

Čeladenská fontána

Zpravodaj BESKYDSKÉHO REHABILITAČNÍHO CENTRA

2 / 2018, ročník X.



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



Zlatá šedesátá 

Oslava života v lázních Čeladná, dne 2. 6. 2018
od 15.00 do 24.00 hodin, vstup zdarma

Oslava 100 let vzniku republiky
Obrazová férie - Tatičkův omyl (za účasti T.G.M.)
Beatles & Rolling Stones
- revivals -
Program pro děti

Za podpory
obce
Čeladná 


Ročník 1958
je náš VIP:
jídlo a pití
zdarma

Zlatá šedesátá



PROGRAM

15.00-19.00

Program pro děti

herní zóna, malování na obličej, skákací hrad

15.00-16.00

Parkourové vystoupení a workshop pro děti

16.00-17.45

**Komponované pásmo mluveného slova
a písní ke 100. výročí založení republiky**
pořadem provede Evžen Trupar,
hraje skupina Practice People

17.45-18.00

Příjezd T. G. Masaryka

19.00-21.00

Pangea - The Beatles Revival Band

22.00-23.30

Rolling Stones Revival Band

V průběhu večera DJ ve stylu 60. let

Naším „přírodním léčivým zdrojem“ jsou zaměstnanci

Andrea Adamová

Dokázali byste vysvětlit, v čem spočívají hlavní rozdíly mezi lázněmi a odbornými léčebnými ústavami? Ne úplně? Tak to nejste zdaleka sami. Setkáváme se opakovaně s tím, že pacienti ani někteří lékaři nemají přesné informace o tom, čím se lázně a odborné léčebné ústavy (dále jen OLÚ) liší a ve kterých případech je vhodné o léčbu požádat. V Beskydském rehabilitačním centru v Čeladné (dále jen BRC) sice někdy označení lázně používáme, ale jen z historických důvodů (kvůli tradici bývalých lázní Skalka, které byly v těchto místech založeny v roce 1902 lékařem Janem Mayem). Odborné léčebné ústavy i lázně mají v systému zdravotní péče České republiky své nezaměnitelné místo. Hlavní rozdíly mezi nimi vystihují odpovědi na otázky, týkající se možnosti rehabilitace v našem zdravotnickém zařízení, na které pacientům nejčastěji odpovídáme.



V čem se liší léčba v BRC od léčby v lázních?

Lázně mají přímo na svém území přírodní léčivý zdroj, který využívají k léčbě (například minerální vodu, rašelinu apod.) v OLÚ se využívají přírodní léčivé zdroje také, ale dovážíme je odjinud (například darkovskou sůl nebo rašelinu). S nadsázkou lze říci, že na rozdíl od lázní jsou naším „přírodním léčivým zdrojem“ především lidé - zaměstnanci. Je to tak proto, že ze zákona musíme zajistit větší počet lékařů, sester a ošetřovatelek, takže můžeme o pacienty pečovat mnohem in-

tenzivněji a s důrazem na jejich individuální potřeby. 100% našich pacientů absolvuje individuální fyzioterapii (na snímku), někteří ještě také ergoterapii a logopedii. Důraz klademe na to, aby pacienti odjízděli domů s doporučením, jak ve cvičení a v dalších postupech pokračovat doma. Velkým povzbuzením a motivací k jejich vlastní aktivitě jsou zjevné pokroky v průběhu léčby. Vyžadují sice větší námahu, ale jsou trvalejší. Přírodní léčivé zdroje v lázních se například využívají ke koupelím a k zábalům, tedy k pasivním procedurám, které pacienta žádné velké úsilí nestojí.

Jaký typ zdravotnického zařízení je Beskydské rehabilitační centrum?

BRC je odborný léčebný ústav zaměřený na léčebnou rehabilitaci pohybového, oběhového a nervového ústrojí. Se všemi zdravotními pojišťovnami máme uzavřenou smlouvu o poskytování a úhradě hrazených služeb. Jsme lůžkové zdravotnické zařízení, při léčbě jsou pacienti podle svého zdravotního stavu ubytováni v některém z léčebných domů. Pouze v omezené míře poskytujeme ambulantní léčbu, kdy pacienti (po předchozím vyšetření lékařem BRC) docházejí k léčbě z domova.

Po jakých operacích a s jakými zdravotními problémy se lze v BRC léčit?

Léčebně rehabilitační péči hrazenou zdravotními pojišťovnami poskytujeme pacientům po operacích páteře, srdce a cév, výměnách kloubů, dále po úrazech a při kloubních a neurologických onemocněních. Rehabilitujeme také stavy po mozkové mrtvici.

Nastupuje se k léčbě v BRC z domova, nebo jen po operaci nebo léčbě v nemocnici?

K léčbě nastupují pacienti z domova i z lůžkových oddělení nemocnic (přímým překladem). Je-li pacient poslán k léčbě přímo z nemocnice, formality přijetí s námi vyřizuje oddělení nemocnice a návrh na léčbu také zasílá ke schválení reviznímu lékaři. Při navrhování léčby s nástupem z domova vyplňuje návrh na léčbu praktický lékař, nebo odborný specialista, například neurolog nebo ortoped. Z návrhu musí být patrné, že zdravotní stav pacienta vyžaduje lůžkovou formu léčení (například proto, že opakovaná ambulantní léčba byla málo účinná, nebyla by účelná, nebo možná z důvodu pohyblivosti.)

Kolik se v BRC léčí najednou pacientů?

Počet obsazených lůžek v šesti léčebných domech kolísá, celkem je to zhruba 246. Průměrně u nás pracuje kolem 250 zaměstnanců. V počtu zaměstnanců a v jejich odborném složení spočívá další rozdíl mezi OLÚ a lázněmi. Na jedno patientské lůžko v BRC tedy připadá průměrně jeden zaměstnanec. Jak už bylo řečeno, v našich smlouvách se zdravotními pojišťovnami je přesně stanoveno, kolik zaměstnanců a s jakou specializací musíme mít na určitý počet lůžek, lázně mají tato „čísla“ jiná.

Kdy jet do BRC Čeladná a kdy do lázní?

1) Chystáte se na operaci páteře nebo máte před sebou výměnu kyčelního či kolenního kloubu? Domluvte se v nemocnici s lékařem, který vás bude operovat, aby vám žádost o léčbu v BRC vypsál. V tom případě byste nastoupili k léčbě přímo z nemocnice, asi pátý až sedmý den po operaci. Pokud lékař nebude vědět přesně, jak by měl postupovat, můžeme vám všechny informace poslat poštou, nebo stačí zavolat na telefonní číslo 558 616 211.

2) Docházíte občas s nějakými pohybovými obtížemi, nebo kvůli opakujícím se bolestem na rehabilitaci do ambulance v místě vašeho bydliště? Uchylujete se občas k lékům, protože už nezvládáte bolest? Pomůže vám ambulantní léčba vždy jen na pár týdnů? Mohou vás pro množství pacientů objednat na rehabilitaci až zadlouho? Také v tomto případě požádejte ošetřujícího lékaře (specialistu) o vypsání žádosti o léčebně rehabilitační péči v BRC a nechte si ji potvrdit praktickým lékařem, než ji odešlete do vaší pojišťovny.

3) Neschválil vám přesto revizní lékař žádost o léčbu v BRC? I pro vás máme řešení - několik variant

rehabilitačních pobytů pro samoplátce. Například program intenzivního pobytu RESTART zahrnuje obdobné procedury, jako léčebný pobyt „přes pojišťovnu“. Můžete si také rezervovat oblíbený léčebně rekreační pobyt s menším počtem procedur.

4) Bolí vás žlučník, trpíte různými alergiemi, nebo máte lupénku či astma? Pak budou pro vás vhodnější lázně.



Foto: Léčebný dům dr. Maye prošel celkovou rekonstrukcí v roce 2016. V jeho přízemí jsou umístěna pracoviště fyzioterapie a ergoterapie, elektroléčba, vodoléčba, oxygenoterapie a další procedury. V dalším poschodí je ordinace lékaře, ošetřovna a jídelna. Dvoulůžkové pokoje s vlastním sociálním zařízením a s televizí jsou vybavené polohovacími lůžky a jsou bezbariérové.

Logopedka BRC Mgr. Lucie Kytarová přednášela o neurokognitivní rehabilitaci u pacientů, u nichž došlo k poškození mozku následkem úrazu, krvácení do mozku, zánětlivých onemocnění nebo intoxikace.

Jak probíhá jejich léčba v BRC?

Ve dnech 2. - 3. 11. 2017 proběhlo v Rehabilitačním ústavu Kladruby mezinárodní IV. kladrubské neurorehabilitační interdisciplinární sympozium, na kterém přednesli své příspěvky lékaři, výzkumníci, fyzioterapeuti, ergoterapeuti, psychologové, logopedi a zdravotní sestry. Celkem bylo předneseno 30 příspěvků a prezentováno 5 posterů. Na sympozium se přihlásilo 183 účastníků, kteří kromě České republiky přijeli také ze Slovenska, Rakouska, Itálie a z Izraele. Symposia se rovněž zúčastnilo 15 vystavujících firem.

Neurokognitivní rehabilitace je systematická snaha o zlepšení kognitivních deficitů, založená na posouzení a porozumění narušení kognitivních funkcí, vzniklém v důsledku poškození mozku.

Můj příspěvek s názvem *Afázie* a neurokognitivní rehabilitace* se týkal případové studie, představující efekt neurokognitivní rehabilitace u pacientů, u kterých došlo k poškození mozku.

Cílem příspěvku bylo propagovat myšlenku, že neporušené kognitivní funkce, zejména paměť, pozornost, vizuoprostorové schopnosti, myšlení a exekutivní funkce** jsou základem pro fungování funkcí jazykových. Větší prokrvení mozku může dát podnět k alespoň částečnému zotavení z neurologického deficitu. Zvýšení prokrvení mozku může být způsobeno farmakologickou intervencí, ale rovněž aktivizací organismu formou neurorehabilitace, zahrnující aktivizaci kognitivních a jazykových funkcí.

V přednesené prezentaci jsem zároveň představila Beskydské rehabilitační centrum, kde neurokognitivní

rehabilitaci aktivně realizujeme prostřednictvím individuálních sezení s logopedkou či formou skupinovou s využitím počítačových programů Neurop3 a HyppyNeuron.

Dále jsem posluchače informovala o založení České společnosti pro neurokognitivní rehabilitaci, jejímž jsem zakládajícím členem. Tato multidisciplinární odborná společnost si klade za cíl dbát o rozvoj kognitivní rehabilitace v České republice a sdružuje osoby, vykonávající nelékařská zdravotnická povolání, zabývající se problematikou neurokognitivní rehabilitace v rámci praxe, popřípadě vědecko-výzkumné činnosti.

Shrnutí: Neurokognitivní rehabilitace se zaměřuje na zotavení pacientů z neurologického deficitu, způsobeného poškozením mozku. Procvičováním paměti, pozornosti, vizuálně prostorových schopností, myšlení, schopnosti řešit problémy, plánovat a organizovat se zvyšuje



prokrvení mozku, které pozitivně ovlivňuje jazykové funkce.

Stejný příspěvek jsem přednesla také na 3. mezioborovém sympoziu, pořádaném v dubnu 2018 v Rožnově pod Radhoštěm Klinikou úrazové chirurgie FN Ostrava.

* Afázie je ztráta nebo porucha řeči, způsobená porušením řečových oblastí mozku. Vzniká jako následek úrazů hlavy, krvácení do mozku, nádorů, zánětlivých onemocnění nebo intoxikace.

** K exekutivním funkcím patří schopnost posuzování a řešení problémů, plánování a organizování.

Lucie Kytarová



Věra Vaculínová:

NA TRAMPOLÍNU JSEM UTEKLA ZE SOKOLA

Andrea Adamová

S paní Věrou Vaculínovou z Rožnova pod Radhoštěm jsem se sešla v kavárně Lara začátkem března. Na to, že se u nás léčí paní, která v mládí dosáhla výborných mezinárodních výsledků ve skocích na trampolíně, mě upozornila kolegyně, která se to dozvěděla v podstatě náhodou. Na naše setkání jsem byla zvědavá, protože jsem závodně sportovala v téže době, i když jsem skákala „jen“ pod basketbalovými koši a ne do výšky skoro sedmi metrů. Těšila jsem se také, že se o tomto sportu dozvím více přímo od pramene, na stránkách oddílu Trampolín TJ Rožnov její jméno najdete několikrát, také mezi rozhodčími 1. třídy. Nenápadná paní drobnější postavy na mě již čekala, a tak se první otázka sama nabízela.*



Kdy je nejlepší se skákáním na trampolíně začít a jaké je třeba k tomu mít předpoklady?

Menší výška je pro skákání na trampolíně určitě výhodou, stejně jako tělesná zdatnost a obratnost. Ideální je začínat s dětmi zhruba ve věku od šesti let,

dospělí by neměli moc „blbnout“. Dnes je sice malá trampolína k vidění skoro na každé zahradě, ale není radno podceňovat riziko vážného úrazu. Takže vážení – salta doma na zahradě raději nezkoušejte bez předchozí gymnastické průpravy, radí zkušená trenérka a rozhodčí.

Mistryně ČSSR ve skocích na trampolíně z roku 1979 se v témže roce umístila na Mistrovství Evropy v Paříži na 19. místě. V roce 1980 na mezinárodních závodech v Norimberku, které se konaly týden před mistrovstvím světa, porazila jeho budoucí vítězku. Ve švýcarském Brigu totiž naše socialistická republika svoje závodníky na poslední chvíli nepustila na start kvůli účasti závodníka z Jihoafrické republiky.

Paní Vaculínová, vzpomínám, jak jsme si se spoluhráčkami považovaly, že se můžeme zúčastnit na pozvání jednoho basketbalového oddílu turnaje v Amsterdamu. Peníze jsme ale neměly žádné, jen načerno sehnanych pár marek, malé kapesné jsme dostaly od pořadatelů až na místě. Několik nocí jsme nocovaly za jízdy v autobuse a ráno se vždy šly do nějakého motorestu u dálnice umýt. Pamatuji si dodnes, jak hrozně jsem se styděla – byly jsme pomačkané, nevyspalé, u vchodu jsme se mýjely s lidmi vyspanými do růžova, z motorestu se linula vůně pro nás nedostupné kávy...

Vlevo: Z rodinného alba - ve čtrnácti letech „létala“ na Pustevnách...

Vpravo nahoře: Se lvíčkem na prsou na prvním místě na mistrovství republiky v roce 1985.





Podobné zkušenosti jsme měli za socialismu všichni. Byli jsme nadšení, že se vůbec můžeme podívat někam za hranice. Jiní nemohli cestovat vůbec. Já jsem například v roce 1986 jela na Mistrovství světa do Paříže sama, Jindřich Kozubek vízum nedostal. To moje vyřizovalo 18 lidí, než jsem mohla jet... Naštěstí si mě na nádraží vyzvedla teta, která ve Francii žila. Pan trenér aspoň zařídil, že jsem před závody trénovala s polskými závodníky. Byla jsem tehdy 30. na světě, vůbec nejlepší z našich reprezentantů. Ráda vzpomínám taky na rok 1982, kdy jsem se v hokejové hale v Haagu zúčastnila mezinárodních závodů v disciplíně smíšené dvojice. S jedním naším reprezentantem z Liberce jsme vytvořili výbornou synchronní sestavu během několika tréninků. Tam jsem se také osobně seznámila s Georgem Nissenem, americkým skokanem do vody, který jako první začal trampolíny vyrábět sériově. On sám trampolínu používal při tréninku jako doplněk. To víte, návraty z „bohatého západu“ byly skoro vždycky po psychické stránce hodně bolestivé, kolikrát člověka napadlo, že by tam rád zůstal. Tomu, kdo tu dobu nezažil, se tohle těžko vysvětluje. Pořád jste si říkala, jak to, že nemůžeme žít „normální“ život tam, kde jsme se narodili a kde jsme doma. Vždycky zůstalo jen u toho přání, protože v praxi by to bylo hodně složité, odříznout se ode všeho bez možnosti návratu, postarat se finančně o sebe, překonat jazykovou bariéru...

*Skoky na trampolíně patří v rodině sportů k těm relativně mladším. Mezníkem v jejich rozvoji v tehdejší Československu se staly v roce 1970 Tělovýchovné slavnosti, kdy 20 armádních celků uskutečnilo po celé republice kolem 200 vystoupení - místo výběrové skladby na nafukovacích trampolínách, připravené pro IV. československou spartakiádu, která se neuskutečnila. Tato vystoupení přinesla velký zájem o cvičení na trampolíně. Jedním z propagátorů skoků na trampolíně byl Jindřich Kozubek (*1936) z Rožnova pod Radhoštěm, který se na kurz trampolíny původně přihlásil proto, že skoky považoval za dobrou přípravu na gymnastiku. Jak jste se ke skokům dostala vy?*

Chodila jsem nejdříve na gymnastiku do Sokola, ale byla jsem velmi neposedné dítě, různé jsem zlobila, a tak jsem paradoxně hodně času strávila za trest někde v koutě tělocvičny, místo abych mohla cvičit s ostatními. A to při mém temperamentu třináctileté dívky skončilo tak, že v roce 1974 jsem utekla do oddílu skoků na trampolíně. Skákání na trampolíně bylo v tehdejší ČSSR docela mladým sportem, oddíl v Rožnově pod Radhoštěm patřil v roce 1970 ke čtyřem zakládajícím. Jindřich Kozubek se stal mým trenérem. A představte si, jako trenér působí v oddíle dodnes, vychovává další reprezentanty, náš oddíl patří k historicky nejúspěšnějším. Trénoval svého času i mou dceru Janu, která také závodila na mistrovství Evropy.



Také ráda vzpomínám na svého prvního trenéra. V době, kdy nás trénoval, byl sám aktivním hráčem a pro nás všechny velký vzor. Můžete nám o svém trenérovi - a nyní oddílovém kolegovi - říci více?

Moc ráda. Cením si ho velice jako obětavého, úžasného člověka a dobrého psychologa. Závodili jsme s ním v mnoha státech Evropy. Vždy dbal na to, abychom kromě závodů měli jeden den volna a mohli si projít a poznat místa, kde jsme právě byli. Také vzpomínám, jak nám třeba v Moskvě zařídil potřebný trénink. Koupil lahev vodky, dal ji uklízečce a tělocvična byla naše... Dozajista patří k velkým osobnostem rožnovského sportu, také několikrát toto ocenění od města získal. Je také držitelem ceny „Fair play“ Českého olympijského výboru. Při olympijské premiéře soutěží ve skocích na trampolíně na Letních olympijských hrách 2000 v Sydney obsadila Petra Vachníková – Juříčková 11. místo. Petra je od nás z Rožnova a je-

jím trenérem byl také Jindřich Kozubek. Tentokrát už mohl u toho úspěchu být osobně. Mezi nejúspěšnější rožnovské závodníky dnešních dnů patří Kateřina Solanská, Adam Sült a Naďa Palacká, která byla vloni na mistrovství republiky první v jednotlivcích, synchronně i v družstvech.

Vy nyní působíte jako rozhodčí 1. třídy, věnovala jste se také trenérské práci?

Dokdy jste závodila aktivně?

Ve svém domovském oddíle jsem pracovala jako trenérka do svých 50 let. S aktivním závoděním jsem skončila v roce 1989. A se skákáním bohužel vloni v září, když jsem na mokré trávě uklouzla s kolem a spadla. Kvůli tomu jsem na rehabilitaci u vás. Při pádu jsem si zlomila pažní kost a vykloubila ramenní kloub. Následovala operace a poté několikaměsíční léčba interních potíží, o kterých jsem ani předtím nevěděla. Ale jak se dostanete doktorům pod ruku, vždy se něco najde... To mi intenzivní rehabilitaci oddálilo, rozcvičování ramene jde po tak dlouhé době hodně pomalu.

Jaký je zájem o skákání na trampolíně mezi mládeží?

Zájem o trampolínu je velký, ale v menších městech, jako je Rožnov, chybějí trenéři. Například v Praze a v Liberci jsou na tom mnohem lépe - působí tam profesionální trenéři z povolání, u kterých si lze zaplatit pronájem tělocvičny a hodiny pod jejich vedením. Víte, trenérská práce je velice zodpovědná a náročná na čas, nemůžete prostě nepříjít na trénink. A v případě malých oddílů jde v podstatě o dobrovolnou činnost, která se ani zaplatit na této úrovni nedá. Takových nadšenců, jako jsme byli kdysi my, už je hodně málo. Více se tehdy zapojovali také rodiče i prarodiče. Kolikrát jsme na cestu na závody dostali pekáč ještě teplých buchet nebo nějakou jinou dobrotu, a když jel někdo z nich na závody autem, vždycky pobral, kolik se do auta vešlo.

Jak vlastně probíhá nácvik skoků?

U dětí se začíná s gymnastickou průpravou a přímo na trampolíně je s nimi trenér, který vlastně skáče s nimi a dává jim záchranu – chytá je. Nebo je jistí pomocí lanče, to je speciální lano, které je ukotvené ve stropě. Skokan na trampolíně ho má při tréninku připnuté k širokému pasu speciálními úchyty. Strop musí mít minimální výšku 8 metrů, takže ne v každé škol-

Nahoře: Mezi fotografiemi paní Věra uchovává i tuhle samolepku z Mistrovství Evropy ve Francii v roce 1979, kterého se za tehdejší Československou socialistickou republiku zúčastnila.

Vpravo nahoře: Tentokrát na bronzovém stupínku v závodě synchronních dvojic. ***Dole:*** Při závodě jednotlivců.

ní tělocvičně se dá skákat. Trénovat k nám (ZŠ Pod Skalkou v Rožnově) jezdí například skokani na lyžích. Akrobatický skokan na lyžích Aleš Valenta chodil například svého času trénovat do oddílu trampolín v pražských Petřinách, také skokani do vody trampolíny používají.

V jakých kategoriích se závodí a jak se skoky hodnotí?

Věkové kategorie jsou stejné jako u jiných sportů, v nich se závodí v jednotlivcích a v synchronních dvojicích. Sestavy na trampolíně se provádějí na obdélníkové plachtě o rozměrech 420 x 215 centimetrů. Během závodu je povolen kontakt pouze s tímto prostorem. Skokan může před sestavou provést libovolný počet přímých skoků pro nabrání dostatečné výšky a sebekontroly před zahájením prvního z deseti prvků v sestavě. Závodník předvádí sestavy dvě. Povinnou (první) sestavu a volnou sestavu. První sestavu zčásti určují mezinárodní pravidla. Volná sestava obsahuje také deset prvků a tvoří ji jednoduchá, dvojná nebo trojná salta, kombinovaná s různým počtem vrutů. Každý prvek může být v sestavě jen jednou a nesmí se opakovat. Výkon se hodnotí na základě norem předepsaných pravidly. (Z jednotlivých skoků se počítá výsledný koeficient obtížnosti, který je dán počtem čtvrtin salt a půlvrutů v každém prvku. Dále se hodnotí provedení skoků a jejich technická správnost. Připočítává se výška, do které závodník skočí a čas letu v sestavě – čím delší čas závodník stráví ve vzduchu, tím má sestava lepší hodnocení.)

V synchronních skocích jsou požadavky na sestavy stejné, ale přibývá zvládnutí správné pohybové a časové souhry sestav obou závodníků. Používají se dvě trampolíny vedle sebe, na nichž dva skokani provádějí ve stejném čase stejnou desetiprvkovou sestavu. V této disciplíně je důležité, aby skokani předváděli prvky co nevíce identicky a dosáhli takzvaného „mirror image“, odrazu v zrcadle. Hodnotí se synchronnost každého prvku. Pro snazší rozhodování se k trampolínám instaluje „měřič synchronnosti“, který zaznamenává čas dopadu každého z dvojice závodníků, z jejich časů vytvoří průměr a zobrazí tak výslednou známku synchronnosti.

„Když po několika minutách slezete konečně na pevnou zem, pocítíte, jako by svou pevnost ztratila. Chvilíčku se s vámi houpe celý svět a máte zvláštní, bezdůvodné pocity radosti. Žádné obavy, po několika letech to zajisté přejde...“ Tuhle větu jsem si půjčila ze stránek České gymnastické federace. Z osobní zkušenosti z dost dávné minulosti mohu potvrdit, že se zem pode mnou houpala hodně. Pamatuji se na to dobře, trampolínu jsme vyzkoušely se spoluhráčkami





v nafukovací hale v pražském Motole těsně před basketbalovým zápasem dorostenek. A trenér nám tehdy hrozně vynadal. Zkuste se po pár skocích na trampolíně odrazit při výskoku „jen“ od země...

Paní Věro, těšíte se, že se s Vámi bude houpat zem, až se zase vrátíte ke skokům?

V první řadě doufám, že se ke skokům budu moci rekreačně vrátit, jestli se mi rameno úplně uzdraví. To si přeji ze všeho nejvíc. A pocity, které při tom budu mít? Vždyť radost z pohybu máme přirozeně danou všichni, nezáleží na tom, jestli skáče na trampolíně nebo si jdeme zaběhat. Přála bych všem vašim pacientům, aby od vás odcházeli s posílenou nadějí, že tuto radost znovu zažijí. A je úplně jedno, po jakém „výkonu“.

**Poznámka: Milé kolegyně a kolegové, zdravotní sestry, fyzioterapeutky, fyzioterapeuti, ergoterapeutky a další. Nezapomínejte prosím na to, že vyprávění o lidských osudech můžeme napsat také s vaší pomocí. Vy jste přímo „u pramene“, pracujete s pacienty denně, hodně se o nich dozvíte. Každý náš pacient či pacientka nosí v sobě poklad životních zkušeností, jen se k němu dostat. Povzbuzením a inspirací pro ostatní se může stát část jejich životních příběhů, které my v redakci můžeme vhodným způsobem zprostředkovat. Dejte nám prosím vědět.*

PRVNÍ SKÁKALI ESKYMÁCI

Traduje se, že prvními průkopníky skákání na trampolíně byli Eskymáci, kteří k vyhazování odvážlivců do vzduchu používali mroží kůže způsobem, jakým hasiči zachraňují lidi při skocích z oken hořících domů. Také středověcí akrobaté předváděli pro potěšení diváků svá vzdušná cvičení na pružných prknech, která byla na koncích podepřena špalky.

První skutečnou trampolínu vyvinul francouzský artista du Trampoline, který využil odrazových schopností záchranné sítě pod visutou hrazdou a upravil ji pro samostatná cvičení odvážných a atraktivních skoků. Další četné napodobeniny pak již nesly jméno prvního konstruktéra. Jedno z nejslavnějších jmen, které je spojeno se sestrojením trampolíny, je George Nissen, americký skokan do vody, který ji používal jako doplněk ke svému tréninku. První mistrovství světa se konalo v Royal Albert Hall v Londýně v roce 1954 a mužskou kategorii vyhrál dnes známý spisovatel Dan Millman – autor knihy Cesta pokojného bojovníka a mnoha dalších. Do Československa bylo v šedesátých letech dovezeno několik trampolín značky Nissen a cvičení na trampolíně bylo zařazeno doplňkově do přípravy sportovních gymnastů a především skokanů do vody. Sportovní nadšenci cvičili i na „po domácku“ vyrobených trampolínách a pořádali první průkopnické závody. První takový známý historický závod se uskutečnil v roce 1964 v Rožnově pod Radhoštěm. Za skutečný začátek závodního skákání na trampolíně u nás se ale považuje až období na přelomu šedesátých a sedmdesátých let. První celostátní závody ve skocích na trampolíně se v Československu konaly v roce 1970.

(Zdroj: <https://oddil-trampoliny-roznov.webnode.cz>; <http://trampoliny.cstv.cz>; publikace 45 let organizovaného skákání na trampolíně v Československu a v České republice)

BISKUP FRANTIŠEK LOBKOWICZ

„opět v Beskydech“



I biskupové mohou mít zdravotní obtíže. A tak se stalo, že na přelomu letošního února a března se jedním z klientů Beskydského rehabilitačního centra v Čeladné stal Jeho Excellence Msgr. František Václav Lobkowicz, O Pragem, I. biskup ostravsko-opavský (*1948). Jeho jméno je nejen v našem kraji dostatečně známo, není tedy nutné více dodávat. Pouze v české historii máme trochu mezery - prapředek pana biskupa písař Mikuláš získal počátkem 15. století od Václava IV. ves Lobkovice a od té doby nám vlastně Lobkowiczové v našich zemích vlastně „vládnou“. Obojí je

nadsázka – ono vládnutí i „opětný návrat“ pana biskupa do Beskyd. On z nich totiž nikdy neodešel. Jsa Plzeňák, nastoupil v roce 1975 první kněžskou štaci ve Frýdku-Místku a od té doby (s výjimkou šesti let služby pražské) Moravu a Slezsko nikdy neopustil.

Takže jsme při našem setkání v posledním únorovém dni roku 2018 nemohli jinak, než se zeptat:

Jak se cítíte opět v Beskydech?

„Tedy, pokud jde o toto důmyslné a přívětivé zařízení, tady se cítím perfektně“, řekl nám spontánně pan biskup, i když s trochu pokleslým hlasem dodal „ale mučí

mě tady dokonale“. Nás, kteří jsme již branami BRC prošli, tím nezmatl. Oním „mučením“ jsou cviky pod vedením velice snaživých a zkušených fyzioterapeutek, vedoucí k tomu, aby se člověk zmatčil a dokonaleji pohyboval. Což pan biskup potvrzuje: „Pravdou je, že se již sám postavím a celkově se cítím čím dál tím lépe“.

Beskydské rehabilitační centrum v Čeladné je nejen uprostřed Beskyd, ale svojí historií vzbuzuje jisté analogie. Dočasným sídlem pana biskupa je Léčebný dům doktora Maye. Ano, toho muže, který v roce 1907 požádal olomouckého arcibiskupa Františka Saleské-



ho Bauera o povolení postavení rozhledny na Skalce (nejvyšší vrchol Ondřejníku). Pan arcibiskup tehdy nejen vyhověl, ale dal k dispozici i potřebné dřevo k postavení rozhledny, k čemuž nedošlo z jiných důvodů.

„Vidíte, ona se ta situace trochu opakuje“, říká biskup Lobkowicz. „Loni jsme dali souhlas k postavení rozhledny na Skalce, ale to není všechno. V Bílé například těžíme stromy na výrobu šindelů pro znovupostavení nedávno shořelého dřevěného kostela Božího Těla v Gutech u Třince. A dáváme mimo jiné i k dispozici kus lesa k vytvoření „Stezky v korunách stromů“ v Bílé, něco podobného, jako je například u přehrady na Lipně.“

Tím jsme se v debatě dostali i k současným snahám politické reprezentace o zdanění náhrad za kdysi komunisty zabavený církevní majetek. „S tím bohužel asi nic nenaděláme“, říká pan biskup a dodává: „Pokud onen návrh projde, bohužel se poněkud

prodlouží doba realizace našich hospodářských plánů a našich charitativních aktivit. Již dnes se ukazuje, že umíme hospodařit přece jen o trochu lépe, než obecně vzato stát. Naši zaměstnanci v lesích, které jsme převzali, jsou spokojeni nejen se svým postavením, ale i s materiálními podmínkami. A současně jsme spokojeni i my s výnosy, vzniklými jejich prací. Díky tomu můžeme dělat mnoho užitečných věcí“.

A opět se v rozhovoru dostáváme k onomu velice zajímavému propojení s historií, týkajícímu se aktivit MUDr. Jana Maye, který byl iniciátorem a předsedou spolku pro postavení chrámu Panny Marie Královny v Mariánských Horách, kde byl počátkem minulého století také starostou. Pan biskup byl od roku 1984 mimo jiné také farářem farnosti v Mariánských Horách. A proto jsme došli i k povídání o tom, že byl tento chrám posvěcen a otevřen před 110 lety, v říjnu 1908, s podílem význačných moravských umělců. V debatě došlo

i na skvostný obraz „Archanděl Michael sráží satana do pekelné propasti“. Kopii tohoto původního díla italského barokního malíře Quida Reniho zhotovil význačný český malíř Luděk Marold. „Ano, ten obraz znám a vím, že je dílem Ludka Marolda. Avšak to, že obraz na vídeňské aukci zakoupil a chrámu věnoval doktor Jan May, to je pro mě informace zcela nová. I proto se budu v tomto léčebném domě, nesoucím jeho jméno, cítit více než doma“, komentuje debatu biskup Lobkowicz.

První části našeho rozhovoru se účastnili i MUDr. Milan Bajgar, ředitel BRC, a Pavol Lukša, starosta Čeladné. Přítomnost posledně jmenovaného vedla pana biskupa ke vzpomínce staré bezmála deset let. V červnu 2008 požehnal nově zhotovenému kříži (ten původní dosloužil), který je historickým symbolem moravsko-slovenského pomezí na Bílém Kříži. Slavnostního aktu se tehdy mimo jiné zúčastnili hejtmán Moravskoslezského kraje Ing. Evžen Tošenovský a tehdejší člen rady kraje Pavol Lukša.

A v říjnu toho roku 2008 jsme se s biskupem Lobkowiczem sešli v Bílé na slavnostní Hubertské mši (**viz snímek na předchozí straně**). Novodobá tradice těchto mší vznikla v Bílé v roce 2005. Ta v roce 2008 byla mimořádná i v tom, že vedle Zámečku vyrostla, díky šikovnému stolaři panu Vančurovi z Ostravice, kaplička sv. Huberta, která byla v rámci Hubertské mše také slavnostně vysvěcena.

„Víte“, zamyslel se pan biskup, „ono to biskupství není pouhý úřad. Opravdu rád jezdím za lidmi a upřímně řečeno, těch pozvání je mnoho. Zejména do přírody. Je o mě známo, že jsem také skaut,

takže často jsem sloužil v období svátku sv. Jiří mše na Ivančeně... a často mi udělá radost pozvání do míst, v nichž obnovili církevní památky..."

A tak jsme namátkou připomněli září roku 2010. V roce 1879 byl vedle nové obecní školy v osadě Zlatník dnešní obce Krásná pod Lysou horou (část Vyšní Mohelnice) postaven kamenný kříž. Právě v roce 2010 byl restaurován a 24. září 2010 panem biskupem znovu vysvěcen (**viz snímek vlevo**).

Při té příležitosti se debata stočila i na nejrůznější památky (kříže, pomníčky, obelisky), které v Beskydech, v tehdejších arcibiskupských a dnes biskupských lesích, zanechali v minulých stáletích různí církevní hodnostáři. A pan biskup se tak trochu zasníl:

„Rád bych tady někde v okolní přírodě také zanechal nějakou připomínku na období, v němž jsme uvedli v život novou diecézi – biskupství ostravsko-opavské. Nebylo to jednoduché. Od roku 1996

jsme udělali velký kus práce. Když říkám jsme, mám na mysli desítky mých spolupracovníků, dále pak kněží v městech a v obcích, jejichž častou náplní práce jsou i četné kulturní, vzdělávací a charitativní aktivity. A to bych chtěl nějakým vhodným způsobem připomenout tak, aby i tato naše „pionýrská“ doba byla symbolizována“.

Nemohl si pan biskup Lobkovicz vymyslet lepší dobu i lepší místo k vyřknutí tohoto přání. Již dávno pracuje vedení Beskydského rehabilitačního centra s obcemi Čeladnou a Kunčicemi pod Ondřejníkem a s Okrašlovacím spolkem Rozhledna na projektu jakési „naučné stezky“, která by začínala nad areálem BRC a vedla k budoucí rozhledně na vrcholu Skalka. A tak jsme pana biskupa požádali, aby své úvahy vedl i v pozdější reálné podobě tak, aby ona zamyšlená „naučná stezka“ začínala právě nějakým zajímavým symbolem (například obeliskem, křížem, drobnou sakrální stavbou a podobně), připomínajícím onu dobu, kdy se on sám jako první ujal vedení biskupství ostravsko-opav-

ského. A tento záměr již nelze pominout. V tom jsme se shodli.

Pan biskup zavzpomínal rád i na září roku 2015, kdy byla na vrcholu Lysé hory otevřena nová Bezručova chata. A v ten den, bylo to přesně 5. září, vysvětil i nedaleko této chaty nově zbudovanou kapličku. Pozdravil se s mnoha účastníky této akce, mimo jiné také s panem Jiřím Stejskalíkem (**na snímku dole**), který byl svého času právem označován za „duši a kmotra“ nové Bezručovy chaty. Mezi těmi, kdož v onom slavnostním dni fotografovali, byl i náš spolupracovník, příborský fotograf Rudolf Jarnot. Fotografie pana biskupa s panem Stejskalíkem je také jeho dílem. „Ten snímek se nám líbil i proto, že se na něm tváříte velice přívětivě...“ sdělujeme panu biskupovi...

„Ono je to všechno trochu jinak“, zamýšlí se pan biskup. „Na setkáních, při nichž se fotografuje, nemyslíte na to, jak se tvářit. Jednou pokročí technika tak daleko, že i z fotografií bude vyzařovat teplo. Lidské teplo. Víte a toho potřebujeme nejvíce. Jsem rád, že právě lidské teplo je součástí mnoha setkání, která jsem v posledních desetiletích absolvoval, jakkoli to vždy z tváří přítomných nepoznáte. Potkávám se s oním teplem velice mile i zde při mém rehabilitačním pobytu. A také, aby bylo konečně po vašem, když jsem „opět v Beskydech“.



Text je z připravované publikace Petra Andrle a kolektivu „O LIDECH V BESKYDECH A O POZORUHODNÝCH PAMÁTKÁCH A PŘÍRODNÍCH ZAJÍMAVOSTECH III“, která vyjde v listopadu 2018.

Novinky v TV Ondřejka



První verzi vysílání programu vnitřního informačního kanálu BRC s názvem Televize Ondřejka jsme spustili v únoru 2013. V téže době jsme také všechna televizní videa začali zveřejňovat na vlastním YouTube kanále www.youtube.com/rehabilitacnicentrum. Proměňám program vysílání v uplynulých pěti letech jsme se podrobně věnovali v minulém čísle. Přitom nás napadlo, že bychom novinkám na Ondřejce (a zároveň na YouTube) mohli věnovat pravidelnou rubriku v každém čísle. Důvod je jednoduchý – za dobu od jednoho čísla ke druhému vždy přidáme nějaké nové video, a tak by bylo škoda na novinky neupozornit i naše čtenáře. Co nového jsme tedy vytvořili od února 2018?



Nyní je na internetu zveřejněno celkem 114 videí, za poslední tři měsíce tedy přibylo 7 nových. Z toho jsou čtyři dokumenty dlouhodobějšího charakteru, tři pozvánky na výstavy v Galerii Lara se v televizi vysílají pouze po dobu trvání výstavy, ale na YouTube zůstávají.

Rekonstrukce Léčebného domu dr. Maje (3:32 min.)

Unikátní dokument složený z fotografií, pořízených v průběhu let 2015-2016, kdy tento dům prošel rozsáhlou rekonstrukcí. Diváci mají tedy možnost podívat se přímo na stavbu, kam je jinak „nepovolaným vstup zakázán“. Některé fotografie jsme získali přímo od stavbyvedoucího firmy Nosta Petra Lanči, nebo nám na stavbě dělal při fotografování průvodce. Můžete tak vidět například unikátní pohled do vnitřku budovy zbavené stropů (*na snímku*), postup přístavby dalšího patra a střechy, nebo původní vzhled místností, kde je dnes pracoviště rehabilitace.

Reportáž z vernisáže fotografií Petra Lukeše (3:38 min.)

Jak název napovídá, jde o krátký sestřih nejzajímavějších okamžiků vernisáže výstavy v Galerii Lara s názvem Beskydy. K černobílým fotografiím krajiny i ukázek původních řemesel z Valašského mu-

zea v přírodě se výborně hodil a hodí i ve videu živý hudební doprovod, o který se postaraly dámy z tria Acoustic Flowers.

Oldřich Schnabl: Inventarium 80 (1:40 min.)

Pozvánka na výstavu olomouckého výtvarníka, který se věnuje digitální grafice. Číslovka v názvu výstavy skutečně skrývala jeho věk, a tak nemohla chybět ani vernisáž, pojatá dílem jako oslava kulatých narozenin.

Oldřich Schnabl: Reportáž z vernisáže (4:36 min.)

Digitální grafiku jsme v galerii vystavovali na již 62. výstavě (od založení galerie v roce 2011) vůbec poprvé. A tak si nenechte ujít video reportáž z vernisáže, které vám aspoň částečně zprostředkuje zajímavý vizuální dojem z chodby galerie, zaplněné těmito grafickými díly. Větší plochy obrazů a malý odstup v úzké chodbě vůbec nevadily, naopak – lapaly návštěvníky do hry různých barev, jejich odstínů, tvarů těles a křivek. Film dokresluje supraphonská nahrávka písně „Já vím“ od Hany Hegerové, dlouholeté kamarádky. Výborné ohlasy v návštěvní knize jen potvrdily naše rozhodnutí uspořádat výstavu tohoto autora znovu. Takže se můžete těšit na květen 2021...





Pojďte s námi do parku - 4. díl (4:24 min.)

Další díl rozhovorů s krajinářským architektem Ing. Zdeňkem Strnadelem (*na snímku*) o proměnách parku rehabilitačního centra. V tomto díle vysvětluje, čím se zabývá v zimě, takže jde hlavně o sledování zdravotního stavu stromů, plánování nové výsadby, či případného kácení. Popravdě řečeno nás mrzí, že tento seriál nemá na YouTube tak velkou sledovanost, jak jsme čekali. Ze zkušenosti víme, že když se pan architekt pohybuje v parku v montérkách a s rýčem, nebo přímo pracuje na nějakém záhonu, má diváků nespočet. A nejen diváků – pacienti vždy zajímá, co a proč zrovna dělá nebo sází, přidávají svoji zkušenost z vlastní zahrádky. Na díly tohoto seriálu proto velmi doporučujeme se podívat, určitě se tam dozvíte nejen něco zajímavého o proměnách našeho parku, ale můžete načerpat i mnoho nových informací. V televizním vysílání jsou k vidění vždy v pondělí a ve čtvrtek - pěkně všechny čtyři díly za sebou. A samozřejmě časem přibudou i další, protože starost o park nikdy nekončí.

Mirka Ježková: Proměny (0:52 min.)

Až do 20. června 2018 můžete tuto výstavu v Galerii Lara navštívit osobně. Ve video pozvánce jsou fotografie několika obrazů této autorky, ale určitě je lepší si je prohlédnout „naživo“. Možná vám její olejomalby, akryly a pastely přijdou docela „normální“, ale nejspíš jen do té doby, než se začnete do řádek, které o sobě paní Ježková napsala na úvodní panel. A pokud jste třeba měli od mládí sen, že budete malovat, můžete si ho splnit i po šedesátce. Jako ona:

„Narodila jsem se roku 1947 v Dobré u Frýdku-Místku. Už v mládí jsem ráda kreslila a měla velký zájem o umění. Okolnosti doby nedovolily, abych se věnovala malování, proto jsem pak 40 let pracovala v technickém oboru. Moje motto zní – „Nikdy není pozdě začít“.

Svou lásku k malování jsem proto začala naplňovat až v důchodu. Byla jsem ráda za možnost studovat to, co jsem milovala. Navštěvovala jsem kurz mistrovské olejomalby u paní Elen Thiemlové. Dále, pod vedením pana Oldřicha Pelikána, jsem se učila malovat portrét. V letech 2010-2013 jsem studovala na Lidové konzervatoři. Malování, barvy, světla, stíny, to je koníček, jemuž jsem propadla a stal se středobodem mého života. Motivy jsem si ve skicích i fotografiích přinášela domů a stále jsem překvapována fantastickou možností, jak na plátno přenést své pocity a dojmy.“

Oslava života v lázních Čeladná (1:27 min.)

Pozvánku na tuto akci v sobotu 2. června 2018 najdete na první straně časopisu, hned na stránce druhé je program. Tato video verze je ještě bohatší o hudební ukázky vystupujících skupin a také obsahuje malý zvukový žertík. Podívejte se... (aa)

PROGRAM VYSÍLÁNÍ TV ONDŘEJKA

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

1. programový blok (modrý; neděle, středa)

VÍTE, KDO JSME?

Krátké dokumenty o BRC a práci zdravotníků

Ukázky léčby a procedur

Pozvánky

Důvěrné hovory: rozhovory se známými osobnostmi, našimi klienty

2. programový blok (červený; pondělí, čtvrtek)

VÍTE, CO JEŠTĚ DĚLÁME?

Zajímavosti z našeho centra

Nabídky pro volný čas

Pozvánky a reportáže

3. programový blok (zelený; úterý, pátek)

VÍTE, KDE SE NACHÁZÍTE?

Z historie i současnosti regionu

Zajímavosti o Čeladné a okolních obcích

Osobnosti

Pozvánky

4. programový blok (fialový; sobota)

TAKÉ RADOSTÍ SE LÉČÍTE

Pozvánky; dva filmy

*Čas od času nás zaujme nějaký článek, o němž si říkáme, že by bylo dobře, kdyby si ho přečetli i ostatní. Takže „čteme pro vás“. A právě nedávno nás zaujal následující text Radkina Honzáka. MUDr. Radkin Honzák, CSc. (*1939) je český psychiatr, publicista a vysokoškolský pedagog. Veřejnosti je znám mimo jiné knihami o psychologii, na současnost reaguje vtipně na svém blogu. Mezi své zájmy řadí především lidi a svého psa Bobinu.*

Převzato ze Společenské revue Přítomnost z rubriky Společnost (na <http://pritomnost.cz/cz/spolecnost>) dne 22. dubna 2018.

Bohatství dnešního dne

Každý člověk by měl mít narozeniny. Alespoň jednou v životě; tak to napsal Ivan Vyskočil a já s ním souhlasím.

V den, kdy se potopil Titanic, byl náš tatínek už na světě a byly mu už tři měsíce a dva dny. Byla to neděle a tak se zřejmě celá rodina vydala do kostela, neboť tak činila nejen tehdy, ale i za války, a co pamatuju stejně i za reálného socialismu. Její hodnoty byly jasné. První otázka, kterou mi položila teta Handolenka, když jsem přijel uložit tátovu urnu do rodinného hrobu, zněla: Bys už letos u svatého přijímání? To bylo pro ni nejdůležitější. Žila a zemřela smířena s Bohem, lidmi i sama se sebou. Myslím, že to je důležité.

Zajímalo by mě, jak a kdy tátovu rodinu dostihla zpráva o Titanicu a jak zapůsobila. Ve čtvrtek mi totiž jeden člověk z médií poslal urgentní zprávu: Kdyby byl v noci útok na Sýrii, v pátek nepříjdu. Být to na dnešek, nepotkali bychom se. Nemyslím si ale, že by tehdy Titanic ovlivnil tolik lidí v této krajině. Dnes je Rusko rozzlobeno nad zničením objektů vyrábějících v Sýrii chemické zbraně. I nad tím se lze dnes hněvat.

Co je dnes (a slovo dnes bych viděl zvýrazněné) nejdůležitější? Dnešek. Jenom dnešek? Marcus Aurelius, který bude mít narozeniny za necelé dva týdny, nás nabádá: **Člověk nežije jiný život, než ten, který právě ztrácí a neztrácí jiný život, než ten, který právě žije. Minulost ani budoucnost nám nenáleží. Ale on také řekl: Vidíš-li věci jak jsou tady a teď, viděl jsi všechno, co se stalo od věčnosti. Všechny věci jsou vzájemně provázány jednotou.**

Umřel Miloš Forman. Už není, a jeho dílo je a bude ještě dlouho. Je to minulost, která mi (nám) stále patří. Nám? Kterým nám? Když jsem přijel v květnu 1993 do Washingtonu na konferenci Americké psychiatrické společnosti, natrefil jsem zde osmnáct

tisíc živých psychiatrů. Ti čeští, kteří trávili v USA již nejméně dvě desetiletí, mi bez výjimky všichni vysvětlili, že Forman je ničema, protože nechutně poplival psychiatry. Marně jsem jim vysvětloval, že my, co jsme žili za dráty tady, jsme to vnímali úplně jinak, že jsme na jeho filmy jezdili do Budapešti a zde jsme si tajně přehrávali propašované kazety. Že Přelet nad kukaččím hnízdem není vyprávění o psychiatrech, ale o moci, manipulaci a svobodě. Naprosto marně. Tehdy jsem poznal, že nejsem ten správný psychiatr se správnou skupinovou a profesní morálkou.

Pojďme dál, bude mít 556. narozeniny Leonardo da Vinci, svobodomyšlný genius, umělec, vědec, vynálezce, nemanželské dítě, autodidakt a proto celoživotně levák, depresi trpící homosexuál, nafoukanec i zoufalec, škarohlíd i autor sci-fi, na stará kolena podezíravý paranoik. Freud si o něj vylámal zuby, přestože jeho studie nepostrádá cenné postřehy (ale je také plná chyb). Mona Lisa, Poslední večere, stejně jako Madona ve skalách stále vybízejí k nejrůznějším více či méně fantastickým interpretacím, zatímco chladná Dáma s hranostajem nechává záhadology na pokoji. O malém psychopatu Giacomovi se cudně mlčí.

O svém díle Mistr nepochyboval. K lidstvu měl vztah značně kritický, jak můžeme soudit z toho, že (mimo jiné) napsal: **Kolik je lidí, u kterých bychom mohli říci, že pouze jedí a produkují výkaly. Jsou to plniči latrin, protože k ničemu jinému na tomto světě nejsou. Ničím užitečným nepřispívají. Jediné, co po nich zbyde, jsou plné latriny.** Zato měl rád zvířata, byl z té příčiny ideový vegetarián a na tržišti vykupoval ptáky, které hned pouštěl na svobodu. Pro mě je Leonardo – také vzhledem k prohlášení: Je tak jednoduché být všestranný – koncentrátem, hologramem Člověka s mnoha jeho fasetami. Co bych z jeho vlastností chtěl mít, je stoicismus, který

projevil, když zkrachoval jeho dlouho chystaný vysněný projekt největší jezdecké sochy.

Když Ludovico zvaný Maur z rodu Sforzů podělal svou diplomacií, co podělat mohl a rozhodl se pro válku, sedm tun bronzu připravených pro pomník se změnilo přes noc v materiál pro děla. Leonarda politika nezajímala a snad do poslední chvíle netušil, kam se děj v Miláně ubírá. Nicméně do deníku si zapsal: „O koni neřeknu nic, protože vím, co se děje“. Ten postoj mi ještě připomněl Kipling v básni Když.

Každý den je něco důležitého, odměnou za vybalení růží ze zimního zámočku jsem viděl doslova během několika hodin vyražit jejich první lístky. Stejně důležité je, aby slunce nezapadlo nad naším hněvem, jak potvrzují četné výzkumy z oblasti stresu, frustrace a jejich následků. Důležitá je každodenní věrnost hodnotám, jak (ještě jednou) poznamenal Marcus Aurelius: **Kdo hřeší, na sobě hřeší, kdo ubližuje, sobě ubližuje, neboť sebe sama dělá špatným.** Na jeho narozeniny se také těším.

▼ Inzerce ▼

cream BIKE ČELADNÁ

28. 7. 2018

AREÁL ZŠ ČELADNÁ WWW.BIKECELADNA.CZ

- pátý ročník závodu pro širokou veřejnost, profi sportovce i týmy
- závod pro děti: JUNIOR BIKE ČELADNÁ
- biková škola biketrialisty Petra Krause
- bohatý doprovodný program
- registrace na www.bikeceladna.cz

ŠKODA CZE SO GROUP Česko jede SPECIALIZED CAT ha-vel MONETA MONEY BANK BIKE

Letos již popáté přivítá pohoří Beskyd jedinečný závod **CREAM BIKE ČELADNÁ**, který se tentokrát pojede poslední červencovou sobotou, 28. 7. 2018. Závodu se již tradičně může zúčastnit doslova každý. Víkendový cyklisté mohou poměřit síly s profesionálními borci, kteří svou opakovanou účastí na loňských ročnicích potvrzují kvalitu celé akce. Závod nabízí také variantu týmové soutěže a dětské závody.

Závodníci budou startovat opět u ZŠ v obci Čeladná a dále se vydají do nádherné beskydské přírody přes Maralák a Pustevny s výhledem na Lysou horu, Radhošť a okolní nedotčenou krajinu. Tváří závodu se stal Radim Kořínek - účastník OH v Sydney a Athénách, který se podílel také na vytvoření cyklistických tras závodu. Závodu se pravidelně účastní také několikanásobný olympijský medailista Jaroslav Kulhavý.

Od 12 let věku je možné zúčastnit se trasy B Tunist, jejíž délka je 20 km. Tato trasa je turistického, rekreačního charakteru a vede po lesních či polních cestách se zpevněným povrchem. Po cestě mohou závodníci obdivovat krásy druhé nejvyšší hory Beskyd Smrku, podhůří Kunčic pod Ondřejníkem a okolí řeky Čeladenky.

Pro zdatnější a aktivnější cyklisty je připravena trasa A Bike Čeladná Race 55 km, pro niž jsou charakteristické techničtější úseky, náročnější povrch s převýšením 1350 m, dva singletraily a brod. Pro obě kategorie jsou vypsané také soutěže týmů, na kratší trase spolu budou závodit týmy rodinné. Pro děti všech věkových kategorií jsou připraveny bikerské závody v bezpečí areálu ZŠ Čeladná s možností si vyzkoušet hned několik dovednostních disciplín. Pro závodníky a diváky je připraven bohatý doprovodný program a pro děti den plný zážitků a soutěží. Svou účast potvrdil také trojnásobný mistr světa v biketriálu Petr Kraus, který pro diváky připraví dechberoucí akrobatickou show včetně biketriálové školy pro ty nejdvažnější. (www.bikeceladna.cz)

Z dopisů redakci a vedení podniku

Musím vyslovit jen slova chvály

V minulých dnech jsem se vrátil ze čtyřtýdenního pobytu v léčebném domě Polárka. A musím vyslovit jen slova chvály. Chtěl bych tímto poděkovat paní doktorce Marii Špačkové a všem, skutečně všem sestřičkám. Těm, co zajišťovali naše stravování, i dalšími nejmenovanými, se kterými jsem přišel do styku. Asi každý, kdo pobýval ve Vašem zařízení, měl nějaké zdravotní potíže a Vaši pracovníci se úspěšně snažili tyto problémy eliminovat, často nad rámec svých pracovních povinností. Z mého hlediska bych chtěl nejvíce poděkovat Bc. Janu Neuwirthovi. Je vidět, že je to odborník teoretik i praktik. Co je důležité, že to využívá při své práci. Jeho působení bylo pro mne asi největším přínosem z celého pobytu. Přeji všem v Polárce mnoho dalších spokojených pacientů.

Josef Ondroušek, Tišnov

Chci Vám poděkovat za Váš časopis

Úžasná příroda a okolí krajiny, v níž pomáháte lidem vracet zdraví, mi prostřednictvím Vašeho časopisu oživuje (mj.) krásné vzpomínky na zážitky z toulek mého mládí. Když jsem se prostřednictvím sítě nedávno s Vaším časopisem seznámil, byl jsem (těžko hledám všepostihující a výstižný výraz) uchvácen jeho všestranností, rozmanitostí, vlídností a vysokou úrovní. Obsahovou obrazovou i výtvarnou. K některým článkům se opakovaně vracím. Proto Vám chci poděkovat. Za Váš časopis. Za skvělou propagaci Vašeho kraje i Vaší záslužné práce. V pocitu dobré pohody, v duchu i nahlas Vám přeji hodně zdařilých všech dalších vydání i s rubrikou: Přečetli jsme pro vás.

S úctou a s díky **Karel Hrad**.

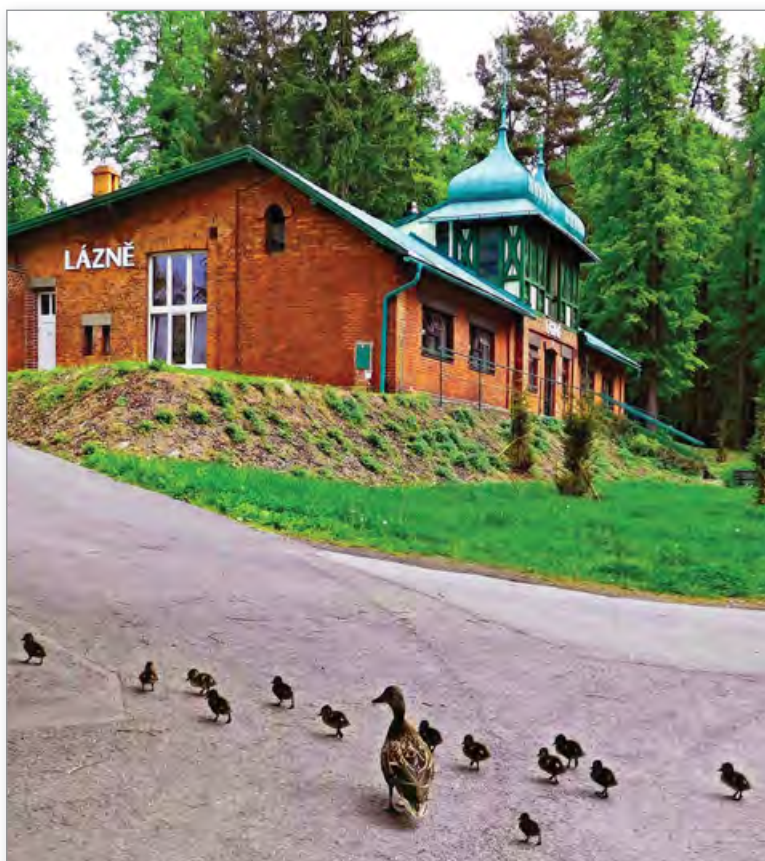
První vycházka se šťastným koncem...

14. května 2018: Kachňátka, která vyvedla kachna v areálu BRC, jsou kouzelná. Fotila jsem je včera i dnes. Navíc jsem dnes i zasáhla, aby se dvě kachničky dostaly z „náhonu“ (nevím, jak správně příkop nazvat).

Posílám fotku kačenek z procházky a povídání.

Pavla Olšerová

První vycházka. Dnes se vydala kachna se svými 13 dětičkami na procházku ven z rybníčku. Po chvíli se vrátila, ale kachňátka nevěděla, jak se mají vrátit. Šla kolem „náhonu“, který lemují lázeňský rybníček. Chtěla seskakovat dolů, tak jsem je pomaloučku naváděla na konec chodníčku, aby pak vklouzla do vody. Dvě kachňátka ale přece jen do jámy skočila. Požádala jsem pacienta, který šel kolem, jestli by za kačenkami seskočil a vytáhl je. Utíkaly před mladým mužem, a tak sestřička, která naši „záchrannou akci“ pozorovala, přinesla trekovou hůlku a kachňátka popoháněla směrem k muži. Akce měla šťastný konec. Zachránce kachničky chytil a už jsou zase všechny na rybníčku u své mámy.



14. března 2018 se mi život převrátil úplně naruby

Jmenuji se Libuše Jurčíková a narodila jsem se v roce 1947. Celý život jsem sportovala. Nejdříve za svobodna jsem hrála házenou, poté po mateřské dovolené jsem začala běhat (Běchovice - Praha jsem absolvovala 15x, Děvín - Bratislava 15x a ostatní běhy organizované pro příchozí). Pak jsem začala dělat vysokohorskou turistiku i normální pochody. Až do doby nemoci.

V roce 2004 jsem byla v Nepálu - trekking kolem Anapuren, kde jsme přecházeli sedlo Torong La 5 416 metrů. V roce 2006 jsem byla v Americe a sešli jsme na dno Grand Canyonu – dolů dobré, ale nahoru převýšení 1 600 m v jednom dni. V roce 2009 pohoří Mount Keňa, hora Lenana 4 985 m, aklimatizační výstup na Kilimandžáro. 18. 6. 2009 výstup na Kilimandžáro v Tanzánii 5 895 m. V roce 2014 Maroko, výstup na druhou nejvyšší horu M'Goun 4 071 m. V roce 2017 Norsko - cesta královny Sonji, túra 9 hodin dlouhá a ostatní túry. Jinak chodím se zlínskými turisty po Česku i na Lysou horu, kterou máme na dohled, jsem vystoupala několikrát.

Ale 14. 3. 2018 se mi převrátil život úplně naruby – malá mozková příhoda a dlouhodobé léčení – levá ruka, levá noha. Nejdříve pobyt v Baťově nemocnici ve Zlíně, pobyt na neurologii a poté rehabilitační oddělení Baťovy nemocnice. Strávila jsem tam čas od 14. 3. - 6. 4. 2018. Nejdříve jsem se učila chodit s chodítkem a poté s jednou francouzskou holí. S takovým stavem jsem byla propuštěna a zde mi bylo nabídnuto Beskydské rehabilitační centrum v Čeladné, s čímž jsem samozřejmě souhlasila a byla jsem ráda, že zrovna sem.

Můj pobyt zde započal 10. 4. 2018 v Léčebném domě doktora Storchy – R3 a tím to další léčení pokračovalo. Byla jsem přijata MUDr. Renatou Vítkovou, které jsem hned řekla, že je tady tak krásné prostředí v pozadí s horami a já se tady musím učit chodit a do hor zatím nemůžu. Ta mě však uklidnila, že časem se i do těchto hor dostanu na túru. Na základě toho mně také naplánovala procedury a to i čtyři nebo pět procedur denně, doporučila mně i pneumopunkturu – injekce a hlavně neurostimulátor WalkAide. (To je kompenzačně-rehabilitační pomůcka, která u pacientů se syndromem „padající špičky“ při chůzi pomáhá zvedat špičku nohy, a tím značně usnadňuje chůzi. WalkAide je vhodný pro pacienty po cévní mozkové příhodě...)

Byla jsem ráda, že mně doporučila veškerou dostupnou léčbu (ergoterapii, fyzioterapii, oxygenoterapii, pneumopunkturu, rotoped, solnou jeskyni, skupinové cvičení, teply zábal, 4komorovou lázeň, vířivku na dolní a horní končetiny, cvičení v bazénu). Po celou dobu mého pobytu se o mě paní doktorka vždy velmi dobře starala a dodávala mně naději na lepší chození. Také jí děkuji za psychickou podporu, kde mně uklidňovala, že chůze přijde v okamžiku, kdy to budu nejmíň čekat. Za to vše jí patří velký dík.

Dále patří poděkování celému týmu zdravotnického personálu, který se o nás vždy dobře staral a byl nám vždy k dispozici. Dostala jsem fyzioterapeutku Dis. Kateřinu Ševčíkovou a hlavně s ní jsem postupovala dále. Na její doporučení jsem ihned začala používat trekové hole, které mně zapůjčila, a učila jsem se s nimi chodit. Po týdnu jsem dostala taktéž zapůjčený přístroj WalkAide. Prováděla rehabilitační cvičení levé nohy, rovnováhu těla a hlavně chození, jak s holemi a přístrojem WalkAide, tak částečně bez nich. A pak začal tvrdý trénink pod dohledem fyzioterapeutky – chození, chození, chození a cvičení, cvičení, cvičení. Bez toho by to nešlo. Hlavně Katce a paní doktorce Vítkové děkuji za to, že jsem se tak rychle zlepšovala... Od 1. 5. 2018 mě převzala fyzioterapeutka Mgr. Karolína Růžičková, která v tomto trendu pokračovala. Navíc mně nějak tuhle lýtkové svaly u levé nohy, a tak mně začala dávat Rebox – dobře to prokrvilo tu nohu. Díky za vše... (Elektroterapie přístrojem Rebox je originální léčebnou metodou, která je založená na neinvazivní transkutánní aplikaci specifických elektrických proudů.) Taktéž mně hodně pomohla pneumopunktura, kterou prováděla Jana Ulčáková. Paní Jana mně taktéž dodávala naději, že se vše v dobré obrátí, že je to krátká doba. Dík jí za to.

Chtěla bych poděkovat celému týmu oddělení léčebné rehabilitace pod vedením Dobroslavy Havránkové za pomoc při mém zotavení a zlepšení fyzické kondice. Ale všechno jednou končí. Dne 24. 5. 2018 ráno jsem se rozloučila s krásnými výhledy na hory a s pěkným prostředím Beskydského rehabilitačního centra.

Nejhorší pro mě bylo, že jsem musela vrátit zapůjčený přístroj WalkAide, který mně hrozně pomáhal při chůzi. Je škoda, že zdravotní pojišťovna toto nehradí, přestože to stojí 130 000 Kč (to není zase závratná suma). Budu se zajímat i u VZP, zda s tím nejde něco dělat.

Můj pobyt v BRC trval od 10. 4. 2018 do 24. 5. 2018. Ještě jednou všem děkuji a přeji mnoho spokojených pacientů.

Libuše Jurčíková ze Zlína

Poznámka redakce: Věříme, že tento dopis bude povzbuzením pro všechny pacienty, kteří se musejí také vyrovnávat s následky cévní mozkové příhody. I když třeba nebyli tak velkými sportovci, jako paní Libuše. Právě proto jsme její líčení ponechali v původním rozsahu.

POZVÁNKA DO GALERIE

Pokud se rozhodnete navštívit **GALERII MALÍŘŮ BESKYD v Čeladné**, uvidíte především výtvarná díla malířů, členů Sdružení výtvarných umělců moravských (SVUM). Toto uskupení bylo založeno v roce 1907 a sdružovalo řadu významných malířů začátku 20. století. Předními představiteli tohoto sdružení byli bratři Joža a Franta Úprkové a bratři Bohumír a Alois Jaroňkové. Bratři Jaroňkové jsou také zakladatelé Valašského muzea v přírodě v Rožnově pod Radhoštěm.

Bohumír Jaroněk měl jeden ze svých ateliérů přímo v místech Beskydského rehabilitačního centra, v tehdejších lázních Skalka. Členové SVUM se zde často scházeli k jednáním i zábavě, stejně jako přední moravští spisovatelé. Podařilo se nám postupně shromáždit některé jejich obrazy, a tak máte nyní možnost setkat se s díly předních výtvarníků v místech, která rádi a pravidelně navštěvovali.

K členům SVUM patřili například Martin Benka, Antonín Frolka, Roman Havelka, Antonín Hudeček, Alois Kalvoda, Stanislav Lolek, Alfons Mucha, František Pečinka a Max Švabinský. O jejich významu pro výtvarné umění v zemích Koruny české svědčí i to, že Bohumír Jaroněk byl v té době prvním Čechem, který se stal členem prestižního vídeňského spolku Hagenbund. Řada malířů, jejichž díla zde můžete vidět, byla Mařákovými žáky na pražské akademii.

Jsmo rádi, že se s k nám tito významní umělci mohli po více než 100 letech symbolicky vrátit ve svých obrazech. Srdečně vás zveme k návštěvě. (red)



V prodejní části Galerie malířů Beskyd lze zakoupit: magnetky, tašky, textilní hračky, bylinné polštářky a pytlíčky, svíčky, svícny a podložky, mýdla, medovou kosmetiku, oleje k péči o tělo, masážní vosky, voňavé jílly a tyčinky; keramiku: hrnky, konvičky, misky, džbánky, zvonky, aroma lampy, talíře, tácy; kožené výrobky: pouzdra na mobil, karty, peněženky, náramky, skleničky a sady skleniček (s logem i bez), vánoční a velikonoční ozdoby, prostírání, ubrusy, chňapky, zástěry, polštáře, ručně barvené šátky a šály z hedvábí, trička, lněné šaty a tuniky, šperky, doutníky, pohlednice, publikace, drobná výtvarná díla...

**Galerie malířů Beskyd, 739 12 Čeladná 42;
otevřeno od úterý do neděle 12 - 17 hod. Tel.: 558 616 244**

Čeladenská FONTÁNA.

Nepravidelný zpravodaj Beskydského rehabilitačního centra v Čeladné. Redakce: Mgr. Andrea Adamová.
Redakční rada: Dobroslava Havránková, Ing. Jana Ožanová, Věra Machálková. Adresa redakce: BRC, 739 12 Čeladná 42.
Grafická úprava: A. Adamová. Tisk ME® a René Daubner - APRO Bruntál.
Distribuce dle rozdělovníku, v PDF ke stažení na adrese www.brc.cz. Zájemcům zašleme každé vydání na e-mail.
Toto číslo vyšlo v květnu 2018 v nákladu 1 000 výtisků.