

Čeladenská fontána

Zpravodaj BESKYDSKÉHO REHABILITAČNÍHO CENTRA

2, 3 / 2020, ročník XII.



Časopis ČELADENSKÁ FONTÁNA je vydáván pro zaměstnance, klienty a partnery Beskydského rehabilitačního centra v Čeladné. Cílem Fontány je přinášet informace všem, kteří se chtějí dozvědět více o tom, jak zde, na úpatí Ondřejníku, pomáháme těm, kteří potřebují upevnit zdraví. Je to jednoduché: díky zdejším mimořádně příznivým klimatickým podmínkám a vysoké úrovni rehabilitační péče je BRC vyhledávaným zdravotnickým zařízením s výbornou pověstí. Za neopakovatelnou a dnes velmi vzácnou atmosférou rodinných lázní k nám jezdí pacienti z celé republiky. Tímto zveme i vás. Všechna vydání Čeladenské fontány najdete také na www.brc.cz.

Milé čtenářky, vážení čtenáři,

dostáváte do ruky letos teprve druhé číslo Čeladenské fontány. O „virových“ důvodech tohoto zpoždění není třeba se rozepisovat, čelili jsme jim všichni. Omezení pohybu ale také postihlo první číslo, respektive jeho distribuci. Sotva jsme Fontánu přivezli z tiskárny, došlo k uzavření všech míst, na která běžně časopisy rozvážíme. Mohli jsme je dát k dispozici jen pacientům, kteří se u nás v těch náročných týdnech léčili. A s ostatními výtisky jsme čekali, až se život zase rozběhne.

To ale vůbec neznamená, že bychom nějak zaháleli. Na tématech a obsahu druhého čísla jsme pracovali průběžně, někde jsme se také trochu vraceli do minulosti a bilancovali. Byli jsme přesvědčeni, že až toto číslo bude moci vyjít, naši čtenáři situaci pochopí. Některé články jsou proto staršího data, či mají různá aktuální doplnění. A jejich množství vyšlo hned na dvojčíslu. To by ale nemělo vadit, protože Fontána má za cíl přinášet především pozitivní zprávy - a ty jsou naštěstí trvalejší, než proměnlivá negativní čísla. Výsledek je na světě a my věříme, že Vám přinese zajímavé čtení a zpříjemní letní dny.

Přejeme Vám co nejkrásnější léto a hlavně veselou mysl a zdraví celé. Za redakční radu *Andrea Adamová*



Foto: Milena Vaculová

MUDr. Milan Bajgar, ředitel BRC Čeladná:

Navýšení počtu jednolůžkových pokojů je naší prioritou

Na konci května 2020 se uskutečnilo diskusní fórum, které MF Dnes opakovaně věnuje zdravotní péči. Předchozí setkání diskutujících probíhala u kulatého stolu, ale v době pandemie se účastníci fóra osobně sejit nemohli. A tak odpovídali na otázky redaktorů jen písemně. Vyjádření představitelů osmi zdravotnických zařízení vyšlo jako mimořádná příloha MF Dnes na téma „Zdraví“ 30. května 2020 v Moravskoslezském kraji s titulkem „Zdravotnictví válčí s nedostatkem personálu“. Účastníci diskuse odpovídali na otázky, týkající se personální situace v českém zdravotnictví, dostupnosti zdravotní péče, následné a rehabilitační péče a spolupráce se školami a zdravotními pojišťovnami.

Květnového fóra se zúčastnil také ředitel BRC MUDr. Milan Bajgar, pro naše čtenáře uvádíme jeho odpovědi. Debaty se dále zúčastnili: ředitel EUC Kliniky Ostrava Pavel Hanke, ředitel Sdruženého zdravotnického zařízení Krnov Ladislav Václavec, ředitel Slezské nemocnice Opava Karel Siebert, náměstkyně pro řízení lidských zdrojů a správu městské nemocnice Ostrava Kateřina Kyselá, předseda představenstva společnosti AGEL Aleš Herman, ředitel pro smluvní vztahy RBP, zdravotní pojišťovny Václav Janalík a ředitel Nemocnice s poliklinikou Havířov Norbert Schellong.

Jak hodnotíte personální situaci v českých zdravotnických zařízeních?

Personální situace ve zdravotnictví je velmi špatná a brzy bude ještě mnohem horší. Budou chybět všechny profese. Víme například o velmi vysokém průměrném věku praktických lékařů i ambulantních specialistů. Ale snad nám současná krize spojená s virovou epidemií napověděla. Potřebuje tato společnost více politology, nebo lékaře? Potřebuje tato společnost více sestry a fyzioterapeuty, nebo spíše odborníky na genderovou problematiku? Je potřeba změnit strukturu

vysokých škol a preferovat opravdu potřebné studijní obory. Právě teď máme možnost zjistit, co je pro fungování lidské společnosti podstatné.

Jaká je podle Vás dostupnost zdravotní péče a počet zdravotnických zařízení v Moravskoslezském kraji?

Základní struktura je dobrá. Ke zlepšení struktury mezi akutními lůžky a lůžky následnými jsme přispěli i my v Čeladné. V roce 2000 jsme byli prvním zdravotnickým zařízením v Česku, které celé přecházelo z akutní péče do následné. Z Nemocnice Čeladná vzniklo Beskydské rehabilitační centrum. Bylo to dost dramatické. Na centrále VZP nám sdělili, že nás vlastně nemohou platit, protože pro tuto situaci nemají pravidla. Ale rušení malých nemocnic je myslím správné. Dovolte malý příklad. Když dostanete srdeční infarkt, máte asi 2 hodiny na to, aby vám v kardiocentru obnovili průtok krve ucpanou srdeční cévou a v srdečním svalu nevznikla jizva. Pokud projdete nejdříve malou nemocnicí, časový limit už nemusíte stihnout. Malé nemocnice budou pravděpodobně obtížněji získávat kvalitní personál a nejnovější velmi drahé technické vybavení.



NOVÉ JEDNOLŮŽKOVÉ POKOJE OD ČERVENCE 2020

- Poskytujeme rehabilitační léčbu nemocí pohybového, oběhového a nervového ústrojí hrazenou zdravotními pojišťovnami
- Přijímáme pacienty po operacích přímo z nemocnice i z domova na doporučení ambulantních lékařů
- Naši fyzioterapeuti jsou špičkovými odborníky, každému pacientovi věnují individuální péči
- Dostavujeme nový léčebný dům s komplexními službami
- **NOVÝ STORCH: Jednolůžkové pokoje od července 2020**

BESKYDSKÉ REHABILITAČNÍ CENTRUM ČELADNÁ, 739 12 Čeladná 42; Informace denně: 552 533 211; www.brc.cz

Kromě následné péče se zdravotničtí odborníci věnovali rovněž péči rehabilitační. Jakou má úroveň a jak je dostupná?

Kvalita léčebné rehabilitace je v Česku i našem kraji velmi dobrá. Máme řadu výborných pracovišť a máme i velmi dobré odborníky. Máme i kvalitní přístrojové vybavení. Právě BRC Čeladná bylo prvním pracovištěm, které v Česku zavedlo léčbu nemocných pobytom v nízkých teplotách mínus 120°C. Naše pracoviště je také autorem názvu pro tuto metodu – Polarium. Jsem rád, že od půli července budeme nemocným nabízet při léčbě více jednolůžkových pokojů v novém Léčebném domě dr. Storch. Nedostatek jednolůžkových pokojů je zatím ve zdravotnických zařízeních velký problém. Kromě nových přístrojů bude právě razantní navýšení jednolůžkových pokojů naší velkou prioritou.

Dlouhodobá debata se v Česku vede ohledně spolupráce zdravotnických zařízení se školami. Jak tuto problematiku vnímáte?

Obecně systém dalšího vzdělávání lékařů po promoci je u nás plný chyb a MZ by je mělo co nejdříve odstranit. Je to vedle výše platu jeden z důvodů, proč naši lékaři odcházejí do zahraničí. Jsem rád, že naše pracoviště má akreditaci k přípravě lékařů k atestaci a může mladé lékaře školit. Také studující nelékařských oborů přijímáme ke stážím a doufáme, že ve zdravotnictví zůstanou i po dokončení studií.

Jaká je spolupráce se zdravotními pojišťovnami?

Zdravotnictví v naší zemi funguje vzhledem k penězům, které do systému dáváme, přímo zázračně. Nevím ale, jak dlouho bude ten zázrak ještě trvat. Zdravotnictví je těžce podfinancované. Platby, které dostaneme od zdravotních pojišťoven, postačí jen na platy a základní provoz, nestačí na rekonstrukce budov a zařízení. Problémem jsou i rozdílné platby zdravotnickým zařízením za stejné výkony od zdravotních pojišťoven. Ale to je problém asi i jinde. Dovolte malou příhodu. Před několika lety jsme měli ve Vídni jednání s vedením zdravotní pojišťovny. Pánové nám sdělili, že také u nich mají za stejný výkon nemocnice ve Vídni vyšší platby než na „venkově“. Na naši otázku, proč to tedy nezmění, když je to evidentně špatně, nám pan ředitel odpověděl: „To je jednoduché. Nemáme politickou sílu, abychom nemocnicím ve Vídni ty vyšší platby vzali. A nemáme dost peněz, abychom těm ostatním platili to, co platíme nemocnicím ve Vídni.“ Myslím, že u nás je to velmi podobné.



Nahore: Tento výhled do parku a na hory je z balkonu pokoje v Léčebném domě Nový Storch. Všechny pokoje v tomto domě mají balkon nebo terasu a téměř 20 z nich bude jednolůžkových. Rychlejší terénní úpravy přibrzdilo červnové deštivé počasí. Půjde-li vše dobře, kolaudace proběhne koncem července. **Uprostřed:** Výstavbě Nového Storchu předcházela stavba nové rehabilitace před původní hlavní budovou. Ta je již v provozu, velká tělocvična slouží pro skupinové cvičení. **Dole:** Často využívanou rehabilitační pomůckou je závěsný systém Redcord, vhodný k individuální práci fyzioterapeutů s pacienty i pro samostatné cvičení. Trénink zlepšuje svalovou sílu, stabilitu a senzomotorickou funkci. Foto: Blanka Ochmanová

CHORUS OSTRAVA PRVNÍ PĚVECKÝ SBOR, KTERÝ „ROZEZPÍVAL“ LARU



*povídání s členkou sboru JUDr. Miluší Rabasovou
v kavárně Apartmánového domu Lara*

Andrea Adamová



S paní Miluší jsem se sešla v samém závěru jejího rehabilitačního pobytu v léčebném domě Kněhyně. Bylo únorové chladné a větrné odpoledne, a tak byl na setkání v kavárně Lara čas velice příhodný. A také na vzpomínání. Proč na vzpomínání? Protože poprvé jsme se právě na tomto místě spolu setkaly v říjnu 2012. Pro mě to byl tehdy naprosto úžasný zážitek, na který ráda vzpomínám.

Paní Rabasová byla v tu dobu prezidentkou smíšeného pěveckého sboru Chorus Ostrava, jehož členové přijeli zazpívat na vernisáž výstavy obrazů Aloisi Deutschovi – brněnskému advokátovi, který kromě toho, že zpívá, také maluje. Miluše Rabasová a Alois Deutsch navštěvovali během studia Právnické fakulty v Brně Brněnský sbor hudební mládeže (nyní Ars Brunensis Chorus), a tudíž členové pěveckého sboru Chorus Ostrava rádi přijeli zazpívat svému hudebně i výtvarně nadanému kolegovi.

Byla to před osmi lety třináctá výstava v Galerii Lara, ale nikdy předtím ani potom nezaznělo při vernisáži v předsálí kavárny tolik hlasů najednou. Měla jsem přitom pocit, jakoby celá budova vibrovala zpěvem... A tak jsem naše setkání nemohla začít jinou otázkou:

Paní Miluše, jak se to stalo, že vás na vernisáž panu Deutschovi přijelo zazpívat tolik?

Jelikož Lojza Deutsch je můj dlouholetý kamarád, jako tehdejší prezidentka sboru jsem členům zpívání v Laře „nařídila“. Je třeba ovšem říci, že se všem, kteří se akce zúčastnili, zpívání moc líbilo, jelikož tam byla velmi příjemná atmosféra a na vernisáži jsme nikdy předtím, a koneckonců ani potom, nezpívali.

Ráda bych připomněla také naše první setkání o rok dřív v červnu na Cestě česko-německého porozumění při svěcení nové kaple v Guntramovicích u Budišova nad Budišovkou. Shodou okolností se hned vedle sebe ocitly společná deska BRC Čeladná, Okrašlovacího spolku Rozhledna a deska Vašeho sboru. Symbolicky jsme tímto způsobem podporovali naši cestu k porozumění a spolupráci v celé Evropě.

Od toho roku 2011 je postavení naší republiky v Evropě o mnoho dál, jiná je i Evropa. Váš sbor vystupuje v mnoha evropských státech, máte při vystoupeních možnost blíže se seznámit se členy jiných sborů a popovídat si? Můžete být hrdí na to, že jste z Česka?

Určitě máme být na co hrdí, je-likož česká sborová hudba má ve světě dobrý zvuk, například skladby Antonína Dvořáka, Leoše Janáčka, Zdeňka Lukáše nebo Petra Ebena se zpívají i za hranicemi naší vlasti. Pokud se nám podaří vyhrát nějakou prestižní soutěž, např. v Singapuru, Gdaňsku, Rimini, Petrohradě, Prijedoru, Bratislavě, Žilíně, atd., jsme náležitě hrdí na to, že jsme Češi, Moravané, Slezané.

A teď k samotnému zpěvu. Kdy a jak jste se dostala ke zpívání ve sboru?

Oba moji rodiče krásně zpívali, maminka učila 54 roků hudební výchovu na Základní škole T. G. Masaryka v Blansku a vedla dětský pěvecký sbor, do něhož jsem chodila. Na gymnázium bohužel žádný pěvecký sbor nebyl, tak jsem ve sborovém zpívání pokračovala až na vysoké škole v Brně a následně v Ostravě. Víte, sborové zpívání je záliba na celý život a ten, kdo z pracovních, zdravotních nebo jiných důvodů nemůže do sboru chodit, tomu je smutno a sborové zpívání mu chybí.

Musíte kromě zkoušek „trénovat“ zpěv i sama? Třeba v koupelně ve sprše :-)?

Tato otázka mě pobavila. V kou-



pevně ani ve sprše si nezpívám, ale občas si přehrávám svůj hlas doma u klavíru, zejména u nových skladeb, abych byla do zkoušky připravená. Těžiště nácviku však spočívá právě ve sborových zkouškách, na nichž se hlasy ladí dohromady.

Před několika lety jsem si všimla diskuse o tom, zda na základních školách spíše navýšit hodiny zpěvu nebo výtvarné výchovy. Nevím, jak to dopadlo, ale líbil se mi argument, že výtvarný projev je ryze individuální záležitostí, zatímco zpěv vyžaduje spolupráci a přizpůsobení se ostatním

a tím rozvíjí u žáků žádoucí vlastnosti. Osobně se mi sborový a vlastně jakýkoliv společný zpěv líbí právě proto, že ze zpěváků vyzařuje taková zvláštní radost. A když navíc zpívají čistě, je to mnohonásobná radost i pro posluchače. Jak společný zpěv prožíváte Vy?

V podstatě je odpověď obsažena ve Vaší otázce. Sborový zpěv je sounáležitost a velká radost. Když na koncertě slyším prolínání a souzvuk jednotlivých hlasů, jsem povznesena a dostavuje se u mě pocit nevýslovné blaženosti. ►

Nahoře na předchozí straně: Vystoupení členů smíšeného pěveckého sboru Chorus Ostrava v kavárně Lara na vernisáži v říjnu 2011. Paní Miluše Rabasová je v „ženské sestavě“ první zprava, zcela vpravo zády je dirigent Lumír Pivovarský (1931-2014). Nahoře: Členové sboru Chorus Ostrava doprovodili v červnu 2011 svým zpěvem slavnostní vysvěcení kaple u Cesty česko-německého porozumění v Guntramovicích. Sbor má na této symbolické Cestě svou desku, na níž postupně poklepali všichni jeho přítomní členové.

Dole: V týž den byla na cestu položena také společná deska BRC Čeladná a Okrašlovacího spolku Rozhledna, na níž poklepal ředitel BRC a předseda spolku Milan Bajgar společně se svou manželkou. Shodou okolností jsou zmíněné dvě desky ve stejné řadě a hned vedle sebe.



Smíšený pěvecký sbor CHORUS OSTRAVA byl založen v roce 2008 při Ekonomické fakultě Vysoké školy báňské – Technické univerzity Ostrava. Jeho zakládající členové však mají za sebou bohatou hudební činnost. Většina z nich tvořila jádro Vysokoškolského pěveckého sboru Ostravské univerzity, který přes 40 let působil na ostravské hudební scéně pod vedením svého zakladatele profesora Lumíra Pivovarského.

A právě mnoholeté laskavé vedení pana profesora společně s nadšením a odvahou jeho nadaného bývalého studenta Mgr. Jana Mlčocha daly na podzim roku 2008 vzniknout tomuto novému pěveckému tělesu při Ekonomické fakultě Vysoké školy báňské – Technické univerzity Ostrava.

Členové ansámblu CHORUS OSTRAVA tak navazují na úspěchy, kterých dosáhli společně se svým sbormistrem Lumírem Pivovarským ve VPS OU. Patří mezi ně významná ocenění z četných domácích i mezinárodních sborových soutěží, koncertování v Evropě i řadě mimoevropských zemí, např. v Japonsku, Mexiku a Brazílii. V současné době působí sbor pod vedením Mgr. Petry Rašíkové, jedné z nejnadanějších studentek profesora Pivovarského. CHORUS OSTRAVA často vystupuje na slavnostních akcích Technické univerzity Ostrava a koncertuje nejen v Moravskoslezském kraji a v České republice, ale také v zahraničí. Historie sboru zahrnuje množství úspěšných koncertních vystoupení na sborových festivalech a soutěžích na Slovensku, ve Francii, Německu, Polsku, Rakousku, Rusku, Španělsku a Singapur.

CHORUS OSTRAVA spolupracuje s Janáčkovou filharmonií Ostrava, Komorním orchestrem Janáčkovy konzervatoře v Ostravě, Moravskoslezskou Sinfoniettou, Sdružením hudebníků Příbor a rovněž cimbálovou muzikou Kotci z Frýdlantu nad Ostravicí. Repertoár sboru zahrnuje téměř všechny žánry sborového zpěvu, od vokální polyfonie, přes spirituály a úpravy lidových písní až k dílům současných autorů.

Na uměleckou kvalitu sboru má vliv i to, že někteří jeho členové řídí vlastní pěvecké sbory a mnozí z nich se také výrazně prosazují v domácích i zahraničních soutěžích.

Sborová příprava a zkoušky probíhají každé pondělí v přízemí budovy E, děkanátu Ekonomické fakulty Vysoké školy báňské – Technické univerzity Ostrava, Havlíčkovu nábřeží 3120/38a, Ostrava – Moravská Ostrava.

Máte-li rádi sborový zpěv – přijďte se podívat na zkoušku – NOVÉ ČLENY VÍTÁME! (z www.chorusostrava.cz)

► Pokud se tento pocit přenesení také na posluchače, je to zážitek pro obě strany a radost z prožitku je bezmezná.

Jak jde zpívání dohromady s Vaší právnickou činností? Jaká oblast práva je Vaší doménou?

Určitě to dohromady jde. Sborové zpívání je relaxace a úleva od každodenních pracovních povinností, kdy za mnou chodí lidé, kteří potřebují radu, povzbuzení v často velmi složitých životních situacích a v podstatě na mě své starosti tak trochu přenášejí. Proto relaxuji při zpívání, turistice, jízdě na kole, atd. Zabývám se občanským a obchodním právem.

Mají všichni ve sboru zpěv jako koníčka k hlavnímu zaměstnání, nebo jsou někteří profesionály?

Většina členů má sbor jako koníčka. Jsou ale mezi námi zpěváci a zpěvačky s hudebním vzděláním, kteří vystudovali hudební výchovu, kterou učí na základních a středních školách. Jeden člen je korepetitorem na konzervatoři.

Na stránkách Vašeho sboru je pozvání pro nové členy. Odkud se Vám případní zájemci o zpívání ve sboru hlásí a co by měli umět, abyste je mezi sebe přijali?

Zájemci přicházejí buď na doporučení, nebo si nás najdou na webových stránkách. Měli by umět zpívat, intonovat. Paní sbormistryně si je při příchodu vyzkouší a členství získávají, když pravidelně docházejí na zkoušky a ovládají repertoár.

Jaký hlas zpíváte Vy sama a kolik jich vlastně Váš sbor má? A kolik má sbor celkem členů?

Smíšený pěvecký sbor má dva ženské hlasy – vyšší soprán a nižší alt, dále pak dva mužské hlasy – vyšší tenor a nižší bas. Ty se pak ještě dělí na první a druhý soprán, první a druhý alt, první a druhý tenor, první a druhý bas. Já zpívám druhý alt. Chorus Ostrava má celkem 64 členů, na koncertech nás zpívá většinou kolem 40.

Kolik Vás zpívá po celou dobu od založení sboru Vysokoškolského pěveckého sboru Ostravské univerzity? Ve kterém roce byl Vysokoškolský pěvecký sbor Ostravské univerzity založen?

Vysokoškolský pěvecký sbor Ostravské univerzity byl založen v roce 1966 panem profesorem Lumírem Pivovarským. Po odchodu z univerzity založil pan profesor v roce 2008 stávající Chorus Ostrava, v němž zpívá asi 38 bývalých členů Vysokoškolského pěveckého sboru Ostravské univerzity. Chorus Ostrava nyní vede Mgr. Petra Rašíková – žákyně pana profesora Lumíra Pivovarského.

Váš repertoár zahrnuje vokální polyfonie, českou i světovou sborovou klasiku, úpravy lidových písní, skladby soudobých skladatelů, populární repertoár, spirituály a několik ženských a mužských sborů. Máte Vy osobně nějakou nejoblíbenější skladbu, autora, období?

Od dětství mám ráda lidové písně. Mám úctu k tradicím, líbí se mi kroje. Mými favority jsou tedy úpravy

lidových písní pro sbor, třeba Zdeňka Lukáše nebo Jiřího Pospíšila. Mojí snad nejoblíbenější je zvukomalebná skladba *Už je slunko z tej hory ven* autora Arnošta Košťála.

Často vystupujete v různých kostelích, kde v zimě nebývá nejtepleji, ale zato je tam zpravidla výborná akustika. Zahřeje vás zpěv?

V kostelích zpíváme moc rádi, zejména v čase adventním nebo novoročním. Kromě již zmíněné výborné akustiky je v nich zvláště ve zmiňovaných obdobích nevšední sváteční atmosféra. Když jsme letos zpívali 12. ledna 2020 v kostele v Ostravě – Krásném Poli, přišla za námi jedna paní, která dojatě pronesla: „Cítila jsem se jako v nebi“. To jsou silné momenty.

Na tomto místě rozhovoru byla původně otázka, na

jaké další vystoupení sboru Chorus Ostrava by se zájemci mohli přijít podívat. Všechno ale bylo jinak. Plánovaný dubnový koncert v kostele sv. Antonína Paduánského ve Vřesině byl zrušen, stejně jako další koncerty v květnu a v červnu v Ostravě. Paní Miluše mi nedávno smutně napsala, že sbor začne zkoušet až od září. Pozvat posluchače tak může až na zatím plánované předvánoční koncerty v prosinci. Nejbližší v našem okolí bude Adventní koncert v evangelickém kostele ve Frýdku-Místku, Husově ulici 15. prosince 2020 od 19 hodin.

A na závěr otázka, kterou dostane každý náš pacient nebo pacientka. Pomohli jsme Vám?

Určitě, byla to moje první zkušenost a musím říci, že jsem byla s péčí i přístupem velmi spokojená. Budu se k vám ráda vracet.

Každý pacient má možnost vyplnit na konci svého pobytu dotazník spokojenosti. Paní Miluše ho nejen vyplnila, ale přiložila k němu ještě 4stránkovou přílohu, z níž jsme pro ilustraci vybrali jen první dva odstavce. Adresných pochval je v něm více, ale také několik podnětů k tomu, co bychom mohli dělat lépe. Vše se dostalo k patřičným adresátům.

1. Chtěla bych pochválit staničnou sestru paní Mladěnkovou, díky níž rehabilitační dům kněžny "šlapá jako hodinky." Rádně sestra Kotová je velmi milá, příjemná a empatická. Ostatní sestřičky jsou milé a vstřícné. Totež se dělá i o pomocném personálu. Všichni byli nesmírně pozitivní.

2. Dále bych chtěla pochválit Fyzioterapeutku paní Vaverkovou, která svoji práci velmi dobře ovládá, naučila mě sestavy cviků.

Sborovou novoročenku jsme na konci rozhovoru ponechali záměrně. Jednak je to pěkná fotografie a hlavně je „Pour féliciter“ – pro štěstí. A to budeme potřebovat i v dalších měsících tohoto proměnlivého roku 2020.



NEKAMENUJTE PROROKY

Petr Andrlé

Již v kmenovém uspořádání dodržovali lidé určitá pravidla, která zajišťovala jejich existenci a přežití. Pokud se objevili jednotlivci s nápady, které znamenaly určitý pokrok (nejen technický), byli přijímáni s pochopením a s podporou. Pokud se objevili ovšem jednotlivci či skupiny lidí přicházející se změnami společensky problematickými, nebyli vždy přijímáni s pochopením a s porozuměním. Leckdy jim mohlo jít dokonce o život – odtud ono známé „nekamenujte proroky“.

Prvními historicky doloženými a úspěšnými proroky byli nesporně Abrahám a Mojžíš. Neboť o nich bylo známo, že hovořili přímo s Bohem. Tehdy proroci nepředpovídali vzdálenou budoucnost, leč byli prostředníky mezi lidmi a Bohem. Jejich vize (zejména popis Ježíšova pozemského života) obsahuje Písmo. Konec konců i jeho smrt je v mnohém vysvětlována jako naplnění Písma, tedy prorockých předpovědí. Při zatčení v Getsemanské zahradě řekl Ježíš: „*Toto všechno se však stalo, aby se splnilo, co napsali proroci*“. Proto je pro mnohé z nás Ježíš vrcholem a korunou všech proroků, jakkoli toto přesvědčení nikomu nevnučujeme. K němu musí dospět každý sám. Avšak odtud se dostalo označení prorok i do našich životů, jakkoli nesmíme proroky spojovat s věstci. Ti jsou zcela jinou kategorií. A tak v době moderní píše Vítězslav Hálek ve svých *Večerních písních* v roce 1879 tento verš:

*Nekamenujte proroky!
Neb pěvci jsou jak ptáci:
kdo hodil po něm kamenem,
k těm víc se nenavrací.*

Hálkovy verše zaujaly natolik skladatele Bedřicha Smetanu, že nám zanechal cyklus *Večerní písně*, v němž jednou z pěti skladeb je ona s názvem *Nekamenujte proroky*. A když v roce 2013 hledal Zdeněk Mahler název pro svoji životopisnou knihu o Bedřichu Smetanovi, zvolil pro ni titul *Nekamenujte proroky*.



MUDr. Jan May, zakladatel lázní Skalka v roce 1902, byl bezesporu vizionářem. I když v Čeladné působil jen několik let, část svého snu zde stihl uskutečnit. Na jeho práci (i sny) navazujeme.

Pro nás jsou proroky i básníci, lékaři, umělci a také vizionáři. V Beskydském rehabilitačním centru jsme jimi doslova obklopeni. Vizionářem byl MUDr. Jan May (1869–1931),

jemuž vděčíme za první konkrétní kroky k založení Lázní Skalka v roce 1902. Prorokem byl nesporně i čeladenský básník Josef Kalus, který doslova přilákal do Čeladné řadu významných malířů, spisovatelek a literátů. Nedávno jsme v Čeladné znovu otevřeli zrekonstruovaný Památník Josefa Kaluse v budově bývalé školy, ve které Josef Kalus devatenáct let učil. Některé básnickovy verše si mohou vyslechnout klienti a návštěvníci Beskydského rehabilitačního centra ze zařízení, umístěného nedaleko jeho busty (kopie díla sochaře Jana Knebla) v lázeňském parku. Prorocké poselství nám již po desetiletí posílá náš krajan Albín Polášek (1879–1965) svojí úžasnou sochou *Strůjce svého osudu* z roku 1907, jejíž kopie



Učitel a básník Josef Kalus (vlevo) a sochař Albín Polášek. Díla obou těchto umělců připomínají sochy v parku rehabilitačního centra. ČB reprofota: Zdeněk Šrubař.

stojí přímo proti budově dnešních Lázní, nedaleko busty Josefa Kaluse (1855–1934).

K pobytu hostů v lázních a v zařízeních jim podobných patří i léčivé prameny. V roce 1889 koupili původní statek na místě dnešních lázní manželé Klaudie a Ferdinand Brázdovi. O dva roky později si Ferdinand Brázda (1840–1896) šel odpočinout na trávník za statkem – sužovaly ho již řadu měsíců bolesti žaludku. V trávě si všiml malého pramínku vody a nad ním jakoby se vznášela Panenka Marie. Voda z náhle se objevivšího pramínku nakonec Brázdův neduh kupodivu vyléčila a zvěst ta se rozkřikla mezi místními. Nakonec „záračný pramen“ vysvětlil místní farář Josef Brázdil a stavitel Emil Christoph, letní host Brázdových, nechal nedaleko pramene postavit kapli zasvěcenou Nejsvětější Panně Marii. V roce 2002 dostala kaple nový zvon *Richard*. Podstatnou částku na jeho pořízení věnoval slovenský zpěvák Richard Müller, který se zde úspěšně léčil. MUDr. Jan May nechal později pramen upravit a pojmenoval ho pramenem Ferdinandovým na počest sedláka Ferdinanda Brázdy,

který s pokorou přijal ten dar.

25. října 2013 jsme vedle jezírka na počátku lázeňského parku zasadili strom *Lidumil*. Stal se jím dnes 19letý javor, který je k tomuto datu příslušný dle keltského kalendáře. Onen den je také rodným dnem doktora Jana Maye, známého mimo jiné i přídomek „lékař lidumil“. Čímž jsme veřejnosti vyslali signál, že formy filantropie a mecenášství jsou důležitými hodnotami našich životů.

K historii Lázní Skalka patří také desítky přátel Josefa Kaluse, s nimiž se básník setkával právě zde. Přijížděli sem malíři Jan Michna, Jan Knebl, Břetislav Bartoš, Ferdiš Duša, Leopold Parma a mnozí další. Originály obrazů některých z nich jsou dnes k vidění i v lázeňské Galerii MB (malířů Beskyd). Spisovatelé Vilém Mrštík, Edvard Sokol, František Karas, Sokol-Tůma, František Karas, Karel Kálal, Metoděj Jahn, také pak spisovatelky Růžena Svobodová, Božena Benešová a jiní. Ateliér v lázních měli malíři bratři Alois a Bohumír Jaroňkové. Často nechyběl i profesor petrohradské konzervatoře Hynek Vojáček či rodák z nedale-



MUDr. Berthold Storch se řízení lázní Skalka (tehdy s názvem Společenská ústav pro dělníky rekonvalescenty) ujal v roce 1912. Tuto funkci plnil svědomitě až do roku 1939, kdy kvůli svému židovskému původu musel odejít.

kých Hukvald hudební skladatel Leoš Janáček a občas se v lázních objevil i houslový virtuos Jan Kubelík.

Důstojným pokračovatelem vizionáře MUDr. Jana Maye byl MUDr. Berthold Storch (1867–1942), jehož jméno nese jeden z léčebných domů. Tento dům ve slohu čistého funkcionalismu je dílem dnes bohužel nedoceneného architekta Lubomíra Moučky (1897–1961). Takových podobných děl na Moravě moc nenajdeme. Z objektu se v roce 1953 stala okresní porodnice a do jejího zrušení v roce 1996 v ní přišlo na svět neuvěřitelných 32 441 dětí. Zásluha to kolektivu lékařek a lékařů vedených primářem Jaromírem Broulem (1915–2001). Jeho manželka MUDr. Věra Broulová, rozená Čičatková (*1920), je dodnes spojena s pověstí velmi citlivé a odborně zdatné místní stomatoložky, která měla své sídlo v dnešním léčebném domě Ondřejka. Letos se dožila úctyhodných sta let.

A k prorockým vizionářům a praktikům musíme logicky připsat dva doktory – MUDr. Milana Bajgara a MUDr. Romana Dudyse – a jed-



Zřídlo Ferdinandovo - Ferdinand's Quelle má původní kamennou desku. Jeho voda je slabě mineralizovaná a má výbornou chuť. Foto: Petr Kasal.



V roce 2011 navštívil BRC Čeladná tehdejší ministr zdravotnictví. Zleva Milan Bajgar, ředitel BRC, Leoš Heger, ministr zdravotnictví, Pavol Lukša, starosta Čeladné a Roman Dudys, spoluzakladatel BRC. Foto: Andrea Adamová.

noho starostu Pavola Lukšu. Ty jsme svého času nazvali „*Třemi muži ve člunu*“ dle titulu jednoho úžasného románu anglického spisovatele Jerome Klapka Jerome. Neb jejich životní a zejména pracovní osudy jsou oněm románovým hrdinům v podstatě velice podobné. Podobají se tak trochu oné bláznivé desetidenní cestě tří přátel po řece Temži, s tím rozdílem, že nemají společného foxteriéra Montmorencyho, ale každý z nich měl nebo má své psy. A také s tím rozdílem, že jejich cesta trvá již více než dvacet let a stále ještě (zaplať Bůh) neskončila.

Mnozí z těch jmenovaných, kteří patří neodmyslitelně k historii dnešního Beskydského rehabilitačního centra, by pravděpodobně protestovali, kdybychom je nazvali veřejně proroky. Ačkoli jimi byli a jsou, protože to byli právě oni, kdož přispěli k neuvěřitelnému fenoménu tohoto zařízení.

A nyní si představte, že bychom měli „jít s módou“ a hledat v jejich životě různá drobná selhání a začít bořit jejich sochy či pálit jejich obrazy a literární díla. Samozřejmě, že bychom možná našli v je-

jich životech nějaké „kádrové kaňky“, jimiž bychom svá nihilistická šílenství zdůvodnili. Za chvíli by na tomto krásném místě na jižním svahu vrcholu Skalka nezbyl kámen na kameni.

Americký spisovatel Raymond Douglas Bradbury (1920–2012) popsal v roce 1953 ve svém utopickém románu *451 stupňů Fahrenheit* svět, v němž je zločinem

vlastnictví knih a požárníci nehasí domy provinilců, nýbrž je spalují. Sám autor svého času prohlásil, že se tento jeho román „*týká světa odcizení lidí skrz eva média, jaký by se mohl vyvinout za nějakých čtyřicet či padesát let.*“ Nakonec románová cenzura vedla k úplnému zákazu psaného slova a rebelové se učili poklady literatury a filozofie nazpaměť. Nepřipomíná vám to něco? A konec konců, když před padesáti lety prorokoval americký křesťanský kazatel a evangelista David Wilkerson (1931–2011) pronásledování křesťanů v USA a sňatky homosexuálů, byl považován za neškodného snílka.

Žijeme v krásné zemi a mnohá dědictví těch, kteří ji dotvářeli před námi, jsou výzvou k pokračování. Važme si jejich odkazů a rozmnožujme je. Třebas jen tím, že nedovolíme zneuctit památné i drobné činy těch, kteří zde žili před námi. I kdyby tisíckrát došlo k jejich „oficiálnímu“ přehodnocení. I kyvadlo času se jednou vrátí do výchozí polohy. Takže „neka-menujme proroky“. Nikdy se to lidstvu nevyplatilo.



V rámci programu slavnostního znovuotevření Památníku Josefa Kaluse v Prostřední Čeladné na konci června 2020 odhalil starosta Pavol Lukša desku s osmi jmény obětí rasové perzekuce v době druhé světové války. Na dvou posledních řádcích jsou jména MUDr. Bertholda Storchy a jeho ženy Sofie. Foto: Josef Konečný.

PŘES 2 000 BUBENÍKŮ TO BY BYL KONCERT!

Andrea Adamová

Společný koncert dvou tisícovek bubeníků se v BRC určitě neuskuteční, kdybychom ale sečetli všechny účastníky skupinek relaxačního bubnování za uplynulých osm let, dostaneme se právě k tomuto číslu.

Relaxační bubnování nabízíme našim pacientům a klientům jako jednu z možností využití volného odpoledního času od jara roku 2012. Připomínáme, že tomu předcházelo několikaměsíční školení budoucích lektorů z řad zaměstnanců, které vedl mistr bicích nástrojů, muzikoterapeut a vedoucí kapely Jumping Drums Ivo Batoušek z Olomouce. Pro bubnování pacientů vytvořil speciálně pro naše lektory jednoduchý koncept, který umožňuje začít během pár minut hrát na africké djembe jednoduché rytmy. K dispozici máme od té doby deset malých bubnů djembe, skupinka probíhá pod vedením jednoho ze dvou lektorů (Šárky Carbolové nebo Jirky Matýska) každé úterý od 15.15 a trvá zhruba hodinu. Přihlásit se je třeba předem na časování v Léčebném domě dr. Storcha.

Na první skupinu relaxačního bubnování, které proběhlo po veřejném koncertu lektorů v květnu 2012, přišlo 16 zájemců, takže se u bubínků museli střídat. A také v dalších letech se nám občas stalo, že skupinky byly větší. Hlavně proto, že ti, kteří bubnování zažili „na vlastní kůži“, svým nadšeným vyprávěním nakazili další a přišli příště spolu s nimi. Vloni v létě si také druhý rok po sobě bubínky vyzkoušela mimo náš pravidelný úterní termín skupinka z čeladenského Senior Clubu.

Od roku 2015 si vedeme statistiku počtu účastníků za rok a jsou to zajímavá čísla: 2015 – 276; 2016 – 357; 2017 – 323; 2018 –

389 a v roce 2019 si společně zabubnovalo 382 pacientů a klientů BRC. To, že skupinky probíhají s „železnou pravidelností“ každé úterý, je především zásluhou nadšení a obětavosti dvou již zmíněných lektorů, Šárky a Jirky, kteří u bubnování zůstali. Původního školení se zúčastnilo osm zaměstnanců BRC, někteří zde ale již nepracují a dalším ve vedení skupin brání jiné důvody.

Proč nabízíme pacientům zrovna bubnování? Důvodů je několik a jsou docela zajímavé. Při pravidelném střídání pravé a levé ruky, na kterém je založena většina jednoduchých rytmů, dochází zároveň ke koordinaci činnosti pravé a levé mozkové hemisféry, která je například snižena při některých nervových onemocněních. Bubnování také zlepšuje jemnou motoriku a rozvíjí představivost.

A navíc - soustředění se na zvládnutí hry jednoduchých rytmů a zároveň snaha sladit se přitom s dalšími účastníky skupinky, už „do hlavy“ žádnou další myšlenku nepustí. A právě proto působí bubnování také relaxačně - na hodinu totiž zavede každého do úplně jiného světa, kde se radost ze zvládnutí něčeho nového násobí s radostí těch druhých. A radost s dobrou náladou je, jak víme, významným urychlovačem uzdravování.

Vážení a milí pacienti, pokud si přejete tuto radost zažít, vyzkoušejte relaxační bubnování. Stojí to za to. Každé úterý od 15.15 hod. v tělocvičně Beta.

Poznámka: Kvůli ochraně před virovou nákazou je nyní počet účastníků skupinky dočasně snížen na maximálně 6 + lektor.



Na „absolventský“ veřejný koncert lektorů s bubeníkem Ivo Batouškem (vpravo vzadu s mikrofonom) v květnu 2012 se přišlo podívat na 200 diváků. Relaxační bubnování už běží devátý rok a někteří pacienti si ho nenechají ujít ani při opakovaných léčebných pobytech.

Novinky v TV Ondřejka

Andrea Adamová



První verzi vysílání programu s názvem Televize Ondřejka jsme spustili v únoru 2013. V téže době jsme také všechna televizní videa začali zveřejňovat na vlastním YouTube kanále www.youtube.com/rehabilitacnicentrum. Rozšiřování programu vysílání v uplynulých sedmi letech jsme se ve Fontáně průběžně věnovali a o programových změnách budeme informovat i nadále. Za dobu od jednoho čísla Fontány ke druhému vždy nějaké nové video vytvoříme, a proto jsme zavedli tuto pravidelnou rubriku. V každém čísle představujeme nová videa v TV Ondřejka (a zároveň na YouTube).

Nyní máme na internetu trvale zveřejněno celkem 153 videí. Počet videí v TV Ondřejka je nižší, protože neaktuální videa, jako jsou například pozvánky na kulturní akce, z programu vysílání po ukončení akcí vyřazujeme. Od 3/2020 přibyla 3 nová videa a 1 připravujeme.



Video „Poselství Libušky Rečkové“ mělo dokonce začátkem července slavnostní premiéru v salonku Apartmánového domu Lara. Sešli se na ní tvůrci filmu s Libuščinými kamarádkami, fyzioterapeutkami. Za nápad na vytvoření filmu a za dobrovolnou práci při jeho natáčení a výrobě poděkovala Libuše (vlevo) vedoucí oddělení rehabilitace Dobroslava Havránková. Foto: Anna Biolková.

Poselství Libušky Rečkové – Pohyb je život (6:59 min.)

Osobní vyznání bývalé fyzioterapeutky BRC Libušky Rečkové o propojenosti pohybu a života jsme zveřejnili na YouTube kanále 10. června 2020, současně ho vysíláme v prvním bloku TV Ondřejka v neděli a ve středu. Od té doby má na YouTube už 560 zhlédnutí, čímž se zařadilo mezi naše nejnavštěvovanější videa za poslední čtyři týdny. I když se to s počty zhlédnutí příspěvků známých influencerů porovnat samozřejmě nedá, představte si, že by se 560 diváků rozhodlo po

zhlédnutí tohoto filmu víc hýbat! Tím by byl cíl tohoto filmu naplněn měrou vrchovatou. Libuška i po odchodu do penze zůstala věrná pohybu i svojí profesi. Ve Frenštátě pod Radhoštěm pomáhá pacientům rehabilitační ambulance, přes 30 let vede v blízké Tiché kondiční cvičení pro věkovou skupinu od 18 do 82, je vášnivá turistka, pravidelně jezdí na kole a na běžkách. Filmového materiálu i fotografií jsme měli dost, hlavně od jejích kamarádek, také fyzioterapeutek, které pracují v našem rehabilitačním centru. Ve videu jsou Libuščiny osobní

výpovědi a vzpomínky. Zajímavé srovnání s dneškem poskytují pasáže z dokumentu České televize Příběh lázní Čeladná z roku 2004 (Libuška se tehdy krásně zhostila úlohy komentátorky) a z filmu Video-studia Láryšov z roku 2009 Splněný sen doktora Maye, ve kterém se ocitla jako pacientka po výměně kolenního kloubu.

Poselství Libušky Rečkové je výpovědí, jak lze aktivně a radostně žít i ve vyšším věku navzdory různým zdravotním omezením. Máme z něj radost a věříme, že se jeho přívalem pozitivní energie nakazí diváci naší TV Ondřejka i ti, kteří si toto video najdou na našem YouTube.

Pozvánka k účasti ve fotosoutěži Lázeňská stopa 2020 (1:48 min.)

Jubilejní 10. ročník této soutěže je na téma „Moje nejmilejší fotografie“. Krátké video uvádí přesné podmínky soutěže a představuje zároveň nejzajímavější fotografie z roku 2019.

Pozvánka na výstavu Tančící barvy (1:09 min.)

Výtvarnou skupinu Kruh tvoří pět výtvarníků, kteří se liší výtvarnými technikami, ale spojuje je přátelství na cestě v hledání vlastního uměleckého výrazu. Helena Freislerová, Alfija Procházková, Jana Pavelková, Martin Pavelka a Marie Slavíková Lesniaková v Galerii Lara vystavují do 5. srpna 2020. ►

Novinky v INFO kanále

Vysílání našeho druhého televizního programu s názvem Info kanál jsme zahájili v lednu 2019. Tento program zobrazuje texty a fotografie, které stručně představují naše služby a různé aktuální informace. Program má pět základních okruhů témat, která jsou vizuálně odlišena různě barevnými lištami: Informace o léčbě v BRC (tmavě modrá), nabídka služeb wellness centra Lara (oranžová), restaurace U Sestřiček (světle modrá), pozvánka do Galerie malířů Beskyd (rezavě hnědá) a kulturní nabídka (zelená).

► Informace jednotlivých okruhů témat se zobrazují formou krátkých textů a ilustračních fotografií, které se obměňují po několika vteřinách. Kromě zobrazení aktuálního času, data a jmenin se také načítá místní předpověď počasí na dva dny a na nejbližších několik hodin. Zobrazuje se pomocí několika jednoduchých ikon, známých z běžných předpovědí počasí. Další texty tvoří údaje přenášené z kalendáře kulturních akcí. (Nyní je na tomto místě jen tmavé prázdné "okno", protože kulturní programy se nekonají, a proto se z kalendáře nic nenačítá.) Hlavní výhodou tohoto kanálu je okamžitá možnost

změny obsahu, který se načítá speciálním programem z externího úložiště. Nejviditelnější jsou rychlé aktualizace formou vyměnitelného textu v dolní liště. Zde uvádíme den nejbližšího výletu s aktualizací počtu volných míst v minibusu, dny konání bohoslužeb v kapli Nejsvětější Panny Marie v parku, stejně jako počet přihlášených na další relaxační bubnování a jméno lektora. Do vysílání ještě přibude červeně orámovaná obrazovka s fotografií dne, kterou máme v úmyslu stahovat z připravovaného Instagramu BRC. To je spíš záležitost několika dalších měsíců.

Nejnovější změnou v této "dvoj-

ce" je přechod z programu Data-Vision1, který informace přenáší, na jeho novou, vyšší verzi. Tento přechod se současně týká vysílání TV Ondřejka a v průběhu letošního roku způsobuje občasné výpadky ve vysílání, než se vše optimálně doladí. Za tyto "černé obrazovky" se našim divákům omlouváme. Věříme, že vše se brzo ustálí a že vysílání obou našich programů poběží bezvadně a že přinese našim pacientům mnoho zajímavých informací.

Programy TV Ondřejka a INFO kanál lze sledovat pod čísly 1 a 2 v televizích v pokojích léčebných domů v hlavním areálu BRC a v LD Polárka.

PROGRAM VYSÍLÁNÍ TV ONDŘEJKA

Jednotlivé pořady v každém programovém bloku se opakují ve stejném pořadí 24 hodin.

1. programový blok (modrý; neděle, středa) KDO JSME A CO DĚLÁME?

Krátké dokumenty o BRC a práci zdravotníků

Ukázky léčby a procedur

Pozvánky

Důvěrné hovory: rozhovory se známými osobnostmi, našimi klienty

2. programový blok (červený; pondělí, čtvrtek) CO JEŠTĚ DĚLÁME?

Zajímavosti z našeho centra

Nabídky pro volný čas, pozvánky a reportáže

3. programový blok (zelený; úterý, pátek) KDE SE NACHÁZÍTE?

Z historie i současnosti regionu

Zajímavosti o Čeladné a okolních obcích

Osobnosti, události, pozvánky

4. programový blok (fialový; sobota) CO SE U NÁS DĚLO A DĚJE?

Pozvánky na kulturní akce

Co stojí za to připomenout, aneb to nejlepší z filmového archivu BRC



Čas od času nás zaujme nějaký článek, o němž si říkáme, že by bylo dobře, kdyby si ho přečetli i ostatní. Takže „čteme pro vás“. A právě nedávno nás zaujal následující rozhovor Vladimíra Baráka s Mgr. Ivou Bílkovou, vedoucí fyzioterapeutkou FYZIOkliniky v Praze.

Převzato z časopisu Týden 9/2020; redakčně kráceno. Foto: <https://www.fyzioklinika.cz/>



Mgr. Iva Bílková (*1977) je vedoucí fyzioterapeutka FYZIOkliniky v Praze na Chodově. Vystudovala magisterský obor fyzioterapie na fakultě tělesné výchovy a sportu UK. Mezi jejími lektory byl například uznávaný expert Pavel Kolář. V léčbě se specializuje na cílenou pomoc s odhalením i zdánlivě nesouvisejících příčin obtíží. Je jednou z předních českých popularizátorek fyzioterapeutických postupů doma či na pracovišti.

Fyzioterapie, budoucnost medicíny

Jsou na tom Češi po fyzické stránce čím dál hůř?

Z pohledu fyzioterapeuta ano. Důvod je jednoduchý: naprosto všichni čím dál tím více sedíme. Mohou za to počítače a v posledních deseti letech mobily, tablety a automatizace na každém kroku. S bolestmi páteře k nám chodí čím dál tím mladší ročníky. Jsme ale moderní společností úplně ve všech ohledech. Vždyť klasické staré diagnózy dostávají nová moderní jména: máme tady bolest trápěvého a deltového svalu, či blackberry palec, což je zánět abduktorové šlachy palce. Častá jsou gameboyová záda, tedy blokády žebíř a bolesti hrudní páteře a bolesti mezi lopatkami, tuhost šíje. Zajímavostí je, že daleko častěji fyzioterapeuti pomáhají ženám otěhotnět a odstraňují problémy s bolestí menstruací. Za tyto obtíže často může obyčejná svalová nerovnováha mezi žebíř, páteří a pánví způsobená špatnou pozicí těla při sezení.

Jenže sehnat fyzioterapeuta je obrovský problém. V Praze lidé čekají i několik měsíců. Proč?

Odpověď je jednoduchá: protože je nás málo. A důvodů je řada. Vzděláním fyzioterapeuta je přibližně od poloviny devadesátých let plně vysokoškolské studium srovnatelné s jinými lékařskými obory. Budoucí fyzioterapeut studuje anatomii, fyziologii, patologii, farmakologii, biochemii, biofyziku. S klidným svědomím mohu říct, že z hlediska hloubky znalosti pohybového aparátu a jeho léčby absolventi studia fyzioterapie výrazně převyšují klasické všeobecné lékařské studium. Náročnost oboru je tedy velká a to se projevuje i v počtu absolventů fyzioterapie.

Systém péče o pohybový aparát je v Česku složitý. Jak to pocítujete v praxi?

Zákony například vyžadují, aby lékař stanovil diagnózu, naplánoval a přesně popsal, co má fyzioterapeut s pacientem v ordinaci dělat. Jak už jsem ale řekla, magistersky vzdělaní fyzioterapeuti mají velmi často daleko lepší znalosti o pohybovém aparátu a metodách, které by se měly v případě dané diagnózy aplikovat. Drtivá většina poukazů předepsaných lékaři je bohužel vyplněna nedostatečně. Proto fyzioterapeuti při první pacientově návštěvě stejně sami provedou kvalitní diagnostiku a také si stanoví nejvhodnější postup léčby.

Já bych se tedy spolehl spíše na diagnostiku lékaře...

Není k tomu důvod. Jako fyzioterapeutka jsem pro každého pacienta schopna zvolit tu nejlepší metodu, techniku nebo léčebný postup.

Takže lékařskou dokumentaci příliš nepotřebujete?

Takto jednoduše to říct nelze. Samozřejmě musím respektovat, co píše lékař. Ale uveďme si příklad poukazů na fyzioterapii. Pokud jste takový poukaz od lékaře obdrželi, zkuste se podívat co je na něm napsáno... nemusím být mentalista, abych odhadla, že tam budete mít krátce napsané LTV, tedy léčebná tělesná výchova. Pro fyzioterapeuta je to totéž, jako kdyby tam lékař nechal úplně prázdný řádek. Případně diagnostiku udělají dobře, ale neumí zvolit nejlepší léčebný postup. Uchylují se k vířivkám, magnetům a pod rehabilitací si představují protahování a posilování. Omlouvám se těm rehabilitač-

ním lékařům, kteří udělají pořádnou diagnostiku a poukaz vyplní správně. Takových je však naprosté minimum. Bohužel, pokud jde o vztah lékaře a fyzioterapeuta, jsme vázáni zákonnou povinností.

Co Vám zákon přikazuje?

Jde o povinnost léčit klienta na základě diagnózy nějakého lékaře, byť je třeba chybná. Řekněme, že vás začne něco bolet na pohybovém aparátu. Ráno se například probudíte s ostrou bolestí v bederní páteři a nemůžete se narovnat. Nebo například maminka zvedne starší dítě z postýlky a při rotaci si takzvaně vyhodí žebro nebo zablokuje bederní páteř. Může si poškodit i meziobratlovou ploténku. Od té chvíle se nemůže pro ostrou bodavou bolest v hrudi nebo bedrech pořádně nadechnout či narovnat nebo jinak pohnout.

V takovou chvíli mám zajít přímo za vámi?

Jak se většina lidí zachová? Zákon nařizuje, aby zašli k lékaři, který musí stanovit diagnózu. S ní si pak člověk musí zavolat na některé pracoviště fyzioterapie. A zde je schovaný problém. Ti klienti, kteří nechtějí nebo nemohou věc odkládat a nevyžadují, aby jim na léčbu přispěla jejich zdravotní pojišťovna, ani neuvažují, že zajdou za obvodním lékařem, za ortopedem nebo rehabilitačním lékařem. Okamžitě si najdou své oblíbené pracoviště s fyzioterapeuty, objednají se na nejbližší termín a žádají o okamžitou pomoc. V této situaci je nemyslitelné, aby fyzioterapeut takového klienta odmítl.

Jenže si to budou platit ze svého...

Přesně tak. Pokud chcete úhradu od pojišťovny, musíte jít přes lékaře. Ale i na toho mnohdy čekáte dny, týdny. A trpíte. Zajdete za obvodním lékařem? Třeba máte štěstí a zrovna ordinuje. Ten vás pošle za odborným lékařem. Jak dlouho na něho budete čekat? Týdny? Hrozná situace.

Co se vlastně děje v momentě, kdy k vám přijdu s poukazem na fyzioterapii a vy vidíte, že to lékař nezvládl? Že třeba selhal i v základní diagnostice mého problému?

Pokud fyzioterapeut shledá, že příkaz postupu není v souladu s jeho odborným názorem, mohou nastat tři situace. Tou první je, že udělá to, co lékař předepsal, i když ví, že to pacientovi nepomůže, nebo ví, že existuje jiná účinnější a lepší metoda. To je pro pacienta jednoznačně špatně. Druhá možnost je, že se rozhodne dělat něco jiného, nicméně do výkazu pro zdravotní pojišťovnu napíše postup doporučený lékařem. Protože jen tyto výkony pojišťovna zaplatí. Třetí variantou je kontaktovat lékaře a začít se s ním dohadovat, že by bylo vhodné předepsat něco jiné-

ho a požádat ho, ať to předepíše. Tohle je vpravdě nejsprávnější, ale v kolika případech se to skutečně děje? Podle mého názoru minimálně.

Vždyť i lékárníci si s lékařem občas zavolají kvůli lékům. Proč je to takový problém?

Ne vždy je lékař o své diagnóze ochoten diskutovat. Ale abych to odlehčila: jednou se nám stalo, že si klientka přinesla naprosto špatně napsaný poukaz. Nemohli jsme jí ho přijmout, a byť asi měla bolesti, podle zákona bylo nutné navštívit lékaře znovu. Pro pana doktora jsme ji vybavili naším manuálem: krásně jsme v něm lékaři popsali, kde a jak co vyplnit, aby bylo vše v pořádku. A v kolonce „Jméno“ máme takové to vzorové „Jan Novák“. Klientka se vydala za lékařem. A přišla s poukazem na jméno Jan Novák... (úsměv)

Hovořila jste o tom, že se fyzioterapie velmi rychle vyvíjí. Mohla byste uvést nějaký příklad?

Když jsem v roce 2001 nastupovala z vysoké školy s červeným diplomem do nemocnice na chirurgické oddělení, doktoři tam chápali rehabilitaci pouze jako protahování nebo posilování svalů. A teď jsem přišla já a říkala jim, že ve fyziologii existuje něco jako neurosvalová vazba, kdy aktivitou mozku mohu ovlivnit aktivitu svalu, aby zvýšil nebo snížil svalové napětí, ovlivnil centraci kloubů, že přes mozek lze ovlivnit postavení jednotlivých obratlů vůči sobě a podobně. A to aniž bych pacientovi dala do ruky činku nebo ho jako terapeut fyzicky protáhla! Nebo jsem musela vysvětlovat, jak fungují svalové funkční řetězce – když bolí hlava, nemusí to být jen věc hlavy nebo krku, ale problém se může řetězit až z nohy. Anebo odstátou lopatku je možné laicky řečeno „přilepit“ k žebrům tím, že zmobilizují kloub na holeni.

A co léčebný tělocvik?

Neuvěřitelný posun! Do devadesátých let se dělal pouze obyčejný tělocvik, kdy se posilovalo, protahovalo, používaly se úseče a labilní plochy. Nyní se praktikují metody na neurofyziologickém principu – například když někoho bolí v zádech, už necvičíme rozpaž, vzpaž, ohni se, natáhni se, ale uvedeme ho do pozice šikmého sedu – jako u miminka. Řekneme mu, aby nějakým směrem zatlačil rukou, mohou, případně mu dáme odpor do pánve a aktivují se tím svaly, které způsobí napřímení páteře.

Pomohl i rozvoj technologií?

Do devadesátých let se poměrně ve velkém využívala k regeneraci pohybového aparátu fyzikální terapie. Tu možná znáte: jde o magnetoterapii, elektroléčbu, případně vodoléčbu. V současnosti se ale čím dál více přesouváme k využívání výrazně efektivnějších pomocníků.

VELKÁ GRATULACE A PODĚKOVÁNÍ

Otec Jaroslav (Slávek) Marek oslavil 80. narozeniny

Jaroslav Kozel



27. května 2020 se dožil krásného věku 80 let náš Otec Jaroslav (Slávek) Marek, výpomocný duchovní pro děkanát Místek, který je tak i výpomocným duchovním pro naši farnost Čeladná a Kunčice pod Ondřejníkem. Otec Slávek u nás působí již 19 let, a tak bych rád připomněl některé události z jeho bohatého života.

Narodil se 27. května 1940 v Halenkově v údolí Černé manželům Veronice a Karlu Markovým jako třetí z pěti dětí. Vystudoval průmyslovou školu stavební ve Valašském Meziříčí a několik let pracoval ve Vřestavu ve Vsetíně. V roce 1967 se nechal zapsat ke studiu na teologické fakultě v Litoměřicích, přičemž 2. až 4. ročník absolvoval v obnovené Cyrilometodějské bohoslovecké fakultě v Olomouci. (S nástupem normalizace byla CMBF v Olomouci zrušena.)

Na kněze byl vysvěcen 24. června 1972 a primiční mši svatou sloužil ve svémrodném Halenkově 8. července téhož roku. V kněžské službě poté působil 2 roky ve Veselí na Moravě, 7 let v Hůzové u Rýmařova, 7 let ve Zlatých Horách, 8 let v Albrechticích a 2 roky v Bruntále. Posledním místem jeho působení byla farnost ve Vítkově, kde působil excurrento pro farnosti Klokočov, Černá ve Slezsku, Lhota u Vítkova a Staré a Nové Těchanovice. (Excurrento je dojíždějící duchovní správce pro farnosti, kde kněz nebydlí, ale dle potřeby tam dojíždí.)

V roce 2001 odešel do důchodu, přestěhoval se na uvolněnou faru do Kunčic pod Ondřejníkem a od té doby vypomáhá v děkanátu Místek. Místní duchovní mají v Otci Slávkovi velkou pomoc a oporu. Otec je u farníků velmi oblíbený a je vyhledáván jako vynikající zpovědník a kazatel.

24. května 2020 o 7. neděli velikonoční Otec Slávek sloužil v Čeladné ranní bohoslužbu. Po ní mu starosta obce Čeladná Pavol Lukša spolu s dalšími farníky předal k jeho kulatému výročí malé pozornosti s přáním hojnosti Božího požehnání, ochrany Panny Marie, pevného zdraví a elánu pro službu v Církvi.

Již 10 let se otec Slávek stará také o duchovní život pacientů v BRC Čeladná, kde slouží bohoslužby v kapličky Nejsvětější Panny Marie. Na požádání také pacientům slouží jako zpovědník, či přináší svaté přijímání. Za to bych mu rád za všechny naše pacienty poděkoval a také za ně mu popřál hojnost Božího požehnání do dalších let jeho služby Bohu.

Nejbližší termín bohoslužby v kapli Nejsvětější Panny Marie je 22. července 2020 od 15.30 hod.



Nahoře: Otec Slávek při jedné z bohoslužeb ve farním kostele svatého Jana Nepomuckého v Čeladné.

*Dole: Kaple Nejsvětější Panny Marie v parku BRC Čeladná.
Foto: Jaroslav Kozel a Milena Vaculová*

Čáp černý – náš plachý soused

Andrea Adamová, Petr Andrlé

Možná jste měli stejně jako my letos štěstí, a tak jste aspoň na chvíli zahlédli někde u Čeladenky čápa černého. První a také většinou poslední, čeho si člověk na něm stačí všimnout, jsou zářivě rudé nohy a zobák. Na rozdíl od svého bílého příbuzného je totiž velmi plachý, takže setkání s ním je vždycky věcí velmi vzácné náhody. Tedy pokud nejste zkušený ornitolog, který se sledováním čápů zabývá.

Autorka fotografie: Alena Houšková – ZOO Děčín, CC BY-SA 3.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=6396872>



Na stránkách České společnosti ornitologické se lze o čápu černém i bílém dozvědět mnohé (<https://www.birdlife.cz/capi/>).

Podrobnosti o čápech černých a jejich hnízdění se nezveřejňují, aby nedocházelo k jejich vyrušování. Přesto máme k dispozici bližší údaje – díky ochotě jednoho z pravidelných pozorovatelů, který na Birdlife vkládá svoje příspěvky. A také z reportáže České televize o kroužkování mláďat. Na území naší republiky hnízdí letos přibližně 500 párů. Jejich mláďata se každoročně kroužkují, letošní značení proběhlo v půlce června a dostalo se dokonce do hlavních večerních zpráv na ČT1. Znamená to, že ornitologové musí někdy vylézt k hnízdu na stromě až do výšky 20 metrů! Podobně je už přes 20 let sledováno také hnízdo čápů černých „někde poblíž“. Na náš dotaz, zda někde v okolí Čeladenky čápi černí hnízdí, nám přišla nejen kladná odpověď, ale také upřesnění, že samec je „místní“, ale samice se narodila v Jeseníkách. Není to podivuhodné? Jejich hnízdo se může nacházet od Čeladné a místa u řeky, kde jsme ho zahlédli, v okruhu 10 kilometrů, to je totiž vzdálenost, kam až zalétají za potravou.

Na webu ČSO najdete také mapu hnízd čápa bílého v České republice, kam lze k jednotlivým hnízdům zadávat i vlastní pozorování. O čeladenských čápech bílých se tam tak dočtete mnohé od roku 2013, kdy byla mapa hnízd vytvořena. A tak víme, že „naše“ hnízdo na komíně nad náměstím má číslo 966 i to, kolik mláďat čápi v některých letech vyvedli. Například: 2013 a 2014 došlo k zahnízdění, ale počet mláďat se nepodařilo zjistit. V roce 2015 byli mladí 3, v roce 2016 hnízdo obsadil čápí pár s mladými, ale neví se, zda a kolik mláďat bylo vyvedeno. V roce 2017 to bylo rekordních 5, 2018 - 4 a vloni 2 mláďata. Letos se bohužel zdá, že mláďata nebudou. Celorepublikově to s novými mláďaty vypadá na špatný rok, a to kvůli dlouhotrvajícím deštům. Voda se totiž na ploše hnízda drží a způsobuje úhyn mláďat na prochladnutí.

Údaje o tom, ve kterém roce se poprvé na komíně čápi objevili, uvádí čeladenská obecní kronika. V roce 1958 učila pečlivá kronikářka obce v obecní kronice tento zápis: „Několik čápů se zdržuje letos u nás v obci, což je nevídaný jev. Celé léto chodili po lukách a po polích a na komíně bývalé továrny Žaarů (dnes posádka) si udělali hnízdo“. Z čehož se dá usoudit, že čápi v Čeladné přebývají již plných šedesát dva let. Komín byl dle téže kroniky postaven v roce 1905.

A tak, až půjdete na procházku podél břehů Čeladenky, chovejte se prosím tiše, ať mohou čápi černí i letos nalo-

vit bez vyrušování dostatek ryb pro svoje mladé. Oni totiž určitě hnízdí, protože jedním ze znaků hnízdění je svítivě červená barva jejich nohou (podle údajů ve Wikipedii* v rámečku). Třeba jednoho z našich plachých „sousedů“ také zahlédnete...

*Čáp černý je rozšířen z centrální Evropy po sibiřskou tajgu až po severovýchodní Čínu a Koreu. Chybí na britských ostrovech, v Irsku a Skandinávii. Na začátku 20. století druh vymizel z části střední Evropy, ve 30. letech začal znovu osídlovat původní území. Početnost dnes stoupá v Bělorusku, Litvě, Polsku, Slovensku, Španělsku i v České republice. Izolovaná hnízdní populace vznikla i v jižní Africe.

Čáp černý je o něco menší než čáp bílý: délka jeho těla dosahuje 90–105 cm a rozpětí křídel 173–205 cm. Váží 2,4 až 3,2 kg. Kromě bílého břicha má tělo celé leskle černé (u dospělých samců jde o kovový lesk do zelena, mědi nebo purpuru). Samice bývají matnější, ale jinak zbarvené stejně. Čerstvě narozená mláďata jsou prakticky bílá; mladí ptáci pak zpočátku hnědí bez lesku, později spíše šedočerní s jen slabým nádechem lesku na zádech a na krovkách křídel. Dospělí jedinci mají zobák a nohy hnědočervené (při hnízdění svítivě červené), mláďata zprvu zobák citrónově žlutý a nohy zelené. Pak postupně přebarvují – dospívají a tedy i dobarvují se ve třetím roce života. V přírodě se dožívají nejvýše 18 let.

Hnízda si staví na vysokých stromech, řídčeji na skalách. Někdy použijí a dostaví i stará hnízda dravců. Hnízdí většinou jednotlivě a dvě hnízda nebývají blíže než 500 m od sebe. Ke stavbě používají především klacky a větve, někdy spojené blátem. Stejně jako čápi bílí používají hnízdo opakovaně a pokud ho kus přistaví, takže časem může mít obrovské rozměry. Uvádí se průměr 1,5 m, jinde 2 m. Jeden z partnerů nosí na hnízdo materiál, druhý je dostavuje. Hnízdo bývá většinou na jižních svazích, obvykle blízko lesní paseky nebo mýtiny. Zde se po prohrátí země vytvářejí stoupavé proudy vzduchu, které čáp využívá ke svému vzletu. Hnízdí od dubna do srpna jednou ročně, snáší obvykle 3 až 5 bílých slabě nazelenalých vajec, která jsou dlouhá kolem 6,5 cm a váží přes 80 g. Inkubační doba vajec se udává 32–38 dní. Oba rodiče se v jejich zahřívání střídají a oba také mláďata na hnízdě krmí nejméně další dva měsíce (až 73 dní). V té době jsou již mláďata schopná letu, ale zůstávají ještě přibližně další dva týdny na hnízdě, kde je rodiče příkrmují. Pohlavně dospívají ve třech letech. Čáp černý je monogamní druh – po dobu hnízdění má tedy stálého partnera. V jednotlivých letech však své partnery střídá. Pouze u hnízda vydává zvláštní syčivé a hvízdavé zvuky, zobákem klapě jen zřídk. Toto klapání je slabší než u čápa bílého a také kratší.

Čáp černý je rybožravější než čáp bílý, loví s oblibou v menších vodních tocích ryby až do velikosti 25 cm. Kromě toho nepohrdne rozličným hmyzem, žábami ani mloky, na vlhkých loukách loví rovněž drobné hlodavce a mladé ptáky. Potravu nosí mláďatům až ze vzdálenosti 10 km. Na svá zimoviště odlétá zpravidla v září a využívá dvě cesty – jihozápadní přes Gibraltar a jihovýchodní přes Bospor nebo Dardanely.

Děkuji za video upoutávku

...děkuji za pěknou video upoutávku k nové fotosoutěži 2020 a za milé přání. Na oplátku posílám něco veršovaného, protože můj táta, středoškolský profesor jazyka českého, říkával, že báseň nic nevybuduje, ale posílí. Tak ať se líbí.

Hana Václavíková, rehabilitace

Poznámka redakce: Širší výběr z fotografií, které uspěly v minulém ročníku fotosoutěže, jsme poskládali do video upoutávky na letošní téma „Moje nejmilejší fotografie“. Uzávěrka soutěže je 31. prosince 2020, tak nezapomeňte probrat svoje archivy!

To se nedá popsat slovy, to se musí zažít

Dobrý den :-)) v Beskydském rehabilitačním centru :-))

Vzpomínám na okamžiky roku 2019 ten NEJ byl léčebný pobyt u vás. Opravdu s bolestí a obavou jsem přijala návrh lékaře pro tento rehabilitační pobyt. Realita byla odměnou za mé trápení a během pobytu se mi výrazně ulevilo. Neskutečná ochota a milý přístup personálu BRC, skvělé ubytování, strava a nakonec i to počasí přálo. Nádherná příroda a moje nezbytné společnice nordic walkingové hole, to byly kroky k upevnění zdraví a nejlepší antidepresiva. Samozřejmě záleží na každém jedinci, jak k léčebnému pobytu přistoupí, zázraky jsou pouze v pohádkách. Děkuji touto cestou za péči, kterou dáváte lidem s pohybovými potížemi, to se nedá popsat slovy, to se musí zažít.

P. S. Můj chytrý mobil zachytil v blízkém okolí tolik krás, že by to vystačilo na několik kalendářů. Pár dnů před odjezdem jsem si všimla i fotosoutěže na téma VODA, a tak tedy posílám pár fotek v šibeničním termínu. Všechny jsou v blízkém okolí BRC pořízené v srpnu 2019. Ubytovaná jsem byla v léčebném domě Golf.

Libuše Hodinová, Šumperk

Poznámka redakce: Paní Hodinová sice ve fotosoutěži na Téma voda neměla fotografie na stupních vítězů, ale z jejího snímku je patrné, že hole na severskou chůzi měla při pobytu vždy při sobě. Nazvala je „Moje společnice“.

Banány na Polárce? Kdo umí, ten umí...

Dobrý den, posílám fotky o tom, že na Polárce umíme pěstovat banány. Bohužel pro pacienty na svačinku nestačily, ale my jsme se podělili a byly opravdu výborné...

Alena Pavlásková, LD Polárka

Hana Václavíková

21. století

Člověk chatrnou paměť má
a historie to dobře zná.

Skromnost, pokora a empatie se ztrácí,
přetvářka a mamon se tiše vrací.

Každý má rád sám sebe,
lidé nežijí spolu, ale vedle sebe.

Malichernosti hod' za hlavu,
směle hleď k svému osudu.

Vítězem je ten,
kdo výdrž a kázeň povýší nad sebe jen.





Fotbalisté z Blanska u nás zakusili pořádný mráz

Fotbalisté FK Blansko navštívili 13. února 2020 v rámci svého soustředění naše Polarium v léčebném domě Polárka. Poprosili jsme generálního manažera A týmu Zbyňka Zbořila o souhlas se zveřejněním jejich společné fotografie, protože to byla to opravdu velká skupina. V Polariu se to tak často nestává. Jak si mrazu užili, určitě poznáte ze snímku, který pořídil v rámci obsluhy Polaria kolega Pavel Pavlásek.

P. S. Roušky jsou do Polaria nutností, v té době totiž – světe div se – nikdo netušil, že je za pár dnů budeme nosit všichni. A fotbalisté netušili, že Fortuna – Národní liga, ve které tento tým hraje, nebude ještě začátkem července dohrána. A tak těmto „Polárníkům“ držíme palce, aby se ve druhé nejvyšší soutěži udrželi. A aby jim šla hra stejně hladce, jako terapie chladem při mínus 120 °C.

Bublinky pro Čeladenský miniexpres

25. května 2020 jsme reportérku a kameramana TV Polar pozvali na prohlídku naší nové rehabilitace. Z natáčení vytvořili další reportáž pro Čeladenský miniexpres, který každé dva týdny připravují v Polaru podle zadání kulturní komise obce Čeladná. Ta je následně představuje na svých stránkách www.celadna.cz. Po zveřejnění jsou k vidění také v archivu TV Polar. Petru Dorazilovou a Jan Plášila doprovázela vedoucí rehabilitace Dobroslava Havránková a fyzioterapeut Jan Neuwirth. Ten jim předvedl mimo jiné účinky naší nové procedury – uhličitě koupele, při které se používá voda syčená oxidem uhličitým. Uhličitá koupel patří mezi nejstarší procedury v historii vodoléčby. Pro tuto koupel se voda ohřívá jen na teplotu přibližně 34-35°C, protože uvolňovaný oxid uhličitý způsobuje roztažení cév a tedy zvýšené prokrvení tkání, doprovázené také pocitem tepla. Na pokožce se objevují drobné bublinky plynu a může dojít i k jejímu mírnému zčervenání. Dokonale se prokrvuje pokožka a svalstvo a všechny orgány včetně mozku jsou zásobeny dobře okysličenou krví.

Výsledkem tohoto procesu je povzbuzení imunitního systému a vlastních samouzdravovacích procesů v těle. Dalším efektem této léčebné procedury je snížení krevního tlaku a tepové frekvence. Uhličitá koupel je proto jednou z procedur, využívaných při léčbě ischemických a kardiovaskulárních chorob a k doléčování stavů po infarktu myokardu. (red)

Fyzioterapeut Jan Neuwirth předvádí působení uhličitě koupele v podobě vytváření drobných bublinek na pokožce.

Foto: Andrea Adamová



POZVÁNÍ OD „SESTŘIČEK“

ANEBO CO JE U NÁS NOVÉHO?

Snad se už můžeme těšit na stabilnější počasí s pravými letními dny, které nás vytáhnou ven na procházky, výlety a probudí v nás zároveň chuť vyzkoušet také něco nového, třeba také k jídlu. Vždyť už začínají prázdniny, můžeme dýchat naplno a konečně bez roušek...

A tak se například z Čeladné nabízí Valašská cesta s krásnými výhledy na horské vrcholy od Lysé po Radhošť, která vede přes Kunčice, dál by vytrvalejší výletníky zavedla do Kozlovic a nakonec až do Hukvald. Tahle část starobylé cesty začíná kousek nad čeladenským nádražím a po třech kilometrech Vás zavede přímo do parku Beskydského rehabilitačního centra.

V areálu „BRCu“ toho můžete podniknout víc, ale dnes Vás chceme hlavně pozvat „k Sestřičkám“, nejlépe na zahrádku stejnojmenné restaurace. Sem auta nemůžou (pro méně pohyblivé je parkoviště hned nad hlavní silnicí) a je tu proto klid a ticho, příjemně doladěné jen zvukem zurčící vody ve fontáně. Letničky po deštivých dnech rostou opravdu jako z vody a zelená se i všechno ostatní kolem.

A co že to máme za novinky? V létě by se mohla dočkat pozornosti a ocenění lehčí ryba, a to čerstvá z denní nabídky. Přípravuje ji přímo s italskou vášní náš nový kuchař Giovanni Musca, a tak se můžete těšit i na středomořské chutě. Jeden týden se například podávala treska na víně s rajčaty a olivami... Pozadu samozřejmě nezůstává ani naše kuchařská „stálice“, šéfkuchař Martin Lekač. Co byste řekli třeba na burger s trhanou vepřovou krkovicí, smaženou cibulkou a s domácí BBQ omáčkou s hranolky?

O výborných domácích zákuscích jsme už psali několikrát. Naše cukrářka Monika Chroměčková si hlavně nemůže vynachválit kvalitu surovin, které má k dispozici. To se prý potom dají vymýšlet věci... Pravda je, že peče s radostí a vitřina se zákusky bývá stále plná nějakých novinek. Ale co naplat, nejvíce žádané jsou stejně větrníky.

Ať už si vyberete cokoliv, nebo se jen osvěžíte vychlazenou domácí limonádou či pivem, budeme rádi za Vaši návštěvu.

Přejeme Vám krásné prázdniny.



*Nahoře: Zahrádka restaurace U Sestřiček překypuje zelení a je oázou klidu.
Uprostřed: Treska na víně s rajčaty a olivami je vizitkou našeho italského kuchaře Giovanniho. Dole: Ti mladší dají asi před rybou přednost burgeru.
Foto: Martin Lekač, Blanka Ochmanová*

Čeladenská FONTÁNA.

Nepravidelný zpravodaj Beskydského rehabilitačního centra v Čeladné. Redakce: Mgr. Andrea Adamová.

Redakční rada: Dobroslava Havráňková, Věra Machálková, Ing. Blanka Ochmanová. Adresa redakce: BRC, 739 12 Čeladná 42.

Grafická úprava: A. Adamová. Tisk ME® a René Daubner - APRO Bruntál.

Distribuce dle rozdělovníku, v PDF ke stažení na adrese www.brc.cz/casopis-brc/. Zájemcům zašleme každé vydání na e-mail.

Toto číslo vyšlo v červenci 2020 v nákladu 1 000 výtisků.