.



chť

Charita Český Těšín hledá dobrovolníky

Charita Český Těšín v současné době nabírá dobrovolníky do všech svých středisek, nabízí tak velmi pestrou škálu aktivit a činností. Dobrovolník může docházet za klientem či klienty (předčítat či povídat si), doprovázet je (na procházky či pochůzky), pořádat pro ně pravidelné či nepravidelné volnočasové aktivity (vaření, počítače, pohybová cvičení, cvičení paměti a mnohé další – nápadům se meze nekladou) nebo jen pomoci s pořádáním akcí (letní slavnosti) či chodem určitého střediska (manuální a administrativní práce). Odměnou mu pak může být radost klientů nebo jen vlastní hřejivý pocit, že někomu pomohl. Zájemce o dobrovolnictví se může obrátit na níže uvedený kontakt a společně s koordinátorkou dobrovolnictví domluví a určí druh, čas i intenzitu svého zapojení do činnosti organizace, jedinou vlastností dobrovolníka musí být jeho zájem o dobrovolnictví a ochota bezplatné pomoci.

Zájemci o dobrovolnictví v českotěšínské Charitě, která má svá střediska také v Karviné a Hnojníku, se mohou obrátit na koordinátorku dobrovolnictví **Annu Fejfarovou** na telefonní číslo **605 205 641** nebo prostřednictvím mailu na adresu metodik@ceskytesin.charita.cz.

chť

Canisterapie v Charitním domě pro seniory



V pondělí 1. února se uskutečnila v Charitním domě pro seniory v Hnojníku canisterapie pro imobilní klienty. Odpoledne nás potěšila svou návštěvou paní Malcherová se svým pejskem.

V našem zařízení to byla již druhá canisterapie, která se zde uskutečnila. První se konala v loňském roce v jídelně našeho domova, kde se klienti scházeli po menších skupinkách. Druhá canisterapie byla zaměřena na klienty ze zdravotním omezením či zcela imobilní. Byli velice

překvapeni, když jsme vstupovali do bytu s pejskem. Klienti si mohli pejska pohladit, ten jim na oplátku ukázal jaké umí povely a cviky. Některým mohla fenka Bea i na podložku na postel, aby si jí mohli lépe pohladit. Bylo to velmi krásně strávené odpoledne.

Emilie Vitásková

Motýlkový bál

Dne 4. února se v Charitním centru pro seniory uskutečnil dlouho očekávaný Motýlkový bál. Jak lze z názvu usoudit, součástí tzv. "dress codu" byl motýlek, a to v jakékoliv podobě. Z tohoto tématu vzešel podvečer plný pestrobarevné výzdoby, nápaditých šatů, ozdob a hlavně úžasné atmosféry a zábavy.

Jako slavnostní hosté přijali pozvání ředitel Charity Český Těšín Martin Hořínek a vedoucí Oddělení sociálních věcí Městského úřadu Český Těšín Andrea Beličinová. Na harmoniku v úvodu plesu zahrála jedna z našich klientek paní Jana, celý ples pak doprovázela živá hudba.

Po večeri byl oceněn nejlepší a nejnápaditější motýlek. Cenu v podobě dortu, jak jinak než posetého motýly, obdrželi manželé, jejichž garderobu ohodnotila porota jako nejoriginálnější. Tato porota byla zpočátku rozhodování rozdělena na dva tábory, naštěstí oba favoriti byli manželé, což jim jejich verdikt usnadnilo, a sladkou odměnu obdrželi dohromady. Následovala tombola, plná zajímavých cen, ve které si každý přišel na své a něco vyhrál. Po celou dobu plesu vládla velmi příjemná atmosféra, radost a pohoda. Klienti odcházeli z plesu velmi potěšeni.



chčt

Ostatkový večírek



V Charitním domě pro seniory v Hnojníku se 9. února 2016 uskutečnil „Ostatkový večírek“, pro naše seniory a hosty. Večírek je již skoro pravidelně pořádán poslední úterý před Popeleční středou.

Konal se v jídelně našeho domova. Po tradičním zahájení večírku vedoucí domova paní Ovčářiovou začalo vystoupení dětí z místní základní školy v Hnojníku, pod vedením paní učitelky Farné a paní učitelky Ševěčkové, která si s dětmi připravily krásný

program. V domově jsme slyšeli pásmo sborového zpěvu, sólo hraní na elektronické klávesy, ukázkou dramatického představení a nechyběl i sólo disko tanec. Rozloučili se krásnou písní z pohádky. Za velmi bouřlivého potlesku opouštěly děti náš večírek.

Po tom krásném programu všechny přítomné pozdravil p. Mons. Rudolf Sikora a společně jsme si všichni zavzpomínali na loňský rok, co se všechno v našem domově událo. Na závěr nechyběla, jak to je zvykem na všech plesech, tombola. Klienti při odchodu z večírku nešetřili slovy díky.

Emilie Vitásková

První návštěva v Montessori

Konečně se děti a maminky dočkaly první návštěvy Montessori školičky v roce 2016 a spolu s paní Prokopovou a dětmi si to pěkně užily.

Matyáš se nejprve učil přesypávat sóju z misky do misky. S paní Romanou pak děti krájely jablíčka na společnou svačinku. Maminka spolu s Matyášem vytvořila srdíčko, nejvíc ho, ale bavilo malování vodovkami a psaní na tabuli, což je to projev toho, že dítě začíná mluvit.

Sopfinka, Vanesa a Matyáš společně pracovali u stolu. Sophie se seznamovala s písmenky. Vaneska počítala vřeténka, svazovala je do mašlí a ukládala podle počtu do své přihrádky.

Andrea Branná



Maminky maminkám

Maminky, které se v Karviné pravidelně scházejí na tzv. strollingu tedy cvičení s kočárkem se rozhodly, že by rády nějakým způsobem podpořily ty maminky, které v životě zatím neměly tolik štěstí. V rámci akce „Pošli radost dál“ nashromáždily oblečení, hračky a další věci na tzv. „opožděnou ježíškovskou nadílku“ pro naše děti a maminky z Charitního domu pro matky v tísní a ve čtvrtek 11. 2. 2016 jim tento dar předaly. A překvapením pro naše maminky bylo, že navíc dostaly ještě vánoční dárky, které si přály.



„V předvánočním období jsem byla oslovena jednou maminkou z karvinské skupiny cvičení s kočárkem, že by rády nějak pomohly našim maminkám z azylového domu. Poprosila mě o to, aby samy naše maminky společně s dětmi napsaly „dopis Ježíškovi“, tedy s přáními, která se pak společnými silami pokusí zrealizovat. Byla jsem velmi příjemně překvapená nadšením a elánem, se kterou se skupina maminek do celé akce pouštěla,“ sdělila vedoucí azylového domu pro matky v tísní Andrea Branná. Maminky byly

nadšené množstvím věcí, které dostaly a některé byly až dojaté k slzám. Paní Markéta nám sdělila své pocity: *„Je to pro mě velká pomoc, všechno bych si musela koupit, čekám miminko a dostala jsem pro ně spoustu oblečení a i věci do porodnice, lahvičky, dudlíky, hračky. Je toho tolik, že si každý den rozbaluji jednu tašku, Nelinka si hraje s kočárkem, co dostala, a pro mě tam byla i kosmetika, drogerie. Moc děkuji.“* I všechny ostatní maminky a děti měly ze všech věcí velkou radost. Děkuje!

chčt

Přednáška na téma bolest

Dne 23. března do Charitního domu pokojného stáří zavítala paní RNDr. Holubová. Po dvouměsíční pauze jsme se tak těšili, co nám opět přednese, jelikož téma bylo zajímavé a v našem domově aktuální, a to „když udeří bolest“.

Klienti se sešli v jídelně a netrpělivě čekali, až přednáška začne. Když paní RNDr. Holubová dorazila, navzájem jsme se přivítali a poděkovali, že spolu můžeme opět trávit čas. Poté jsme se bavili především o tom, proč nás bolí záda, že si za kdejakou bolest můžeme víceméně sami, třeba nesprávným držetím těla, špatným zvedáním, ale taky chůzí. Hodně jsme rozebírali bolest hlavy a zad. Také jsme se dozvěděli, proč právě seniory bolí klouby, především tedy kolena. Neměli by zapomínat na správný pohyb a držení těla. Jako vždycky jsme si s přednáškou vzali to, co jsme uznali za nejdůležitější a pro nás nejvíce užitečné. Paní doktorka nám opět předala balíčky od firmy Natur produkt, které v hojně míře všichni využíváme a za což ji velmi děkujeme.

Tomáš Gál



Netradiční „hrabinský“ ples

Za mrznoucího počasí se dne 26. února 2016 v Charitním domě pokojného stáří konal netradiční „hrabinský“ ples. Pojdte s námi nahlédnout, co se na něm dělo.

Úderem 10 hodiny se do gala oblečení klienti začali scházet v naší jídelně. Stoly vyšperkovány do tmavě červené barvy připomínající šlehající plamen, plné

dobrot a kolem dokola natěšení senioři, co že se to vlastně bude dít. V jakém duchu se celé dopoledne a částečně i poledne ponese, představila vedoucí domova a aktivizační pracovník. Následným přípitkem byl zahájen program. Poznáš píseň? Název prvního bodu programu. Zadáni bylo jednoduché. V krátkém časovém intervalu klienti museli uhádnout název písně a kdo jí zpívá. Následně jsme si zazpívali a úspěšný program ukončili. Další činnost byla víceméně vědomostní. Určitě všichni znáte oběšence. Od lehčích slov jako „obraz“ až po ty záluďnější například „nejkulatoulinkatější“ se stala hra velmi zajímavou a mnohdy úsměvnou. Čas však byl neúprosný a jídelnou se provoněl, mohu-li říci, sváteční oběd. Rázem všichni věděli, co se bude podávat. Hovězí vývar a kuřecí řízek s bramborovým salátem, to byl další plus tohoto dne. Po výborném obědě jsme se zapojili do diskuze a dozvěděli se zase něco nového. Každý ples má tombolu, která začíná úderem půlnoci a ani ten náš se bez ní nemohl obejít, ale přesně naopak. Tombola se začala sice úderem dvanácté hodiny, ale samozřejmě polední. Aby to nebylo nikomu líto, tak jsme i naší tombolu pojali netradičně a výhra čekala na každého zúčastněného. Malým překvapením byla i výhra bonboniéry, kterou si jakožto cenu za nejkrásnější plesový obleček odnesla klientka Anička.

Tomáš Gál

Arteterapie přinesla radost i užitek dětem z „Komety“



Díky realizovanému projektu (Arte)terapie pro „Kometu“ podpořeného Nadačním fondem Albert v rámci grantového programu Nadační fond Albert dětem 2015 mohly děti z nízkoprahového zařízení pro děti a mládež Charitního střediska „Kometa“ rozšířit své aktivity o techniky arteterapie.

Ty jsou prospěšné při navazování kontaktů pracovníku s dětmi, zlepšení jejich vzájemné spolupráce a při řešení problému v oblasti mezilidských vztahů, životních změn a výchovy a vzdělávání dětí a mládeže. Děkujeme!

chčt



Mezinárodní den žen v domově

Dne 7. 3. 2016 se uskutečnila sešlost dvou domečků, Charitního domu pokojného stáří a Charitního domu pro matky v tísní, a to kvůli Mezinárodnímu dni žen. Mezi dětmi byly dva dobrovolníci ze Základní umělecké školy.

Pro naše seniory to byl stejný den jako každý jiný. Občas totiž pozapomenou, jaké významné dny máme. My se jim to snažíme připomínat, jelikož právě MDŽ byl kdysi, dalo by se říci, uznávaným svátkem a do jisté míry nepostradatelným. Alespoň takto to vnímám já a troufám si říci, že i senioři. A kdo jiný by jim měl předat kytičku rozkvetlou jako sluníčko, "protáhnout" struny na tmavě hnědé kytáře či houslích a zazpívat krásným a nevinným způsobem, nežli děti. Slziček a jisté nostalgie jsme se neubránili, pocit vděčnosti byl na místě. Odměna pro milé návštěvníky byla ve formě upřímného úsměvu a také nějaké té sladkosti. K této příležitosti u nás natáčela televize, což v očích seniorů částečně ještě přidalo tomuto svátku na vážnosti.

Za organizaci a spolupráci děkuji nejen těm, kteří byli vidět, ale i těm, kteří za přípravou stáli v pozadí.

Tomáš Gál

Dámský klub s diktátem a jarní tvoření



V březnu se u nás v Domečku uskutečnily hned dvě akce. Po menší pauze se opět konal Dámský klub. A jelikož je jedna naše maminka z Polska a přestože se česky domluví velice dobře, chce se v českém jazyce stále zdokonalovat, tak jsme se všechny v rámci klubu vrátily do školních lavic a spolu s ní jsme si daly diktát.

Potom si maminka zkusila říci svůj životopis v českém jazyce. Nechybělo čtení ani domácí úkol.

Takže příště budeme pokračovat. O víkendu pak

proběhlo tvoření věnečků s paní Prokopovou. Maminky s dětmi vybarvovaly obrázky, vystřihovaly je a nakonec nalepily na věneček z papíru. Všichni si tak mohli krásně vyzdobit svůj pokoj a ještě se přitom skvěle pobavili. Jarními motivy byly beránek, zajíc, vajíčko, motýl, kytička

Renáta Pawerová



Tříkrálová sbírka 2016



V pořadí šestnáctá charitní Tříkrálová sbírka je za námi a my se za ní nyní ohlédneme. Ke konci loňského roku tradičně probíhaly přípravy sbírky zahrnující oslovení koledníků, rozdělení veškerého materiálu pro koledníky, zapečetění pokladniček na úřadech jednotlivých měst a obcí, jejich rozvoz společně s potřebným materiálem na farnosti a mnoho dalších činností, které jsme vám nastínili již v minulých číslech Trubače.



Tříkrálovou sbírku organizujeme v Českém Těšíně, Karviné, Havířově a sedmnácti okolních menších obcích. Letos jsme zapečetili **209** pokladniček a výtěžek sbírky činí téměř milion korun, a to **984 058 Kč**. Výnos letošní sbírky je o **5 %** vyšší než v roce minulém a jedná se o druhý nejvyšší výnos v historii sbírky. Průměrný výtěžek na jednu pokladničku činí **4 708 Kč**. Sbírkou se zúčastnilo **382** koledníků a **67** zaměstnanců Charity Český Těšín. Nejvyšší výtěžek měla opět paní Ledvoňová z Českého Těšina, která vykoledovala krásných **21 466 Kč**. Ze zaměstnanců dosáhla nejvyššího výtěžku paní Onderková s **15 707 Kč**. Nejčastější papírovou bankovkou, která se v pokladničkách objevila, byla

stokoruna, kterých jsme při rozpečetování napočítali celkem **2 787**, z mincí bylo nejvíce dvacetikorun, a to **3 191**.



I přesto, že se letos objevila negativní kampaň, výsledek sbírky ani samotné koledování to neovlivnilo. Pozitivní ohlasy koledníků jen dokazují, že lidé charitě věří a rádi přispějí na dobrou věc. Takto zhodnotila průběh koledování naše kolegyně Andrea Branná: *„Jedna z nej příjemnějších sbírek, lidé byli velice milí, dojatí a v podstatě nám dali do kasičky všichni, u kterých jsme zazvonili. Přáli nám spoustu Božího požehnání a celá naše pochůzka měla takový sváteční nádech. A nejvíce nás potěšilo, že když už jsme se vraceli zpět na základnu, dohonila nás mladá slečna, že nám chce přispět. To se nám taky za těch deset let, co chodíme, nestalo. Tím jsem se utvrdila v tom, že rok 2016 bude rokem hojnosti, pohody a plný setkání s příjemnými lidmi.“*



Děkujeme všem dárcům za podporu naší sbírky, všem, kteří se na realizaci sbírky podíleli a také všem zúčastněným koledníkům. Zvláštní poděkování patří místním koordinátorům, kteří nám vypomáhají v některých obcích. Jedná se o pana Martina Sikoru v Českém Těšíně, paní Moniku Lacovou, která organizuje skupiny skautů v Havířově a pana Jaromíra Žvaka s paní Monikou Šírokovou, kteří nám vypomáhají v Těrlicku.



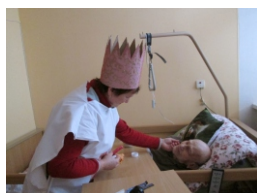
Jako poděkování pro koledníky se odehrálo každoroční filmové představení v kinech v Českém Těšíně, Karviné a Těrlicku. Nově jsme pro koledníky připravili tobole o drobné dárky, zážitkové poukazy apod. Každý koledník získal za každý den koledování jeden los.

Čím déle tedy koledoval, tím se zvýšily jeho šance na výhru.



Výsledky Tříkrálové sbírky 2016

obec	pokladniček	výnos z koledování
Albrechtice	5	30 600 Kč
Český Těšín	60	337 622 Kč
Dolní Domaslavice	5	29 725 Kč
Dolní Tošanovice	3	5 630 Kč
Haviřov	29	80 100 Kč
Hnojník	10	46 618 Kč
Horní Bludovice	2	7 834 Kč
Horní Domaslavice	4	31 844 Kč
Horní Suchá	4	28 526 Kč
Horní Tošanovice	3	10 622 Kč
Chotěbuz	4	42 761 Kč
Karviná	25	69 151 Kč
Karviná - Louky	1	8 476 Kč
Komorní Lhotka	7	38 782 Kč
Petrovice u Karviné	3	27 487 Kč
Prostřední Suchá	1	5 400 Kč
Ropice	3	11 960 Kč
Soběšovice	4	18 247 Kč
Stonava	3	16 745 Kč
Těrlicko	15	68 470 Kč
Třanovice	15	53 418 Kč
Vělopolí	3	11 570 Kč
Charita Český Těšín	209	984 058 Kč



Svátky vítání jara

K jarnímu období náleží Velikonoce, nejvýznamnější křesťanský svátek, který je oslavou zmrtvýchvstání Ježíše Krista. Pojí se na ně i různé lidové tradice – pomlázka, beránek, malování vajíček mnohé další. Velikonoce se však tímto způsobem neslaví odjakživa a málokdo dnes ví, co jim předcházelo a jaký je původ dodržovaných tradic.



Původ dnešních tradic

Nejstarší velikonoční zvyky jsou vlastně zbytky rituálů **vítání jara** a oslav nového roku, který pro naše pohanské předky zemědělce začínal na jarní rovnodennost. Změny v kalendářním systému za Julia Caesara a v 16. století, migrace národů Evropou a přijetí křesťanství je ovšem roztržily do období od ledna až po Velikonoce.

Nejmladším zvířetem spojeným s Velikonocemi je beránek pečený v hliněné formě. Beránek odkazuje jednak na křesťanského beránka božího, ale v minulosti také nahrazoval mladé jehněčí, které si lidé nemohli vždy dovolit. Starší než beránek je velikonoční zajíček, který dnes stojí ve špalírech v obchodech v čokoládové podobě.



Zajíček k nám přišel z germánského prostoru. Ale i Germáni ho převzali – od Keltů. Zajíček či králíček byl obřadní zvířátko, které pomáhalo keltské bohyni spojené s tímto jarním obdobím, Ostaře. Jedná se o symbol plodnosti, symbol probouzející se přírody a **vítání jara**. Je doloženo, že podobně toto symbolizovala i liška. V Čechách a na Moravě se první postní neděle

jmenovala liščí, liška měla mít svatbu a darovat, nebo poztrácet dětem preclíky, které maminky pekly po nocích, pak je schovaly na zahradu a malé děti je pak hledaly.

Ve slovanském prostoru, především na východ od nás, **přinášeli jaro** ptákové z těsta. Děti s nimi běhaly po obci a házely je přes střechy. Zato pomlázka a barevné kraslice jsou v České republice symbolem lidových Velikonoc. Kraslice si však jako novoročenky dávali již staří Peršané.

A co se vyšlehání žen a dívek pomlázkou týče, tento zvyk se v průběhu tisíciletí poněkud zdeformoval. Dříve se totiž šlehali všichni navzájem a to proto, aby byli všichni zdraví.

Jarní mýtus podle starých Slovanů

Staroslovanské Velikonoce nebyly několikadenní oslavou zmrtvýchvstání Páně tak, jak je známe dnes. Naši předkové slavili dlouho, někdy i dva týdny. Jarní mýtus kulminoval o dni jarní rovnodennosti (21. března), ale pozdější změny v kalendářním systému (přechod ze starořímského na juliánský v roce 46 př. n. l. a z juliánského na gregoriánský v roce 1582) a následky christianizace slovanského obyvatelstva rozbily těsnou časovou návaznost jednotlivých rituálů, které byly s jarním mýtem spojené.

Tyto rituály, z nichž mnohé přežily v lidových tradicích, jsou tedy rozprostřené do mnohem delší doby: od masopustu až po velikonoční pondělí a sahají snad až do období



Letnic. Jarní mýtus také otvíral nový rok, protože pro naše pohanské předky závislé na zdaru úrody roční cyklus začínal prvním jarním dnem a končil posledním zimním.

Mýtus o Jarilovi

Začátek nového roku, zemědělského i kalendářního, doprovázel mýtus o sličném udatném mladém bohu Jarilovi (zvaném též Jarovítovi, po přijetí křesťanství proměněném ve svatého Jiří), který přijíždí na bílém koni, aby bojoval se zlým drakem (zvaným též zmej, jenž mohl v mýtu zosobňovat Kostěje nebo Černoboha). Od matky Mokoš (Matička Země) dostal zlatý klíč, kterým má otevřít zemi, aby se znovu probrala k životu a začala plodit. V lité bitvě s drakem ovšem Jarilo umírá. Drak je nicméně zabit, nebesa se otvírají a sesílají na zem déšť, který přináší životadárnou vláhu. Příroda se probouzí a začíná znovu rodit.

Jarilo byl desátým synem Peruna, narodil se poslední únorovou noc/Nový rok/. Svému otci byl ukraden a odnesen do podsvětí, kde se o něj staral bůh Veles. Slovanské podsvětí je zemí věčného jara, zelených planin se stády dobytka, které Jarilo hlídal. Země mrtvých ležela podle slovanských mýtů za mořem a tam také každou zimu odlétali ptáci. S příchodem jara se Jarilo vrátil z podsvětí do světa živých a přinesl jaro a plodnost. Prvním z bohů, která zaregistrovala Jarilův příchod byla Morana, bohyně smrti a přírody, která byla také Perunovou dcerou a tím pádem Jarilovou sestrou. Jak už to v mýtech chodí, tak se do sebe zamilovali. Jejich spojení je připomínáno v různých slovanských rituálech imitujících svatbu. Posvátné spojení Jarila a Morany, božstev vegetace a přírody, zajišťuje hojnost, plodnost a požehnání zemi a také přináší příměří mezi Perunem a Velesem /představují nebesa a podsvětí/.

Jarilův život byl svázán s vegetačním cyklem obilí a tak po žni potkává svoji smrt. Prý byl Moraně nevěrný, tak ho zabila. Z části jeho těla si postavila nový dům. Bez svého muže se Morana mění na starou čarodějnici, hroživou a nebezpečnou bohyni smrti, chladu a přicházející zimy/umírá na konci roku/. Počátkem nového roku se oba dva opět zrodí a celý mýtus začíná nanovo.

Vynášení smrti a vítání jara



Vynášení Smrti nebo Morany je starodávný pohanský zvyk, který se z pradávných slovanských dob dochoval až dodnes. Pro naše předky byl rituál **vynášení zimy a vítání jara** významnou událostí, kterou prožívalo celé společenství. Na Smrtnou neděli (dva týdny před velikonočními svátky) tedy zhotovila svobodná děvčata (nebo mládež) symbolickou ženskou figurínu nazývanou Smrť (Smrtholka, Morana, Mařena) - (ve Slezsku zároveň vynášeli i Mařocha v mužské podobě).

Ke zhotovení Morany se používalo to, co už nebylo k potřebě, suché větve, roští, stará sláma, uschlá tráva z loňska... Morana bývala ustrojena do bílého a okrášlena náhrdelníky a ozdobami z vyfouknutých vaječných skořápek - vejdumků a prázdných šnečích ulit, tedy symboly smrti a zmaru - vždyť figurína Morany představuje smrt, nemoci, bídu a všechno, co lidem škodí.

Děvčata smrtku vynesla za vesnici, kde byla spálena, (oheň je stejně jako voda očistný živý) nebo častěji vhozena do potoka nebo řeky, která ji odnesla z vesnice jako symbol překonání zimy.

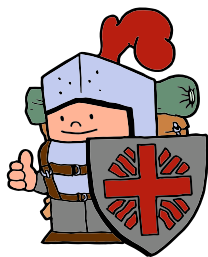
Jako kontrast k Moraně bylo Líto (lítečko, májíček), které symbolizovalo příchod jara a obnovení života. Na rozdíl od smrtky bylo vytvořeno ze živých a barevných materiálů - sám stromek nebo zelená ratolest zobrazují v magii život. Tradiční líta byla dvojího druhu. V západní polovině našeho území, v Čechách a na přilehlé části Moravy, se upravovala z vršků jehličnatých stromků, ve východních oblastech (zejména u hranic se Slovenskem) pak většinou z jívových ratolestí. Mládež si také domů přinášela větévky rašící, svěží, zelené a ozdobené barevnými pentličkami - někde se i jim říkalo létečko nebo lítečko. Důležitým doprovodem líta byla panenka, jako další symbol budoucnosti, znázorňující plodnost.

S takovýmto lítem nebo lítečkem pak mladí koledou obešli vesnici a u každého domu obřadními zpěvy a říkankami oznámili, že je zima pryč. Od hospodářů za tu dobrou zprávu dostali něco dobrého na zub a nakonec si z dáreků uspořádali hostinu, u níž nechyběla dobrá zábava, muzika, zpěv a tanec.



Morana se vynášela za zpěvu různých říkanek např.: „Přišlo jaro do vsi, kde jsi zimo kde jsi, byla zima mezi nama a včel už je za horama, hu, hu, hu, jaro už je tu!“

zdroj: internet, přepracovala Andrea Branná



Velké Karlovice

Protože počasí nám v posledním roce trochu blázní, vybrali jsme tentokrát pro tip na výlet obec Velké Karlovice. Ve Velkých Karlovicích totiž najdete vyžití v každém ročním období a za každého počasí.

Nejprve ale o samotné obci. Rozlehlá obec v CHKO Beskydy byla založena roku 1714 Karlem Jindřichem ze Žerotína. Obec je rozložená v údolí Vsetínské Bečvy a jejich četných přítoků. Přítoky tvoří kolem obce řadu údolí, ve kterých jsou roztroušeny samoty a chatové osady. Dochovalo se zde mnoho staveb původní roubené architektury a proto je zde vyhlášena vesnická památková zóna. V některých těchto stavbách je i možnost ubytování, a tak můžete tuto valašskou atmosféru nasávat plnými doušky. Na jihu obce stojí památkově chráněný kostel Panny Marie Sněžné z roku 1754. Jedná se o roubenou stavbu ve stylu lidového baroka, jejíž půdorys tvoří řecký kříž. Ke kostelu patří i roubená fara s chlévem, postavená ve stejném roce. V blízkosti kostela je v bývalém kupeckém domě muzeum s expozicí vypovídající o životě lidí zdejšího kraje. Další významnou památkou je v nedaleké osadě Bzové fojtství z roku 1793. Je to roubená patrová budova s pavlačí, s hospodářskými budovami, stodolou a obdélníkovým dvorem.



Obec poskytuje i bohaté sportovní a relaxační vyžití. V zimě můžete využít tři sjezdovky s různým stupněm obtížnosti. Na své si zde přijdou i milovníci běžek. V teplejších měsících se můžete vydat na výlet na kolech (v obci je i půjčovna kol), kolečkových bruslích, pěšky, nebo třeba s kočárky po místních cyklostezkách táhnoucích se celým údolím. Dojet můžete například k jezeru Balaton, kde si můžete užít vodních sportů, či se jen opalovat na plážích. Voda v jezeře je průzračně čistá, nicméně trochu studená. V obci sídlí Valašská regionální společnost, která nabízí mimo jiné také jízdu na raftu, cyklo-projížďky s instruktorem, nebo také hůlky na Nordic walking a procházky s povídáním. Pokud se nebojíte, můžete navštívit také Bike Park Kyčerka, který je určen pro všechny kategorie bikerů. K dispozici je trať pro začátečníky, jedna pro „hobby bikery“ a poslední pro „profíky“. Trať vedou jak lesem, tak po sjezdovce a jsou obohaceny dřevěnými překážkami.

Po náročném sportovním výkonu nebo za nepřízné počasí si můžete odpočinout na bazéně nebo při masáži. Např. Wellness Horal nabízí termální bazény se slanou vodou z hlubinného vrtu a teplotou vody v plavecké části 28°C a v relaxační části příjemných 36°C. Voda je ze 100m hlubokého vrtu a je tak kvalitní, že se žádným dalším způsobem neupravuje, pouze se vyhřívá. K dispozici jsou také tři sauny a pestrá nabídka masáží.

Velikonoční pochutiny aneb jíme jinak

Na Velikonoce většinou připravujeme tradiční velikonoční pochoutky jako je beránek, vaječná tláčenka, nádivka či šoldra. My jsme si pro Vás připravili jiné, méně tradiční recepty, které Vás stůl obzvláštní, a to nejen na Velikonoce.



Pečená velikonoční nádivka z jahel

Na nádivku potřebujeme: 400g jahel, 1 cibuli, 1 pórek, 1 mrkev, kousek celeru, hrst zelených natí např. petržel, kopr, mladou kopřivu, mladé lístky pampelišky, hrst rozinek, sůl, pepř, muškátový oříšek. Kdo nechce mít nádivku moc zdravou, může si tam přidat deset deka dobré šunky, kdo má raději zdravější alternativu tak uzené tofu.

Postup: Jáhly spaříme třikrát horkou vodou, na hrnek jahel použijeme dva hrnky vody, kterou jemně osolíme, vaříme 15–20 minut až se voda vstřebá a můžeme nechat dojít jáhly pod peřinou. Na oleji orestujeme cibuli, pórek, šunku nadrobno nebo nastrouhané tofu, vmícháme do jahel. Dále do nich nastroháme mrkev, celer, nakrájíme si zelené natě, vmícháme. Osolíme, opepříme, můžeme přidat trochu sójové omáčky a nakonec vmícháme hrst rozinek. Vymažeme si pekáč olejem, nádivku do něj natlačíme, vrch také potřeme olejem a 15–20 minut zapékáme.



Zeleninový salát s čočkou

Potřebujeme: Ledový salát, 2 rajčata, 1 okurka, půl červené kapie, malá cibule, zelená petrželka, 2 vajíčka/nemusí být/, olivový olej, citron, sůl, provensálské koření, hrnek uvařené hnědé nebo červené čočky.

Postup: Všechno nakrájíme tak, jak máme ve zvyku, nudličky, kostičky, smícháme, přidáme olej, citron, sůl, pepř dle chuti, zamícháme a vychladíme.



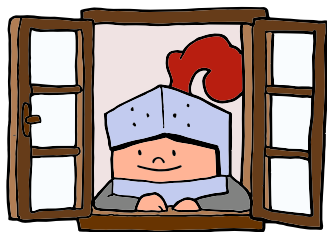
Něco sladkého na závěr - koláč z červené řepy

Potřebujeme: 200 g mouky/celozrnná, špaldová, polohrubá obyčejná/, 300g syrové řepy, dvě hrsti rozinek, kypřící prášek, lžička skořice, 50 ml oleje, 100 g cukru, 3 lžíce kakaa, 2 dcl mléka nebo vody z řepy, lžíce pikantní marmelády.

Postup: Uvařenou řepu rozmixujeme společně s rozinkami, v misce si zamícháme všechny sypké ingredience, přidáme řepovou hmotu, rozmícháme. Formu vymažeme a buď vysypeme kokosem nebo použijeme pečící papír. Upečený koláč pomažeme marmeládou a můžeme posypat kokosem nebo oříšky.

Dobrou velikonoční chuť!

Andrea Branná



Mezigenerační propast?

V tomto vydání trubače věnujeme prostor našeho „Okénka“ zboření stereotypu mezigenerační propasti. Představa, že „dnešní mladí a staří“ si vzhledem k technickému pokroku, společenským změnám a stále rychlejšímu životnímu stylu, nemohou porozumět, je poměrně zakotvená, ne vždy je však pravdivá. Jako důkaz Vám dnes představíme jednoho z našich nejmladších zaměstnanců, aktivizačního pracovníka Charitního domu pokojného stáří Tomáše Gála.

Rozhovor:

Co nám na sebe prozradíš?

Je mi 22 let. Žiju se svou ženou a malou dvouletou dcerkou v Havířově a pracuji v Českém Těšíně v Charitním domě pokojného stáří jako aktivizačního pracovník.

Jaká je Tvá pracovní náplň?

Zajišťuji veškerou aktivizaci klientů domova, od manuálních prací, kondičního cvičení, cvičení paměti až po velké společenské akce, které pro ně pořádáme jako smažení vaječiny, plesy a mnohé další. Aktivita se seniory mohou být jak hromadné, tak individuální. Vymýšlím je já i klienti, poté je společně s vedoucí domova plánujeme a realizujeme. Chceme, aby se klienti co nejvíce na svém programu podíleli právě i ve fázi plánování. Do mé pracovní náplně také spadá doprovod klientů na úřady nebo k lékaři, klientům předávám hygienické pomůcky, také pomáhám pracovníkům domova s osobní hygienou klientů, jsem klíčový pracovník některých klientů a zajišťuji každotýdenní nákupy.



V domově pracuješ od začátku na této pracovní pozici?

Na domově jsem začínal jako pracovník v sociálních službách, takže mou hlavní náplní práce byla péče o klienty. V rámci práce přes den jsem s nimi začal rozvíjet i některé volnočasové aktivity a tak mi bylo po dvou letech v domově asi před rokem nabídnuto, abych se této práci věnoval naplno.



Baví Tě aktivizace klientů více než přímá péče?

Práce aktivizačního pracovníka mě baví více, klienty se snažím vytrhnout z jejich stereotypu, usiluju o to, aby se každý z klientů cítil nějak užitečný. A naši klienti umí dát opravdu velice upřímně najevo, že se jim něco líbilo, že je to bavilo, že jsou za něco vděční. A to mám na této práci nejraději, tu jejich nefalšovanou radost. Aktivizace se navíc týká i imobilních klientů a není pro mě větší odměna, než to když se například zcela nepohyblivému klientovi podaří posadit a zúčastnit se pak některé společné aktivity.

Co klienty nejvíce baví?

V poslední době se největší oblibě těší poslech hudby a cvičení paměti. Klienti jsou ale rádi za každou možnost opustit své pokoje, setkat se s přáteli a něco podniknout.

Co Tě jako mladého člověka přivedlo k práci se seniory?

Vždycky jsem hledal práci v této oblasti, nějak jsem odjakživa věděl, že ji chci dělat. Asi mě k tomu dovedly i některé životní zkušenosti. Svou první práci jsem získal v Charitním domě pokojného stáří, kde jsem dodnes a spokojený.

Jak se ve svém věku vyrovnáváš se smutnější stránkou Tvé práce, s odchodem klientů?

Zpočátku pro mě bylo těžší nezajímat se do vztahů, jsem přeci jen člověk a přiznávám, že jsou klienti, kteří Vám více přirostou k srdci. Dnes už však tyto situace zvládám, každý člověk pracující v domově je už tak nějak vnitřně připraven na odchod klientů.

Nějaká veselá příhoda na závěr?

S klienty trávím 8 hodin denně 5 dní v týdnu a s ohledem na můj věk je úsměvné, jak mě občas až „babičkovsky“ např. upozorní, že je načase se oholit. Takových veselých situací při mé práci zažívám spousty a to je přesně ten důvod, proč mě má práce tak baví.

Děkuji za rozhovor.

Jana Dybová



Rozloučení

S každým novým začátkem současně něco končí. U nás v českotěšínské Charitě je to momentálně vedení ředitele Maritna Hořínka, který se přemístil ke kolegům z Charity Frýdek Místek.

Za dobu svého působení se Vám nepochybně podařilo naplnit Vaši vizi Charity Český Těšín jako jedné z největších organizací svého druhu, významného hráče na poli sociálních a sociálně-zdravotních služeb, organizaci se spokojenými zaměstnanci, vděčnými klienty a zajištěným prorůstovým financováním, která si stále zachovává svou vnitřní svěžest. A my Vám za to děkujeme a přejeme Vám stejné úspěchy s vedením frýdeckomístecké Charity.

Pracovníci chčt

Trubač Charity Český Těšín, č. 1/16; vydává Charita Český Těšín, Mírová 8, 737 01 Český Těšín, IČ: 60337842, datum vydání 18. 3. 2016; náklad: 410 ks; evidenční číslo MK ČR E 20242; redakce: Andrea Branná, Jana Dybová, Věra Zlá. Neoznačené příspěvky a fotografie pochází z archívu Charity Český Těšín.