

KOTVA

ročník 7

2015/září

25



*“Lepší je mít dobrý plán dnes, než
vynikající zítra.”*

*Murphyho zákon
Vybrala Blanka Vašíčková*

U šálku čaje...



Zeptali jsme se uživatele sociálně
terapeutické dílny
p. Stanislava Volného ...

Do jaké země byste se rád podíval?

Já bych se chtěl podívat do Kanady. Rád bych poznal hory. Představuji si „cestu kolem Kanady“.

Co rád děláte a jaké jsou vaše koníčky?

Rád uklízím. Mrzí mě, že už nemůžu jezdit na kole. Bavilo by mě i ložit po horách s průvodcem, protože sám nemůžu.

Co vám /ne/chutná?

Sním všechno. Jediné, co nemám rád, je mák.

Co byste chtěl změnit, kdybyste byl prezidentem?

Já bych změnil vše, převážně zvýšení procenta výnosu, aby nevznikal dluh.

Za rozhovor děkuje šéfredaktorka Bc. Marta Jendrichovská.

Bylo nebylo ...



Koncem června jsme byli na ozdravném pobytu ve **Vranově nad Dyjí**. Odjízďeli jsme už v 8 hodin z autobusového nádraží ve Strážnici a po určitých potížích jsme přijeli zdraví a „vydrcaní“ z vlaku do Vranova. Po ubytování jsme šli do keramické dílny, kde jsme si prohlédli, jak se dělá

odlévaná keramika. Pak jsme si prohlédli vodní elektrárnu na přehradní nádrži. Bylo to velmi zajímavé. Po návratu na ubytovnu jsme se navečeřeli a věnovali jsme se zábavě v budově, protože přšelo. Druhý den jsme odjeli auty k obci Bítov, kde jsme vyšli na rozhlednu Rumburak a podívali se na nádherný výhled do kraje. Odtamtud jsme šli pěšky na hrad Bítov, kde nás průvodce provedl hradem. Někteří také obdivovali suvenýry a nakoupili svým blízkým. Vrátili jsme se do restaurace Rumburak, kde jsme poobědvali. Po dobrém obědě jsme odešli do musea Veteran Tatra Bítov. Tam se nám velmi líbilo. Po tom jsme šli hledat přístaviště lodí, které jsme po krátkém bloudění našli. Už na nás čekala loď a ta nás odvezla k přehradě. Odtamtud bylo jen kousek k ubytovně. Třetí den jsme si sbalili věci a odjeli autobusem do Lesné. Tam jsme shlédli další veterány motocyklů, aut a bazar starých spotřebičů, rádií atd. Pak následoval oběd a po něm jsme nastoupili na zpáteční cestu. Až do Břeclavi vše šlo bez obtíží, ale pak byl zpožděný vlak, proto jsme dále pokračovali autobusem. Přijeli jsme do Strážnice asi s hodinovým zpožděním. Všichni jsme byli spokojení a veselí. Vše bylo poučné a užili jsme si plno zážitků.



V červenci jsme byli pozváni na turnaj ve hře KUBB. Jeli auty do Uherského Hradiště, městská část Jarošov.

Tam je podobná terapeutická skupina, jako je Kotva, s názvem Labyrint. S družstvy z jiných zařízení jsme soutěžili. Připravili nám drobné občerstvení a mohli jsme si také opéct špekáček. Měli jsme možnost společně kreativně vyrobit velkou pilulku z papíru a pomalovat ji tónovacími barvami. Po vyhlášení výsledků jsme unaveni a plni zážitků odjeli spokojeně domů.

Letos se otevřelo nově vybudované přístaviště v Petrově. A protože je nám Strážnice už pro Fotoklub malá, rozhodli jsme se, že nějaké fotky nafotíme tam. Ráno jsme se vydali pěšky podél Bařova kanálu. Cestou jsme navštívili také ZOO koutek ve Strážnici u Macháčeků. V Petrově jsme si prohlédli a nafotili, krásně uspořádaný, nový přístav, také bufet a zázemí pro cyklisty a ostatní návštěvníky. Po krátkém odpočinku jsme odjeli autobusem zpět do Strážnice.



Na zahradě, kde pracujeme celé léto, jsme si připravili hřiště pro hru Kubb, protože se nám tato hra velmi líbí. Jinak se nám urodilo hodně rajčat, cibule a jiných plodů.

Napsali Jiří Konečný a Ing. Jitka Pašková



Fotil kolektiv Kotvy

Vařil Zdeněk...



Houbový guláš.

Čerstvé lesní houby (hříby, suchohříby, klouzky), cibule, hladká mouka, tuk na jíšku, smetana, drcený kmín, mletý i celý pepř, bobkový list, majoránka, sladká paprika, nové koření, olej, sůl, ocet, 450g vepřové plece, chleba.

Ve větším hrnci osmažíme cibuli nakrájenou na půlměsíčky. Jakmile cibule zesklouatí a změkne, přidáme očištěné a nakrájené houby a za občasného zamíchání asi 10 minut podusíme v zakrytém hrnci.

Pak přidáme všechno koření a sůl. Přivedeme k varu a dalších asi 10 minut za občasného míchání opět vaříme v zakrytém hrnci. Pak přilijeme vodu a krátce vaříme. Zatím si přichystáme tmavou jíšku, kterou uděláme z 5 lžic oleje a vrchovaté lžice mouky. Nejprve hotovou tmavou jíškou a pak 250 ml studené vody, ve které jsme nejprve rozmíchali vrchovatou lžící hladké mouky. Dále necháme na mírném ohni vařit.

Připravíme si maso, které nakrájíme na malé kousky, osolíme a na pánvi, do které jsme nejprve dali asi 3 lžice oleje a 3 lžice octa, prudce za stálého míchání restujeme maso tak dlouho, dokud asi z poloviny nezmizí kyselá chuť octa a maso nepustí šťávu. Maso i s vypečenou šťávou přidáme do guláše a vše vaříme ještě tak dlouho, dokud není maso i houby měkké. Podáváme s chlebem.

Zapsal Zdeněk Svoboda

Ohlédnutí za velikány!

Magdalena Dobromila Rettigová,

dívčím jménem Artmannová (*nar. 31. 1. 1785 Všeradice, zemř. 5. 8. 1845 Litomyšl*), byla českou buditelkou a spisovatelkou a autorkou kuchařek.



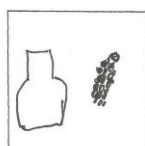
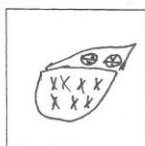
Její dětství nebylo příliš šťastné. Projevovala vysokou inteligenci a zájem o učení. Matka ji taky vyučovala německy a teprve v 10 letech ji poslala do školy. Do svých 18 let Magdalena žila v německo-jazyčném prostředí a neuměla česky. Díky seznámení se svým manželem, českým buditelem a spisovatelem Janem Aloisem Rettigem se z ní po sňatku stala vlastenecky orientovaná buditelka.

J. Rettig, který poznal schopnosti své ženy, ji podporoval. Měl porozumění pro svou pracovitou a aktivní manželku jako málokterý muž té doby. Rettigová se rozhodla věnovat zejména výchově a výuce dívek. Ve svých kurzech je učila hospodaření, vaření, domácím pracem a české literatuře. Osobně se stýkala s vlastenci jako s F. Palackým, J. Jungmanem, P. J. Šafaříkem a dalšími. První literární pokusy byli v němčině, podobně jako u jejich vrstevníků. Pod vlivem svého muže a přátel se odhodlala psát česky. Vydala několik povídek pro mládež, které byly určeny především dospívajícím dívkám. Může být pokládána za zakladatelku české červené knihovny. Z díla Rettigové je dodnes nejznámější domácí kuchařka, vydána poprvé roku 1826. Knihy M. D. Rettigové: Sbíрка rozličných myšlenek, Kafičko, Mařenčin košíček, Domáci kuchařka.

Napsal Ing. Petr Náhlík, čerpáno z internetu

Puding s uzeninou (ukázka receptu):

Vraž do žejdlíku dobré sladké smetany 8 celých vajec a dobře rozkloktej; dej do hrnku půl žejdlíka pěkné mouky, a tou rozkloktanou smetanou rozdělej říd'ouнкé těsto, trochu ho osol a vmíchej do něho čtvrt libry vařeného, drobně rozkrájeného uzeného masa, pak namoč ve vodě servít, posyp ho moukou, vlej do něho to těsto, volně to zavaž a nech to ve slané vodě celou hodinu vařit; potom to vyklop na mísu, posyp to strouhanou žemličkovou kůrkou a polej rozpáleným máslem. Může to býti také bez uzeniny, s uzeninou je to však chutnější. Také se to může vařit v melounové formě, totiž: vymaže se forma máslem a vysype strouhanou žemličkovou kůrkou, těsto se do ní vlej a nechá se to v páře hodinu vařit.



Nakreslil Václav Náhlík

Podzim

Švestky, hrušky, jablka,
dozrávají z daleka.
Listí padá, vítr vlaje,
mrazík mrazí, podzim zraje.
Draci létají vzduchem,
listí padá mrazem.

Září, říjen, listopad,
podzim spěchá do zahrad.
Odlet ptáků do tepla
a my zase do chladna.

(složil Lukáš Chrástecský)

Vybrala Veronika Studénková z internetu

Citáty:

Co je směšné? Všechno, pokud se to děje někomu jinému.

Voltaire

Mám přátele! - musím říct s údivem. A se stejným údivem: čím jsem si je zasloužil?

K. Čapek

Radujte se více! Je to jediný a nejspolehlivější lék na všechny nemoci.

N.V. Gogol

Čerpáno z knihy H. Pawlowské Dá – li pánbůh zdraví, i hříchy budou. Praha 1998

Vybrala Blanka Vašíčková a Ilona Zábelková

Kuriozity

Máte rádi pálivá nebo peprná jídla? Chillí papričky jsou známým zdrojem této chuti, kterou způsobuje látka capsaicin. Jejich pálivost se měří metodou Scovilleho testu (SHU), k čemuž potřebujete vodu, cukr a papriku. Všechny tři věci se smíchají, a když roztok po ochutnání pálí, znovu se naředí vodou a zkouší se opět chuť tak dlouho, až je roztok bez pálivosti. Sladká paprika má hodnotu 0 SHU, naproti tomu paprička Trinidad Scorpion Moruga Blend má pálivost neuvěřitelných 2 009 231 SHU. Pokud si toužíte tímto skvostem spálit jazyk a 20 minut o něm nevědět, můžete si ji doma sami vypěstovat. Některé české E-shopy nabízejí 10 semínek této rostliny za 130 Kč.

Čerpáno z internetu, připravil Josef Sečka

Pohlazení duše



Co je přítel?

Podle mého názoru je to někdo, kdo zná vaše chyby a přesto vidí to hezké ve vás. Přítel vás bude mít rád navzdory vašim nedokonalostem. Přítel je někdo, kdo je zde pro vás, když nemáte odváhu požádat o pomoc. Přítel je také někdo, kdo nám může říci ne, a přesto zůstane přítelem. Přítel ukazuje na vaše nedokonalosti, ale ne proto, aby vás obviňoval, ale aby vám pomohl stát se lepším v tom, co děláte, podobně jako by kouč hovořil se sportovcem. Přítel vždy odpovídá na vaše volání, i když ho přivádíte k šilenství. Přítel nikdy nemluví o tom, kdo má pravdu, ale raději naslouchá tomu, jak se cítíte. Přítel nebude posuzovat bez toho, že by věnoval věci čas, aby ji porozuměl a uměl odpouštět. Přítel vás nikdy neopustí, ať děláte cokoli.

Dr. Bernie S. Siegel z knihy 365 receptů pro duši. Vybrala Markéta Ryšková

Smích léčí ... !



„Dědo, co je nutné k tomu, aby ve sklepě víno dobře dozrálo?“

„Dobry zámeck“

Vybral Michal Pavliňák

POSLÁNÍ sociálně terapeutické dílny Kotva:

Sociálně terapeutická dílna Kotva nabízí lidem s duševním onemocněním, kteří z důvodu snížené soběstačnosti nemají možnost zařazení na otevřeném ani chráněném trhu práce, možnost posílit a rozvíjet jejich pracovní schopnosti a dovednosti prostřednictvím každodenní pracovní činnosti. Tato služba přispívá k začlenění každého z nich do běžného života. Je určena osobám v produktivním věku žijícím ve Strážnici a dostupném okolí.

Základní principy, kterými se řídíme:

- respektování důstojnosti člověka
- ochrana práv uživatelů
- podpora seberealizace a sebevědomí uživatele
- podpora samostatnosti a soběstačnosti
- zachování rovných příležitostí pro všechny

Informace: služba je poskytována zdarma. Kontakt pro zájemce: tel. 518 333 036, 737 054 064

Vydává: Sociálně terapeutická dílna Kotva, Charita Strážnice, Zodpovídá: Ing. Marie Jurasová, Tiskárna Sukopovi, čtvrtletník, ročník 7, září 2015/25, náklad 300 ks, šéfredaktor: Bc.M.Jendrichovská, redakční rada: I. Zábelková, B. Vašíčková, J. Konečný, V. Náhlík, M. Ryšková, Š. Foukalová, J.Sečka, V. Studénková, V. Vajčnerová, M. Pavliňák, T. Řižica, Z. Svoboda, M. Frolka, S. Volný, N.Kříž.

Adresa redakce: Charita Strážnice, Kovářská 396, 696 62 Strážnice,

e-mail: kotva@straznice.charita.cz

www.straznice.charita.cz

neprodejně