



Čtvrtletník

Jablíčko

časopis Sociálních služeb HB



Číslo 2/2020

37. vydání

www.ssmhb.cz

Strana 5



Pohádka o štěstí

Strana 6



Naše zahrada pomáhá
ve špatné době

Strana 7-12



Spisovatelé PEN klubu
píší pro Jablíčko

III. třetina v Domově pro seniory



Malý koncert na zahradě našeho domova odehrála kapela III. třetina v Havlíčkově Brodě dne 16. května.

Rodáci z Jihlavy vystoupili na zahradě domova pro desítky seniorů a personál domova.

Hlavní zpěvák Miroslav Třetina hrající za místní hokejový klub BK Havlíčkův Brod přijel se svojí kapelou a bavil celé odpoledne seniory i personál. Kapela přijala pozvání na podnět pracovníků sociálních služeb a zahrála bez

nároku na honorář. Akce i počasí se velmi vydařilo a kapele ještě jednou velmi děkujeme.

Markéta Lacinová,
pracovnice sociální péče

Úvodník



Vážení čtenáři,
Tento úvodník píši v době, která je jednou z nejtěžších za mého působení v sociálních službách. Epidemie covidu-19 nám změnila poskytování našich sociálních služeb a přinesla mnoho myšlenek a obav o naše klienty. Současně ale přinesla pocity empatie s klienty a snahu ulehčit jim toto náročné období. Zákazy návštěv, zamezení kontaktu s

rodinami je velké dilema každého ředitele domova pro seniory. Uvědomuji si, jak tato rozhodnutí balancují na tenké etické hranici, kdy je riziko ohrožení zdraví klientů tak velké, kdy k těmto rozhodnutím musí dojít. Samozřejmě tato rozhodnutí přichází, vždy po konzultaci s ošetřujícími lékaři klientů a Krajskou hygienickou stanicí. Nejsložitější na této situaci je, že nemůžeme říci, kdy toto období skončí. Přesto všechno však mohu říci, že život v domově pro seniory se nezastavil. Klienti sice nevidí úsměvy pracovníků v sociálních službách, jelikož ústenky a respirátory se staly součástí naší péče, ale vlídné slovo a empatie se z naší práce nevytratila. Domnívám se, že tyto hodnoty naši klienti potřebují o to více než dříve. V domově se snažíme zachovat běžný život, pravidelné

programy pro seniory probíhají jako dříve, zahrada je k dispozici všem klientům a péče je poskytována ve stejné kvalitě. Novým prvkem se staly videohovory, kterými se snažíme přiblížit sociální kontakty klientů.

Také mohu říci, že toto „covidové období“, dokonale prověřilo týmovou práci našich zaměstnanců ve všech poskytovaných službách. Ať to byla v jarních měsících dobrovolná karanténa domova či v současné době dodržování všech nastavených nařízení, jejichž společným cílem je bezpečí našich klientů. Na závěr bych popřála všem našim klientům a zaměstnancům pevné zdraví a to, abychom zvládli toto nelehké období.

**Vaše Magdalena Kufrová,
ředitelka SSMHB**

Sociální služby zlepšují dostupnost pečovatelské služby pořízením dvou automobilů pro pečovatelskou službu

V květnu 2020 byly organizaci předány dva osobní automobily, které jsou výstupem projektu (Registrační číslo projektu: CZ.06.4.59/0.0/0.0/16_072/00 11369) „Pořízení automobilů k rozšíření pečovatelské služby“, který je z 95 % spolufinancován Evropskou unií. Věříme, že pořízení automobilů přispěje ke zvýšení kvality a dostupnosti pečovatelské služby pro vyšší počet potřebných osob, zejména v časově náročně dostupných lokalitách a umožní tak osobám v nepříznivé sociální situaci zůstat ve svém přirozeném prostředí za podpory sociálních služeb.



Ing. Julišová Ivana

Domovinka

Rádi bychom představily služby denního stacionáře, který je mezi klienty a personálem nazývaný domáckým DOMOVINKA. Domovinka nabízí klientům takové služby, které jim umožní být co nejdéle v domácím prostředí.

Klienty do domovinky přivádí rodina, nebo pro ně v dohodnutý den a čas přijíždí zaměstnanci a odpoledne se klienti vrací zpět do svých domovů. V domovince je klientům v průběhu dne poskytnuta předem smlouvaná péče, která zahrnuje podávání teplých i studených nápojů, oběd, provedení osobní hygieny, nebo také pomoc s orientací a doprovod na toaletu. Velmi příznivá je společnost a komunikace nejen pečovatelským, ale i dalších klientů.

V době před vládou nařízenými omezeními docházela do domovinky 1x týdně dobrovolnice, která si s klienty vždy popovídá a přečte úryvek z knihy. Někdy s sebou přivádí svého canisterapeutického psa Badyho, který je klienty velmi dobře vnímán. Každý pátek se klientům věnuje rehabilitační pracovníce a cvičí s klienty v tělo-

cvičně Domova pro seniory na židlích s použitím cvičebních a rehabilitačních pomůcek. Ostatní dny klienti cvičí jógu pro seniory přímo v domovince s pečovatelkami.

V průběhu týdne se klienti také zapojují do dalších aktivit podle týdenního plánu, který je pravidelně aktualizován. Jedná se např. o pletení, háčkování, techniku plstění, šití, batikování, pletení z novinových ruliček, malování, vyrábění výrobků z keramiky, vyrábění svíček... Jednou týdně, ve čtvrtek, se klienti zapojují také do pečení. V průběhu roku také

Denní stacionář

Seniorům a dospělým osobám se zdravotním postižením z Havlíčkova Brodu a přidružených obcí, jež mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení a kteří nemohou nebo nechtějí zůstat sami doma, poskytneme v našem zařízení takovou pomoc nebo podporu, aby zvládli péči o sebe, cítili se bezpečně a nebyli osamělí.

pomáhají zpracovat sezónní ovoce a bylinky na různé marmelády, sirupy a mastičky. Klienti také spoluvytvářejí různé dekorace k jednotlivým svátkům a ročním obdobím.

Velmi oblíbené je také hraní různých společenských her, jako je Šoulená, kuželky, bingo, Člověče nezlob se, vědomostní kvízy, luštění křížovek a paměťové testy, reminiscence.

Za příznivého počasí chodí pečovatelské s klienty na vycházky po okolí. Hodně populární jsou návštěvy zahrady Smyslového vnímání u Domova pro seniory v Reynkově ulici, který je s domovinkou propojen. V zahradě si klienti rádi sednou na lavičky, určují květiny, stromy a bylinky, nebo se osvěží u fontánky.

Bohužel také provozu domovinky se dotkla nařízení vlády a provoz byl od 16. března do 22. června úplně zastaven. V současné době již jsou služby klientům opět poskytovány, i když za přísných hygienických opatření a určitých omezení.

Jana Rejchartová,
kronikářka Uhelné Příbrami

Nový stacionář v Domě s pečovatelskou službou Na Výšině

Sociální služby města Havlíčkova Brodu společně s městem Havlíčkův Brod realizují rozšíření kapacity denního stacionáře. Výrazným přínosem tohoto projektu je, že tuto službu mohou využívat klienti pečovatelské služby bydlící v domě s pečovatelskou službou. Tito klienti jsou potřební natolik, že by bez této podpory v denním stacionáři odcházeli do pobytové služby. Díky sociální službě denní stacionář

a pečovatelská služba mohou dožít ve svém přirozeném prostředí ve svých bytech v domě s pečovatelskou službou.

Pro vybudování denního stacionáře v prostorách Domova s pečovatelskou službou získalo Město Havlíčkův Brod finanční podporu z Integrovaného regionálního operačního programu. Tento program, který poskytuje dotace z Evropského fondu pro regionální rozvoj, se zaměřuje

hlavně na zlepšení veřejných služeb a veřejné správy, zkvalitnění infrastruktury a zajištění udržitelného rozvoje v obcích, městech a regionech. Dotace ve výši 3 miliony korun pokryje převážnou část stavebních prací. Získali jsme ji podáním žádosti do 11. výzvy Místní akční skupiny Královská stezka, sdružení obcí, podnikatelů a neziskových organizací tohoto regionu.

Mgr. Magdalena Kufrová

„Jsem vděčná, že mohu ŽÍT DOMA s pomocí pečovatelské služby,“ říká seniorka upoutaná na lůžko

Klientů s duševním onemocněním přibývá Pečovatelské službě města Havlíčkova Brodu. Stará se ale i o seniory, zdravotně a mentálně postižené osoby starší 18 let, chronicky nemocné a rodiny s dětmi, kde se současně narodily tři a víc.

„Nikdy už se nepostavíte,“ slyšela při polední návštěvě lékaře osmadvacetiletá paní Yvonne. „Musím se s tím vyrovnat, co mi zbývá. Jsem vděčná, že můžu být doma a že mi sem chodí pomáhat pečovatelky,“ říká v tomto věku jinak nezvykle vitální žena, která až do své osmdesátky pracovala jako úřednice. Pečovatelská služba jí zpočátku pomáhala hlavně s úklidem, na který už sama nestačila, nyní ji navštěvuje několikrát denně. „Co bych si bez nich počala? Dcera mi nakoupí, ale je jí už také pětasedmdesát. S pečovatelkou děláme hygienu, připraví mi snídani, cokoli potřebuji, upraví pelech,“ pochvaluje si s úsměvem. Péči poskytuje havlíčkobrodská pečovatelská služba jak v domě s byty zvláštního určení, takzvaném domě s pečovatelskou službou (6:30-20:00, o víkendech a svátcích 6:30-15:00), tak i jinde ve městě a příměstských částech města (v pracovní dny 6:30-15:00). „Zájem o službu mimo provozní dobu řešíme individu-

álně, aby nikdo nezůstal bez pomoci,“ říká vedoucí pečovatelské služby Lucie Košmiderová. „V posledních dvou letech se snažíme jít cestou účinnější podpory lidí v nepříznivé sociální situaci tak, aby mohli zůstat doma co nejdéle,“ doplňuje Magdalena Kufrová, ředitelka Sociálních služeb města Havlíčkova Brodu.

Terénní pečovatelé a pečovatelky pomáhají klientům doma s tím, co sami nezvládnou: s hygienou, oblékáním, přípravou jídla a pití, dohledem nad užíváním léků, manipulací s obtížně se pohybujícími, či doprovodem k lékaři aj. Potřebnou kapacitu pro náročnější klientelu získávají postupným omezováním služeb, které dnes běžně zajišťují specializované firmy, např. stravu a její rozvoz. „Podařilo se nám také vyjednat úklidy u firmy zaměstnávající klienty sdružení Fokus, které podporuje lidi s duševním onemocněním v posílení jejich samostatnosti a sebedůvěry. To je vlastně vzájemná pomoc. Naši uživatelé jsou s nimi moc spokojení. Stejně jako u dovážky jídla i tady se nám podařilo vyjednat srovnatelnou cenu s naší,“ popisuje Lucie Košmiderová.

Zefektivnění péče letos pomohlo také posílení vozového parku. K rychlejším přesunům v kopcovitém terénu pečovatelky využívají

i elektro kola. „Po návratu z nemocnice se o mě starají dcery, je to pro ně velmi náročné. Špatně chodím, levou rukou neudělám nic, ani opřít se o ni nemůžu. Když jsou dcery v práci, chodí za mnou pečovatelky. Pomáhají mi s hygienou, koupáním, oblékáním,“ popisuje paní Božena, která se zotavuje po mozkové příhodě.

O uživatele vyžadující náročnější péči, odpovídající i dvěma nejvyšším stupňům státem přiznaného příspěvku na péči, se v domácnostech starají i další pečovatelské služby v kraji Vysočina. V rámci projektů Institutu sociální práce, z.s., pracují na svém rozvoji a pravidelně se vzdělávají. Umožňují lidem ŽÍT DOMA a pomáhají nést břímě péče jejich rodinám či blízkým. Havlíčkobrodské sociální služby plánují v prostorách domu s pečovatelskou službou otevřít nový denní stacionář. „Naší vizí je, že lidé budou moci dožít doma za podpory terénní služby, ambulantní péče a rodiny a na pobytové služby se budou obracet pouze ve výjimečných případech,“ byť je též provozujeme,“ uzavírá Magdalena Kufrová s tím, že do budoucna doufá v rozšíření terénní péče i do míst v okolí, kde je dosud nedostupná.

Pečovatelské služby a obce zapojené do projektů Institutu sociální práce, z.s., realizovaných v oficiálním partnerství s krajem Vysočina: Sociální služby města Havlíčkova Brodu; Novoměstské sociální služby; Domov pro seniory Pelhřimov; Sociální centrum města Světlá nad Sázavou; Chotěboř; Sociální služby města Velké Meziříčí; Moravské Budějovice; Počátky.

Institut sociální práce, z.s., vznikl z iniciativy odborníků v oblasti sociálních služeb, kteří mají společný cíl: **umožnit lidem co nejdéle ŽÍT DOMA.** A to i ve chvíli, kdy se stanou závislí na intenzivní pomoci druhých. Institut **mění fungování pečovatelských služeb** – už nezajišťují především rozvoz obědů a úklidy seniorům (služby, ve kterých supluje dnes běžně dostupné firmy), ale věnují se odborné péči, ve které jsou nenahraditelné. **Umožňují ŽÍT DOMA všem potřebným bez rozdílu věku, i osobám, jejichž nesoběstačnost odpovídá III. a IV. stupni přiznaného příspěvku na péči.** Dříve byli tito lidé klienty pobytových zařízení, např. domovů pro seniory, nebo léčeben dlouhodobě nemocných. Institut sociální práce je akreditován Ministerstvem práce a sociálních věcí ČR jako akreditovaná vzdělávací instituce podle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách; Ministerstvem vnitra ČR jako vzdělávací instituce podle zákona č. 312/2002 Sb., o úřednících územních samosprávných celků.

Kakao

Kakao je zdroj cenných minerálů. Patří mezi plodiny, za jejichž objevení vděčíme slavnému mořeplavci Kryštofu Kolumbovi. Do



Evropy se však dostalo až dvacet let po Kolumbově cestě přes oceán, neboť jako první přivezl na náš kontinent kakaové boby Hernando Cortez. Indiáni považovali nápoj připravený z těchto bobů za „božský“ a popíjeli ho především při náboženských obřadech.

V Evropě bylo tajemství výroba kakao a čokolády po několik století v rukou Španělů a to ho přesně střežili před ostatním světem. Přesto v 17. století tajemství přípravy kakaa i čokolády proniklo

za hranice Španělska a záhy si na těchto dobrotách pochutnávali labužníci v celé Evropě.

Kakao je zdrojem řady prospěšných minerálních látek. Sto gramů kakaového prášku obsahuje v průměru 442 mg hořčíku, 190 mg vápníku, 100 mg železa, 1530 mg fosforu, 3,4 mg mědi, 3,5 mg manganu a 160 mg síry. Lze tedy říci, že se jedná o skutečnou zásobárnu minerálních látek.

Článek z římskokatolického kalendáře r. 1969

Naše zahrada pomáhá ve špatné době

Po velmi náročném období se život v naše Domově pomalu vrací do normálu. Ne všechna opatření byla zrušena, protože senioři jsou nejvíce ohroženou cílovou skupinou, a proto bezpečnost a opatrnost je stále na pořadu dne. Jako velké plus jsme vnímali naši velkou zahradu, protože klienti měli možnost chodit bezpečně ven a mohli jsme si dovolit i malá kulturní vystoupení, která právě mohla konat venku na zahradě.

Zdena Lehmannová,
aktivizační pracovnice



Zlaté české ručičky

Dnes vám budu vyprávět příběh, který by se dal právem nazvat Zlaté české ručičky. Když u nás děda Karel Bohuslav, ročník 1905, chodil do měšťanské školy, jeho třídním učitelem byl pan učitel Šouba. A ten vystihl u dědy mimořádné nadání na kreslení a doporučoval rodičům další vzdělání na odborné škole. To však pro dělnickou chudou rodinu z finančních důvodů nebylo možné a dali jej učit na truhláře. Děda pracoval nejenom v tehdejších

Německém Brodě, ale dalo by se říct po celých Čechách. Práce ho bavila a pracoval u různých soukromých majitelů truhlářství a tím se vlastně také vzdělával, takže měl určitou úroveň. Dostal se taky do Jičína, kde se ve firmě pana Vojtíška vypracoval na mistra truhlářské výroby. Táhl ho to však domů, a tak se vrátil do Brodu a založil si vlastní firmu na výrobu nábytku. A ten jeho pan třídní učitel Šouba v květnových dnech v roce 1945 se stal staros-

tou města. A jako starosta města zadal svému žákovi zakázku na zhotovení návrhu na vybavení kanceláře starosty a dokonce potom na zhotovení toho nábytku. Od roku 1945 se vystřídala řada starostů a předsedů národních výborů a ten nábytek je tam dodnes. Tak kvalitní byl návrh a tak kvalitní bylo zhotovení, že žádný z následujících starostů ho nevyměnil.

Zdeňka Žáková,
klientka

Kranov nad Dyjí.

Zámek na 76 vysoké skále nad hlubokým údolím Dyje vypadá, jako by právě vypadl z romantické pohádky. Již Kosmova kronika tu připomíná přemyslovské hradiště, které chránilo moravskou hranici proti Rakousku. Ve 13. stol. vyrostl na hradišti raně gotický hrad, přestavěný a rozšířený ve 14. stol. Mezi jeho majiteli byli i Jindřich z Lipé, páni z Bozkovic, z Pernštejna, z Lomnice, z Krajku a Czartoryjští. Za Dietricha Štejnů po r. 1570 byl doplněn o renesanční objekty, za třicetileté války téměř zničen Svědý a pak těžce poškozen požárem v r. 1665 v r. 1680 získali Kranov Althánové, kteří zpusťlý hrad zcela přestavěli na honosné barokní sídlo podle projektu známého vídeňského architekta Jana Bernarda Fischera z Erlachu. Na místě původního hradu paláce vyrostl trojkřídlý zámek s kaplí a monumentálním sálem předků o rozměrech 25×15×15 metrů, jehož kopuli zdobí freska J. M. Rottmayera, významnou dominantou celého areálu. Přestavba trvala celých sto let. Koncem 18. stol. byly klasicistně upraveny některé interiéry, vybudován anglický park a zvelebová o-bora. Do 19. stol. pak spadají některé menší novo-

gotické zářahy. Park, pozoruhodný polohou na strmých svazích tzv. Řížového vrchu, byl doplněn antickým chrámem, jeskyní a letohrádkem. Do rozlehlého a umělecky mimořádně hodnotného zámeckého komplexu, nákladně rekonstruovaného v letech 1971-79, se vstupuje po 57 m dlouhém mostě. Z bývalého hradu se kromě zbytků hradeb a tří hranolových věží dochovala i mohutná věž v předhradí, obklopená renesančními, pseudogotickými upravenými hospodářskými budovami. K ústřednímu objektu se Sálem předků narazují na východní straně tři křídla s obytnými komnatami, která obklopují nádvoří. Součástí zámku je také kaple nejsvětější Trojice z let 1698-1700, jejíž silueta vytváří druhou dominantu areálu. Bohatě zařízené interiéry dokumentují kulturu šlechtického bydlení. V 18. a 19. století je tu i soubor kdysi proslulé Uraňovské keramiky.

Možnost prohlídky: otevřeno v sezóně.

Parkování : na parkovišti při silnici směrem na Šafov asi 500 m od zámku.



Spisovatelé PEN klubu píší pro Jablíčko

Havlíčkobrodská spisovatelka Markéta Hejkalová na jaře oslovila své kolegy spisovatele a spisovatelky z PEN klubu s žádostí o zaslání příspěvků do časopisu Jablíčko. Během několika dnů dorazila spousta textů, které se do jarního čísla našeho časopisu ani nevešly. Další z nich proto přinášíme na následujících stránkách.

redakce

Jak se máš.

Maluji. Maluji rád velká plátna. Modely chodím studovat do antropologického ústavu. Mají tam spoustu nádherných kostí. Ale maluji také velké portréty. To je mé krédo. Ale bujná kytice mě také nenechá na pokoji. Málokdo mi věří, že je to velká dřina. Někdy si připadám jako horník po dlouhé šichtě. Maluji pořád, i když nejsem v ateliéru. Je to fyzický i duševní boj. Abych to vydržel, chodím na procházky provětrat si hlavu a protáhnout nohy. A aby to nebyly jen tak plané procházky, pokaždé jdu něco nakoupit. Mám výhodu, protože naše městečko si leží nad řekou, mezi lesy, loukami a kopci, a nemá náměstí. Obchody jsou rozseté po všech koncích. Pokaždé si vyberu jiný. V lese potkávám psy s paničkami, když jdu nahoru k Vávrovi. U

řeky cyklisty a mladé mámy s kočárky a s malými špunty na odrážedlech, když jdu do Lidlu pro kváskový chleba a marmelády. Řeku mám rád. Má táhlý horizont. Někdy se obelstím, obchod minu a pokračuji dál. Nedá mi to, nepodívat se v ohybech řeky na odlesky smutečných vrb a měnící se odraz oblohy na vodě. Je to vlastně pracovní studie světla a stínu, říkám si. No, a když potřebuji olivový olej Pomace a dobré housky, jdu podél trati a krásných vil k „Číňanovi“. Housky nejvíc jím na jaře, když kvetou bezy, rododendrony, pivoňky a růže. Staré zahrady dýchají a voní.

Vracel jsem se jednou od Vávry cestou podél lesa, když se zrovna loudaly děti z procházky do školky na oběd. Byl slunný jarní den. S taškou v ruce

míjím skupinku, a v tom se na mě otočí malá asi čtyřletá modrooká holčička s blondatými vlasy a láskyplně říká: „Jak se máš, staroušku?“

Podíval jsem se na ni s údivem, protože si připadám ve svých šedesáti dvou letech svižný štíhlý a mladý. Odpověděl jsem ji otázkou: „A jak se máš ty?“

„Já se mám krááásně,“ odpověděla s úsměvem holčička, jako by žila v pohádce. Pokračoval jsem dál a zasnul se o bezstarostném světě mého mládí, kdy jsem běhal na loukách pod Ještědem a pozoroval mraky, jak pluly nad vzdáleným horizontem Středohoří a měl se krááásně.

Její hlásek dodnes slyším a občas si dávám otázku, jak se máš?

Markéta Mališová

Holubí láska

Ten holub měl zlomené křídlo.

„Tatí, vezmeme ho domů?“ zaprosil jsem.

„Chcípne!“

Věřil jsem v zázrak.

Táta měl pravdu. Chcípnul.

Nazítří donesl táta plný pytel holubů.

Zavřel jsem je do kůlny, krmil je, hladil, vyprávěl jsem jim.

Milovali mě. To se pozná, jen tak tiše vrkali.

Pak jsem otevřel dveře...

Slonice

Hlavní nádraží.

Ve vestibulu kouknu na hodiny.

Ujede mi to!

Rozběhnu se a pak ho uvidím. Bílou hůlkou si proráží cestu davem.

Sakra, toho kluka jsem už přece vedla! Jezdí stejným vlakem!

Proderu se k němu: „Povedu vás.“

„Prima,“ usměje se. „Vás už poznám podle hlasu. A taky strašně dupete...“

Lidmila Kábrtová

Pinokio

Ne dřevěný panáček s protáhlým nosem, ptáček s dlouhým tenkým nohama velikosti chrousta. Ptáček holátko s náznakem pírek na křídélkách, se žlutým rámováním na bříšku a hlavně s velikánskou pusou – od ucha k uchu, je žlutě lemovaná, to proto, aby máma bezpečně poznala, kam ponořit zobák s kaší.

Našla jsem ho bezprostředně potom, co vypadl z hnízda. Ocitli se na zemi i s bráškou, ale ten to nepřežil. Protože se ptáček ještě hýbal, vzala jsem ho do rukou, dýchlá na něj, uklidnila a našla jsem mu postýlku v drobném pleteném košíku vystlaném sametem a útržkem mohérové šály, přikryla a sháněla se, čím ho nakrmím.

Byl opravdu velký jen jako chroust, ale byl to bojovník. Než jsem stačila zavolat do záchranné stanice v Bartošovicích, dostal můj nalezenec hlad. A to už se vařilo vajíčko a za chvíli jsem je na kousíčky nakrájené dostávala pinzetou do stále rozervené papulky Pinokia. Nevím, proč jsem mu začala říkat Pinokio, asi pro ty jeho dlouhé a jakoby k němu nepatřící nožky, které vypadaly jako vystrouhané ze špejlí.

Když se Pinokio trochu nasytil, usnul jako každé miminko. Nespál moc dlouho, možná půl hodinu, a když se probudil, hned

si vzpomněl, že u mne leží nakrájené vajíčko a že mu hodně chutná. Pinzetu jsem vzala kulatou, abych ho neporanila, a vždycky jsem ji se soustem namočila do vody, jak mi ochránci přírody řekli. Každou chvíli rozevřel tu svoji chlebařničku, měla na jeho velikost obrovské rozměry – a účelnými pohyby si nasoukal pinzetu hodně hluboko do krčku. Voda mu v tom pomáhala a zdá se, že mu i chutnala, byl s tímto způsobem krmení spokojen. Přemýšlela jsem o tom, zdálo se mi, jakoby neuměl moc polykat, chtěl si ty kousíčky nechat dopravit až do žaludku. Měl to na vůli.

To byl čtvrtek. Řekli mi, že si pro něho v pondělí přijedou.

Měla jsem před sebou několik krásných dní s miminkem. První noc jsem si nastěhovala postýlku s Pinokiem do své postele, ale když jsem se přesvědčila, že v noci klidně spí, zůstali jsme každý ve svém, on přikrytý v košíčku na křesle mezi packami plyšového psa. Někdy jsem k němu v noci vstala, ale jen tak pro kontrolu. Přes den jsem ho někdy vzala i s postýlkou ven, ale jen na chvíli, krmení se nedalo vynechat. Do pondělka akorát snědl celé vajíčko a myslím, že i porostl a dokonce se mi zdálo, že se nechal i trochu rozmazlit.

Když poznal, že ho občas беру do rukou, dýchám na něj a povídám si s ním, chtěl to potom každou chvíli. Lehounce píska, ale to nebyla písťalka, ani ptačí zpěv, bylo to jako vysoko naladěná stříbrná strunka, jako rozeznělý vlas... ale já jsem ho dobře slyšela. Pískl a já jsem ho hned vzala, a když pískal při vaření, dala jsem si ho do kapsy v zástěře, ale bála jsem se, že



ho někde přitisknu ke stolu, byla jsem jako na jehlách.

Je to málo pochopitelné, ale za těch pár dní jsem si na něho zvykla. Jeho předání ochránci přírody ze stanice v Bartošovicích jsem oplakala. Pořád jsem se starala, co s ním bude a kdo ho bude nosit, kdo si s ním bude povídat a kdo mu bude dávat vajíčko hluboko do bříška. Nu, dostalo se mu toho nejlepšího, co jen dostat mohl. Přidali ho do hnízda k sýrkám, které byly skoro stejně staré a velké jako Pinokio. Jen aby se zase z hnízda nevybatolil. Jen aby ho macecha nevyhnala. Jen aby ho nevlastní sourozenci neuštípali, jen aby nechtěl za mnou... co jsem si všechno navymýšlela.

Dodneška na něj nemohu zapomenout. Doufám a moc si přeji, aby z něho byla velká statná sýrkorka. Kdoví, zda si vzpomene na svou postýlku, na moji ruku, na kapsu mé zástěry. Možná se mu o tom bude zdát. A dobře, že mne neviděl, očka měl ještě slepá. Koho prý ptáček prvně uvidí, považuje ho za svou mámu. A tak by se mu mohlo po mně celý život stýskat. Ale to bych si nepřála. Jeho máma je sýrkorka. Sotva otevřel čí, už tu byla a přesně se trefila do jeho rozdyčtého zobáčku.

Lydie Romanská

Z knihy Dvěře do zahrady, která v květnu 2020 vychází v nakladatelství Bondy Prah



Pohádka o štěstí

V těžkých dobách jsou pohádky důležitější než kdy jindy, proto vám chci vyprávět jednu pravdivou.

Kdysi, ještě před Sametovou revolucí, jsem pracovala krátce jako vychovatelka v dětském domově v Kašperských Horách. Byla jsem přidělena do šesté skupiny, v níž žilo třináct dětí ze šesti rodin, sourozenci pohromadě. Mezi nimi vynikala čtrnáctiletá dívka Ilona, éterického zjevu, ale chytrá a nápadná. Měla rezavě blond vlasy, zelené oči, na nose a na tvářích pihy. Ve škole se dobře učila a díky drsnému životu byla soběstačná, zvládala domácí práce, starala se o mladší děti i o svého bratra-dvojče. Mnoho lidí ji obdivovalo, ale některé vychovatelky ji právě pro její povahu a úspěchy nesnášely.

Abych dětem zpestřila jejich monotónní život v domově, napsala jsem pro ně divadelní hru na motivy pohádky Boženy Němcové, v níž se vyskytovalo dost postav pro všechny mé herce: čtyři princezny, jedna víla, dva princové, jejich sluhy, jeden král a jeden chudý chlapec, který se nakonec stane králem. Naše verze se jmenovala "Pohádka o štěstí".

Ilona hrála hlavní roli princezny Markétky. A protože uměla hrát na kytaru a krásně zpívala, složily jsme spolu pro princeznu několik písní.

Děti se pustily do nacvičování rolí s velkým elánem. A ukázalo se, že většina má herecké nadání. V komické roli exceloval Milan jako sluha prince Jasnína Krásného, který se narcisticky shlížel v zrcadle, zatímco princ Chytrolín v bílém plášti se kochal složitými výpočty

jako Einstein. V roli víly, posla dobrých zpráv, zářila sedmiletá romská holčička Helenka. Děti si také vytvořily kostýmy: koruny a věnečky z papíru, šaty z nočních košil a spodniček a co kde ještě objevily. Nakonec jsme společně namalovali kulisy a pan údržbář nám na ně vyrobil podstavce.

Premiéra hry v dětském domově byla velkolepá. Děti byly dojaté a poselství princezny Markétky všem znělo v uších:

Štěstí je třpytivá pavučina
ukrytá v tichu stromů
Štěstí je láska a přátelství
a šťastný návrat domů

Vychovatelky tleskaly v kyse-lým výrazem v obličeji. "Takových pohádek už jsme tady měli," prohlásila teta Vladka. "No jo, je to pořád totéž," řekla teta Jandová. Ale radost dětem zkazit nemohly.

Za týden na to hrály pohádku v tělocvičně základní školy v Kašperských Horách a opět sklidily velký potlesk. Třetí představení měla "Pohádka o štěstí" ve Strašíně. Moji malí

herci vystupovali na jevišti v opravdickém divadle a v publiku sedělo přes sto lidí. Všichni účinkující dostali po představení voňavé karafiáty a čokolády. Nikdy předtím moje děti nezažily takový pocit úspěchu a slávy.

Po čtvrté se pohádka hrála v mateřské školce v Kašperských Horách. Když představení skočilo, zářily oči i těm nejmenším.

Byl to nejlepší okamžik mého krátkého působení v dětském domově.

O pár let později, když už jsem žila v Německu, vystudovala Ilona střední pedagogickou školu s hudebním zaměřením. Našla si práci jako družinářka v Brně a se svými svěřenci se hrála pak "Pohádku o štěstí" v nové verzi, v nové, snad lepší době.

Ilona dnes stále žije v Brně. Vychovala tři úžasné děti a její nejstarší dcera byla nedávno přijata na JAMU, obor divadelní pedagogika. Některé pohádky přeci jen končí šťastně...

Klára Hůrková



Chytrost nejsou žádný čáry

Chytrost Nejsou Žádný Čáry - to už dávno přede mnou řeklo mnoho lidí... navíc Charles Chaplin předpověděl, že jednou obstará kdejaký stroj: srovnání, informace, chytristika... Víc než chytrost potřebujeme lidskost a mírnost, - soucit...Bez nich zvlčíme. A ztratíme všechno...

Už je to tady. Zvlčili jsme. Smějeme se průzračnému citu, neboť je naivní. Česky řečeno: blbý. Kdo miluje, je idiot a vydává se v duchu starého přísloví lidským predátorům – nebo-li : "Kdo nosí srdce na dlaní, tomu ho krkavci sežerou."(...) Vlíčíme a s námi vlíčí i naše umění. Co je krásný, vlastně není krásný. A city musejí být pořádně zabalený. City jediné nepřímé. Oklikou. Nic jiného se nenosí. Byl by to popík. (...)

"A to my nepíšeme, to my nečteme, to my neposloucháme," říkají bez obalu ti, co se tváří jako Umělci a při vši své inteligenci jsou umělci mělcí, neb postrádají

cit. Mozek a jeho ratio už kolonizují veškerý vesmírný prostor. Je jimi zaplněný k prasknutí.

Přesto (a možná právě proto) se nebojím posté opakovat slova: Něha, Soucit, Láska... Jen se klidně smějte, smějte se!

Četla jsem mnoho knih, mluvily jazyky lidskými, těmi nejchytrějšími i těmi andělskými - nejzपेव-nějšími, nejdokonalejšími.

Ale neměly v sobě lásku. - Ty věty povídek, románů a básní zněly jen jako tupě dunící kov, zněly mým uším méně než nejmenší ze všech zvonů, méně než méně než nakřákrákrákráplý kravský zvonec... Přitom vlastně se jim nic nedalo vytknout. Bylo to tak všechno dobře dokonale vymyšlené! V souladu s nejnovějšími teoretickými a vědeckými poznatky. Bezchybné. Těch nečekaných zvrátů! Těch nápadů a překvapení! Všechny šroubky dokonale padly ke svým matičím.

Ale já přesto pociťovala prázdno.

- Těm knihám totiž chyběla duše. Bez lásky totiž vše o svou duši přichází. Všechny fenomény lidské psychiky obrovsky přesahují a hravě překračují veškerá vědecká paradigmaty. Co svět světem stojí, svatým obrazem nedozírných variabilních a barevných lidských hloubek jsou pokusy o umělecké tvoření.

Není možné umění měřit metrem. Dokonce ani pokusy o umění... Já ale mám svůj tajný seismograf... Vlastně tři... Husí kůži, slzy a zvedání žaludku... a co vy...?

Děkuji všem, kteří se zúčastnili literární soutěže pořádané Vladimírem Babničem . Vážím si toho, že se pokusili... Děkuji kolegům porotcům. Děkuji vyhlášovatelům. A svůj pomyslný šátek navíc, cenu A. V., s láskou odevzdávám slečně či paní Hrochové.

SIT VENIA VERBO ! Nahtma za mnou Nahatma přede mnou.

Alena Vávrová

Pro radost sobě i vnoučatům

Milé čtenářky a čtenáři časopisu Jablíčko, srdečně vás zdravím a velmi dobře vím, že právě prožíváte častěji smutné chvíle. Pracovala jsem totiž dlouhá léta v geriatrii a také vím, že je lze docela dobře odstranit nebo zabránit jejich vzniku.

Vědecky bylo opakovaně doloženo, že nejpevnější citové vztahy jsou mezi prarodiči a vnoučaty. Teď je ale nemůžete obejmout a oni vás nemohou navštívit. Můžete ale pro ně napsat pěkné povídky o svém dětství, svých babičkách a dědečkách a o svém dospívání. To proto, že jste jim něco důležitého nebo veselého ze svého života nestačili říci, nebo k tomu

nebyla příležitost. Teď ji máte a tužku a sešit určitě také.

Jsem také seniorka a řídím se radami svými i svých kolegů, kteří mají dobrou zkušenost s nejrůznějšími reminiscenčními (vzpomínkovými) aktivitami. Možná některé z nich jste už prováděli i ve svém Domově, když byl jeho provoz neomezený. Mohu vám být příkladem. Pro svá vnoučata jsem totiž už napsala knížku Můj rodný Smíchov, nechala obvykle svázat (postačí i papírové desky) a každému z nich ji postupně dávám k 18. narozeninám. Můj text má asi 80 stran, a než něco podobného napíšete, určitě bude koronavirus na ústupu a život se

vrátí do obvyklých kolejí.

A nemáte-li vnoučata, nevadí. Pište jiným mladým lidem, třeba školákům. Nejen o svém dětství, ale o tehdejších školním vyučování a dobových hrách. A nezapomeňte vylíčit své první taneční, první rande a třeba i první zaměstnání. Mnozí vaši mladí čtenáři budou pozorně poslouchat a některým věcem i těžko věřit. Sejit se s nimi budete moci

později. Buď za vámi přijdou do domova, nebo je navštívíte ve škole. Váš text jim také mohou číst učitelé. Přeji vám lehké pero a hlavně hodně zdraví!

**Helena Haškovcová,
profesorka lékařské etiky**

Koronavirův stres a senioři

Kdysi jsem dostal od kamaráda z Bratislavy kreslený vtíp: čtyři babky (dnes bychom řekli: seniorky) sedí na zápraží a ta jedna s obavami říká: Čo budem robiť keď u nás nastane blahobyť? A ta nejstarší ji uklidňuje: Prežili sme vojnu, prežili sme biedu, prežili sme socializmus, prežijem aj blahobyť.

Mám za to, že klidné a přizpůsobivé reakce na ohrožení i na změnu podmínek jsou důsledek životní zkušenosti, nabyté životní moudrosti a nadhledu.

Často se u starších pacientů setkávám s otázkou: K čemu tu ještě jsem? A odpovídám na to: Abyste ukázal/a těm mladším, co všechno se dá přežít, vydržet a projít. Ukázal/a jim, že upadnout se dá mnohokrát a že

důležité je naučit se vstávat, Otázka výchovy je stále nezmapovaná. Víme ale, že od malička se dítě naučí nejvíc tím, že pozoruje a napodobuje, že daleko důležitější než, „umej si krk a pozdrav tu paní“, pro jeho budoucí jednání je to, jak se rodiče a významné osoby kolem něj chovají. Ve čtrnácti a výš jsou cenné rodičovské rady často zcela pro kočku a nejvíce na dospívající působí a zanechává otisk schopnost „zachovat si tvář“.

Už tak dvě generace se hlásá, že – s ohledem na rozvoj elektroniky a jejich komunikačních možností – nemají staří co nabídnout mladým, a to je velký omyl. Právě v dobách krizí jim nabízejí postoje získané ranami, které na cestě životem utr-

žili.

Ve válečném románu Irvina Shawa, Mladí lvi, je popsána situace, která se odehrála při přehlídce uspořádané za frontou. Během přehlídky německý ostřelovač trefil přehlížejího generála do ruky. Ten nezměnil krok a přehlídku perfektně dokončil. Hlavní hrdina k tomu dodal: A od té doby vím, k čemu jsou na vojně generálové.

Je trochu suťné, trochu komicke, že kvality lidé se začnou jasně rozpoznávat za krize, za nepříznivých okolností; měli bychom na ně mít zaostřeno i v běžném životě. Ale už staré námořnické přísloví nás ubezpečuje, že LOŇ NEPOZNÁŠ NA KLIDNÉ VODĚ.

Radkin Honzák

Karanténa

Koronavir zákeřnej je prevít
Jde o to jen ten covid přežít
Sice máme díky karanténě
Života teď trochu méně
Ono ale domácí vězení
K zahoeení vůbec není

Do klína nám spadl čas
Čas určený jen pro nás
Ten dar nejvzácnější
Čas na nějž nebyl nikdy čas
Byly tu vždy věci potřebnější

Ted' se můžem sobě věnovat
Díry ve vzdělání záplatovat

Zapomenuté si opakovat
Přírodu vůkol pozorovat
Pro koho by měly růže kvést?
Kdo z nás nemá nějaký ten rest?
A stihli jsme snad někdy odpočívat?

Máme si ten čas nudou kazit?
Nebyli bychom vlastně vrazi
Kdybychom ho jen tak zabíjeli?
Co bysme z toho vlastně měli?

Nic, moji milí
Jen bychom se vrátili tam
Kde jsme už stokrát byli...

Jiří Just

Redakční rada: Ondřej Rázl, Kateřina Nováková,
Zdena Lehmannová, Magdalena Kufrová
Kontakt: ssmhb@ssmhb.cz, 569 433 757.
Náklad: 400 ks
Za případné chyby v textu se omlouváme.
Uzávěrka příštího čísla 1. prosince 2020.
Evidenční číslo: MK ČR E 21809

www.centrumvysocina.cz

Sponzorem časopisu Jablíčko je



www.ssmhb.cz