

Charitní MRKNUTÍ 1

čtvrtletník Charity Frýdek-Místek 2017



Vážené a milé kolegyně a kolegové.

Právě jste otevřeli nové číslo našeho charitního čtvrtletníku a asi jste si všimli již na první pohled patrné drobné proměny titulní strany. Ano, zmizely názvy článků a změnilo se nám rozložení titulky. A ano změnili jsme název. Není to žádná převratná novinka, o změně názvu jsme se bavili několikrát již loni a důvod je prostý. „Ohlédnutí“ směřuje pouze dozadu, ohlédnutím se díváme za sebe, co jsme udělali, kam jsme došli. A náš čtvrtletník není jen o pohledu zpět, ale je také pohledem vpřed, na jeho stránkách vás informujeme o tom, co nás čeká, čím se aktuálně zabýváme, apod.

Když jsme o novém názvu diskutovali, padla volba na „mrknutí“. Jedná se opravdu o mrknutí – mrkneme trochu na to, co bylo, mrkneme na plány do budoucna, mrkneme, co dělají naše služby, mrkneme na nějaké recepty a zajímavosti. A takto na vás co čtvrt roku pomrkáme.

A co je tedy u nás nového a co se chystá?

- S novým rokem začala platit směrnice o benefitech, která již plní svou úlohu a nové benefity (jako např. poukázky k pracovním výročím, prémie při odchodu do důchodu, nebo příspěvek na penzijní připojištění) jsou postupně uváděny v život.

- Od nového roku jsme sice po počátečních peripetiích, ale nakonec úspěšně přešli na nový mzdový software, za což patří poděkování všem, kteří se na jeho zavedení podíleli. V souvislosti s tím došlo také k překlopení personální a mzdové agendy a celá organizace má jednu mzdovou účetní a jednu personálistku. Analogický krok čeká letos i eko-

nomický úsek, který vznikne a sjednotí účetní a ekonomické postupy v celé organizaci.

- Proběhlo koledování Tříkrálové sbírky, které se povedlo, za což děkujeme všem koledníkům i dárcům a koledníci byli letos za odměnu v aquaparku na Olešné.

- Od nového roku se zavedly pokladny na středících a v pobytových zařízeních dochází ke změně úhrad, a to zpětně na základě skutečně odebraných služeb.

- Začíná spolupráce s nutriční terapeutkou, která by nám měla pomoci s kvalitou stravy v pobytových zařízeních.

- Začal chodit interní týdenní informátor a začal fungovat „vzkazovník“ řediteli. Oba nástroje mají pomoci v interní komunikaci.

- Pracujeme na zvýšení počtu projektových žádostí a znovuuchoopení systému propagace, fundraisingu a projektového managementu s cílem, všechny tyto oblasti posunout na lepší úroveň.

- V letošním roce by také mělo dojít k avizovanému plošnému zvýšení mezd, které bude ve vlnách podle profesí, s tím, že začneme u těch, kteří vykonávají přímou práci s klienty.

- Na Zelený čtvrtek nás čeká tzv. ředitelské volno a připravujeme také duchovní obnovu.

- A na podzim se v souvislosti s 25 lety Charity ve Frýdku-Místku uskuteční divadelní představení pro zaměstnance a partnery.

Příjemné prožití jara přeje

Martin Hořínek

SLUŽBY CHARITY FRÝDEK-MÍSTEK, JAK JE MOŽNÁ NEZNÁTE...

V této rubrice jsme společně mrknuli na fungování Terénní služby Rebel, Oázy pokoje a Tříkrálové sbírky. A v tomto čísle vám přiblížíme Denní centrum Maják.

DENNÍ CENTRUM MAJÁK

Poskytuje služby lidem mezi 18. až 65. rokem věku s chronickým psychiatrickým onemocněním nebo lehkým mentálním postižením. Poskytované služby jsou nabízeny v rámci Moravskoslezského kraje, případně zájemci, který má ke kraji vztah (má v kraji příbuzné, rodiště). Výjimečně po konzultaci s lékaři a rodiči (opatrovníky) může přijmout osoby mladší 18 let, pokud do DC chtějí sami docházet, jsou zde schopni se adaptovat a docházení do DC je pro ně přínosem.

Uživatelé mohou využívat terapeutické programy, jako jsou pracovní terapie, terapie hudbou, paměťový trénink, dále pohybové aktivity – např. cvičení, relaxace, výlety, kulturní akce a hry. Dále pro ně zaměstnankyně připravují výtvarné aktivity, soutěže, individuální výuku na PC, nácvik vaření a pečení, také oddychový program – filmy nebo posezení při čaji a dle potřeby je uživatelům poskytnuto i základní sociální poradenství. Výběr aktivit je zcela dobrovolný a záleží na zájmu jednotlivce, které dny a aktivity bude navštěvovat. Služba je placená za hodinu. Je těžké říci, které aktivity jsou nejvíce na-

vštěvované, neboť si uživatelé sami volí program a záleží také na jejich zdravotním stavu.

Dopolední program začíná v 9 h., přičemž uživatelé mohou do přícházet již od 8 hodin. Odpolední program probíhá od 13h do 14h a DC je pro zájemce otevřeno do 14:30h.

Pracovnice spolu s uživateli pořádají pro jiná střediska zajímavé aktivity. V tomto měsíci potěšili svou návštěvou seniory v Domě pokojného stáří. Připravili si pro ně míchané nápoje a upekli muffiny. V dohledné době plánují navštívit také uživatele Oázy pokoje.

Stalo se již tradicí, že dvakrát ročně přicházejí na dětské oddělení frýdeckomístecké nemocnice, aby potěšili děti vlastnoručně vyrobenými hračkami. V březnu se vydali za malými pacienty a obdarovali je látkovými zajíčky. Uživatelům plánují pracovnice DC Maják vícedenní ozdravný pobyt a třídení pobyt v Praze.



Zeptali jsme se na pár otázek vedoucího služby Mgr. Vlastimila Petra, který se této cílové skupině v Charitě Frýdek-Místek věnuje několik let mimo jiné i jako vedoucí Oázy pokoje a služby ZOOM.

Setkal jste se již dříve s touto cílovou skupinou, než jste nastoupil do Charity?

Ano, s lidmi s duševním onemocněním (mentálním, psychickým a kombinovaným) jsem pracoval již dříve. Konkrétně v pobytových zařízeních společnosti Road To Responsibility Inc., působící v oblasti jižně od Bostonu. Byly to domečky v běžné zástavbě o kapacitě 4-8 osob s celodenní péčí. Mou pracovní náplní byla přímá práce s uživateli, která by byla v rámci našeho zákona o Sociálních službách vnímána jako pozice pracovníka v sociálních službách s několika kompetencemi sociálního pracovníka.

Můžete nám říci něco o historii Denního centra Maják?

Centrum vzniklo v roce 2002 pod jménem Denní centrum sv. Josefa pro psychicky nemocné. První vedoucí byla paní Oravcová, která působila jako vedoucí až do roku 2008. Centrum se nacházelo na ulici K Hájků. V roce 2004 se přestěhovalo do nových prostor na ul. J. Suka v Místku. Jednalo se o byt 4+1. Přístupnost ale byla omezená. Bytová jednotka byla umístěna ve 4. patře bez výtahu. V roce 2009 byly díky evropským dotacím vybudovány současné prostory centra a s pomocí většiny tehdejších uživatelů bylo vybráno také současné jméno „Maják“, které má symbolizovat „bezpečí“ a „směr“.

Co se Vám povedlo v nedávné době ve službě Maják?

V poslední době nemáme žádné velké

skoky, kterými bychom se mohli pochlubit. Spíše se snažíme malými kroky službu neustále zlepšovat a to jak po stránce materiální tak profesní. Velkou část času, kterou netrávíme s uživateli, věnujeme vyhledáváním nových zajímavých aktivit a sepisováním provozních dokumentů.

Máte nějaké plány (vize), jakým směrem se bude dále služba Maják ubírat (novinky, které máte v plánu zavést)?

Rádi bychom poskytli více aktivit zaměřených na práci se dřevem, rozšířili pracovní tým o pracovníka na částečný úvazek a přepracovali systém individuálního plánování s uživateli.

Naši vizi je navázat spolupráci s psychologem a v ideálním případě z něj učinit součást pracovního týmu.

Kde vidíte úskalí služby Maják?

Myslím, že vždy může být více klientů, ale jinak jsme spokojeni. Centrum je dobře dostupné, bezbariérové, vybavené vším, co v současné době pro hladký provoz potřebujeme.

S jakými problémy se nejčastěji setkáváte ve své práci s touto cílovou skupinou?

Myslím, že největším oříškem je zaujmout. Vytvořit program natolik pestrý a zajímavý, aby oslovil většinu uživatelů.

Jak rád odpočíváte?

Nejlépe si odpočinu u aktivit, kde jsem v pohybu, a kde nemusím příliš přemýšlet. Rád například cvičím, jezdím na bruslích, pracuju se dřevem.

Děkujeme za poskytnutí rozhovoru a přejeme, aby se vaše aktivity a vize podařily uskutečnit.

Adéla Štupáková

VÝTĚŽEK TŘÍKRÁLOVÉ SBÍRKY BYL LETOS OPĚT VYŠŠÍ NEŽ LONI

Letošní 17. ročník Tříkrálové sbírky v mnohém překvapil a byl v několika aspektech rekordní. Oproti předešlým ročníkům jsme zapečetili celkem 293 pokladniček, což je o 13 pokladniček více než loni. Koledování probíhalo od 1. do 15. ledna a koledníci obcházelí ve městě Frýdku-Místku, Frýdlantu nad Ostravicí a dalších obcích domácnosti, aby jim společně s koledou povinovali hodně zdraví a štěstí v novém roce.

Rekordní bylo letos také počasí, kdy v obou týdnech panovaly teploty hluboko pod bod mrazu, a na některých místech se v obou víkendech vyšplhala teplota až k -18 °C. Koledníci vyrazili do ulic i přes tyto mrazy a lidé je vítali o to srdečněji. Již tradičně zavítali Tři králové také na Magistrát Frýdku-Místku a navštívili některá naše střediska. Oproti minulým ročníkům však nechodili dospělí, ale do kostýmu Tři králů se převlékly děti.

Koledníci se mohli zapojit také do soutěže „Moje koledování“, kdy ti nejmenší zasílali obrázky a starší fotografie a videa. Ze všech soutěžících jsme na konci února vylosovali 5 výherců, kteří obdrželi společenské hry. Výhercům gratulujeme a věříme, že i v příštím roce se dočkáme krásných obrázků, fotek i videí. Došlé obrázky a fotografie bude možné během roku vidět na mnoha místech ve Frýdku-Místku a okolních obcích.



1 962 141 Kč, což je o 111 062 Kč více než loni. „Děkujeme všem koledníkům a těm, kteří se zapojili do organizace sbírky. Bez jejich nasazení a obětavosti by sbírka nebyla možná. Děkujeme také štědrým dárcům, kteří koledníkům otevřeli dveře,“ uvedl ředitel Charity Frýdek-Místek Martin Hořínek.

„Výnos sbírky využijí všechna naše střediska, každé z nich si samo spoluurčilo, co pro svou činnost a své klienty potřebuje,“ popisuje dále využití ředitel Hořínek, „Mezi záměry tak máme například aktivity s dětmi a pro mládež, stejně jako podporu terénních služeb pro seniory a nemocné a stavební úpravy v pobytových zařízeních či dovybavení služeb pro psychicky nemocné.“

Farnosti Frýdek, Místek a Pražmo uspořádaly Tříkrálové koncerty. V Místku se uskutečnil již tradiční Tříkrálový průvod tentokrát, však namísto koní, přijeli Tři králové na velbloudech.

Pro koledníky bylo opět přichystáno poděkování. Letos v podobě volných vstupenek do Aquaparku Olešná, které využilo okolo 400 koledníků.

Ještě jednou děkuji vám zaměstnancům, kteří se do sbírky zapojujete, za vaši ochotu a pomoc. A také všem koledníkům za jejich obětavost.

Celkový výtěžek Tříkrálové sbírky za Charitu Frýdek-Místek byl rekordních

Lenka Talavašková

ÚSPĚCH REBELU V CELOSTÁTNÍ FOTOSOUTĚŽI MŮJ SVĚT

Lenka Rusz a Martin Pařov z Terénní služby Rebel získali krásné 2. místo v kategorii PORTRÉT a 3. místo v kategorii ŽIVOT KOLEM NÁS v celostátní soutěži MŮJ SVĚT. Porota v únoru vybírala z 230 došlých snímků ty nejlepší. A my vám přinášíme rozhovor s autory vítězných fotografií Lenkou a Martinem.

Zkuste čtenářům přiblížit, jak vlastně celá soutěž probíhala?

Nabídka účasti na fotosoutěži nám přišla emailem. Byli jsme tedy, tak jak minulý rok, vyzváni panem Burdou z Charity Opava. Soutěž Můj svět je určena pro pracovníky, dobrovolníky i klienty Charit z celé ČR, kteří se fotografování věnují na amatérské nebo profesionální úrovni. Porota v čele s prof. Jindřichem Štreitem pak zasedla počátkem února a na základě svých kritérií vybrala nejlepší fotografie.

Byla to vaše první účast ve fotografické soutěži?

Martin: Za naše středisko Rebel, jsme posílali fotografie již minulý rok. Do první desítky se dostala fotografie z naší akce RebelFest. Autorem fotky jsem však nebyl já, ale náš dobrovolník, který RebelFest fotil.

Lenka: Letošní účast byla pro mě premiérou. V teamu jsme vybírali fotky, které se nám líbily a ty jsme do soutěže poslali.



Neřekli jsme to, kdo je autorem, šlo o fotografie a jejich obsah. Poté kolega Martin zajuchal a sdělil nám, že jsme se umístili na stupních vítězů.

Soutěž měla tři kategorie – PORTRÉT (lidé Charity a jejich tváře), ŽIVOT KOLEM NÁS (jak vidí Charitu její zaměstnanci a dobrovolníci), JAK TO VIDÍM JÁ (jak vidí Charitu její klienti). Čím pro Vás byly kategorie zajímavé, čím Vás oslovily?

Martin: Vybrané kategorie poskytují dostatečný rozsah proto, aby si každá fotka našla své místo. Mně osobně se líbí, že nejsou úzce vyprofilované, jak to na některých fotosoutěžích bývá.

Bylo pro vás téma fotografie oříškem, nebo jste měli hned jasno?

Martin: V Rebelu běžně fotíme všechny

akce, které pro své klienty nebo veřejnost děláme. Ve službě si za tímto účelem vedeme kroniku. Já osobně se při focení nezaměřuji na to, jestli fotka bude určena pro soutěž, nebo ne.

Lenka: Jak jsem již odpovídala, výběr fotografií byl volen všemi členy.

Jak probíhalo samotné focení vítězných fotografií?

Martin: Fotografie vznikla při akci Barvenosti k jednotě, kterou jsme dělali v lokalitě ulic Míru a Křižíková. Jednalo se o malování společného obrazu, který měl symbolizovat propojení a zlepšení vztahů dětí z těchto dvou ulic. Je tam tedy zachycená moje kolegyně Lenka, která celou akci připravovala a děti, které zrovna v danou chvíli obraz malovaly.

Lenka: Fotografie byla pořízená v tanečním studiu. Všechny slečny na fotografii (kromě jedné) byly zapojené do projektu, díky kterému mohly chodit na kroužek zadarmo. Vybraly si streetdance a chodily na něj pravidelně. Tato fotografie byla pořízená primárně pro sponzora kroužku.

Martine, co Vás v současné době oslovuje, když se díváte na „život kolem nás“?

No je to široké téma, o kterém by se dalo asi dlouze mluvit. A co mě oslovuje? Mám rád nové nápady a myšlenky, které se lidé nebojí realizovat. Líbí se mi, když se lidé dívají na svět kolem nás s otevřenou myslí. Žijeme v době prolínání kul-

tur, proto považuji za důležité naučit se respektovat odlišné životní styly, či přístupy.

Lenko, co Vás oslovuje na portrétech lidí?

Když se dívám na svou fotografii a portréty na nich, tak vidím tváře děvčat, kde každá z nich má svůj životní příběh. Jsou to příběhy, které neuslyšíte jen tak třeba u svých neteří a synovců. Jsou to často drsnácké příběhy, avšak najdete v nich i radost a úsměv na tváři.

Co Vám přinesla výhra v soutěži po osobní i pracovní stránce?

Martin: Po osobní stránce asi dobrý pocit, že jsem něco vyhrál. Soutěží se totiž v osobním životě vůbec neúčastním. Po stránce pracovní to považuji za úspěch, že i relativně malé charitní středisko dosáhlo na vítězné příčky celorepublikové soutěže.

Lenka: Tuto soutěž a výhru hodnotím, tak nějak celkově. Konkrétně má fotografie byla neupravená a částečně rozmazaná, proto mě celkem překvapil fakt, že je na





druhém místě. Tento výběr mi poukazuje na to, že nezáleží na tom, jak dokonale upravená fotografie je, ale na tom, co ukrývá, co je na ní za děj.

Jaké poznání Vám fotosoutěž dala?

Martin: Poznání, že se dá uspět i necíleně, bez prvotního záměru. Mnoho lidí fotí s úmyslem vyhrát soutěž, mně se povedlo umístit i bez těchto ambicí. To je povzbudivé.

V čem vidíte prospěšnost této soutěže?

Martin: Asi v tom, že je určena pro lidi, kteří jsou nějakým způsobem provázáni s Charitou. Je to takové společné sdílení okamžiků nikoliv formou slov, ale prostřednictvím fotek. Ne nadarmo se říká, že jeden obraz je více, než tisíc slov.

Lenka: Soutěž je určena jen a pouze pro lidi, kteří dali kousek sebe Charitě. Proto se mi moc líbí, že i tito lidé mají možnost účastnit se soutěží, která je v tomto duchu vedena. Fotografie jsou různé, ale spojuje je charitní duch.

Máte nějaký konkrétní cíl do dalších let?

Martin: Ano, jsou tři. Chci být dobrým manželem a otcem. Rád bych úspěšně dokončil vysokou školu a získané poznatky aplikoval do své práce s dětmi a mládeží.

Lenka: Mám hodně cílů. Kdyby cíle nebyly, nebyly by také úspěchy.

Je něco, co byste rádi vzkázali čtenářům?

Martin: To možná souvisí s tím, co jsem už jednou říkal. Přeji všem, aby byli otevřeni novým věcem, aby nesoudi-

li ostatní jenom dle prvních dojmů a povrchních myšlenek. Život není černobílý, ale barevný. V tomto kontextu vidím v názvu zmiňovaného projektu „Barevností k jednotě“, hlubší duchovní význam.

Lenka: Chtěla bych povzbudit všechny lidi, kteří pracují v Charitě k tomu, aby byli pyšní na to, co dělají. Víím, že tato práce je spíše o úsměvech, drobných krůčcích a smyslu, který v tom vidíme než finanční odměně a dovolené na Bahamách.

Náš úspěch ve fotosoutěži byl nečekaný. Zkusili jsme to jen tak z hecu a ono to vyšlo. Kdo by to byl čekal?! Ovšem u nás v Rebelu usilujeme o jiné úspěchy - a to takové, které nám poukazují na to, že to, co děláme, má smysl. Možná i Vy nevidíte přicházející úspěchy, ale ony přijdou. Jednou určitě!

Děkuji za rozhovor.

Lenka Talavašková

NAHLÉDNUTÍ DO STANDARDŮ KVALITY

VEŘEJNÝ ZÁVAZEK

Často skloňované spojení dvou slov „veřejný závazek“ provází sociální službu od jejího vzniku až po její zánik. Je součástí vnitřních pravidel služby náležitých ke standardu č. 1. – Cíle a způsob poskytování sociální služby. Obsahem veřejného závazku jsou posláním, cíle, okruh osob a zásady. Všechny uvedené pojmy se vztahují k poskytované službě.

Poslání definuje směr, který služba sleduje. Jeho obsah tvoří popis, kdo službu poskytuje, komu, jak a proč (důvod) je služba poskytována. Poslání musí být srozumitelné pro osoby, kterým je služba nabízena a poskytována. Zároveň musí zcela odpovídat druhu sociální služby.

Cíle mají zobrazovat výsledky, kterých se snaží služba u svých uživatelů dosáhnout. Při sestavování cílů je třeba dbát na to, aby cíl nepopisoval cestu, kterou chce služba uživateli pomoci, ale skutečně onen výsledný stav.

Okruh osob jasně vymezuje, kdo může službu využívat. Může se jednat o popis v jedné větě nebo o definici pomocí problematických oblastí, ve kterých se může uživatel nacházet. Jedná se o tzv. nepříznivé sociální situace (NSS). Přesné stanovení NSS je pro sociální službu stěžejní.

Zásady, někdy označované principy služby jsou základní myšlenou předpokladem či pravidlem, dle kterého je služba poskytována. Některé ze zásad jsou obsaženy již v §2 zákona 108/2006 Sb. Každá služba si však může stanovit i své vlastní zásady, které ji dodají jedinečnost. Tyto zásady je služba povinna dodržovat.

Proč je důležité, aby každá služba měla a znala svůj veřejný závazek (VZ)?

Bez jeho stanovení by služba nemohla

provádět jednání se zájemcem. Nevěděla by, komu může pomáhat nebo co může zájemci nabídnout. Pracovníci by jednali jen na základě svého uvážení, bez daných postupů.

Stejně tak by pracovník bez znalostí veřejného závazku nemohl uzavřít se zájemcem smlouvu. Součástí je totiž ujednání o dodržování pravidel. Avšak služba by svá pravidla nikdy nemohla bez VZ ani sestavit.

Nastavení spolupráce neboli individuální plánování je výsledkem domluvy pracovníka a zájemce. V případě, že pracovníci nebudou moci nahlédnout do VZ a „opřít“ se o jeho znění a podobu, nebudou této domluvy schopni.

Znění VZ je rovněž důležité při sestavování práv a povinností uživatele. Pokud si služba nevymezí jednotlivé položky, stane se snaha o dodržování práv uživatelů pouhým nedosažitelným přáním. Služba nebude vědět, jak vymezit situace, kdy může v porušení práv dojít, neboť nebude vědět, do jakých situací se uživatel během poskytování služby může vůbec dostat. Bez zásad pak ani nepojmenuje možná řešení vzniklých konfliktních situací.

V neposlední řadě se služba bez VZ nebude moci nikdy rozvíjet. Nikdy nebude možné zjistit, jak se službě daří plnit plány uživatelů, zda jsou v souladu s cíli služby, zda služba plní své úkoly, zda je potřebná. Kvalita poskytované služby se stane pouze jakýmsi „prázdným“ pojmem.

Mějme proto na paměti, že veřejný závazek je prvním, a zároveň posledním krokem. Určuje, co je náplní služby a dovolu- je zhodnotit, zda tak služba skutečně činí.

Pavlaína Dvořáková

CO SE DĚJE V DOMĚ POKOJNÉHO STÁŘÍ

V rámci pracovní terapie a pod heslem „ Jsme tady doma“ se celoročně staráme o pokojové květiny v naší kulturní místnosti, na chodbách budovy i na pokojích. Na jaře se těšíme na přesazování květin. Tato práce nás baví, má pro nás velký význam a smysl, protože sami přispějeme k příjemnému prostředí a výzdobě našeho domova. Máme pak radost, když se květinám dobře daří, pěkně rostou i rozkvetou. Letos jsme jich přesadili už více než 50 a naší chloubou je sbírka afrických fialek.



A když se o všechny květiny s láskou postaráme, tvoříme z keramiky. Keramika nás baví. Zpočátku je to těžké, naučit se pracovat z keramickou hlinou, ale jakmile se to naučíme, je to pro nás krásná práce. Vyrábíme drobné dekorativní a dárkové předměty pro radost sobě i jiným, protože vlastnoručně vyrobený dárek má hodnotu nejen pro obdarovaného, ale i pro svého tvůrce. Své výrobky také prezentujeme na akcích, např. Dnech sociálních služeb.

*Senioři z Domu pokojného stáří
a aktivizační pracovnice Iva Holubářová*

NEZBEŽÁCI NA LEDĚ

Začátkem března se 10 dětí spolu s pracovníci nízkoprahového klubu Nezbeda zúčastnilo charitativní zábavné akce „Miss na ledě“, která se uskutečnila v Multifunkční sportovní hale v Ostravě Vítkovicích. Půjčení bruslí, vstup do haly i občerstvení bylo pro účastníky zdarma. Děti neměly vlastní brusle, proto jsme využili možnosti zapůjčení bruslí v hale Polárce.

Pestrý program, jehož součástí byla např. exhibice v krasobruslení, ukázka jednotlivých skoků s odborným výkladem, se dětem moc líbil. Děti si vyzkoušely také nájezdy na branku proti profesionálnímu brankáři a nechyběly ani dovednostní soutěže. Po řízeném programu se všichni vydali na ledovou plochu za účasti trenéra, se kterým se učili různé krasobrus-

lařské techniky. Mnoho z dětí prožilo v tento den něco výjimečného např. možnost vyfotit se s MISS PRINCESS OF THE WORLD Czech Republic 2016, jízdu vlakem či tramvají. Kromě certifikátu a odměn si všechny děti z tohoto dne odnesly plno krásných vzpomínek a zážitků.



pracovnice klubu Nezbeda

ZAMĚSTNANCI DAROVALI KREV

Patnáct pracovníků Charity Frýdek-Místek navštívilo 7. února v sychravém počasí Transfuzní stanici Krevního Centra ve Frýdku-Místku, aby darovali vzácnou kapalinu - krev. Mezi těmito pracovníky byly zdravotní sestry, pečovatelky i sociální pracovníce.

Někteří krev darují pravidelně, avšak z větší poloviny zde pracovníce byly poprvé. „Trochu se bojím, nevím, do čeho jdu,“ sdělovaly některé pracovníce. Po samotném odběru však jejich tvář odrážela dobrý pocit z nového poznání. Podobně na tom byly i ostatní pracovníce, které se mezi sebou bavily se slovy: „Je to pro mě úplně nový zážitek, chtěla bych darovat krev i v budoucnu, pokud to bude možné.“

Před samotným odběrem přišel pracovníce podpořit ředitel Charity Frýdek-Místek Martin Hořínek, který je také pravidelným dárce krve i plazmy. Pra-



covnice podpořil slovy:

„Jsem rád, že Vaše prvotní nadšení nevyprchalo a přeji Vám, ať se Vám to zalíbí a baví Vás to.“

Celý proces odběru krve včetně přípravy trval zhruba dvě hodiny. Zahrnoval vstupní vyšetření, rozhovor s lékařkou a samotný odběr. V odběrovém sále na pracovníce čekal usměvavý personál, který jim odebral 460 ml. krve. Nakonec jsme zkonstatovaly, že to opravdu nebolelo a většinu z nás to začalo bavit, proto se těšíme na další takovou akci.

Lenka Vaňková

UŽIVATELÉ DC MAJÁK POTĚŠILI DĚTSKÉ PACIENTY

Již od roku 2014 se uživatelé Denního centra Maják vypravují na dětské oddělení frýdeckomístecké nemocnice, aby dětem předali vlastnoručně vyrobené hračky. Ani letos tomu není jinak.

V pátek 17. 3. na děti a jejich rodiče čekalo milé překvapení v podobě látkového zajíčka. Denní centrum Maják navštěvují lidé s duševním onemocněním a lehkým mentálním postižením. Zaměstnanci připravují pro uživatele různé terapeutické programy. V rámci jednoho z nich vyrobili tyto šité zajíčky. Uživatelé se na tento okamžik vždy velmi těší a mají radost, že mohou osobně předat dětem své výtvary. Malé pa-

cienty navštěvují dvakrát ročně a již nyní přemýšlí, jakou hračkou překvapí děti v prosinci.

pracovníce Denního centra Maják



OÁZA POKOJE SPOLUPRACUJE S MŠ NADĚJE



Zahradní plot školky od konce února zdobí veselé bannery plné květin a zvířat. Tato výtvarná díla jsou společným výsledkem děti z MŠ Naděje, které je v každé volné chvíli malovaly.

Děti dostaly od Oázy pokoje bannery spolu s potřebami na malování a s chutí se pustily do díla. Nápadů na téma měly nespočet. Nakonec se děti i paní učitelky domluvili, že svou první kresbu pojmu jako svou vizitku. A tak vznikl banner plný barevných květin, aby bylo patrné, že jej malovaly děti ze třídy Květinka.

Druhý banner je vymalovaný jako les s

liškami, veverkami, hmyzem a v dálce stojícím jelenem s laní. Malování všechny moc bavilo a tak když přišly na řadu další bannery, děti se s radostí chopily štětce a namalovaly mořskou hlubinu a exotické zvířata v zoologické zahradě.

Výsledky společné tvorby můžete vidět na plotě zahrady mateřské školky. „Spolupráce s dětmi z MŠ Naděje byla opravdu úžasná. Děti se daného úkolu chopily s vervou a jejich nadšení je vidět také na výsledných dílech. Spokojeni jsou všichni zúčastnění, a proto vzájemná spolupráce nekončí a v budoucnu se na plotě objeví další bannery,“ sdělil vedoucí střediska Vlastimil Petr.

Děkujeme paním učitelkám za jejich obětavou práci, skvělé nápady a všem dětem za nádherné ztvárnění.

Lenka Talavašková

KONCERT ROBERTA KŘEŠŤAVA A DRUHÉ TRÁVY

Ve středu 15. února se uskutečnil benefiční koncert Roberta Křesťana a Druhé trávy, který pořádala Charita Frýdek-Místek. Záštitu nad koncertem převzala starostka Frýdlantu nad Ostravicí Helena Pešatová a náměstek hejtmana Moravskoslezského kraje Lukáš Curylo.

Starostka města v úvodu návštěvníky přivítala společně s ředitelem frýdeckomístecké Charity Martinem Hořínkem. Atmosféra na koncertu byla skvělá a posluchači si společně s Robertem Křesťanem a Druhou trávou koncert náležitě užili.

Děkujeme všem sponzorům, díky kterým se koncert mohl uskutečnit a také všem návštěvníkům za podporu. Mnozí návštěvníci koncertu přispěli do veřejné

sbírky také vhozením finančního daru přímo do pokladničky Charity.

Návštěvníci koncertu podpořili na místě také Oázu pokoje zakoupením výrobků uživatelů. Zakoupit si mohli keramické misky, proutěné košíky, pohankové polštářky, obrázky tvořené ubrouskovou technikou a také textilní tašky s aplikací, o které byl obrovský zájem.

Ve vestibulu Kulturního centra byly připraveny také prezentační materiály z Tříkrálové sbírky, díky nimž se mohli lidé dozvědět výsledky v jednotlivých obcích a také záměry, kde budou vybrané peníze použity.

Lenka Talavašková

RADY Z NAŠÍ PORADNY

Paní Jana bydlela s manželem a tchánem v domečku, který mladým manželům daroval právě Janin tchán Oldřich. Oldřich byl velmi aktivní senior, věnoval se své práci i v důchodovém věku, k částce starobního důchodu se připočítávaly i celkem vysoké odměny za překlady a za doučování studentů. Celý život trávil Oldřich v rodném městě. Nyní, když ovdověl a syn se osamostatnil, tak Oldřich cestoval. Na drahé dovolené si bral půjčky, které hravě splácel ze svého příjmu. Jednoho dne však Oldřicha náhle zasáhla mozková příhoda, po níž nějakou dobu ležel v nemocnici a nemohl už dále pracovat. Ani po dlouhé rekonvalescenci se k práci překladatele a učitele nevrátil, neboť mozková mrtvice ochromila některé Oldřichovy schopnosti. Ze starobního důchodu nebyl schopen hradit měsíční splátky půjček. Oldřich se za svou situaci velmi styděl, synovi ani snaše se nesvěřil a snažil se vytloukat klín klínem. Snacha Jana vše odhalila ve chvíli, kdy se v domácnosti objevili první vymahači dluhu a uhrazení dlužných částek žádali i po Janě, a to dost nevybíravým způsobem. Oldřich však žádný problém nepřiznal a s celou rodinou přestal komunikovat.

Paní Jana již dříve v Poradenském centru řešila problémy s výpovědi ze zaměstnání, proto se i nyní obrátila na naše pracoviště. Přinesla několik dopisů od vymáhacích agentur, které Oldřich nestihl schovat před zbytkem rodiny, a ptala se, jak je možné tchánovi pomoci a zároveň zda je možné ochránit rodinu před možnou exekucí. Janě jsem však mohla podat pouze obecné informace o průběhu exekuce, o oddlužení, avšak konkrétní pomoc by bylo možné řešit pouze s panem Oldřichem. Trvalo ještě dva roky, než

pan Oldřich překonal svůj stud – některé dluhy již mezitím skončily v exekuci – a objevil se v Poradenském centru. Po zjištění možností se pan Oldřich rozhodl pro oddlužení, avšak za dobu, kdy Oldřich své dluhy neřešil, se již částky dluhů navýšily a ze svého důchodu již nebyl schopen uhradit ani požadovaných 30 % svých dluhů. Zdálo se, že situace nemá řešení, ale možné světýlko na konci tunelu se objevilo v podobě paní Jany, která svému tchánovi nabídla pomoc ve formě daru, kdy každý měsíc zašle ze svého příjmu na oddlužení potřebnou částku, aby pan Oldřich mohl oddlužením projít.

Od té doby uběhly další dva roky a pan Oldřich se znovu objevil v Poradenském centru. Tentokrát nepřišel s problémem k řešení, ale se slovy díky – oddlužení probíhá a ještě nějakou dobu bude, ale po celou tuto dobu se nemusí obávat dalších nevídaných návštěv v podobě exekutorských vykonavatelů či vymáhacích agentů. Lituje však toho, že nepřišel dřív, kdy své dluhy mohl řešit i bez finanční pomoci svých blízkých. A to je i naše doporučení – překonat svůj stud a řešit své problémy včas.

(Jména i některé další okolnosti byly změněny v zájmu zachování anonymity)

Lenka Janečková



Nyní Vám píšu poprvé jako Váš nový ajťák Ondra. Mnozí z Vás se mě dotazujete na funkce „cloudového úložiště“ OneDrive, které také mnozí využíváte. Proto bych se tomuto tématu chtěl nyní věnovat.



OneDrive

Co to vlastně takové cloudové úložiště znamená? Slovo samotné pochází z

angličtiny, a v doslovném překladu to je úložiště v oblacích. Ve skutečnosti to ale znamená, že jsou naše data, dokumenty nebo obrázky uloženy na obrovských serverech. Tyto servery se dají přirovnat k počítačům, které máte vedle pod či na stole. Jsou ale mnohem větší, mnohdy zabírající celou budovu. Teď si ale můžete položit otázku, proč bych měl(a) své data dávat někam daleko do cloudu, když mám ve svém počítači disk, který mi velikostně dostačuje? Ano, to je sice pravda, ale cloud má obrovské výhody.

První obrovská výhoda je velmi malá pravděpodobnost ztráty vašich dat. Všechny data v cloudu jsou uložena na několika discích a když se nějaký pokazí, je okamžitě vyměněn. Pokud se tedy pokazí váš disk v počítači, nepřijdete tedy o všechny data (i když se v cca 50% dají zachránit). Všechno, co jste měli uloženo v cloudu, bude po opravě vašeho pc nahráno z cloudu zpět.

Další výhodou je dostupnost dat odkudkoli. Představte si situaci, když pracujete na nějakém dokumentu v práci a řeknete si, že jej odešlete až zítra. Odpoledne vám ale zavolá vedoucí, že tento dokument, který máte v práci, nutně potřebuje ješ-

tě dnes. Pokud byste neměli OneDrive, tak jste nahraní a musíte buď nějakého opozdilce v práci zaúkolovat, aby váš dokument poslal, nebo musíte zajet zpět do práce. Pokud máte OneDrive, jste za vodou a na pár kliknutí myši tento dokument odešlete. Stačí si otevřít adresu portal.office365.com, přihlásit se a kliknout na ikonku OneDrive. Všechny dokumenty uložené v nám již známém cloudu jsou dostupný i z domu. Tento dokument si stáhnete a z téže adresy na ikonce Outlook také odešlete přes svou poštu.

Jako další úložiště u nás používáme **Dro-pbox**. Toto úložiště funguje na naprosto stejném principu jako již zmiňovaný OneDrive. Jediný problém je v tom, že nám v OneDrive „zlobí“ sdílené složky. Proto jsme začali používat Dropbox.

Sdílená složka je taková, že do ní má přístup více lidí. To znamená, když někdo do této složky něco uloží, je tento soubor téměř okamžitě přístupný také v dalších počítačích, které mají do této složky nastaven přístup. Tohoto využíváme primárně pro rozhodnutí a směrnice ředitele. Takovou sdílenou složku můžete mít také s vašimi kolegy. Pokud byste měli zájem, můžeme to prokonzultovat a nastavit.

Na závěr bych vám popřál co nejméně potíží s počítačem, ale když i přes to nějaké nastanou, vždy k vám rád dorazím. Zjistil jsem, že ještě po více než půl roce, někteří neznáte mou adresu. Proto se nebojte mne kontaktovat na ondrej.palovsky@charitafm.cz. Pokud by vás zajímalo nějaká konkrétní věc, můžete poslat návrh a možná se objeví v dalším čísle.

Ondřej Palovský

VELIKONOČNÍ ZVYKY A TRADICE

Velikonoce nám již klepou na dveře. Přestaňte tedy na chvíli s jarním úklidem a pojdte si připomenout, co jsou Velikonoce a jak se na ně můžeme připravit.

Velikonoce (pascha) jsou nejvýznamnějším křesťanským svátkem, oslavou zmrtvýchvstání Ježíše Krista. V západní křesťanské tradici Velikonoce připadají na neděli po prvním jarním úplňku, tedy na měsíc březen či duben. Slovanský název svátku, Velikonoce, se vztahuje na „Velkou noc“, v níž byl Kristus vzkříšen. Velikonoce, stejně jako Vánoce, provázelo a stále provází nepřeberné množství pohanských i křesťanských zvyků, které se někdy zcela proluly.

Výzdoba

Důležitou součástí svátku jara je také výzdoba. Chceme s jarem přivítat také znovuzrození sil a radostné očekávání, proto bychom rozhodně neměli zapomenout si trochu ozdobit domov, ať už proutky vrby jívy (kočičkami) s mašlemi, kraslicemi nebo jarními kvítky. Již v historii lidé vítali jaro výzdobou, vysypávali ornamenty na zápraží pomocí hrnku či květináče a písku či vody, nebo zdobili okna květinovými vzory s pomocí seříznutého mýdla.

Beránek a zajíček

Většinou se na Velikonoce peče beránek.



Beránek symbolizuje v židovské tradici Izrael jako Boží stádo, které vede Hospodin. V křesťanství je beránek symbolem Ježíše Krista, protože byl jako beránek obětovaný za spásu světa. Proto je symbol beránka součástí velikonočních oslav, z historických pramenů se ale jen stěží dozvídáme, zda šlo o maso nebo pečivo. Dnes beránka většinou pečeme z těsta a zdobíme mašlí, podle tradice by měl zdobit každý velikonoční stůl.

Zajíčka dnes již také pečeme, anebo ho používáme jako dekoraci. Zajíček pochází z Německa, k nám se dostal až počátkem 20. století. Zajíc je ovšem i symbolem plodnosti, života a štěstí a je spjat s egyptskou a aztéckou mytologií. Velikonočního zajíčka najdeme už v Bibli, kde symbolizoval vše chudé, skromné, pokorné. Býval znázorňován jako bílý zajíc u nohou Panny Marie - symbol čistoty nad tělesným pokušením.

Zdobená vejce

Se užívala nejen při jarních obřadech, ale také při narozeních, svatbách a pohřbech. Protože kultovní smysl nemělo darování, ale požití jejich obsahu, zdobila se od nepaměti vařená. Zvyk jíst vajíčka na Velikonoce souvisí patrně s velkým půstem, při němž se nesměla jíst ani vejce, a proto lidé nedočkavě čekali, až postní doba skončí.

Tradice dávat velikonoční vajíčko pochází patrně až ze starého Egypta. Ve spojení s lidovou tradicí vznikl pak obyčej zdobení kraslic, který se krajově velmi různí, stejně jako pojmenování. Kraslice je prý slovo východočeské a znamená červené velikonoční vejce. Zvyk zdobení kraslic pochází teprve z druhé poloviny 19. století.

Pomlázka

Pomlázka vyrobená z mladých vrbových proutků, měla ženám předat mládí a sílu těchto proutků. Pánové a chlapci by si měli plést z proutků pomlázku nebo tzv. žílu a ženy by se měly nechat tímto proutkem vyšlehat, aby omládly a zkrásněly.

Pro každou ženu v minulých letech to byla čest a tzv. staré panny (ženy nad 25 svobodné a neprovdané) měly naději. Vajíčko jako odměna za omlazení znamená symbol nového života, vzkříšení. Potom tedy zapomeňme na Botox a nechme se pořádně vyšlehat na Velikonoční pondělí. (Můžeme poučit muže, že správně se šlehá jen mašlemi a po zádech nikoliv po hýždích, jak je u našich koledníků zvykem.)

Mazanec

Nechce-li se vám péct beránka, zkuste mazanec, aspoň ten by neměl chybět. Je symbolem slunce, zadělává se na Bílou neděli, dělá se ze stejného těsta jako vánočka. Dříve to však bývalo pečivo nesladké, připravoval se ze strouhaného sýra a většího množství vajec (žádoucí byl žlutý mazanec).

Sladká varianta tohoto obřadního pečiva si však ponechala původní okrouhlý tvar a znamení kříže. V jiných koutech naší země se nesladkým mazancovým koláčům říkalo baba, babůvka, plecovník,

šoldr, svěceník.

Jidášky

Pokud nemáte chuť péci ani mazanec, zkuste aspoň jidášky - pečivo z bílé mouky a medu ve tvaru válečku symbolizují provaz, na němž se Jidáš oběsil - podle křesťanského výkladu.

Vynášení Morény



Moréna (správně Morana) je ve slovanské mytologii bohyně zimy, smrti a noci. Odchod zimy se slaví na smrtnou neděli vynášením Morény (smrťky) a jejím zapálením a utopením. Průvod recituje říkanky, nebo zpívá různé popěvky.

Vysévání obilí

Symbolizuje počátek zemědělských prací - obvykle se vysévá tráva nebo nějaké obilí do nízké misky s hlínou, nechá se vzklíčit a zdobí se kraslicemi.

SVATÝ TÝDEN, DNY VELIKONOČNÍ A JEJICH VÝZNAM

Květná neděle

Poslední (tedy šestá) postní neděle (půst začíná Popeleční středou a trvá 40 dní). Dle Bible přijel Ježíš se svými učedníky do Jeruzaléma, aby oslavil Pesach (odchod Izraelitů z Egypta). Název neděle je odvozen od květů (mají připomínat palmové větve, jimiž lidé vítali Ježíše), kterými se zdobí kostely.



Modré (žluté) pondělí

Představuje poslední masopustní pondělí.

Šedivé úterý

Uklízelo se obydlí, vymetaly se všechny pavučiny a nečistoty

Škaredá středa (Sazometná středa)

Bible uvádí, že Jidáš právě v tento den zradil Ježíše Krista. Podle tradice se mají vymetat komíny. A také se říká, že budete-li se mračit, pak se budete mračit každou středu po celý rok.

Zelený čtvrtek

Dle Bible se v tento den konala v Getsemanské zahradě poslední večeře Ježíše Krista. Byl při ní zatčen. Na Zelený čtvrtek se také naposledy před Velikonocemi rozezní zvony (říká se, že odlétají do Říma. Znovu zazní až na Bílou sobotu při zpěvu Gloria). Jejich zvuk je nahrazen řehačkami a klapáčkami. Název tohoto dne je odvozen od skutečnosti, že se nosilo zelené mešní roucho.

Mezi zvyky patří například brzké vstávání a omytí rosou (zabrání se nemocí), má se sníst něco zeleného (člověk bude rok zdravý) a další. Také se pekly jidáše (pečivo z kynutého těsta), které se namazaly medem.

Velký pátek

V Bibli je napsáno, že Ježíš byl souzen, odsouzen a ukřižován. Křesťané drží přísný půst.

Říká se také, že se na Velký pátek otevírá země a vydává poklady. Otvírá se dokonce i hora Blaník a prý je mož-

né spatřit blanické rytíře. Dle tradice se nemá prát prádlo či pracovat na poli a v sadu. Také se nemá nic půjčovat, prodávat a darovat.

Bílá sobota

Končí půst, který trval 40 dní. Uklízí se, pečou mazance a velikonoční beránci, zdobí se vajíčka a pletou pomlázky. O velikonoční noci (ze soboty na neděli) se před většinou kostelů zapalují velikonoční ohně. Oheň a světlo patří k nejstarším přírodním symbolům, které naznačovaly přítomnost Boží a sílu Boží. Oheň symbolizuje zároveň Boží lásku, která plane a hřeje i uprostřed chladu a temnoty. Pro člověka je oheň nezbytnou podmínkou pozemského života: dává teplo, dává světlo, přináší potěšení i radost. Zároveň je i pradávným symbolem smrti a očisty. Toto všechno se střetává ve velikonoční symbolice paradoxů: život i smrt, láska i očistění. A právě ohněm začínají velikonoční obřady...

Velikonoční neděle (Boží hod velikonoční)

Podle Bible vstal Ježíš Kristus z mrtvých. Pro křesťany se jedná o nejvýznamnější svátek roku. V kostele se světí jidlo, které se pak podává u slavnostní tabule.



Velikonoční pondělí

Tomuto dni se také říkalo Červené pondělí. Brzy ráno vycházeli chlapci - koledníci s pomlázkami šlehat děvčata, aby z nich vyhnali nemoci a lenost. Dostávali od děvčat malovaná vajíčka a cukroví. Proutí, ze kterého se pomlázky pletly, byla přísuzována životodárná síla. Kdo dostal pomlázkou, ten omládl.

Jiný kraj, jiný mrav a o oslavách velikonočních svátků to platí dvojnásob. Jak se slaví v Americe, Austrálii nebo u našich nejbližších sousedů?

USA a neposedný zajíček

Jednoznačně vede zajíček. Rodiny s dětmi barví kraslice, pak začíná lov na vajíčka, kdy je podle pohádky neposedný zajíček schovává všude po domě i zahradě. V USA není volné Velikonoční pondělí, ale Velký pátek. V neděli se hoduje nad tradičními pokrmy, jako je pečená šunka, sladké brambory, zelenina nebo jehněčí pečínka.

Mnoho Američanů má k těmto svátkům silný náboženský vztah a dodržuje i tradiční půst. A jak už dobře známe, v Americe se vše velmi prožívá, proto v domácnostech nechybí velikonoční dekorace. Vše končí o Velikonoční neděli dobrým tradičním obědem a honbou za čokoládovými vejci ukrytými v plastovém obalu.

Němci si svátky neumí představit bez kraslic, které jsou pestře malované a vyfoukané nebo uvařené natvrdo. Na některých místech jsou tyto dny spojené se sportem v podobě přenášení, házení, koulení či rozbíjení vajec. Mezi disciplíny patří hození vejce co nejdál nebo nejvýš, aby se nerozbilo.

Zvykem také je, že se majitel domu pokouší přehodit střechu. Člen rodiny chy-

tá na druhé straně. Hod ochrání stavení před bleskem.

Tradičním moučníkem bývá i štola. Na slavnostním stole se objevují pečená masa. V předvečer Velikonoc vyrábí děti slaměná hnízda, která rodiče schovávají po domě, kde do nich snese velikonoční zajíček vajíčka. V pondělí se vyrazí za hledáním vajec. Dalším zajímavým zvykem je velikonoční strom ozdobený vajíčky.

Na Slovensku ve znamení korbáče

Na Slovensku je tradicí hodování, polévání vodou a korbáč. V pondělí chodí muži a chlapci po domácnostech a zalévají či korbáčují ženy a dívky ručně vyrobeným korbáčem z vrbového proutí. Stejně jako u nás dostanou za svou snahu vejce. Polévání se používá převážně na východě Slovenska.

V Anglii to voní jehněčím



Svátky začínají Masopustním úterkem, který je známý jako palačinkový den. Vytváření a malování kraslic není ve Velké Británii tak rozšířené.

Většinou jde o vajíčka čokoládová a nosí je velikonoční zajíc, který je poschovává po domě a na zahradě.

V Anglických školách se nosí velikonoční klobouky. Pomlázky v Británii nejsou známé a berou tuto tradici za násilnou. K jídlu se podává jehněčí pečeně se sladkými bramborami a mladou jarní zeleninou.

Polsko na Velikonoce světí pokrmy

V Polsku si 90 procent lidí nechává své sváteční pokrmy posvětit. Kromě klobásy a šunky se jí také chléb, sůl a hlavně křen - jako symbol zdraví, ale také utrpení. Pečou se bábovky z kynutého těsta. Tradiční pochoutkou je i mazurek, plochý moučník s různými náplněmi. Potraviny se posvěti na Bílou sobotu. Tradiční cukrovinkou jsou beránci vyrobení z cukru. Na Velikonoční pondělí se lidé polévají vodou, což jim podle všech tradic a pověstí zajistí zdraví a dlouhý život.

Maďarsko ve znamení vody a vůně

V Maďarsku se ženy a dívky polévají vodou, aby byly plodné. Muži následně dívku postříkají parfémem a dostanou vajíčko, koláč nebo alkohol. Ani v Maďarsku nechybí pečená masa a sladké kynuté buchty.

Na Filipínách se ve vesnici San Pedro Cutud věřící nechávají po vzoru Ježíše Krista přibít na kříž jako pokání.

V Itálii se z kynutého těsta pečou velikonoční holoubci zdobení mandlemi, k snídani se v pondělí podává torta rustica, slaný koláč s vaječnou náplní.

V Chorvatsku mají zvyk si přiřuknout vajíčkem. Tomu, komu zůstane skořápka celá, vyhrává.



Ve Španělsku prochází na Velikonoce procesí se sochami Ježíše Krista. Na hlavě mají špičaté kapuce a někteří na výraz pokání nesou kovové řetězy.



Řekové barví vajíčka pouze na červeno. Barva symbolizuje obnovu života a ukřižování Ježíše Krista.

V Irsku se pojídají vajíčka na uzavření půstu. Během dne, kdo chce velikonoční koláč, musí zatančit.

V Mexiku vyráží lidi do ulic s obrázky či krabicemi, které symbolizují Jidáše. Ty se věší, pálí nebo se do nich mlátí.

V Rusku se po obdarování vejci třikrát políbí na důkaz přátelství.

V Norsku jsou velikonoční svátky spojené s detektivkami. Dokonce i potraviny jsou potištěné detektivními příběhy.

Na Velký pátek se **v Austrálii** úplně všechny obchody zavírají.

V Rakousku se dodržuje tradice Zeleného čtvrtku, kdy se musí sníst něco zeleného. Na Bílou sobotu se dělají tradiční ohně, které mají spálit zimu.

Terezie Kolčárková

VELIKONOČNÍ RECEPTY

Velikonoční bábovka s kysanou smetanou

2 hrnky polohrubé mouky
1 hrnek cukr krupice
3 ks vejce
1 hrnek mléka
1/2 hrnku oleje
1 kysaná smetana
1 ks prášku do pečiva
kakao
na ozdobu čokoládová mléčná poleva

Všechny výše uvedené přísady smícháme v míse a jako poslední v m í c h á m e kypřicí prášek. Polovinu těsta nalijeme do vymazané a vysypané formy a do druhé poloviny vmícháme 3 lžíce kakaa a přilijeme do formy. Pečeme na 180 °C asi 45 minut. Po upečení ozdobíme rozehřátou polevou.



N e j p r v e si smícháme hladkou mouku se sodou a nastrouhanou kůrou z omytého ovoce. Poté si ušleháme

máslo s vanilkovým a moučkovým cukrem, vejci, šťávou z ovoce a rumem. Přidáme Bílý jogurt. Tuto směs smícháme s moukou a vypracujeme těsto. Pokud se nám těsto zdá řídké, přidáme mouku. Vytvarujeme bochánek, který přikryjeme plátkem a necháme odpočinout asi 20 minut. Bochánek nařízneme do kříže a potřeme rozšlehaným vejcem. Posypeme plátky mandlí a potřeme rozšlehaným vejcem. Dáme na plech vyložený pečicím papírem a pečeme cca 40 minut v předehřáté troubě do zlatova. Po dopečení necháme bochánek vychladnout.

Velikonoční cupcake

85 g Hery máslová příchut'
2 velká vejce
1 vanilkový cukr
145 g hladké mouky
1 lžička prášku do pečiva
1/2 špetky soli
45 ml plnotučného mléka
100 g čokolády
98 g cukru krystal
Vanilkový krém:
250 ml plnotučného mléka
1 sáček vanilkového pudingu
60 g krupicového cukru
200 g másla

Velikonoční mazanec

300 g hladké mouky
1 lžička jedlé sody
kůra z 1 citronu a z 1 pomeranče
šťáva z 1 citronu
šťáva z 1 pomeranče
2 PL rumu nebo rumové tresti

80 g moučkového cukru
1 ks vanilkový cukr
70 g másla
2 ks vejce
2 ks bílého jogurtu (300g)
1 ks vejce na potřeni

Na ozdobu:
čokoládová nebo marcipánová vajíčka

Šlehačem vyšleháme tuk společně s cukry, dokud není směs kompaktní a nadýchaná. Potom přidáváme 2 velká vejce (nebo 3 menší vajíčka), vždy jedno po druhém, a vše důkladně prošleháme.

Vedle v misce si smícháme mouku, prášek do pečiva a sůl. Celou směs prosejeme přes sítko a postupně ji zapracujeme spolu s mlékem a čokoládou nalámanou na kousíčky do vyšlehané směsi. Ingredience přidáváme střídavě, vždy začínáme a končíme suchou směsí. Dáme péct do formy na muffiny.

Mezitím si připravíme Vanilkový krém. Větší část mléka nalijeme do kastrůlku, přidáme cukr a povaříme. Puding dobře rozmícháme ve zbylém studeném mléce, přilijeme k vařící směsi a mícháme tak dlouho, až tato směs zhoustne a krátce probublá. Ztratí se tak chuť škrobu. Připravený puding přelijeme do šlehačkové misky a necháme jej v ní úplně vychladnout. Povrch pudingu lehce posypeme krupicovým cukrem, aby na něm nevznikl škraloup. Do vychladlého pudingu vmícháme po kouscích máslo a šleháme, dokud nám nevznikne hladký krém. Na závěr upečené cupcakes ozdobíme připraveným krémem a čokoládovými či marcipánovými vajíčky.



Opilá vejce (na 6 ks)

200 g bílá čokoláda
50 g tmavá čokoláda
Náplň
250 ml mléka
60 gramů kukuřičný škrob
80 gramů krupicový cukr
1 kus vanilkový lusk
200 g másla
80 ml vaječného likéru



Do silikonové formy vlijeme rozpuštěnou čokoládu. Po vychlazení pomocí kartáčku nastříkáme

tmavou čokoládou skvrnky.

Mléko přivedeme k varu společně s cukrem a vanilkou, poté přidáme škrob a dobře provaříme. Sundáme z tepla a šleháme do studena. Po vychlazení všleháme máslo. Hotový krém nastříkáme pomocí sáčku do čokoládové skořepiny. Střed skořepiny necháme volný pro náplň - vaječný likér. Nemáme-li formu silikonovou formu, můžeme si pomoci vařečkou nebo naběračkou obalenou fólií.

Velikonoční quiche s vajíčky a šunkou

Těsto

180-200 g hladké mouky
špetka soli

150 g Hery

2-3 lžíce ledové vody

náplň

200 g kozího sýra na strouhání (popř. eidam)

200 g přírodního smetanového sýra

2 dl smetany na vaření
3 vejce
4 vařené vejce
200 gramů vařené uzené šunky
1 lžíce čerstvého tymiánu (popřípadě
lžička sušeného)
cherry rajčata
sůl, mletý pepř

Mouku na těsto nasypeme do mísy a mírně osolíme. Heru nakrájenou na kostky rozdrobíme do



mouky a rychlými pohyby, aby margarín neměl čas zteplat, vypracujeme těsto. Na pomoučeném vále vyválíme těsto a vyložíme jím vymazanou dortovou formu o průměru 26 cm s vysokým lemem tak, aby těsto tvořilo okraj. Přikryjeme a půl hodiny necháme v lednici. Poté propíchneme vidličkou a zhruba 10 minut předpékáme v předehřáté troubě na střední stupeň 190 °C (v horkovzdušné troubě 175 °C).

Dokud se těsto peče, připravíme náplň. Kozí sýr nastroháme do mísy, přidáme smetanový sýr, smetanu a syrová vejce. Mírně osolíme, opepríme, okořeníme čerstvým nebo sušeným tymiánem, dobře promícháme. Vařená vejce nakrájíme na kolečka a vyložíme jimi předpečené těsto. Šunku nakrájíme na malé kostky a nasypeme na vajíčka. Poté vyplníme syrovou masou a uhladíme. Cherry rajčata nasypeme rovnoměrně nahoru (pokud jsou velká, rozkrojíme je napůl).

Vrátíme do trouby a beze změny teploty dál pečeme 35–40 minut. Po upečení necháme asi 15 minut odpočinout a po-

dáváme. Koláč se hodí nejen teplý, ale i studený.

Bramborový salát s červenou řepou s ovocem a gorgonzolou

200 g červená řepa
300 g brambory
1 lžička med
20 ml ocet Balsamico
1 kus čerstvý pomeranč
1 kus grep
50 g sýr typu gorgonzola nebo niva
1 lžíce majonézy Hellmann's
100 ml mléko
100 g směs ořechů
1 špetka řeřichy
1 špetka čerstvá máta



Červenou řepu nakrájíme na tenké plátky a 4 hodiny ji necháme marinovat v medu svařeném s balza-

mikovým octem. Brambory nakrájíme na tenké nudličky.

Pomeranč a grep nakrájíme na plátky, gorgonzolu na kostky. Ořechy opražíme na sucho na pánvi, majonézu Hellmann's lehce naředíme mlékem.

Řepu, brambory, ovoce, gorgonzolu a ořechy lehce promícháme, přidáme roketu a řeřichu a zalijeme majonézovým dresinkem. Dochutíme solí a ozdobíme mátou.

Terezie Kolčárková

KONCERT TOMÁŠE KOČKA A ORCHESTRU

Benefiční koncert se uskuteční v pátek 19. května od 18:30 v areálu U Medvěda ve Sport Relax Clubu Dobrá. Vstupenky je možné koupit za 150 Kč v předprodeji na Obecním úřadu Dobrá, v trafice Slávky Polákové Dobrá a v knihkupectví Jakub ve Frýdku-Místku. Za nepříznivého počasí se koncert uskuteční v ZŠ Dobrá. Těšíme se na Vás.



DIECÉZNÍ POUŤ CHARIT

V letošním roce se opět uskuteční diecézní pouť Charit, tentokrát v Ludgerovicích dne 31. května. Podrobnější informace o programu budou včas sděleny na jednotlivá střediska.

POŽEHNÁNÍ DOBROVOLNÍKŮM

Srdečně zveme všechny charitní dobrovolníky na požehnání určené dobrovolníkům. Požehnání je plánované na neděli 4. června v kostele sv. Cyrila a Metoděje v Chlebovicích v rámci mše sv., která začíná v 9:00.

Letos je požehnání spojeno se Dnem rodin, jehož součástí bude za příznivého počasí venkovní program pro děti a smažení vaječiny.

SOUTĚŽ



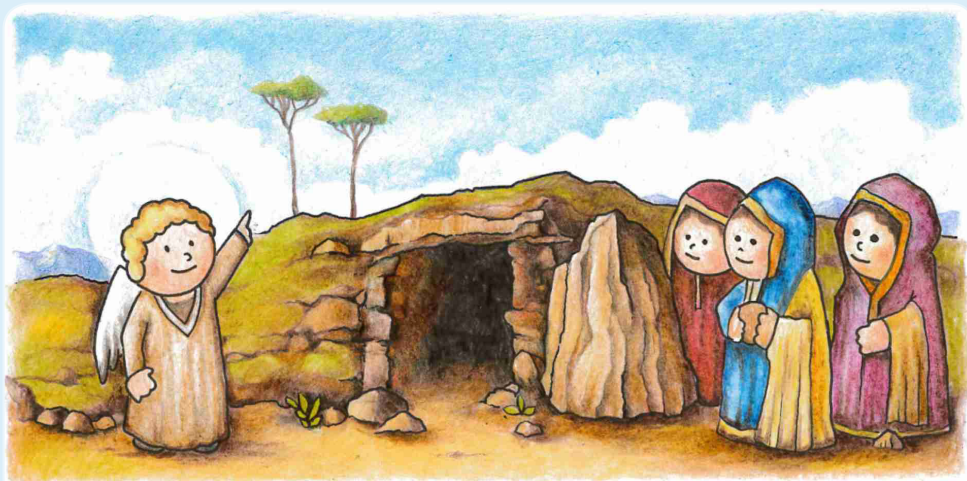
Přílohou tohoto čísla je také vědomostní titul „Kdo to ví...odpoví“.

Autorem této přílohy jsou dva lidé z naší Charity. Soutěžní otázka zní: Kterí dva lidé jsou autory „Kdo to ví...odpoví“? Výherce obdrží hodnotnou cenu. V případě většího počtu správných odpovědí se bude výherce losovat.

Své tipy zasílejte Lence Talavaskové do 21. 4. 2017 na email: lenka.talavaskova@charitafm.cz.

SWEETSEN FEST

Letos proběhne již 14. ročník Sweetsen festu a to v termínu 21. až 24. června 2017. Stejně jako v předešlých ročnících plánujeme na této akci uspořádat charitativní sbírku. Minulý rok se nám podařilo vybrat 26 556,-. Děkujeme tímto všem lidem, kteří přispěli.



“Proč hledáte živého mezi mrtvými. Není tady, byl vzkříšen.” (Lk 24, 4-5)



CHARITA
FRÝDEK-MÍSTEK

Požehnané velikonoční svátky
Vám přeje redakční rada.