



ČELADENSKÁ FONTÁNA

ZPRAVODAJ

REHABILITAČNÍHO CENTRA ČELADNÁ



Foto: Stanislava Slovákova

02 Jak požádat o pojišťovnou hrazený pobyt v RC Čeladná?

04 **Představujeme**
jednotlivá oddělení a staniční sestry

14 **Iva Bittová:**
Energii čerpám v tichu

18 **Josef Melecký o Rotary**
Exkluzivně pro Čeladenskou fontánu

28 **ROSKA**
jako osvěžující rosa

Jak požádat o pojišťovnou hrazený pobyt

v Rehabilitačním centru Čeladná

Lucie Mohwinkel

Máte zájem o léčbu v Rehabilitačním centru Čeladná a nevíte, jestli se k nám můžete přihlásit? V první řadě byste se měli poradit se svým praktickým nebo odborným lékařem a zeptat se, zda Vám pobyt u nás doporučí.

I Důležité je následně vypsát typ léčby

I) Překlad z lůžka na lůžko: Návrh na rehabilitační péči vystavuje lékař při hospitalizaci. Do rehabilitační péče pacient nastoupí do 10 kalendářních dnů od vystavení návrhu. Termín nástupu na rehabilitaci domlouvá oddělení nemocnice s našimi staničními sestrami.

II) Po propuštění z nemocnice: V tomto případě se s rehabilitací začíná až po ukončení hospitalizace. Návrh na rehabilitační léčbu vystavuje lékař vysílající nemocnice. Termín nástupu na rehabilitaci domlouvá příslušné oddělení nemocnice s naší staniční sestrou. Délka platnosti návrhu je 1 měsíc od data schválení pojišťovnou.

III) Indikace k léčbě z domova: Návrh na léčebně rehabilitační péči v odborné léčebně vypisuje ošetřující lékař. Vhodné je připojit doporučení odborného lékaře. Délka platnosti návrhu je 3 měsíce od data schválení pojišťovnou. Poslední den platnosti návrhu je zároveň poslední den možného nástupu.

I Jsme odborný léčebný ústav, nikoliv lázně

Spousta pacientů a někdy i sami lékaři mají problém se správnou identifikací léčby. Rehabilitační centrum Čeladná je odborný léčebný ústav (OLÚ) a jako

takový poskytuje léčebně rehabilitační péči, nikoliv lázeňskou či příspěvkovou péči. Typ léčby v OLÚ je jiný než v lázních a je nutno vyplnit správný formulář, konkrétně „Návrh na léčebně rehabilitační péči v odborné léčebně“. Jakmile pojišťovna návrh schválí, pošle ho k nám. Naše přijímací kancelář pak na základě počtu přijatých návrhů plánuje umístění pacientů do jednotlivých léčebných domů. Dovolujeme si Vám připomenout, že není vždy možné rezervovat pobyt a typ pokoje dopředu (jako právě v lázních). Přijímáme vysoké procento pacientů z nemocnic (překlady z lůžka na lůžko), a proto jen těžko můžeme dopředu odhadnout kapacitu v našem zařízení.

Kontaktovat naši ústřednu ohledně termínu nástupu a typu pokoje můžete v momentě, kdy dostanete informaci od pojišťovny, že Váš návrh byl schválený a zasláný k nám. Léčebně rehabilitační péče se neřídí indikačním seznamem a jejím cílem je obnovit maximální kondici pacienta.

Po celou dobu pobytu u nás jsou pacienti pod zdravotnickým dohledem. Délku pobytu určuje ošetřující lékař v našem zařízení a trvá nejčastěji od 3 do 5 týdnů, v případě potřeby může lékař Váš pobyt prodloužit.

Další užitečné informace a kontakty naleznete na našich webových stránkách www.rcceladna.cz. ■

Jaké nemoci u nás léčíme

Léčebně rehabilitační péči hrazenou pojišťovnou poskytujeme pacientům s pohybovými, cévními a nervovými nemocemi.

Konkrétně se u nás léčí lidé:

- po ortopedických operacích s použitím kloubních náhrad,
- po úrazech a operacích s traumatickým poškozením měkkých tkání a kostí,
- s osteoporózou, artrózou velkých kloubů,

- s bolestmi zad nebo skoliózou,
- se stavy po cévních mozkových příhodách,
- s roztroušenou sklerózou,
- s polyneuropatií,
- s Parkinsonovou chorobou,
- po operacích srdce (např. aortokoronární angioplastika nebo bypass),
- po infarktu,
- s ischemickou chorobou srdeční a podobně.

Kód pojišťovny _____	IČP _____	Odbornost _____	Ev. číslo _____
NÁVRH NA LÉČEBNĚ REHABILITAČNÍ PÉČI V ODBORNÉ LÉČEBNĚ – díl 1 potvrzená objednávka léčebně			Čís. návrhu _____
			Rok návrhu _____
Pacient		Zák. zástupce	
Příjmení a jméno _____		_____	
Číslo pojištění _____		_____	
Bydliště (adresa) vč. PSČ a kontaktního e-mail e-mail: _____ tel.: _____		e-mail: _____ tel.: _____	
Prohlašuji, že uvedené údaje jsou pravdivé. Beru na vědomí, že při změně pojišťovny do doby nástupu do léčebny pozbývá návrh platnosti. Byl jsem poučen o pravidlech pro úhradu dopravy.			
Dne: _____		Podpis pacienta (zák. zástupce): _____	
Indikace / Typ: _____ / _____ Diagnóza základní: _____ Diagnóza vedlejší: _____ Zdůvodnění požadavku na poskytnutí péče: Navrhovaná léčebna: 1 _____		STANOVISKO ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNY Schvaluji léčebnu: 1 _____ 2 _____ Upravuji – zamítám (důvod): _____	

Nahoře: Vzor části první strany formuláře Návrhu na léčebně rehabilitační péči v odborné léčebně. Ten je třeba vystavit pro léčbu v RC Čeladná a podle typu léčby (I, II, III) ho vyplní buď lékař při hospitalizaci nebo ošetřující lékař. Důležité je použít tento formulář. (Návrh ná lázeňskou péči je vzhledově velmi podobný, ale nelze ho v Rehabilitačním centru Čeladná uplatnit.)



Představujeme

jednotlivá oddělení RC Čeladná a jejich staniční sestry

Andrea Anderle Adamová

Tímto článkem pokračujeme v celkem sedmidílném seriálu, ve kterém čtenářům postupně představujeme práci jednotlivých oddělení očima jejich vedoucích, staničních sester. V našem centru jsou, na rozdíl od nemocnic, všechna oddělení rehabilitační, ale přece se od sebe liší. Pro pacienty jsou nejviditelnějším rozlišením léčebné domy, ve kterých působí. V léčebných domech Kněhyně, Dr. May, Dr. Storch II a Polárka je oddělení jen jedno a každé vede jedna staniční sestra. V největším Léčebném domě Dr. Storch I jsou oddělení tři (A, B, C, stejně jako počet hlavních podlaží domu) a tři staniční sestry. O pacienty v LD Ondřejka se starají dvě staniční sestry (oddělení A a C). Všem sedmi položíme tři stejné otázky.

I Kdo je staniční sestra?

Kromě toho, že vede zdravotnický, ošetrovatelský a pomocný personál svého oddělení, pro pacienty je to v první řadě zdravotní sestra, které se dovolají, když si potřebují domluvit termín nástupu, druh ubytování nebo další podrobnosti ke svému pobytu. A tak je to hned po kolegyních v telefonní ústředně první člověk, se kterým se pacienti seznámí ještě před svým nástupem k léčbě.

Tým staničních sester vede **hlavní sestra Zdeňka Kišová, MBA**, která je členkou nejužšího vedení a je přímo podřízena řediteli rehabilitačního centra. Zeptali jsme se jí proto, jaké všechny povinnosti, dovednosti a vlastnosti má mít staniční sestra a co považuje v jejich práci za nejtěžší.

I Co musí umět?

„Staniční sestra obecně musí mít organizační schopnosti a umět plánovat chod oddělení. Zodpovídá za kvalitu ošetrovatelské péče na svém oddělení, do držování BOZP, hygieny – s tím je spojená i kontrolní činnost. Musí mít dobré odborné znalosti. Dbá na hospodárnost – aby například zbytečně neexpirovala léčiva, neplytvalo se zdravotnickým materiálem. Dbá na dodržování etických norem ve vztahu k pacientům i kolektivu.

Důležitá je schopnost udržovat na oddělení přátelské vztahy, ale zároveň si udržet patřičnou autoritu.

Mnohdy musí usměrnit emoce na oddělení, ale zároveň by měla umět se svých pracovníků také zastat. Toto považují asi za nejtěžší na práci staniční sestry, protože ona je součástí vedení, ale zároveň nejbližší spolupracuje s jednotlivými pracovníky a s celým kolektivem svého oddělení. Musí mnohdy balancovat mezi oběma stranami, ale musí mít na paměti, že patří k managementu a jejím úkolem je hájit zájem organizace.“

I Co dělá?

Běžně prováděné činnosti: komunikace s pacienty, administrace potřebných údajů v informačním systému, rozpis termínů nástupu pacientů k léčbě, zajišťování obsazenosti jednotlivých pokojů a lůžek, komunikace se zdravotnickým personálem nemocnic při domluvě přímých překladů, vedení a motivování pracovníků svého oddělení, účast na vizitách lékaře oddělení, komunikace s pracovníky oddělení rehabilitace a s vedoucími ostatních úseků, rozpis služeb a směn pracovníků oddělení, sledování stavu léků a jejich objednávání, sledování zásob zdravotnického a úklidového materiálu a jeho objednávání, zajišťování, případně provádění pravidelných školení, zaškolování nových pracovníků, zajišťování revizí, případně oprav zdravotnických přístrojů a zařízení.

V předchozích pěti dílech jsme představili staniční sestry Stanislavu Česlarovou z léčebného domu Polárka (původně R8), Moniku Mladěnkovou z LD Kněhyně (R1), Růženu Rožnovskou, která vede kolektiv oddělení C v Léčebném domě Dr. Storch I (R2), Annu Hirmanovou z oddělení Storch I B (původně R4) a Marcelu Rygolovou, staniční sestru z oddělení Storch I A (původně R3). Původní označení oddělení velkým R a číslem pochází z doby, kdy byla různá oddělení nemocnice postupně transformována na oddělení rehabilitační. Číslo označuje pořadí, v jakém k této změně na pracovišti došlo. Protože k novému označení jednotlivých oddělení došlo v průběhu roku 2020, uvádíme pro orientaci také původní označení, které si pamatuje velký počet zaměstnanců i našich pacientů.

Všechna dosud vydaná čísla jsou k dispozici v archivu na www.rceladna.cz/casopis-celadenska-fontana.

Díl šestý

Eva Malinová:

Práce personálu je velmi náročná jak po psychické, tak po fyzické stránce



Eva Malinová vystudovala obor zdravotní sestra na Střední zdravotnické škole ve Vsetíně. Studium ukončila maturitní zkouškou v roce 1988. V témže roce v srpnu nastoupila na interní oddělení Městské nemocnice Ostrava. V roce 1994 přestoupila do ambulance obvodního lékaře na polikliniku v Rožnově pod Radhoštěm a od roku 1995 pracovala v tamním domově důchodců. V říjnu 1996 nastoupila na ortopedické oddělení zdravotnického zařízení Orthes jako sestra u lůžka jednotky intenzivní péče a v ambulanci. V roce 2012 ukončila pomaturitní specializační studium v NCONZO (Národní centrum ošetrovatelství a nelékařských zdravotnických oborů) v Brně v oboru ošetrovatelské péče se specializací pro onemocnění pohybového aparátu. Od roku 2015 pracovala v Nemocnici Valašské Meziříčí na oddělení intermediární péče.

V roce 2016 nastoupila do BRC Čeladná a jako zdravotní sestra pracovala v léčebných domech Polárka a Dr. May. Od září 2016 pracuje na pozici staniční sestry – nejprve v Léčebném domě Dr. Storch na oddělení A. V prosinci 2021 se s celým pracovním týmem přestěhovala do Léčebného domu Dr. May, kde pracuje dosud.

1) Co Vám v práci dělá největší radost?

Největší radost mám, když jsou pacienti spokojení. O tom se v předchozích dílech tohoto seriálu zmiňovaly všechny mé kolegyně staniční sestry. Když od nás pacienti odcházejí ve zlepšené kondici, s úsměvem a s větou, že se k nám zase rádi vrátí, pokud to budou potřebovat. To je pro nás vždy ujištění, že naše práce má smysl.

Také mě moc těší, když je spokojený personál. S úsměvem a s dobrou náladou se lépe pracuje. I když se to možná nezdá, jsou pacienti velice vnímaví, pokud jde o atmosféru, která na oddělení panuje. Naše oddělení je menší, v LD May je celkem 32 lůžek v 16 pokojích.

Léčebný dům Dr. May prošel kompletní rekonstrukcí v roce 2016. V přízemí se nachází individuální tělocvična a pracoviště elektroléčby a vodoléčby. V prvním patře je pracoviště sester, lékařská ordinace a jídelna. Pokoje pacientů jsou v prvním a druhém patře, samozřejmostí je výtah.

To ale neznamená, že je práce pro personál jednoduchá. Naopak je velmi náročná, a to jak po psychické, tak po fyzické stránce. Ale vždy se snaží vše řešit s úsměvem a profesionálně. Chtěla bych moc poděkovat celému týmu LD Dr. May – sestřičkám, ošetrovatelkám i děvčatům z úklidu za jejich dobře odvedenou práci a ochotu. Vážím

si jejich práci. Důležitá je také dobrá spolupráce s paní doktorkou a s personálem rehabilitačního oddělení. Oceňuji také to, že naše vedoucí hlavní sestra Zdeňka Kišová zná a dokáže ohodnotit naši dobře odvedenou práci a snahu.

Velice příjemné bývají naše společné výslapy po horách či vánoční večírky. Vždy mám pocit, že se náš



kolektiv při těchto činnostech více stmelí. Máme za ty roky spoustu společných zážitků a fotek. Myslím, že všechny na to rády vzpomínáme. A musím uvést, že náš velký obdiv a podporu mají naše dvě kolegyně, které v roce 2021 úspěšně absolvovaly extrémní závod Beskydská sedmička. To se hned tak někomu nepodaří.

2) Co je nejtěžší na práci staniční sestry?

Práci staniční sestry bych nechtěla hodnotit jako těžkou. Jsme akreditované pracoviště a musíme dodržovat určitá pravidla a postupy. Jedná se někdy spíše o řešení složitějších situací. Hlavně když nelze vyhovět všem požadavkům pacientů, i kdybych sebevíce chtěla. S některými pacienty jsem v kontaktu ještě před jejich příjezdem. Denně vyřídím průměrně dvacet telefonních hovorů, dalších deset se týká služeb naší ambulance. Také e-mailů vyřizuji denně několik. Pokud to jenom trochu umožňuje provoz, přiděluji lůžka v pokojích tak, aby si byli pacienti věkově blízcí, zpravidla si pak lépe rozumějí a vzájemně si vyhoví. Důležitou součástí mé práce je tedy komunikace. Svou práci dělám ráda a každý neúspěch beru jako výzvu k úvaze, jak to příště udělat lépe. Přeji si, aby byli všichni co nejvíce spokojeni – personál i pacienti.

3) V čem se Vaše oddělení odlišuje od ostatních? Na co jste hrdá?

Odlišujeme se velikostí, máme menší počet pacientů, a proto naše oddělení působí domáctějším dojmem. Orientace v budově je snazší a to některým pacientům vyhovuje. Naše oddělení má také jako jediné na starosti zajištění chodu a služeb na ambulanci rehabilitačního centra, která je v Apartmánovém domě Lara. V roce 2016 byl Léčebný dům Dr. May nově otevřen po rekonstrukci, pokoje i příslušenství jsou velice vkusné a prakticky vybavené. Jsem si jistá, že vyhovují požadavkům a potřebám pacientů. Občas si jen postesknu po balkonech. Další výhodou tohoto léčebného domu je, že se nachází uprostřed areálu rehabilitačního centra. Restaurace U Sestřiček je v sousední budově, pár kroků přes náměstí je obchod a kavárna a blízko je to také do parku. ■



Společné výšlapy do hor jsou v kolektivu Léčebného domu Dr. May oblíbené. Snímek je z vrcholu Velkého Javorníku.



Cestou dolů z Velkého Javorníku se ještě stihly zastavit u kolegyně.



Velký obdiv a podporu celého kolektivu LD Dr. May mají dvě kolegyně – Michaela Strnadlová (vpravo) a Kateřina Zajacová. Snímek je ze startu extrémního závodu Beskydská sedmička (píšeme o něm více na straně 41), který úspěšně dokončily v roce 2021.



Nahoře: Další společný výlet, tentokrát na Pustevny. Na sochy z písku se mohou podívat i naši pacienti v rámci jednoho z organizovaných výletů s průvodcem. **Dole:** Jednu z oslav kulatin kolegyně si pracovnice z LD Dr. May domluvily v hasičské zbrojnici ve Frýdlantu nad Ostravicí a spojily ji s exkurzí.





Nahoře: Na společná posezení rády přijmou pozvání i bývalé kolegyně. Snímek je z jednoho z vánočních večírků, na kterém se jich sešlo opravdu hodně.

Dole: Ondřejník a kaple sv. Antonína se staly také jedním z cílů nadšených turistek z kolektivu oddělení LD Dr. May.





Nahoře: Výhodou tohoto léčebného domu je, že se nachází uprostřed areálu rehabilitačního centra. Restaurace U Sestřiček je v sousední budově, pár kroků přes náměstí je v Apartmánovém domě Lara obchod a kavárna. Blízko je to také do parku.
Dole: Dvoulůžkové pokoje v LD Dr. May jsou vybavené vkusně a prakticky. Každý pokoj má vlastní sociální zařízení.



Exkurze zaměstnanců RC Čeladná do RÚ Hrabyně a RÚ Chuchelná ve čtvrtek 26. 9. 2024

Blanka Ochmanová

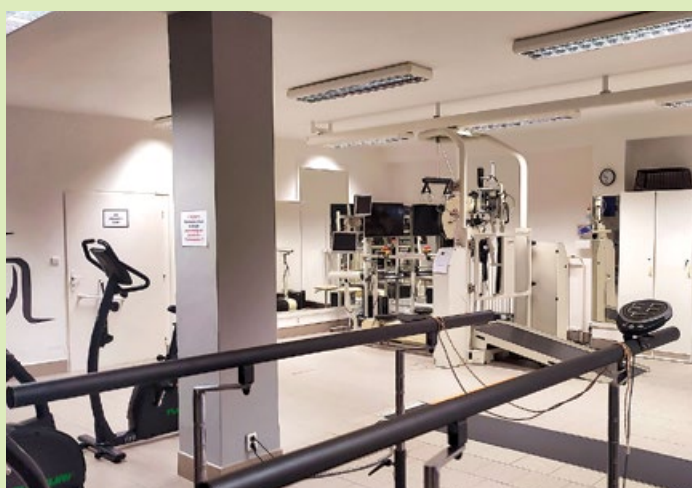
Na jeden den jsme pomyslně „zavřeli“ náš rehabilitační ústav v Čeladné a vyrazili na návštěvu jiného zařízení. Cílem bylo zjistit, jak to funguje jinde, nechat se inspirovat a také strávit společně čas jako tým.

Rehabilitační ústav Hrabyně je zařízením poskytujícím nejlepší možnou péči klientům po úrazech, cévních mozkových příhodách nebo s onemocněním pohybového ústrojí či nervového aparátu. Samotný ústav se skládá ze dvou areálů. První se nachází v Hrabyni a specializuje se na dospělé pacienty s neurologickými a poúrazovými stavy. Druhou částí je detašované pracoviště v Chuchelné zaměřené vedle ortopedických a neurologických diagnóz i na pacienty po amputacích.

My jsme se rozhodli navštívit obě tato místa. Z našeho rehabilitačního centra jsme vyrazili společně autobusem něco málo po sedmé hodině ranní. Před půl devátou jsme dorazili do RÚ Hrabyně, kde jsme se nejprve před hlavním vchodem všichni vyfotili a poté nás přivítala náměstkyně Mgr. Petra Bialková, DiS. První půlhodinku jsme strávili v konferenční místnosti společně s vedoucími pracovníky tohoto rehabilitačního ústavu. Nejprve se ujal slova náš pan ředitel Bajgar, který vtipnými historkami ze svého působení zde v RÚ Hrabyně zavzpomínal na svá pracovní léta, která zde strávil. Poté jsme se vydali na obhlídku jednotlivých pracovišť rehabilitace, ergoterapie a zavítali jsme i do



V Rehabilitačním ústavu Hrabyně (nahore) a v Chuchelné (dole) jsme si prohlédli některá pracoviště a terapeutické dílny. Vedoucí pracovníci se nám ochotně věnovali a čas byl i na dotazy.



V Rehabilitačním ústavu Hrabyně jsme navštívili také tělocvičnu a rehabilitační prostory včetně bazénu. (Fota: Marketing RC)

lůžkové části. Celková kapacita centra je 217 pacientů. Prohlídku doprovázel výklad vedoucích pracovníků a byl i prostor na dotazy našich zaměstnanců. Prohlédli jsme si bazén, nejrůznější dílny a nakonec jsme zavítali i na spinální rehabilitační jednotku. Na závěr jsme poděkovali za milé přijetí a pozvali jsme zaměstnance RÚ Hrabyně naopak k nám.

Poté jsme se vydali na oběd do restaurace Na golfu v Kravařích. Nabití energií z přijatých kalorií jsme vyrazili směr Chuchelná. Zde stojí historicky druhý nejstarší rehabilitační ústav bývalého Československa. Nachází se v prostorách loveckého zámku knížat Lichnovských, jenž byl postaven někdy před rokem 1650. Součástí je krásný zámecký park o rozloze 5,5 ha, který je po rozsáhlé renovaci a poskytuje návštěvníkům zázemí pro relaxaci a odpočinek. Celková kapacita centra je 166 pacientů.

Čekala nás paní náměstkyně, která nás při příchodu představila vedoucím pracovníkům. Byli jsme rozděleni na dvě skupiny a prošli jsme si celý areál. Nechyběl výklad a došlo i na setkání se spolužáky a známými pacienty. Návštěva keramické dílny se některým kolegům líbila natolik, že si domů odnášeli výtvary pro své rodinné příslušníky.

Děkujeme vedení našeho rehabilitačního centra za uspořádání této exkurze, pracovníkům RÚ Hrabyně a RÚ Chuchelná za milé přijetí a také řidiči autobusu, který nás celý den bezpečně dopravoval z místa na místo. Těšíme se, že budeme v těchto exkurzích pokračovat. ■

Komunikační školení vedoucích pracovníků

Lucie Mohwinkel

Školení zaměstnanců je zásadní a přínosné jak pro firmu, tak pro samotné zaměstnance. Pro firmu to znamená vyšší produktivitu, lepší kvalitu práce a schopnost přizpůsobit se novým trendům. Pro zaměstnance pak školení představuje příležitost k osobnímu a profesnímu rozvoji, zlepšení dovedností a posílení sebedůvěry v práci.



V tomto roce vedení našeho centra nabídlo všem vedoucím pracovníkům komunikační školení pod taktovkou zkušené lektorky Dobroslavy Stránské. Ta působí od roku 2011 jako konzultantka, lektorka a koučka a je to opravdu žena na svém místě. Specializuje se na rozvoj osobního a profesního potenciálu jednotlivců a týmů. Její zkušenosti zahrnují oblast leadershipu, komunikačních dovedností a efektivního řízení týmů. Díky svému přístupu zaměřenému na praktické a individuální potřeby pomáhá svým klientům rozvíjet jejich schopnosti ve stále náročnějším pracovním prostředí.

Sama říká: „Chci druhým porozumět a být jim blízko.“ A tato věta se odráží i v její práci. Díky své empatii dokáže účastníky motivovat k hlubšímu sebepoznání a ke změnám, které vedou k jejich

osobnímu i profesnímu růstu. Jednotlivé lekce nejsou pouze teoretické, ale také prakticky zaměřené, což podporuje okamžitou aplikaci získaných poznatků do každodenní praxe.

Účastníci a účastnice školení se setkávali v salonku AD Lara nebo na obecním úřadě v Čeladné. Během osmi lekcí měli možnost nejen rozvíjet své dovednosti, ale také diskutovat o nedostacích a výzvách mezi jednotlivými odděleními. Tento prostor pro otevřenou komunikaci napomohl k identifikaci problémových oblastí a navrhnutí řešení, která mohou vést k lepší spolupráci a efektivnějším procesům.

Školení pomohlo lépe porozumět tomu, co obnáší role vedoucího řízení týmů, stanovení cílů, řešení problémů a podpory rozvoje podřízených.



Důraz byl kladen na dovednosti, jako je komunikace, motivace a rozhodování, které jsou klíčové pro úspěšné vedení.

Díky školení si vedoucí pracovníci uvědomili, jak důležitá je jejich role. Když vedoucí dokáže správně řídit tým, řešit konflikty, podporovat inovace a zlepšovat spolupráci, prospívá to nejen jednotlivým

oddělením, ale i firemní kultuře a dlouhodobému růstu organizace.

Děkujeme vedení, že toto školení zprostředkovalo. Kromě nově získaných cenných poznatků byla každá lekce s paní lektorkou Stránskou hodnotný zážitek.

Těšíme se na další setkání se zajímavými osobnostmi v našem rehabilitačním centru. ■



Na předchozí straně a nahoře: V prakticky zaměřených lekcích jsme pracovali také v menších skupinkách.

Dole: Ke dvěma lekcím se vedoucí pracovníci sešli v zasedací místnosti Obecního úřadu v Čeladné. (Fota: Marketing RC)

Iva Bittová:

Energii čerpám v tichu

Andrea Anderle Adamová

Měla jsem velkou radost, když mi kolegyně Dobra Havránková zavolala novinku, že v našem centru bude opět pár dní využívat procedury Iva Bittová. Přála jsem se s ní znovu sejít, protože mi z našich předchozích setkání utkvěla v paměti jako mimořádná bytost, v jejíž klidné přítomnosti je příjemné i jen chvíli být. Zdálo se mi ale neuvěřitelné, když jsem z anotace našich časopisů zjistila, že naposledy jsme se setkaly v roce 2014, když se v Čeladné „zastavila“ na pár dnů mezi několika vystoupeními v Evropě. Jako by to bylo včera. A protože jsem se s Ivou letos v říjnu mohla sejít znovu, vím, že stejný pocit budu mít i dál, bez ohledu na to, kdy zase přijede. A věřím, že aspoň částečně ho mohu zprostředkovat čtenářům Fontány.

Než jsme se v kavárně Lara setkaly, prohlédla jsem si web paní Ivy a některé jeho záložky jsem přečetla. Hlavně jsem se ponořila do oddílu Press, kde jsou chronologicky uvedeny odkazy nebo krátké citace ze článků, které o ní vyšly. Především jsem pátrala po nějakém rozhovoru, nejlépe z nedávné doby. Hlavně proto, abych jí nekladla ty samé otázky nebo abych zjistila odpověď na otázku, kterou jsem si připravila. Ale přestože jsem se nořila stále hlouběji do let minulých, žádný rozhovor tam prostě nebyl k nalezení. A tak byla moje první otázka nasnadě.

Paní Ivo, nenašla jsem s Vámi žádný rozhovor. Jak je to možné?

Rozhovory pro mě nejsou důležité, a tak je neposkytuji. Raději se vyjadřuji svou hudbou a zpěvem, v přítomnosti „tady a teď“ na koncertech, ve své hudební škole, při práci s dětmi.

Tak to je pro náš časopis a pro mě osobně velká čest vést vpravdě exkluzivní interview. Za tu příležitost Vám moc děkuji.

Zeptám se tedy: Kde je pro Vás „doma“? V Lelekovicích u Brna, nebo v Hudson Valley ve státě New York?

Bydlím už skoro deset let v Borech, to je obec mezi Velkým Meziříčím a Žďárem nad Sázavou. Celý letošní rok až do listopadu je tedy pro mě „doma“ tady na Moravě. Starám se o devadesátiletou maminku, zařizovaly jsme její přestěhování do domova důchodců, které plánovala několik let. Jsme dohodnuté, že koncem listopadu odletím zpět do Států za rodinou.

V Borech jsem v roce 2018 založila při základní škole smíšený pěvecký sbor Babačka – to je také název potoka, který obcí protéká. Zpívají v něm ženy i děti a často vystupujeme při různých příležitostech v přírodě. To mám moc ráda.

Živý, tvůrčí hudební proces mezi lidmi přináší planetě sílu. Je nesmírně důležité, aby se objevovaly a rezonovaly nové hlasy a abychom naslouchali přírodě jako hlavnímu zdroji inspirace.

Mým snem bylo bydlet v přírodě a díky rozloze té země se mi to v Americe podařilo. O nejbližších sousedech sice vím, ale jejich domy jsou vzdálené. Dům mám v lese mezi 200 let starými stromy, poslouchám tam ticho, šumění větru, deště, zpěv ptáků. V noci je tam úplná tma. Dalším splněným snem se mi stala Hlasová škola Žingora, kterou jsem založila a vedu v prostorách u sebe doma

v Rhinebecku. A letos v červenci jsme s Antonínem Fajtem vedli jeden workshop také tady na Moravě na statku Samsara v Klepačově u Blanska.

Žingora, to je pěkně zvukomalebné slovo, ale slyším ho poprvé. Jak jste na něj přišla?

Žingora je výraz pro ořešák v jednom z moravských nářečí. Najdete ho třeba ve sbírce lidových písní Františka Sušila. Významů toho slova je ale víc. Mně se líbilo pro jeho znělost, stejně jako před lety název kapely Čikori. Zaznívá v něm také anglické *sing* – zpívat.

Letos je to deset let, kdy jste ve Žďáru nad Sázavou nahrála CD s názvem Entwine – Proplétám v poutním kostele svatého Jana Nepomuckého na Zelené hoře, který je dílem Jana Blažeje Santiniho-Aichela. Jaké to bylo?

Santiniho kostel je ojedinělá a vzácná památka, důležité místo, od kterého nežiju daleko. Uvědomuji si to, ale už jsem tam nebyla,

je přístupný jen někdy. Jeho prostor je akusticky mimořádný a duchovně inspirativní. Pět skladeb jsem na místě improvizovala, další kompozice vycházely z mých sólových skladeb na koncertech po celém světě. Entwine je zrcadlem mého života. Proplétáním životních zkušeností, nálad, barev tónin i tónů se podařilo uplést hudební a textovou mozaiku, kterou jsem s úctou a velkým respektem věnovala svému dlouholetému blízkému člověku Václavu Havlovi.

Tak to jsem nevěděla. Děkuji. To mi evokuje jednu z fotografií na Vašem webu. Jste na ní zachycená na společném „pódium“ s Jeho Svatostí dalajlámou. O jakou akci se jednalo?

Tam jsem se dostala zajímavou shodou okolností. Bylo to v Malém Tibetu v klášterní škole, kterou pomáhali založit Brontosauři z Brna. Dalajláma tam čas od času jezdí a přijel tam na návštěvu právě v době, kdy jsem tam byla také. Zahrála jsem mu a zazpívala „do ouška“ Ej, lásko, lásko, dole pod námi bylo shromážděných pět tisíc mnichů a mnišek. Být v jeho blízkosti znamená, že cítíte uvolněnost, svobodu, soucit, porozumění, on ve Vás „čte“ s laskavostí. Je to požehnání, kterého si nesmírně vážím.

Věříte v Boha?

Ano, Bůh je všude, vím, že je i ve mně, a cítím to. Nepotřebuji ke kontaktu s ním žádné náboženství ani speciální místo.

Kde berete energii? Předpokládám, že od publika...?

V tichu. Energii čerpám v tichu. *(Na tuto otázku odpověděla paní Iva tak rychle, až mě to překvapilo. Nejsem hudebnice, ale i pro mě je vnímání ticha základem, kde jsem „doma“ a na kterém občas stavím svoje texty.)* Ticho je důležité, teprve z ticha mohou povstat zvuky a povstává z něj rezonance. Od publika také, když se dostaneme



Spočinutí pod ochranou praměti. Iva a Eva v říjnu 2024...

na stejnou vlnu. Víte, já jsem si vědoma, že moje hudba je pro mnoho lidí nestravitelná, nelíbí se jim a nerozumí jí. A na druhé straně jsou ti, kteří se mnou souzní, jsou to lidé, které roky potkávám na svých vyprodaných koncertech, přijedou za mnou téměř kamkoliv. A když se jich po koncertě zeptám, „zda to tam bylo zase“, odpovídají mi s radostí v očích: „Ano, funguje to.“ Nebo mi to napíší. Důležitá je přítomnost, tady a teď. Z jejich vyjádření vím, že jsou otevření, rozumí tomu podobně jako já, sdílají stejné vibrace, čtou mezi řádky, jak já sama vnímám čas a prostor ve chvíli, kdy jsme spolu.

Vloni Vám ministr zahraničí Jan Lipavský udělil medaili „Za zásluhy o diplomacii“ spolu s dalšími čtrnácti osobnostmi a se dvěma institucemi. Přestože je tato medaile udělována teprve od roku 2019, ocitla jste se tímto oceněním ve společnosti například Madeleine K. Albright, Lorda George Robertsona, Javiera Solany, Martina Povejšila, Šimona Pánka či Klause Kinkela. Co to pro Vás znamená?

Potěšilo mě to. Této medaile a uznání si velmi vážím a myslím, že ten nápad dostal přímo pan ministr. Vždyť já se 45 let

pohybují po celém světě, vystupují a nahrávám s hudebníky mnoha národností a zaměřením a setkávám se na svých koncertech i v soukromí s různými lidmi. Průběžně pracuji s dětmi. Jsem hrdá na svoje kulturní kořeny a na to, že jsem nositelkou lidových tradic. Poslední dvě CD jsem natočila na Slovensku – v Modré se sborem z Ukrajiny a s Babačkou, v Liptovském Jánu se sborem z Liptova,

Opavy a z Polska. Více se o nich dočtete v mojí diskografii.

Zaznamenala jste po těch deseti letech, kdy jste tu nebyla, nějaké změny?

Ano, změny jsem zaznamenala, a ne vždycky k lepšímu. Jezdí tu daleko více aut, někdy skoro nejde přejít silnici. Všude se hodně staví, zabíráme další a další místa

přírodě. Mrzí mě, že stále přírodě více bereme, než dáváme.

Beskydy jsou nádherné a já děkuji za péči, které se mi ve vašem rehabilitačním centru dostává. Na tom se nic nezměnilo. Mám to tu moc ráda a ráda se sem zase vrátím.

Milá Ivo, děkuji Vám za to, že jste mě – i naše čtenářky a čtenáře – nechala nahlédnout do svého nitra. ■

Navzdory všem mým pedagogickým zkušenostem je moje sólové hraní na housle a zpěv převážně improvizací, která je osvobozenou vibrací mého současného bytí.



*Při neplánovaném setkání s Jeho Svatostí dalajlámou v Malém Tibetu. Iva zahrála a zazpívala lidovou píseň *Ej lásko, lásko*.*

Být součástí hudební kultury – jako hudebník a hlavně jako posluchač – podporuje můj pocit souznění se Zemí.

Každý okamžik je novou vibrací, novou rezonancí, která vysílá nové myšlenky a nová poselství z vesmíru.

P. S.: Přece jen ještě jeden rozhovor letos Iva Bittová poskytla. Jeho autorem je Tomáš Poláček a vyšel na stránkách www.reportermagazin.cz s označením Reportér 03/2024 – číslo 115 a pod názvem „Nesnaž se být slavná, ale dobrá. S Ivou Bittovou o hudbě, rodičích i návratu domů“. Upozornila mě na něj sama při autorizaci našeho povídání. Chcete-li se o zmiňovaných tématech dočíst víc, článek je na uvedené adrese přístupný. Jsou u něj tři **fotografie od Tomáše Třeštíka**, z nichž snímek vpravo používáme s jejím svolením.

Citace uvedené mimo hlavní text jsou převzaty z www.bittova.com ze stránky s nabídkou soukromých lekcí.



Iva Bittová (* 1958) je česká zpěvačka, houslistka, herečka a skladatelka. Patří k nejvýraznějším osobnostem české alternativní hudební scény.

Na svém webu (www.bittova.com) svou biografii popisuje takto:

„Narodila jsem se v roce 1958 do muzikantské rodiny na severní Moravě v Bruntále. Maminka Lidmila, původem ze Slovácka, učila v mateřské škole a svůj čas věnovala zejména rodině a zpěvu. Tatínek Koloman Bitto, narozen na jižním Slovensku, pocházel ze smíšené rodiny romů a maďarských židů, kde se v době jeho dětství mluvilo převážně maďarským jazykem. Byl tělem i duší muzikant. Hrál v divadelním orchestru v Opavě a později v Rozhlasovém orchestru lidových nástrojů v Brně.

Tatínkova nemoc v jeho padesátém roce života zcela znemožnila pokračování v jeho tvorbě a práci. Po jeho předčasném odchodu jsem se rozhodla převzít muzikantskou štafetu a věnovat se naplno hudbě.

Po přípravě v lidové škole umění v oboru housle (učitelka H. Kuvíková) a balet jsem byla přijata na Konzervatoř v Brně, kde jsem studium ukončila maturitou v oboru hudebně-dramatickém. Již od prvního ročníku se mi naskytla příležitost působit jako herečka a zpěvačka v avantgardním divadle Husa na provázku v Brně. V době studií jsem získala několik televizních a filmových rolí.

Během tatínkovy nemoci se mi vrátila touha hrát opět na housle, navázala jsem spolupráci s profesorem Rudolfem Šťastným, který byl tehdy primarius Moravského kvarteta. Profesor se mi stal oporou po celou dobu 35 let až do jeho odchodu.

Další etapou a zdrojem inspirace bylo studium barokních houslí a barokního zpěvu na Akademii staré hudby.

V roce 2015 jsem na Masarykově Univerzitě v Brně obdržela titul bakaláře ve studijním oboru Teorie a provozovací praxe staré hudby a v roce 2018 akademický titul magistra ve studijním oboru Hudební věda.

V roce 2007 jsem se rozhodla dočasně přestěhovat do Spojených států do údolí Hudson Valley ve státě New York. V roce 2018 jsem uprostřed přírody založila privátní hlasovou školu Žingora.

Starší sestra Ida Kellarová vede mezinárodní školu hlasu v Bystrém u Poličky. Její workshopy získaly jméno v celé Evropě. Založila také nadaci pro romské děti Miret. Mladší sestra Regina Bittová žije v Luhačovicích.

Mám dva syny: Matouše (1982) a Antonína (1991). Starší se věnuje organizování a mladší je doktor filosofie v kompozici, improvizaci a technologii. S Antonínem realizujeme příležitostně naše společné koncertní duo Bittová + Fajt ml.”

KDYŽ GUVERNÉR PÍŠE Z ČELADNÉ...

Josef Melecký se 1. července 2024 stal na rok guvernérem Rotary distriktu 2240 a v témže měsíci nastoupil k léčbě v RC Čeladná. Odtud napsal svůj první guvernéřský dopis určený členům celkem 75 klubů na území Česka a Slovenska.

Andrea Anderle Adamová

S Josefem Meleckým z Kravař se znám už dlouho, přesněji od roku 2009, kdy v Opavě pomáhal založit nový Rotary klub. Jeho členkou se stala Pepova manželka Mirka a do opavského klubu ve stejné době přijali mého muže. Pepa byl tehdy už několik let členem klubu Ostrava International a oba tyto kluby mají od té doby za sebou mnoho společných provedených akcí. K tomu, abych použila titulek „Když guvernéř píše z Čeladné“, stačily jenom dvě okolnosti. Pepa potřeboval domluvit termín rehabilitace po operaci páteře, s čímž jsem mu ráda pomohla. A bylo to zrovna v době, kdy se stal na rok guvernérem Rotary Distriktu 2240, který zahrnuje kluby na území České a Slovenské republiky. A protože jejich práce je záslužná, rozšiřování povědomí o ní je rozhodně na místě. Co je Rotary a čím se členové jeho klubů zabývají? I na tyto otázky mi při našem setkání Pepa odpověděl.



Na Ladané Čeladné v srpnu 2024: Zleva Josef Melecký, Michal Prokop, Mirka Melecká a Ladislav Zmeškal, toho času také pacient rehabilitačního centra.

Začnu ale z jiného konce. Protože Pepa je člověk dobrosrdečný, přátelský a velmi aktivní, věděla jsem jistě, že už od první minuty pobytu ho bude všude plno. A nemýlila jsem se. Pepo, jak se stalo, že ses s několika dalšími pacienty ocitl hned první neděli po příjezdu v kunčickém kostele svaté Maří Magdalény?

Coby věřící člověk jsem se po nástupu do rehabilitačního centra vyptával, kde a kdy se v neděli slouží bohoslužby. A mimo jiné mě místní dobrodinci odkázali na farní kostel do Kunčic pod Ondřejníkem do kostela svaté Maří Magdalény. Protože jsem měl v areálu své vozidlo, poptal jsem se nenápadně u okolních stolů, zda by někdo

neměl zájem se takovéto nedělní mše svaté zúčastnit, a hned se mi několik zájemců přihlásilo.

Takže s dalšími pacienty jste podnikali i jiné věci? Přijela se za Tebou podívat manželka Mirka?

Jezdívala za mnou na každý víkend, byla mi skvělou vzpruhou a morální pomocí při mém rehabilitačním snažení. Podnikali jsme kratší, ale postupně i delší procházky, ba i na túry v nádherném beskydském prostředí došlo. A festival Ladané Čeladné nemohl chybět. Koncert Michala Prokopa s jeho Framus Five byl famózním zážitkem. I charitativní fotbalové utkání na místním čeladenském hřišti s fantastickým výtěžkem pro postiženého Šimonka, jehož rodiče spolu s ním od pořadatelů šek na velkorysou částku přijali, byl parádní zážitek. Když člověk vidí kolem sebe lidi, kteří nemyslí jen na sebe, dodává mu to sílu a energii.

V Čeladné jsi občas trávil čas hraním golfu na zdejším hřišti. Měl jsi nyní možnost seznámit se i s dalšími místy?

Dřív jsem se na čeladenském golfovém hřišti zúčastnil několika báječných turnajů, na které budu vzpomínat celý život. Bohužel v letošním kalendářním roce to ještě po operaci zad nešlo, ale alespoň jsem si jeden den odpoledne odskočil za kamarády a přáteli, kteří zrovna v Čeladné soutěžili během jednoho komerčního turnaje jedné nejmenované společnosti.

Vzpomínáš na návštěvu členů Rotary klubu Opava v rehabilitačním centru v roce 2016? Byl jsi také u toho a tehdy Vás provázel můj muž Petr Anderle. Letos sem někteří rotariáni přijeli za Tebou a průvodce Vám dělal ředitel centra Milan Bajgar. Mohli jste porovnávat, co se za těch 8 let změnilo?

Rok 2016 je v mých vzpomínkách, jako by to bylo včera. Navíc Petra Anderleho si moc vážím jako člověka nesmírně sečtělého, zapáleného pro konání dobra, buldoka při realizaci velkých předsevzetí, erudovaného badatele a spisovatele, je to prostě prima chlap a jsem rád, že mě osobně přijel do centra navštívit. Velmi si toho vážím.

Letos mě v rámci pravidelné schůzky členové mého domovského ROTARY klubu Ostrava International formou externí schůzky v závěťří U Sestřiček přišli nejen



Josef Melecký

District Governor 2024/2025

District 2240

Czech republic & Slovakia

Rotary club Ostrava International

☎ +420 602 502 478

✉ josef.melecky@rotary2240.org



Mirka & Josef

navštívit, ale rokovali jsme i nad dalšími výzvami, plány a vizemi. Přivítali jsme nejen členku satelitního klubu Telč Marii Jehličkovou z Prahy, která je členkou představenstva celosvětového výboru pro golfisty z řad členů ROTARY. Zrovna se zúčastnila již zmiňovaného komerčního golfového turnaje na čeladenském hřišti.

Jako třešnička na dortu byla osobní účast pana ředitele RC Čeladná Milana Bajgara, který nás svojí přednáškou seznámil s historií zdejšího rehabilitačního centra. Dokázal tak poutavě vyprávět a vzpomínat, že přítomní účastníci s otevřenou pusou hltali každé jeho slovo.

A nyní tedy ke slíbenému představení Rotary.

Mám hned tři otázky: Co to je za organizaci, jak ses k ní dostal a co Ti tato práce přináší?

Na první otázku bude vhodnější odpovědět přímo citací z našich webových stránek www.Rotary2240.org: „Rotary International je nejstarší mezinárodní klubovou organizací na světě. Vznikla v roce 1905 v americkém Chicagu a v současné době působí ve více než 200 zemích. V 35 000 Rotary klubech sdružuje 1,2 milionu členů (rotariánů) – žen i mužů, vůdčích osobností a profesionálů z různých oborů. Tuto celosvětovou síť spojuje myšlenka vyjádřená mottem Service Above Self (angl., do češtiny nejčastěji překládáno jako Služba nad vlastní zájmy). Rotariáni dobrovolně věnují svůj čas



Členové Rotary klubu Opava přijeli v hojném počtu na exkurzi do rehabilitačního centra v roce 2016. Foto: Stanislav Pešát



Začarovaná písnička je pěvecká soutěž pro handicapované, kterou opavští rotariáni pořádali letos již poněkolkáté. Tentokrát v porotě zasedl Jarek Nohavica.

a schopnosti ve prospěch druhých, a to jak v rámci vlastní obce, tak v mezinárodním měřítku. Na základě etických principů a hodnot, jako je přátelství, integrita, diverzita, služba a vůdcovství, tak naplňují své ušlechtilé poslání – dělat svět lepším.“

Já jsem se poprvé o hnutí Rotary dozvěděl od tehdejšího člena RC Ostrava Antonína Laše v letech 1999–2000. On nás fascinoval vyprávěním, co všechno se pod značkou Rotary skrývá a co všechno dokážou členové celosvětově těm potřebným z nás nabídnout a tím nikoliv spasit svět, ale přispět k tomu, aby se stal lepším.

No a to je stále ten leitmotiv, který mě na životě v komunitě rotariánů fascinuje, naplňuje a těší na duši a srdci.

To jsi popsal, jak ses k tomuto hnutí dostal a co Ti dělá největší radost. Můžeš nám přiblížit, čím se zabýváte ve Tvém domovském klubu Ostrava International? A Mirka bude určitě ráda, když povyprávíš o činnostech klubu v Opavě. Společně získáváte finance prodejem vánočního punče, je to tak?

Ústřední výše zmíněnou myšlenkou všech rotariánů celosvětově je „Služba nad svými vlastními zájmy“, tedy pomoc potřebným. Za tímto účelem máme léta na Masarykově náměstí v Ostravě stánek společně 2 kluby: Rotary klub Ostrava International a Rotary klub Ostrava. Prodáváme zde vánoční punč během celé adventní doby. Výtěžek následně věnujeme osobám, organizacím, které finanční pomoc či pořízení hmotného majetku nejvíce potřebují.

Pořádáme tradiční Benefiční plesy v našem domovském hotelu Imperial v Ostravě s charitativní dražbou, které se za poslední 2 roky bravurně ujali populární herci ostravského Divadla Mír, za což jsme jim velmi vděční. V polovině května 2025 se v Ostravě (v kampusu Ostravské univerzity) bude konat distriktní konference, které se zúčastní přes 250 rotariánů nejen z České republiky a Slovenska, ale i ze zahraničí. Zároveň se tou dobou budou pořádat různé menší i větší oslavy ke 100. výročí založení hnutí Rotary v bývalém Československu. V roce 1925 totiž vznikl první Rotary klub Praha, jehož členy se stali mimo jiné

i tehdejší prezident T. G. Masaryk, ale později i jeho syn, budoucí ministr zahraničních věcí Jan Masaryk.

Opavský Rotary klub navázal na původní založení v městě Opava v roce 1934. Patří mezi neaktivnější kluby celého distriktu 2240. Kromě tradičního prodeje vyhlášeného vánočního punče na Dolním náměstí v Opavě pořádá Opavskou míli, tedy běh centrem Opavy, Začarovanou písničku (původně organizovanou jako oblastní, krajskou a celostátní, celodistriktní soutěž), ale i Letní tábor pro handicapované. V letošním červenci měli rekordní účast 65 účastníků a 38 dobrovolníků, kteří přispěli, takže se tento týdenní letní tábor stal nezapomenutelným zážitkem pro všechny přítomné, ale i hosty účinkující.

Jedním z významných pilířů aktivit hnutí Rotary celosvětově je výměna mládeže ve věku 15 až 19 let. Možná i Vaši čtenáři již měli možnost setkat se s výměnnými středoškolskými studenty v této věkové kategorii ve svých městech či během setkání na různých akcích, slavnostech a podobně.

O tom, že takovéto výměnné pobyty, ať krátkodobé (zpravidla na 2 týdny během letních prázdnin), či dlouhodobé (na minimálně 10 měsíců během školního roku), zanechají v životě hostitelských rodin hlubokou stopu, svědčí i moje cesta do Mexika, kam se s manželkou Mirkou 2. 10. 2024 poroučíme, abychom se zúčastnili svatby naší výměnné studentky Mariel Mora Urquidi. Měli jsme tu čest ji hostit před 12 lety a ona se nyní během plánovaného 3denního svatebního maratónu bude vdávat. I to je důkaz, že naším celoživotním krédem je nejen pomoc potřebným, ale i bavme se s Rotary a myslíme pozitivně.

Určitě se nebudeš zlobit, když se zmíníme o další tradiční akci opavského klubu, kterou je pěvecká soutěž pro handicapované

s názvem Začarovaná písnička. Letos byl jedním z členů poroty Jarek Nohavica...

Toto je fantastický projekt Rotary klubu Opava, který pomáhal uvést v život jeho nedávno zemřelý člen Jan Cieslak z polské Ratiboře. Účastníky této pěvecké soutěže jsou zpěváci od malých dětí až po dospělé a rok od roku se jejich pěvecká vystoupení lepší a lepší. Jedním z příkladů je i mladá zpěvačka Jenny Ciatti, která v minulosti svoji kategorii vyhrála, všiml si jí hitmaker Michal David a Jenny od té doby žije a vystupuje coby muzikálová zpěvačka v Praze nejen v muzikálu Děti ráje. V porotě tradičně usedají veličiny jako Josef Kostřiba, Karel Kostera, Lenka Stareczková, pan farář Marcin Kieras a další. Ovšem letos byla tou pověstnou třešničkou na dortu účast ostravského barda Jaromíra Nohavici, který nejen že přidal několik svým písní, ale pln emocí věnoval jedné účinkující své vlastní ukulele a slíbil účast i příští rok. To je skvělé vyznamenání, že se i letošní ročník Začarované písničky povedl.

Nyní si dovoluji citovat z Tvého prvního guvernérského dopisu, který jsi z Čeladné poslal členům klubů:

„Vážení a milí, zdravím Vás poslední den července/júla letošního roku ze zařízení Rehabilitační centrum Čeladná, kde, jsa v nemocenském stavu, rehabilituji po operaci vyhrzlých plotének. Mohu potvrdit, že zdejší rehabilitace probíhají úspěšně, cítím se velmi dobře a po propuštění věřím, že od 12. 8. 2024 budu v plné parádě a formě připraven navštěvovat jednotlivé kluby.

Na návštěvy Vašich klubů, seznámení se s Vámi osobně, s chodem a aktivitami, kterými se v klubové činnosti zabýváte a kterým se věnujete, se již moc těším.

Rád bych do Vašich klubů s sebou přinesl RADOST ze setkávání s přáteli, RADOST z účasti na akcích/projektech přátel, RADOST z pomoci přátelům a potřebným, RADOST ze života a hrdost na skutečnost, že jsem členem ROTARY...“ (Z dopisu guvernéra 1/2024 zaslaného e-mailem členům Rotary klubů v distriktu 2240)

Určitě ústředním tématem ve Tvém sdělení je radost. Napadá mě, zda toto Tvoje první „poselství“ nějak ovlivnilo Tvoje zážitky z nedávné doby – prošel jsi konzervativní léčbou bolestivého výhrězu plotýnek, měl jsi velké bolesti a nemohl jsi pořádně ani chodit. Nakonec jsi podstoupil

operaci a s určitým časovým odstupem teď absolvuješ rehabilitaci. To byla jistě hodně těžká doba i s vědomím, že budeš přebírat funkci guvernéra distriktu?

Já jsem strašně vděčný svým rodičům a Pánu Bohu, že jsem se přes respekt a úctu dostal k naplnění svého života celoživotním štěstím, no a ze štěstí ta radost přeče jenom neustále vyzařuje, no ne?

Možná není zcela známo, odkud se vzal název Rotary. Jeho základem je totiž princip „rotování“ ve funkcích. Můžeš vysvětlit, jak takové rotování probíhá? A víš už, kdo po Tobě za rok převezme funkci guvernéra?

Mým nástupcem od 1. 7. 2025 bude Jan Bílek z RC Jičín–Nymburk a toho od 1. 7. 2026 vystřídá v čele D2240 Ivana Lengová z RC Košice Classic. Čili i tady můžete vnímat princip rotace mezi guvernérem zvoleným z Moravy a Slezska, následně z Čech a do třetice ze Slovenska. A tak je to správné, tak to má být.

A nyní k Tvým dalším činnostem. Jsi jednatelem rodinné firmy PROVALVE ČR s.r.o., kterou jsi v Kravařích založil v roce 2003.

Na stránkách **Rotary klubu Opava** se lze dočíst o historii toto:

„Na začátku dvacátého století se v tehdejší Československu objevily první informace o rotariánském hnutí. Za deset let měla naše země již velmi silnou strukturu rotariánských klubů a byla v tomto smyslu i mezinárodně uznávanou. V té době, v roce 1934, vznikl ROTARY CLUB i v Opavě. Jeho zakladatelé mohli ještě po druhé světové válce předat své jisté zkušenosti těm, kteří tento klub po jeho zákazu počátkem okupace zakládali podruhé. Ovšem pouze opravdu na chvíli, neboť žádná totalita nepřipouští svobodně projevované aktivity občanů.

Když jsme v roce 2009 zakládali náš klub vlastně potřetí, neměli jsme od koho převzít zkušenosti, zásady a zvyky. Časově to prostě nevycházelo. Nebylo tedy možné, abychom přenášeli poznatky a zkušenosti našich dědů a otců do dnešních dob. Nemohli jsme se ani dost dobře vcítit do atmosféry činnosti, která byla dvakrát násilně přerušena. Přesto jsme dokázali navázat na tradici a s pomocí těch, kteří začali po roce 1989 obnovovat hnutí dříve než my, se nám podařilo tak říkajíc vykročit naplno. Ihned po založení klubu se nám povedlo mnohé a to nás zavazuje. Mimo jiné jsme se se vším všudy přihlásili k našim opavským předchůdcům, zpracovali jsme historii našeho hnutí na Opavsku a seznámili s ní i veřejnost.

K našim největším projektům patří „Tábor pro handicapované spoluobčany“ a projekt pěvecké soutěže „Začarovaná písnička“.

Abychom mohli tyto projekty realizovat, musíme shánět každý rok nemalé množství finančních prostředků. Hlavním naším příjmovým projektem je prodej vánočního Rotariánského punče, při němž se po celou dobu prodeje snažíme šířit povědomí o činnostech a principech Rotary.“ (www.Rotary2240.org)

Působíš jako soudní tlumočnick německého jazyka, hraješ na několik hudebních nástrojů, výborně zpíváš, jsi předsedou a aktivním členem Spolku amatérských hokejistů v rodných Kravařích. Léta jsi pracoval jako zastupitel tohoto města. Jak se to dá stihnout?

Člověk se musí naučit intenzivně pracovat s kalendářem a při plánování akcí vždy mít na paměti, že v jeden den se těžko dá tančit na dvou svatbách. Samozřejmě že bez podpory manželky by se to nedalo zvládnout. Nicméně vše, co jsem konal, konám (a doufám, že i nadále s Boží pomocí konat budu) s radostí a snahou šíření pozitivního myšlení nejen v mém bezprostředním okolí. Takže takový evangelizační poutník na naší matičce Zemi.

A tradiční poslední otázka, kterou dostane každý, s níž vedu rozhovor pro čtenáře Čeladenské fontány. Pomohl Ti pobyt v Čeladné? (Poznámka: S Pepou jsme se při našem setkání dohodli na korespondenční formě rozhovoru, až se vrátí domů. Tuto otázku jsem mu tedy položila měsíc po ukončení léčby.)

Všem ošetřujícím lékařkám a celému sehranému personálu vyjadřuji své upřímné poděkování, neb jste mi umožnili se z těch zdravotních trablů zvednout a dostat se do stavu, že „už zase skáču přes kaluže“. Od propuštění začátkem srpna jsem v okruhu svých přátel, známých mnohokrát referoval a pěl ódu na péči, které se mi v RC Čeladná ze všech stran hojně dostávalo. ■

Poznámka: Poslední otázka to nakonec být nemohla, protože povodně v půlce září tvrdě poznamenaly nejen zmiňovaná města Kravaře a Opavu, ale škody jsou nesmírné i jinde. A nebyli by to rotariáni, aby nezačali ihned pomáhat. Josef z pozice guvernéra okamžitě reagoval jmenováním čtyřčlenného koordinačního týmu distriktu s názvem Povodně a současně vyhlásil sbírku, jejíž výtěžek bude věnován konkrétním fyzickým osobám ve městech nejvíce postižených. Podrobnosti přinesly dopisy guvernéra s čísly 2 a 3. Už víte, kdo jsou rotariáni a jak pracují?



Nahoře: Na pravidelnou schůzku klubu Rotary Ostrava International přijeli členové za Josefem do Čeladné. Sešli se v salonku restaurace U Sestřiček a s historií lázní a rehabilitačního centra je přišel seznámit ředitel Milan Bajgar. Foto: Pavel Novotný



Dvě fotografie na protější a této straně jsou z několika ročníků tábora pro handicapované, který každoročně organizují členové Rotary klubu Opava. Jeho členkou je také Mirka Melecká, Josefova manželka. Poslala nám fotografie ze společného muzicírování (vlevo) a z návštěvy kouzelníka (nahore). Na spodním snímku jsou účastníci tábora s Josefem coby šířitelem radosti a dobré nálady..



Polonéza jako z pohádky

Polský folklórní soubor Jedliniok vystoupil 23. srpna 2024 na Lázeňském náměstí

Andrea Anderle Adamová

Jakým jiným tancem mohlo 24 tanečnic a tanečníků z Wrocławu začít svoje vystoupení než vznešenou polonézou, tradičním třídobým procesním tancem z 18. století původem z Polska? Její melodie i předvedení mi připomněly scénu jako vystříženou z mnoha českých televizních pohádek. Akademický soubor písní a tanců Vratislavské univerzity životního prostředí a přírodních věd Jedliniok ukázal v hodinovém programu s názvem Pozdrav z Wrocławu to nejlepší ze svého repertoáru. Nechyběla proto ani mazurka, krakowiak nebo gorské tance v několika různých krojích. Soubor Jedliniok byl jedním ze tří letošních zahraničních hostů Frenštátských slavností, které každoročně probíhají poslední srpnovou sobotu na Horečkách.



Stejně jako v minulých letech jsme rádi přijali nabídku organizátorů festivalu, aby u nás jeden z jejich zahraničních hostů vystoupil v samostatném programu den před samotnou přehlídkou. Letos padl výběr na Soubor písní a tanců Jedliniok, který byl založen už v roce 1975 a ve kterém vystupují studenti a absolventi ze všech vratislavských univerzit. Společnou

vášní jeho členů je polský folklór, který propagují doslova po celém světě. V letech 2007–2019 vystupoval soubor téměř na všech kontinentech. Je až neuvěřitelné, že jeho členové absolvovali turné po Argentině, Austrálii, Brazílii, Bosně, Belgii, Bangladéši, Číně, České republice, Chorvatsku, Chile, Francii, Finsku, Gruzii, Guatemale, Indonésii, Indii, Iráku,

Japonsku, Jižní Africe, Kanadě, Kazachstánu, Koreji, Kostarice, Kubě, Kyrgyzstánu, Mexiku, Mongolsku, Nepálu, Novém Zélandu, Panamě, Paraguayi, Rusku, Thajsku, Turecku, Ukrajině, USA, Uzbekistánu a po Vietnamu. V pozvánkách na pravidelné náborové nově členů zdůrazňují tanec, zpěv, hudbu a také dobrodružné zážitky z dalekých cest s polským folklórem. Všem, kteří se s tancem nebo zpěvem ještě nesešli, na svém facebooku vzkazují: „Nebojte se! Všechno vás naučíme.“

Název souboru Jedliniok je převzat z *jedlinioku*, dolnoslezského tance z okolí města Jedlina-Zdrój. Toto malé lázeňské město se nachází na jihozápadě Polska nedaleko od českých hranic (pouhých 10 kilometrů od CHKO Broumovsko). Administrativně patří k Dolnoslezskému vojvodství, do hlavního města vojvodství Vratislavi je to 67 kilometrů. Léčí se tam pacienti po akutních srdečních příhodách a kardiologických operacích. (Zdroj: www.facebook.com/jedliniok)

Také díky připomínce lázeňské tradice v místě skrytém v názvu souboru jsme k melodiím i tancům měli kulturně velmi blízko a navíc se odehrávaly v samotném „srdci“ našeho rehabilitačního centra.

I Nadšení z tance a zpěvu

Čtyřčlenná doprovodná kapela čítající akordeon, housle, klarinet a flétnu doprovázela všechna taneční vystoupení, za mikrofonem se vystřídal několik sólistů, ale rozhodně nejpůsobivější byl společný zpěv všech členů souboru. Prohlédněte si příložené fotografie, vyčtete z nich alespoň odraz nadšení, kterým provázeli všechny svoje tance. A nebylo to pro ně úplně jednoduché, v horkém letním odpoledni pod paprsky slunce jim muselo být v bohatých kostýmech hodně teplo. Ani v nejmenším jim to radost nepokazilo. V melodiích, předvedených tancích i v kostýmech jsme navíc poznávali společné kulturní kořeny a to bylo milé.

I Jako na dlani

Jediné, co nás mrzelo, byla letos o poznání menší návštěvnost. Samozřejmě, v letním období je lákavých kulturních nabídek mnoho, a tak je těžké stihnout vše, co by si člověk přál. Na naše pacienty bylo zase možná až moc horko. Ale unikátní vystoupení, kde máte tanečnický doslova na dotek – tak jako na Lázeňském náměstí – taková jinde nenajdete. Pamatujte na to zase za rok v pátek před posledním srpnovým víkendem. Jsem si jistá, že se u nás potkáte s ryzí kulturní tradicí, ať už bude pocházet zpoza našich hranic, či z krajín Evropy vzdálených. A že to bude stejně mimořádné jako letos. ■



Na protější straně: Polonéza je původně vznešený polský procesní tanec, tančený páry dokola, hudba je v třídobém taktu a v mírném tempu. Podoba samotného tance je odvozena z tanců polských (Polský tanec) 18. století – tato forma byla postupně odvozena z tance zvaného *chodzony* (chozený), populárního v 17. století, kde byl znám především jako *pieszy* (pěšák, pro pěší) nebo i *taniec chmielowy* (poskočný).

Nahoře a uprostřed: Na *krakowiak* se tanečnice a tanečníci převlékli do jiného, bohatě zdobeného kroje.

Dole: Kroje na *goralské tance* jsou jednodušší, hodně podobné známým *krojům valašským*, včetně vlněných ponožek a *krpců*.

Fota včetně titulní strany: Stanislava Slovákova

Novinky v TV Ondřejka:

Tipy na podzimní rozjímání u televize

David Věžník



Pravidelní čtenáři a čtenářky našeho časopisu již vědí, že během rehabilitačního pobytu v našem centru si můžou krátit čas mimo jiné i sledováním našeho vlastního televizního kanálu s názvem TV Ondřejka. Vysílání zahrnuje jak autorskou tvorbu, tak převzatá videa nebo tipy na výlety po okolí. Nově v programu najdete například reportáž z letošního Otevření sezóny, kterou jsme blíže představili v minulém čísle. A níže uvedenou trojici tipů pak přijměte jako pozvánku k podzimnímu a zimnímu rozjímání nejen u televizní obrazovky, ale také u našeho profilu na YouTube.

Připomeňte si 100. vernisáž v Galerii Lara a pak vyrazte na výstavu

Vedle originálního televizního kanálu se RC Čeladná pyšní ještě dalším unikátem, a to hned dvěma galeriemi. V té menší, Galerii Lara, jsme dlouhé roky s kolegou Jirkou Matýskem natáčeli vernisáže tamních výstav. Všechny tyto reportáže dodnes najdete na našem youtube.

Před dvěma lety jsme měli tu čest zachytit atmosféru vernisáže s pořadovým číslem 100. Tehdy v Galerii Lara vystavovala své obrazy Anna Borská a slavnostní událost si nenechal ujít ani ředitel centra Milan Bajgar.

V seznamu videí hledejte to s prozaickým názvem „Anna Borská – reportáž z vernisáže výstavy“

*První verzi vysílání programu s názvem **Televize Ondřejka** jsme spustili v únoru 2013. V téže době jsme také všechen televizní materiál začali zveřejňovat na vlastním YouTube kanále www.youtube.com/rehabilitacnicentrum. Do konce roku 2023 mělo vysílání TV Ondřejka čtyři různě tematicky zaměřené programové bloky.*

*Od ledna 2024 běží vysílání v jediném bloku. Ten je kombinací vybraného, redukováného obsahu oněch čtyř původních a nových segmentů. Přibyly zcela nové pozvánky na výlety a další novinky. **Na internetu máme aktuálně trvale zveřejněno celkem 194 videí.** Ve vysílání TV Ondřejka je jejich počet nižší, protože neaktuální snímky průběžně z programu vyřazujeme. V této pravidelné rubrice představujeme nové přírůstky ve videografii i další změny ve vysílání.*

(nahrané bylo 29. července 2022). A pokud při jeho sledování dostanete chuť na přísun čerstvého umění, vyrazte poté přímo do Galerie Lara. Výstavy se zde pravidelně střídají i nadále.

Jedenáctiměsíční rekonstrukce LD Dr. May ve čtyřech minutách

Příští rok uplyne deset let od zahájení rekonstrukce LD Dr. May. Náročnou přestavbu, jež trvala jedenáct měsíců, jsme dokumentovali s fotoaparátem v ruce.

Z výsledných snímků jsme pak poskládali tři a půl minuty dlouhé video. Jmenuje se „Rekonstrukce LD dr. Maje v letech 2015–2016“ a najdete ho jak na našem youtube, tak ve vysílání TV Ondřejka.

Nové video o nových zvonech pro Čeladnou

Když v roce 2013 dostal čeladenský kostel sv. Jana Nepomuckého čtveřici nových zvonů, nemohli jsme u toho chybět s našimi kamerami. Ze záběrů Jirky Matýska a unikátních fotografií Jaroslava Kozla vznikl dokument, který mapoval několikaměsíční období od získávání financí přes odlévání zvonů až po jejich slavnostní svěcení. Premiéru měl v říjnu 2014.

O pár let později YouTube změnil podmínky používání hudby, a my jsme dostali varovné upozornění, že náš film obsahuje melodie chráněné autorskými právy. A tak jsme se pustili do „remasterování“. Vyměnili jsme problematické hudební pasáže a znovu natočili i komentář.

Upravenou verzi „Čeladenských zvonů“ můžete na našem profilu sledovat od března roku 2019, sedmnáctiminutový snímek je také dodnes součástí programového schématu televizního vysílání. ■



Horní dva snímky jsou z vernisáže jubilejní 100. výstavy v Galerii Lara, která se uskutečnila v červenci 2022. Obrazy kytic výtvarnice Anny Borské tehdy přilákaly mnoho návštěvníků. Výstavy v galerii se mění po šesti týdnech, nenechte si žádnou z nich ujít.
Foto: Josef Konečný a Stanislava Slovácová



Uprostřed vlevo: Rekonstrukce LD Dr. May v letech 2015–2016 musela být mnohem rozsáhlejší, než se plánovalo. V pozadí je vidět budova Apartmánového domu Lara. **Vpravo** je snímek původního schodiště, které se podařilo zachránit a slouží v budově dodnes.
Foto: Petr Lanča



Dolní dva snímky zachycují odlévání čtyř zvonů v dubnu a v květnu 2013. Podobných unikátních záběrů obsahuje video o nových zvonech pro Čeladnou celou řadu. Když povážíte, že zvony se pořízují na stovky let, stojí za to si na toto video v TV Ondřejka počkat.
Foto: Jaroslav Kozel

ROSKA

jako osvěžující rosa

Pacientům s roztroušenou sklerózou pomáhá Unie Roska zvládat úskalí jejich nemoci desítky let

Andrea Anderle Adamová, Jan Neuwirth

Unie Roska jako samostatná organizace navázala hned po roce 1989 na práci několika klubů Roska, které působily již řadu let předtím v rámci tehdejšího Svazu invalidů. Název ROSKA vznikl spojením počátečních písmen názvu nemoci. Cílem jejich zakladatelů bylo především zpřístupňovat informace o roztroušené skleróze a různými způsoby pomáhat pacientům, kteří touto nemocí onemocněli. ROSKA organizuje činnosti směřující ke zlepšení a udržení tělesného i duševního zdraví svých členů.

V češtině se pro roztroušenou sklerózu používá zkratka RS. V angličtině má název Multiple Sclerosis a zkratku MS, kterou obsahuje logo Unie Roska v Česku. Ta se stala v roce 1990 plnohodnotným členem světové federace MSIF – Multiple Sclerosis International Federation. V současné době sdružuje více než 20 regionálních organizací po celé České republice.

Co je roztroušená skleróza?

Roztroušená skleróza je autoimunitní onemocnění centrálního nervového systému. RS je nevy léčitelná, chronická a proto velmi obávaná nemoc. Postihuje mozek a míchu a má různé projevy, z nichž časté jsou poruchy hybnosti končetin, řeči nebo zraku. Typickým znakem je také velká únava. RS ovlivňuje schopnost nervových buněk (neuronů) v mozku a míše spolu vzájemně komunikovat. Nervové buňky spolu komunikují prostřednictvím vysílání nervových vzruchů přes dlouhé neuronové výběžky axony (neurity), které jsou obaleny v izolační látce nazývané myelin. Ten významně urychluje vedení nervového vzruchu a zabraňuje jeho přenosu na okolní vlákna a struktury. Je bezpodmínečně

nutný ke správné funkci centrální nervové soustavy. Při RS napadá imunitní systém myelin a ničí jej. To v důsledku znamená, že axony již nadále nejsou schopny účinně přenášet nervové vzruchy.

Dobrá zpráva pro pacienty s RS je, že průběh nemoci je velmi individuální a lze ho výrazně ovlivnit léčbou a životním stylem.

Roztroušenou sklerózu má v Česku odhadem 22 000 lidí a jejich počet pozvolna stoupá, každoročně přibližně o 700. Nemoc většinou propuká brzy, kolem 31. roku věku.

Rehabilitace pacientů s roztroušenou sklerózou

Proč o této nemoci píšeme na stránkách Fontány? Rehabilitační centrum Čeladná je jedním ze zdravotnických zařízení, ve kterých absolvují rehabilitační léčbu také lidé s RS.

Stejně jako u většiny našich pacientů i u těch s diagnózou RS je rehabilitační program sestavován individuálně dle aktuálního stavu a projevů nemoci. Jeho součástí jsou v základu fyzioterapie, ergoterapie a logopedie doplněné ostatní

pohybovou léčbou – skupinová cvičení v bazénu, v tělocvičně, nácvik relaxačních technik, čchi-kung, nordic walking a další. V posilovně pak bývá oblíbené a efektivní cvičení v systému Redcord®. Pomocí mohou být i procedury fyzikální terapie či vodoléčby.

Velmi pozitivní účinky udávají pacienti s RS po absolvování celotělové chladové terapie. Do Polaria, které jsme v roce 2004 jako první v republice zprovoznili, k nám jezdí „roskaři“ ze širokého okolí.

Cílem rehabilitační léčby je zlepšení funkční mobility, svalové síly, aerobní kapacity, snížení únavy a celkově tak zlepšení kvality života.

Na dalších stránkách si můžete přečíst článek naší pacientky – a pravidelné dopisovatelky – Romany Konečné. Ona i její přítel mají RS mnoho let a na rehabilitaci do RC Čeladná jezdí pravidelně každý rok. O prožívání své nemoci píše paní Romana velmi otevřeně. Navíc je velmi aktivní ve své domovské Rosce Brno-město. Výčet činností ve prospěch stovky nemocných, kteří jsou členy této regionální organizace, je skutečně

obsáhlý: klubová setkání, rekondiční pobyty v přírodě, odborné přednášky, rehabilitační cvičení a plavání, jazykové kurzy, trénink paměti, výstavy, koncerty, divadelní spolek, ergoterapeutická dílna, půjčování rehabilitačních pomůcek. O některých z nich si můžete přečíst v jejím článku.

I Stručná statistika

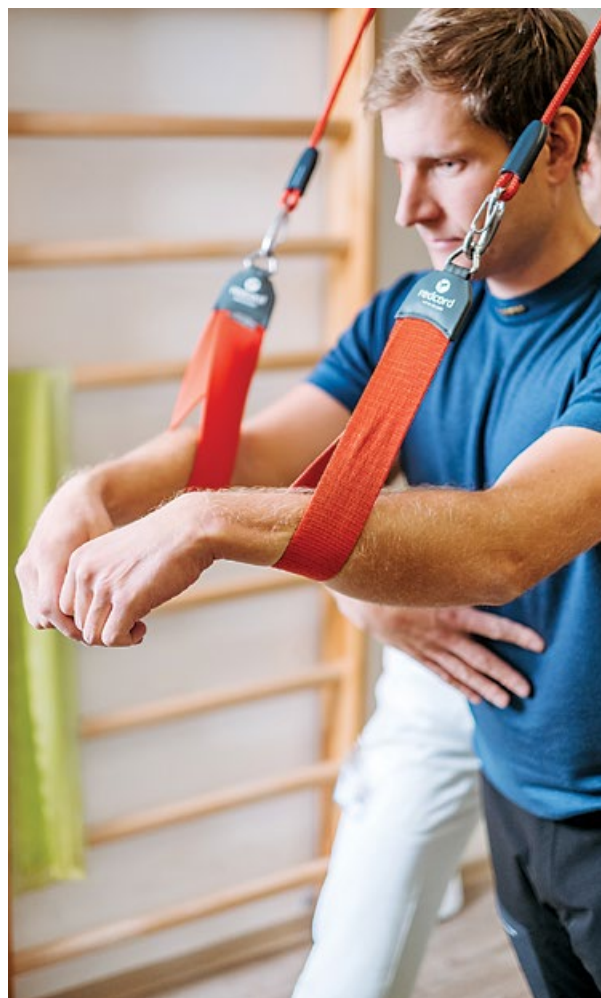
Kolegyně z příjmové kanceláře nám poskytly údaje o počtu přijatých pacientů s roztroušenou sklerózou, které zjistily z databáze našeho informačního systému. Známe proto jejich přesný počet – ale pouze v případech, kdy je roztroušená skleróza uvedena na jejich žádosti k léčbě jako hlavní diagnóza. V roce 2022 to bylo 32 osob, v roce 2023 pak 45.

Řeknete si možná, že je to zanedbatelné číslo v poměru k počtu bezmála tří tisíc

u nás léčených pacientů ročně. Tak to ale není, protože počet přijatých lidí, kteří roztroušenou sklerózou trpí, je ročně mnohem vyšší. RS je totiž uváděna též jako vedlejší diagnóza, ta se ale v systému neneviduje. Bývá to tak hlavně u pacientů posílaných na rehabilitaci po zlomeninách a mnoha dalších úrazech, které si mohou v důsledku tohoto onemocnění způsobit.

Většinou se jedná o lidi přicházející z různých místních organizací Rosky a často se dozvíme, že informace o léčbě v našem rehabilitačním centru získali právě na půdě své domovské organizace od jiných členů, kteří jim naše centrum doporučili.

A tak je Roska opravdu tou symbolickou osvěžující rosou, která přináší novou naději v podobě pomoci a podpory pacientům, kteří touto nemocí onemocněli. ■



Cvičení v posilovně v systému Redcord® je u pacientů s roztroušenou sklerózou oblíbené a efektivní.



Skupinové cvičení v bazénu může být pro pacienty s RS vhodný typ pohybové léčby. Rehabilitační program je sestaven individuálně a stanovuje ho lékař při přijetí pacienta.

Romana Konečná:

Vnímám zpěv ptáčků, pozoruji mraky plující na obloze, kapičky rosy lesknoucí se na trávě...



Romana Konečná (první zleva) s dalšími členkami Rosky Brno-město na Dni seniorů v Brně-Lesné v září 2023. Je vidět, že aktivně se podílet na činnostech Rosky jí dělá velkou radost.

Přibližně po roce jsme s přítelem 15. 5. 2024 opět s radostí nastoupili na léčení do RC Čeladná. Celkově již popáté, dvakrát jsme byli v LD Polárka, dvakrát v LD Dr. Storch II a nyní poprvé v LD Dr. May. Krásný pokoj s výhledem do areálu nás velice potěšil, stejně tak i ochotné sestřičky, které nám hned nabídly pomoc při nastěhování. Bylo to od nich opravdu velice milé a vše šlo jako po drátku, k tomu s milým úsměvem. Patří jim veliké DÍKY. Na léčení jsme se, jako vždy, velice těšili a byli jsme připraveni na nejméně 28 dní. Bohužel pro velký zájem a obsazenost jsme letos mohli rehabilitaci čerpat pouze 21 dní. Ale i za to DÍKY.

Jsme pacienti s roztroušenou sklerózou a tato pobytová lůžková rehabilitace, kterou jednou ročně využíváme, je pro nás velkým přínosem. Čerpáme z ní doslova přímou úměrou. Čím delší rehabilitační pobyt absolvujeme, tím déle optimálně „fungujeme“ po návratu domů. Jako bychom si přivezli zásobu v batůžku a pak postupně vybalovali a čerpali z ní.

Za ta léta s naší nemocí stále „poznáváme“ své tělo, učíme se vnímat, co mu prospívá či škodí. Některé věci je potřeba podpořit a jiné vynechat, případně minimalizovat. Každý jsme jiný, a tak stejná věc nemusí být tou pravou pro druhého. Zkušenosti si však předáváme, zkoušíme, selektujeme. Vybíráme si, co nám „sedí“.

Velice důležitá je relaxace a odpočinek. Zde platí, že každý odpočívá jinak. Já například potřebuji odpočívat nejen pasivně, ale i aktivně. Delší pasivní odpočinek je pro mne „bolest“. Proto každé ráno, když vychází slunce, chodívám na vycházku do krásné okolní přírody. Naberu tak energii na celý den. Někdy jdu prvně na krátkou rozcvičku do pyramidy a teprve pak se vydám dál. Cestou vnímám zpěv ptáčků, pozoruji mraky plující na obloze, kapičky rosy lesknoucí se na trávě. Trhám čerstvé bylinky, které následně louhuji ve studené vodě, nejlépe z místního pramene. Získávám tak lahodný nápoj. Začíná nový den, já za něj děkuji a jsem připravena přijímat procedury.

V RC Čeladná jsme byli vždy spokojeni, a proto rehabilitační pobyt doporučujeme i dalším „roskařům“, nejen z naší domovské organizace Roska Brno-město. Někteří možnost rehabilitace u vás již využili a někteří se k tomu chystají. Naším členům pokaždé ráda přivezu aktuální číslo časopisu Čeladenská fontána.

Moc mě baví domlouvat, zařizovat a aktivně se na všem podílet, to jsem „já“. Velice ráda domlouvám různé besedy pro naše členy, ať už zdravotní, nebo jiné. Nedávno jsme například měli debatu o čokoládě a jejím pozitivním vlivu na kognitivní funkce.

Letos chystáme v kavárně Pohoda v Tišnově od 4. 11. do 31. 12. výstavu nejen našich výrobků arteterapie, ale i dalších šesti pobočných spolků Unie Roska.

Vernisáž 22. 11. svým vystoupením okoření Zam@ilování (Duo Jarka a Ďoďo). Program pozvolna přejde v „Kytaránky“, které probíhají pravidelně již od roku 2017. Přítel hraje a zpívá nejen folkové písně. On je ten, který je vždy přítomen a připravuje repertoár, k němu se přidají další 2–3 kytaristé, občas harmonika, mandolína.

Nemohu sedět někde za stolem a číst nebo pasivně odpočívat, neboť mám hned potíže, které mne depřimují, a vyloženě strádám. Bohužel. Jsem si vědoma toho, že odpočívat musím – to jsem se musela naučit! Víím, jaký odpočinek mi vyhovuje a jak musí být časově dlouhý, aby byl pro mne prospěšný. Prostě každý jsme jiný, každý potřebujeme něco jiného, abychom i přes svou nemoc byli spokojeni... ■

CO DĚLAJÍ V ROSCE BRNO-MĚSTO?

Olga Rubinová

O činnosti Rosky Brno-město nám podrobně napsala její předsedkyně Ing. Olga Rubinová, Ph.D.:

„Brněnská Roska patří k největším pobočným spolkům a nabízí široké spektrum aktivit. V první řadě jsou to pravidelná cvičení a plavání, která běží každý týden celý školní rok. Několikrát ročně organizujeme týdenní rekondiční pobyty v přírodě. Jejich náplní je opět cvičení, procházky v lese a také posilování sociálních vazeb a společná zábava se zpěvem a tancem.

Na našich stránkách (www.roska-bm.cz) se podrobně dozvíte, jak naše organizace funguje, jaké akce svým členům nabízí, které z nich sama zajišťuje a pořádá. Kalendář akcí je aktualizován, a když nahlédnete, uvidíte, že se opravdu nenudíme.

Naším nejnovějším projektem je hipoterapie v TJJ Lucky Drásov nedaleko Brna. Tento jezdecký klub se zabývá zejména voltiží a paravoltiží, ve které slaví úspěchy i v celorepublikovém měřítku. Začali jsme tu s tréninkem paravoltiže na podzim 2023 a po roce vidíme úspěchy. Podařilo se nám na tuto aktivitu získat podporu od Nadace Jakuba Voráčka, čímž se pravidelné měsíční tréninky staly přístupné pro širokou členskou základnu. Na příští rok plánujeme celý rehabilitační týdenní pobyt s paravoltiží.

Na podporu lidí s roztroušenou sklerózou pořádá celostátní akce také Nadační fond Impuls. Jaro začíná

Maratonem s roztroušenou sklerózou a na prahu léta sázením slunečnic rozsvěcujeme Českou republiku. Tyto akce probíhají na mnoha místech ČR.

Mezi pravidelné aktivity jsme letos zařadili kromě cvičení těla a paměti také arteterapii, která podporuje jak estetické cítění, tak motorické dovednosti, soustředění a pozornost. Jejím výsledkem jsou drobná umělecká díla, která potěší nejen autory, ale udělají radost také lidem, kteří navštíví náš stánek na městských slavnostech, dnech seniorů a rodin. Kromě našich výrobků tak zařazujeme ukázky domácího cvičení s jednoduchými rehabilitačními pomůckami a zveme všechny kolemjdoucí, aby si je vyzkoušeli. Máme sety ortopedických masážních podlah, bosý chodníček, různé masážní pomůcky. Program dokážeme uzpůsobit dětem, dospělým i seniorům. Máme radost, když jsou návštěvníci příjemně překvapeni, jakou škálu různých pomůcek mohou i zdraví lidé využít. Účastnili jsme se například akcí Babí léto, Dětský den, naše Roska byla také na Městských slavnostech Brna-severu.

Vedle jednodenních venkovních akcí pořádáme i delší výstavy v městských knihovnách nebo kavárnách s galerií, čímž opět jak sobě, tak světu ukazujeme, že nechceme stát na okraji společnosti, ale být její živou součástí a příkladem toho, jak přes různé hendikepy žít kvalitní život.“ ►



Nahoře: Rozsvítíme Brno, každoroční akce pořádaná NF Impuls na podporu osvěty o RS ve společnosti, sází se slunečnice na vyjádření schopnosti se dívat v životě na jeho kladné stránky; zde sázíme v Otevřené zahradě Nadace partnerství v Brně.

Dole: Brno Lesná, 2023, Den seniorů (23. 9.). Ortopedické čtverce – bosý chodníček – ocenily i děti. (Čtverce používáme při našem pravidelném cvičení, vozíme si s sebou na rekondice, zakoupili jsme na www.spokonozka.cz.)





Nahoře: Světový den roztroušené sklerózy (World MS Day) se koná každoročně 30. května. V rámci něj probíhal osmý ročník sázení slunečnic. Tato akce je součástí širší kampaně zaměřené na zvyšování povědomí o roztroušené skleróze a podporu lidí, kteří s touto nemocí žijí. Sázení slunečnic symbolizuje naději a solidaritu s těmi, kteří bojují s MS. Letos jsme po předchozí domluvě, zvážení a přípravách mohli vysadit slunečnice v areálu FN Bohunice, kam většina našich „roskařů“ chodí do RS centra ke svému lékaři. Proto se nám toto místo jevílo jako nejvhodnější. Sázení slunečnic se zúčastnili i naši ošetřující lékaři a zdravotní sestry.

Dole: Novou aktivitou je od roku 2023 hipoterapie v TJJ Lucky Drásov nedaleko Brna. Tento jezdecký klub se zabývá také paravoltilží. Na snímku je na koni Romana Konečná pod vedením trenérky Petry Cinerové.



*Čas od času nás zaujme nějaký text, o němž si říkáme, že by bylo dobře, kdyby si ho přečetli i ostatní. Takže „čteme pro vás“. Už před delší dobou nás zaujala kniha **Aramejský Otčenáš**. Jejím autorem je **Neil Douglas-Klotz**, nezávislý badatel v oblasti náboženství a psychologie a odborník na srovnávací religionistiku. Knižka je to útlá formátem i obsahem (má jen 120 stran), ale pokud se do ní začtete, jedenkrát to nebude stačit. Proto jsme se rozhodli na ni upozornit. Docela výstižné je vyjádření autora předmluvy Matthewa Foxe: „Upozornění pro čtenáře: Tato kniha je sice krátká, obsahuje však zárodek revoluce.“*

ARAMEJSKÝ OTČENÁŠ

Andrea Anderle Adamová

Jak může být zárodkem revoluce knížka, pojednávající o nejznámější a nejcitovanější Ježíšově modlitbě „Otčenáš“ (ze 6. kapitoly Matoušova evangelia v biblickém Novém zákoně), jejíž znění ovládají i lidé, kteří se prohlašují za nevěřící? Hlavním důvodem je skutečnost, že přináší nový pohled na význam jednotlivých veršů. Zakládající ředitel fakulty Institutu kultury a tvoření spirituality v Oaklandu v Kalifornii Matthew Fox v předmluvě vysvětluje: „Je zřejmé, že podobně jako díla jiných mystiků je i překlad bible ovlivněn ideologií a světovým názorem překladatele... Dnešní studium bible klade nároky na studenty, pokud jde o rozumové poznání, a dělá málo pro to, aby bylo obohaceno poznání srdce... Mystika se zřídka objevuje v textech překladatelů, kteří se soustředili na slova, a nikoli na hudbu ducha a záměr autora... Tato kniha může v čtenáři probudit mystika stejně, jako se to stalo těm, kdo slyšeli Ježíšova slova před dvěma tisíci lety.“

I Ježíš mluvil aramejsky

Neil Douglas-Klotz se snaží znovu oživit aramejštinu – původní jazyk Blízkého východu, kterým mluvil Ježíš. (Tuto skutečnost dnes již nikdo nezpochybnuje, protože se aramejsky mluvilo v prostředí, odkud pocházel. Hebrejšтина byla



tehdy pouze jazykem učenců.) Jako zdroj používá autor verzi syrského aramejského rukopisu evangelia, známého pod názvem Pešita, který byl zveřejněn v roce 1901 a pravděpodobně pochází ze 2. století našeho letopočtu.

Proč je to důležité? Rukopis Pešity je Ježíšovu způsobu myšlení blíže než jakékoliv pozdější řecké pojetí. Aramejšтина je výrazově bohatá a podobně jako další starověké jazyky umožňuje mnoho různých výkladů. Ke zmatení formulací došlo, když překladatelé pracovali s latinskými překlady z řečtiny, protože už v nich byla aramejšтина špatně interpretována.

Zkoumání Ježíšových výroků a jejich překlad ze zdroje, který je jeho době v místě i čase nejbližší, může přinést překvapivá zjištění.

I Neuved' nás v pokušení

Jako příklad, jak autor pracuje s jednotlivými významy aramejských slov a vět, jsem vybrala předposlední verš této modlitby, který v překladu do češtiny zní v Bibli kralické takto: „I neuvod' nás v pokušení, ale zbav nás od zlého“. Nevím, jak to máte vy, ale já jsem právě tomuto výroku nikdy nemohla přijít „na kloub“. Proč by mě měl Bůh uvádět v pokušení, nebo naopak zbavovat od zlého? Prostě jsem věděla, že tomu nerozumím.

A ejhle! Podívejte se, jaké jsou varianty překladu z aramejštiny v kapitole 7:

– *Nedej, aby nás oklamal povrch věcí, ale osvobod' nás od toho, co nás zdržuje od pravého cíle.*

– *Nedej, aby do nás vstoupilo zapomnění a pokoušela nás falešná zdání.*

– *Ochraň nás, ať nehromadíme falešné bohatství a nemusíme se stydět za to, že jsme nepomohli včas.*

A ještě čtyři další, neméně srozumitelné a různorodé varianty překladu najdeme v této pasáži. Jak na ně autor přišel?

Tři hlediska zkoumání Ježíšových výroků

Tradice původní mystiky Blízkého východu vede k závěru, že na každou větu svatých učení je třeba nahlížet ze tří hledisek: intelektuálního, metaforického a univerzálního (neboli mystického). Z prvního, intelektuálního hlediska se zvažuje vnější význam slov, který se v dnešní době označuje jako doslovný význam. V mystice Blízkého východu může mít každé aramejské slovo více „doslovných“ významů.

Například výraz pro „zemi“ v aramejštině nese také význam „zemitosti“, „přirozené plnosti přírody“ a „všeho, co se zjevuje v různých formách“.

Z druhého, metaforického hlediska se zkoumá, jakým způsobem se může vyjádření stát podobenstvím pro individuální život. Je na

čtenáři, aby probudil svoji citlivost a skutečný význam sestavil z několika možných doslovných překladů.

Z třetího, univerzálního či mystického hlediska jde o to obsáhnout bezeslovný zážitek a jít za pochopení modlitby jako pouhé prosby. Zde neexistují žádné předem dané odpovědi a záleží na každém, jaký postoj zaujme.

Inspirativní a obohacující zážitek

Neal Douglas-Klotz přistupuje k Ježíšovým slovům jako překladatel, básník a učitel mystiky spíše než jako teolog. V podstatě pečlivě formuluje verze a komentáře, které by měly čtenáře přivádět zpět k vesmírnému řádu, který je dědictvím všech původních tradic lidstva. V Ježíšových slovech se myšlenkový, obrazný a obecný význam navzájem

nevyklučují. Je dobré mít na paměti všechny možné významy posvátných slov a modliteb a nechat je na sebe působit. Působí nejen svými významy, ale také přímo zvukovou frekvencí hlásek a slov. Verše této modlitby v aramejštině mají proto navíc hluboký léčivý a spirituální účinek.

Rozhodně to není čtení těžké na pochopení. Spíše je překvapivé, osvěžující a vedoucí k zamyšlení. A možná vám tato publikace stejně jako mně přinese odpovědi na otázky, u kterých jste na hledání odpovědi rezignovali. Stejně objevná je i druhá část knihy, která se podobným způsobem věnuje blahoslavenstvím vysloveným ve známém Kázání na hoře (zachyceném v 5. kapitole Matoušova evangelia).

Přeji vám mnoho radosti. ■

K zamyšlení...

Následující text se objevil nedávno na sociálních sítích, a protože jeho obsah stojí za zamyšlení, rozhodli jsme se v redakci nabídnout ho čtenářům Fontány.

Autorství textu je připisováno reportérovi ze Skynews Australia, ale to se nám nepodařilo ověřit z dalšího nezávislého zdroje.

AI Copilot v Microsoft Bingu vygeneroval/a následující odpověď: „Zdroj tohoto textu není jednoznačně identifikovatelný z dostupných informací. Text se často objevuje na různých internetových fórech a sociálních sítích, kde je sdílen jako **kritika lidí mladší generace a jejich životního stylu**. Pokud potřebujete přesný zdroj, doporučuji provést podrobnější vyhledávání nebo se obrátit na odborníky na citace a autorská práva.“

Podrobnější pátrání by bylo nejspíš ztrátou času, když ani AI neuspěla. A tak zde je zmiňovaný text.

„Jste první generace, která má klimatizaci v každé učebně, vaše výuka je založená na počítači, televizi máte v každé místnosti, elektronické prostředky můžete využívat celý den. Místo chůze do školy využíváte všechny typy přepravy spalovacími motory. Spoustu z vás dokonce vezou rodičovským taxíkem do třídy. Jste zatím největším spotřebitelem spotřebního zboží v dějinách lidstva. Všichni si pořád kupujete nové oblečení, abyste byli trendy, i když loňské

věci jsou v pohodě. Těžko si někdo z vás umí spravit oblečení, netušíte, jak zvládnout jehlu, natož si vyměnit zip. Zahodilo se to, co drží. Svoje protesty oznamujete prostřednictvím digitálních a elektronických prostředků. Telefon a tablet jsou online 24 hodin. Se všemi svými elektronickými hračkami jste největšími uživateli energie.

Lidé, před protestem vypněte klimatizaci, telefony, počítače, Xboxy, Playstations a přečtěte si knihu, udělejte si vlastní sendvič, místo toho, abyste ho kupovali připravený v plastovém obalu. Víím, že se nic z toho nestane, protože jste sobečtí, špatně vycvičení, manipulovaní lidmi, kteří vás využívají a říkají, že děláte vznešenou věc, zatímco se bavíte a užíváte si nejšilnější západní luxus. Probudte se a držte svou rozmazlenou hubu. Najděte fakta před protestem a začněte zlepšovat svět sami u sebe a nevyhlašujte za pachatele lidi, kteří žili celý život udržitelně. Nic jste v životě nedokázali, všechno vám vybudovali lidé, kteří jsou v před- a důchodovém věku nebo dnes nežijí.“

Posuďte sami, nakolik text koresponduje s vašimi názory. Kolik je vám let?

Demolition Woman

Žaneta Škodáková

Všichni, co moje články čtete, víte, že bych Čeladnou minimálně posledních 20 let nejrady nosila na ruce. Přesto ji úspěšně, ovšem zcela nechtěně, postupně demoluji. Jistě si pamatujete, jak pode mnou rupla postel. Proto jsem se letos hned po příjezdu a vstupu do pokoje jala prozkoumat, jakou postel mám. A vrátila jsem blahem. Krásná, bytelná, polohovací. To se to bude všem mým kilům spokojeně vrtět.



Žaneta Škodáková. Stále usměvavá...

Hned první večer s mou milou Andrejkou jsme se rozhodly ji vyzkoušet. Já si plánovala, jak si postel celou zvednu a bude se mi krásně koukat na milované hory za oknem, které považuji za hřích zavřít, neb takový výhled nikde nekoupíš.

O tom, že Andrejka v noci mrzne, protože ho fakt nezavřu, radši pomlčím. Přes otevřené okno prostě nejede vlak, zato přes něj jela postel. A to hned, když jsem něco namačkala na jejím ovladači.

Stála jsem v tu chvíli k oknu zády, kochala se tím, jak vysoko čelo postele jede, a v tom Andrejka vykřikla: „Okno!“ a já uviděla jen, jak nadzvednuté okno vyjíždí z pantů,

až celé sekundu visí ve vzduchu, než ho chytnu.

A chytila jsem taky záchvat smíchu. Z toho, že jsem opět demoliční jednotka. Nežůstala jsem v tom sama, Andy hýkala na celý pokoj a válela se po své polohovací, ovšem bezpečně nezvýšené posteli.

Když jsme vyplývaly všechny citoslovce, radily jsme se, co počít. Já tvrdila, že v pět hodin odpoledne je zbytečné stresovat sesternu, že už zde žádný opravář nebude. Andy zahlásila, že musíme volat hned, aby bylo jasné, že jsme to neudělaly úplně na mol. Tomu nešlo odporovat. Poté,

co se sestřička na sesterně do-smála, oznámila, že to bude řešit hned, ovšem skromnost Andrejky povídá:

„Myslím, že nemusíte, má být tropická noc,“ a to mě jako argument opět spolehlivě svalilo dusící se smíchy na postel.

Běžně pobíhám po pokoji polonahá, Andrejka je v tomto velice tolerantní. Napadlo mě ovšem, že pan opravář tak tolerantní být nemusí, a jala jsem se rychle obléct. V tom už klepal a já se jen stihla polooblečená svalit pod prostěradlo.

Byl usměvavý, hezký a moc mile se ptal, cože jsme prováděly. My dvě záhadně mlčíme, odhodlané vše zapřít a všichni tři na sebe hodnou chvíli hledíme. Jenže já mám strašně nepohodlnou blbou vlastnost, neumím lhát. A tak mu povídám, že jsme polohovaly a že mají to okno úplně blbě vymyšlené. A s pocitem, jak jsem věčně kritická, se napřímím na posteli, až mi jedno rameno triumfálně sjede a odhalí mírně povislé levé ňadro. Čas a prostěradlo prostě nezastaví.

Pan opravář při pohledu na mě tento jev našťestí zcela přejde, ale v očích má neskrývanou úvahu, zda jsem opravdu tak mdlého rozumu, a odpoví: „Tak si to okno na chvíli zavřu, ne?“ To jsme vybuchli smíchy všichni tři a jeho hlasité chechtání znělo ještě z chodby, kudy odcházel. ▶

► Když už jsme ho neslyšely, zasněně povídám: „Ten byl tak hezkej, a já tady nahá. A vůbec to nebylo genderově vyvážené, měl vlastně být nahý taky, asi tu službu budu reklamovat.“

Zase jsme se řehtaly jak koně a to je přece vždycky fajn, i když u toho občas něco zdemolujete.

Myslím, že Čeladné se příště vyplatí na můj pobyt povolat celou četu opravářů, neb se mnou jeden nikdy neví. A když to bude genderově vyvážené, budeme všichni spokojení... ■



Dokázali byste vymyslet poutavější reklamu na náš časopis? Aneb nad Čeladenskou fontánou se také zasmějete...

Žaneta a její spolubydlící Andrea letos v létě s novým vydáním Fontány. ■

Poznámka šéfredaktorky: S paní Žanetou Škodákovou se znám 16 let. Nešlo si dost dobře nevšimnout její nožní protézy, ale asi neuhodnete, kdy to bylo. Poprvé mě tato energická žena s medovými vlasy zaujala svým radostným tancem a veselostí na jednom z hudebních programů v restauraci U Sestřiček. Při jiné příležitosti jsme si popovídaly o její práci hotelové recepční a od té doby si ji pamatuji jako ženu s úžasným smyslem pro humor a vůlí k životu přes všechny překážky a různá omezení. Ty dovede brát s obdivuhodným nadhledem a často si dělá legraci sama ze sebe, o čemž svědčí mimo jiné i její příspěvky na facebooku. Ty nikdy nevynechám, stejně jako několik dalších zaměstnanců rehabilitačního centra.

A tak, když jsme se jednou sešly na kávu probrat novinky, napadlo mě nabídnout jí větší prostor v našem časopise. Potěšilo ji to a doma se do tohoto úkolu vrhla s vervou sobě vlastní.

*Její první příspěvek s názvem **Bazén** vyšel v poslední Fontáně roku 2022. Ve třech číslech v roce 2023 vyšly postupně povídky **Tanečky, Rok 2012 a Zpátky v čase**. První letošní číslo přineslo její příspěvek s názvem **Divoká noc** a v létě překvapila svou stálou spolubydlící Andrejku stejnojmennou historkou **Andrejka** z jejich loňského pobytu. Tato **Demolition Woman** je v pořadí sedmou povídkou naší stálé dopisovatelky a vrací se v ní do letošního července, kdy je každoročně – jak sama říká – její „lázeňská sezóna“.*

Radost spolupacientů z jejího humoru a tvorby pro Čeladenskou fontánu nás obě utvrzují v tom, že ve spolupráci je třeba pokračovat. Věřím, že svými postřehy Vás bude těšit i nadále. (K jejím předchozím povídkám se můžete vrátit na webu RC Čeladná, kde v záložce O nás – Časopis Čeladenská fontána najdete ve formátu pdf všechna dosud vydaná čísla.)

Vyhlídková místa s panem Jiřím

***Jak nejlépe strávit sobotní odpoledne v lázních?
Jedte na výlet s panem průvodcem Jiřím Stejskalíkem***

Jana Lišková



Z vyhlídkového místa na Ondřejníku. Průvodce Jiří Stejskalík uprostřed, po jeho levici v kšiltovce autorka článku Jana Lišková.

Během svého lázeňského pobytu jsem využila nabídky výletu pro pacienty RC Čeladná na vyhlídková místa a rozhodně jsem neprohloupila. Jednak bych se tam asi sama nedobelhala (ale to není až tak podstatné), jednak, a to je to nejdůležitější, bych se ochudila o nezapomenutelné zážitky s naším průvodcem, panem Jiřím.

Ten nejenže nás bezpečně vyvezl na nejrůznější místa vysoko v horách, na Ondřejníku, kostel v Borové a další krásné vyhlídky, ale hlavně nám celou cestu jakožto dlouholetý člen Klubu českých turistů zaslíbeně vyprávěl o všem možném i nemožném z blízkého i vzdálenějšího okolí. Ale to zdaleka nebylo všechno.

Na každém ze zastavení jsme měli určitou dobu na rozchod a prohlídku. Tam nám pan Jiří vždy

připomněl, že pokud dorazíme včas, bude mít pro nás nějaké překvapení. Dali jsme si tu „práci“ a k autu jsme se pokaždé vrátili ještě o něco dříve. A udělali jsme dobře. Odměnou za naši dochvilnost nám byl nejen přednes nejrůznějších veršů světové poezie v češtině i původních jazycích (zazněly tu básně Shakespeara, Goetha, ... a už si ani nevzpomenu, koho ještě), ale i vlastní mládenecká poezie.

Beskydský pivovárek v Ostravici, kam nás pan Jiří zavezl nakonec, byl už jen místem pro společné sdílení úžasných zážitků (po celou tu dobu na nás „pan šofér“ trpělivě čekal v autě).

Domů jsme se vraceli za zpěvu valašských písniček. Litovali jsme jen toho, že vše tak rychle uteklo. ■



Paní Jana Lišková nám spolu s článkem a fotografií ze společného výletu pacientek na vyhlídková místa poslala ještě další fotografie. Tyto čtyři nás zaujaly nejvíce, protože jsou pěknou ilustrací jejího vztahu k výtvarnému umění. (Asi jste nahoře poznali dílo z venkovní sbírky čeladenského Miura Art Hotelu /Hvězdy od Čestmíra Sušky/ a kostel sv. Ignáce v Malenovicích-Borové.) Další dva žánrové snímky představují lákadla naší cukrárny a kavárny. Můžeme prozradit, že je profesorkou češtiny a výtvarné výchovy na Střední škole grafiky a médií v Olomouci. Studenti této školy jsou evidentně v dobrých rukou. Posíláme pozdravy do Olomouce a děkujeme!

Všem okolo doporučuji

Vaše zařízení

Dobrý den, pane řediteli.

Jsem sice z „lázní“ (LD Polárka) doma už od 15. ledna, ale stále mám výčitky, že jsem ještě neposlal poděkování za služby a za péči, kterou jsem zde zažil. Děkuji tímto paní staniční, paní doktorce, všem fyzioterapeutkám, sestřičkám a nezdravotnímu personálu. Všichni odvádějí skvělou práci. Všem okolo doporučuji Vaše zařízení, a pokud budu muset znovu opakovat rehabilitační pobyt, nedovedu si představit, že by to bylo někde jinde. Rád se k Vám budu vracet.

Poděkujte, prosím, za mne celému osazenstvu LD Polárka. S pozdravem
Antonín Váňa, Val. Meziříčí

Mé obavy se zcela rozplynuly

Dobrý den, ve dnech 15. 4. – 6. 5. 2024 jsem rehabilitovala ve Vašem RC Čeladná. Ubytovaná jsem byla v léčebném domě Kněhyně. Jedná se o mou první zkušenost, a proto jsem sem přijela s pocitem obavy a nejistoty.

Avšak již při přijetí primářem MUDr. Miroslavem Zajoncem a poté díky kolektivu zdravotních sester a ošetřovatelek pod vedením paní Moniky Mladěnkové se mé obavy zcela rozplynuly. Přestože je jejich práce náročná, byly vždy ochotné pomoci, vyhovět, a to vše s úsměvem na rtech. Profesionální odborně vedené léčebné procedury Mgr. Josefa Klusky, Michely Holínkové, DiS., a Mgr. Pavla Kociána byly již jen třeshkami na dortu. Byla zde přísnost, ale i pochopení a snaha ulevit nám. Všichni výše jmenovaní svoji práci odvádějí skvěle.

Vážený pane řediteli, a to je důvod napsání mého e-mailu. Je to mé poděkování.

Přeji Vám, abyste ve svém kolektivu RC Čeladná měl takovýchto výborně hodnocených zaměstnanců co nejvíce.

Alena Šidlová, Havířov

Zlepšujeme se pro vás



Dovolujeme si tímto informovat současné i budoucí pacienty o tom, že jsme zahájili další modernizaci Rehabilitačního centra Čeladná. Tentokrát pro Vás přistavujeme léčebný dům Kněhyně. Stavební práce již započaly, omlouváme se tedy tímto za případný diskomfort (dopravní omezení, zvýšený hluk a podobně). Provoz rehabilitační péče zůstává bez omezení.

Projekt „**Modernizace Rehabilitačního centra Čeladná**“ je spolufinancován Evropskou unií. Jeho předmětem je rekonstrukce a přístavba léčebného domu Kněhyně. (Vizualizace najdete na našem webu v aktualitách.)

Díky tomu se zvýší kvalita a dostupnost poskytované následné léčebně rehabilitační péče. Výsledkem bude mimo jiné i 34 nových jednolůžkových pokojů. Rehabilitace v soukromí jednolůžkových pokojů je naší prioritou. Jednolůžková Čeladná – zvýšení komfortu pro naše pacienty.

Jsou to mimozemšťané?



Snímek Václava Ďatky je z letošního extrémního závodu B7 (Beskydská sedmička). Účastníci zdolávají první vrchol na trase a stoupají po sjezdovce Malého Javorového.

Mimozemšťané? Skoro ano. Jako mimozemšťané se zdají odvážlivci, kteří na snímku zdolávají první vrchol na trase závodu B7 – Beskydská sedmička. To je extrémní vytrvalecký závod v délce 101 kilometrů. Jeho trasa vede z Třince do Frenštátu pod Radhoštěm a prochází přes sedm beskydských vrcholů – Velký Javorový, Travný, Lysou horu, Smrk, Čertův mlýn, Radhošť a Velký Javorník. Závodníci při něm zdolávají celkové převýšení přes 5 500 metrů a letos na konci srpna se konal již jeho 15. ročník.

Náš kolega Václav Ďatka si na účastníky závodu počkal v noci na sjezdovce Malého Javorového a těmi světly v dálce svítí město Třinec. Jistě se Vašek nebude zlobit, když prozradíme, že to místo si nevybral náhodně. On – i jeho manželka! – totiž B7 v minulosti úspěšně absolvovali, a tak trasu závodu znají dokonale.

Klobouk dolů před nimi i před letošním vítězem, jímž byl Marek Causidis ze Pstruží. Trasu absolvoval za neuvěřitelných 10 hodin a 37 minut, čímž zároveň vytvořil nový traťový rekord. Pro úplnost dodáváme, že v časovém limitu závodu 29 hodin dorazilo do cíle celkem 2 459 vytrvalců.

Tak extrémní závod určitě není pro každého, ale fotografie to je pěkná, co říkáte? ■

P. S.: Ani jsme v redakci netušili, že závod B7 v roce 2021 úspěšně absolvovaly také dvě kolegyně z oddělení v Léčebném domě Dr. May Michaela Strnadlová a Kateřina Zajacová. Jejich fotografie v den závodu před startem je na str. 6. (red)

Fotografická smršť v Galerii Lara

**V roce 2025 představí autoři pěti výstav
fotografie s velmi rozmanitými náměty**

Andrea Anderle Adamová

**Celkem se v příštím roce bude konat deset výstav, až na jednu výjimku se o ně podělí
výtvarnice. O možnost vystavovat u nás je rok od roku čím dál větší zájem, a tak jsou
termíny sjednané na několik let dopředu. Někdy tak dojde ke kouzlu nechtěného v podobě
tří výstav fotografií za sebou, v našem případě od konce letošního listopadu do března
2025. Tematicky budou ale všechny fotografické výstavy velmi rozdílné, a tak se určitě do
galerie zajděte podívat.**

I Krajina očima Eduarda Paška

V listopadu se u nás prodejně
výstavou *Krajina, jak ji vidím já*
podruhé představí fotograf Eduard
Pašek. První výstava v roce 2013
obsahovala autorovy snímky z Pro-
vence, a tak se necháme překva-
pit, které krajiny autor vybral tento-
krát. Navnadí vás fotografie, která
se na výstavě také objeví? Výstava
potrvá až do začátku ledna, může
to tedy být jeden z důvodů návště-
vy kavárny Lara třeba o vánočních
svátcích.

I Člověk a víra

Fotografie Romana Polácha za-
stupuje jednoho z autorů první vý-
stavy, která začíná v lednu příštího



Také tato fotografie se objeví na listopadové výstavě Eduarda Paška.

Výstavní plán GALERIE LARA v roce 2025

29/11 24 – 8/1 2025
10/1 – 19/2 2025
21/2 – 26/3 2025
28/3 – 7/5 2025
9/5 – 18/6 2025
20/6 – 30/7 2025
1/8 – 10/9 2025
12/9 – 22/10 2025
24/10 – 3/12 2025
5/12 24 – 7/1 2026

Eduard Pašek: *Krajina, jak ji vidím já*
Fotografický spolek *Člověk a víra*
Lenka Tomčíková: *Strípky z afrických cest*
Tereza Jeřábková: *Světlo ve tmě*
Olga Szymanská: *Souznění*
V klub (Fotoklub Frýdek-Místek)
Vladi Kalach: *Energie barev*
Pavel Strnadel: *Spříznění*
Anna Borská: *Z luk a strání*
Petra Sulyanová: *Mandal me in dots*

fotografie
fotografie
fotografie
malby na plátno
fotografie a verše
fotografie
enkaustika, energetické obrazy
obrazy
obrazy
mandaly

roku. Půjde o zřídka vídané snímky z tak důvěrné oblasti, jakou je lidská víra. Ptáte se, jestli lze víru a duchovní postoj vyfotit? Přímou samozřejmě ne, ale které situace a činy v životě člověka jsou otázkou víry a které ne? Přijďte se podívat, možná zde odpověď najdete. Půjde o snímky několika autorů působících ve spolku, který se zabývá těmito tématy napříč církvemi u nás i za hranicemi.

Na svých stránkách (www.clovekavira.cz) se představují takto: „*Fotografický spolek Člověk a Víra se začal rodit v roce 2011. Jeho prvním cílem bylo rozvíjet křesťanskou fotografii jako do té doby opomíjený žánr a přispívat ke kultivaci chování fotografů během církevních obřadů. Spolek zahajoval v Praze se třemi fotografy, rychle se však rozvíjel, a tak v současné době působí už více než 200 členů nynějšího spolku Člověk a Víra (ve věku od 13 do 84 let) po celé ČR a na Slovensku, v Polsku a v Egyptě. Za 13 let existence se podařilo shromáždit zatím bezmála 25 tisíc snímkových souborů z nejrůznějších duchovních a náboženských akcí v desítkách zemí světa, převážně však v ČR, což představuje přes 800 tisíc fotografií pro více než 420 tisíc sledujících ze všech kontinentů.*“

I Splněný dětský sen

Fotografie pořízené na africkém kontinentě představí na přelomu února a března paní Lenka Tomčíková na výstavě s názvem *Střípky z afrických cest*. Jako pozvánku citujeme část textu její biografie, která bude tuto výstavu uvádět.

„*Až na přelomu milénia, kdy už děti začaly být soběstačné, vyrazila s manželem na první exotickou cestu do Austrálie. Fascinován tropickou přírodou se rok nato pár vydal opět na vlastní pěst na Bali. Neskutečná exotika je oslovila natolik, že se tam v dalších letech ještě dvakrát vrátili. Jednou dokonce s dětmi a jejich partnery. S batohy na zádech projeli mnohé africké země. První z nich byla Tanzanie, kde si autorka splnila svůj dětský sen – safari do národních parků Ngorongoro a Serengeti. S přáteli postupně procestovali část Zambie, Konga, Botswany, Jihoafrické republiky a Namibie... Jak je vidět,*



Nahore: Roman Polách, *Člověk a Víra*. **Dole:** Eduard Pašek, *Krajina, jak ji vidím já*.

cestování je velkou rodinnou zálibou a s fotoaparát v ruce se cestě dodává nový rozměr. Až v roce 2012 si autorka pořídila svůj první digitální fotoaparát Nikon a této značce zůstala věrná. Otevřely se další možnosti práce s fotografií...“

I Čtyři proti jednomu

Tereza Jeřábková, Vladi Kalach, Anna Borská a Petra Sulyanová jsou výtvarnice, které u nás v průběhu roku 2025 postupně představí svá díla. Doplní je absolvent katedry výtvarného umění Filozofické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci a v současnosti vedoucí výtvarných kurzů pro dospělé Pavel Strnadel. A tak budete moci

například porovnat, nakolik jsou jejich tvorba, výběr témat a způsob zpracování ovlivněny ženským či mužským pohledem na svět. Určitě je na co se těšit.

Přehled všech výstav najdete vlevo. A při návštěvě Galerie Lara nezapomeňte, že díla umělců, kteří si svou slávu již nastalo vydobyli v minulosti, si můžete prohlédnout ve stále expozici Galerie malířů Beskyd, kterou najdete hned naproti přes Lázeňské náměstí. **Galerie Lara** je otevřena stejně jako kavárna Lara denně od 9 do 20 hodin.

Galerie malířů Beskyd je otevřena od úterý do neděle od 13 do 17 hodin.

Jste srdečně zváni.

PODZIMNÍ NOVINKY U SESTRÍČEK



Od 21. října 2024 má restaurace U Sestřiček nový jídelníček na podzim a zimu, který připravil šéfkuchař Martin Lekač. Chladné a tmavé roční období nás přirozeně táhne nejen do tepla „ke kamnům“, ale také si rádi dopřejeme **vydatnější a sytější jídla**. A ta v novém jídelníčku zcela jistě najdete.

Jak asi chutná náš nakládaný hermelín v bylinkách s domácím opečeným chlebem (1)? Polévky jsou v nabídce tři, nejvydatnější je určitě kyselice. Inspirovat k návštěvě restaurace Vás může také grilovaná vepřová panenka s hříbkovou omáčkou a s bramborovými placičkami (2). Další „masovou“ variantou je grilované kuřecí prso s pyré z kořenové zeleniny a s bramborovými noky opečenými na másle (3).

Pro vegetariány máme například čerstvé tagliatelle s krémovou omáčkou z dýně hokaido a sýrem Sklepník. A pro hosty, kteří nedají dopustit na syrovou zeleninu, máme v nabídce například směs salátů s marinovanou řepou, červeným grepem, pistáciemi a sýrem z farmy Menšík. Mimořádně lákavě vypadá také dezert – jsou to makové lívance se šlehaným tvarohem z farmy a s omáčkou z lesního ovoce (4).

Více fotografií se nám sem nevejde, a tak budete muset přijít. Nejlépe vícekrát. Jste srdečně zváni. ■



KONTAKT: Restaurace U Sestřiček

Rehabilitační centrum Čeladná
739 12 Čeladná 42. Tel.: 552 533 224;
www.restauraceusestricek.cz

Otevírací doba: Po, St, Čt, So 10–20 hod.,
Út, Pá 10–21 hod. (živá hudba 18–21 hod.)

Čeladenská FONTÁNA

Nepravidelný zpravodaj Rehabilitačního centra Čeladná. Vychází od roku 2009.

Šéfredaktorka: Mgr. Andrea Anderle Adamová.

Redakční rada: Zdeňka Kišová, MBA, Bc. Jan Neuwirth, Ing. Blanka Ochmanová, MBA.

Grafická úprava: A. Anderle Adamová. Jazyková korektura: Bc. David Věžník. Tisk: ME® a René Daubner – APRO Bruntál.

Adresa redakce: RC Čeladná, 739 12 Čeladná 42.

Toto číslo vyšlo v listopadu 2024 v nákladu 1 000 výtisků.