

# Kotva

Jarní občasník Sociálně terapeutické dílny Kotva \* 2023 \* č. 53



**Radost vstupuje do našeho života, když máme  
co dělat, co milovat a v co doufat.**

Joseph Addison





# Pohlazení po duši

Největším darem, který si můžeme my lidé navzájem dát, je věnovat pozornost jeden druhému. Neměli bychom vynechat ani odmítnout žádnou příležitost k rozhovoru s druhým člověkem, k projevu své náklonnosti vůči němu a zájmu o něj. Potřebujeme druhé lidi a oni potřebují nás. Neobejdeme se bez vzájemné pomoci a často pro sebe navzájem podstupujeme i trápení. Bez obětavé lásky bychom nemohli žít ani my, ani lidé kolem nás.

*Z knihy Vlídná povzbuzení na každý den od Josefa Schultze  
čerpala Šárka*



**jihomoravský kraj**



Spolufinancováno  
Evropskou unií

*Projekt Podpora vybraných služeb sociální prevence na území Jihomoravského kraje reg. číslo CZ.03.02.01/00/22\_003/0000319 je spolufinancován z Evropského sociálního fondu plus a rozpočtu JMK. Činnost organizace je také finančně podporována Městem Strážnice, ORP Veselí n/Mor. a ORP Kyjov.*

***Děkujeme Vám!***



# U šálku čaje...



**Zeptali jsme se pana Jakuba Randuse, uživatele STD Kotva:**



*Jakou květinu máš nejraději a proč?*

Nejraději mám modrou růži, protože se mi líbí modrá barva. Tato růže má okouzující vůni. Rád ji věnuji kamarádce nebo mamince.

*Co rád děláš na zahradě?*

Nejvíce mě baví zalévání celé zahrady a taky pečuji o všechny rostlinky tím, že okopávám zahradu a vybírám plevel. Dále rád sbírám už zralé plody např. rajčata, papriky, hrášek nebo okurky. Na podzim také zahrádku poryji.

*Na co nejraději vzpomínáš ze svého dětství?*

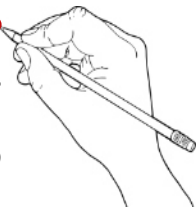
Rád vzpomínám na mého dědečka, s kterým jsme hráli různé hry např. karty nebo člověče nezlob se. Pomáhali jsme mu skládat dřevo, tak nás vedl i k práci. Také jsme spolu chodili i na mši do kostela.

*Co ti přinesla docházka do Kotvy?*

Snažím se být pozorný a samostatný. Mám v Kotvě hodně kamarádů. Učím se zde nové dovednosti. Práci se dřevem, které obrušuji. Baví mě i angličtina a vaření.

*Za rozhovor děkuje šéfredaktorka Šárka*

# Bylo nebylo...



V utorok, 13.12. 2022, sa v Strážnici na dvoch miestach uskutočnila beseda o duševnom zdraví. Najprv s pánom Jindřichom Jašíkom o 13hod v hlavnej dielni STD Kotva. Zúčastnili sa ho klienti Kotvy. Týkal sa zážitkov a skúseností, ktoré nadobudol pán Jašík. Ako jeden z klientov Kotvy som ho počúval, čo rozpráva. Vo veľa veciach, ktoré prežil, som sa videl. Mal som podobné zážitky, ako on. Počas posedenia krásne svietilo slnko. Až tak, že sme museli zatahnuť rolety tak, aby sme na seba videli. Pre všetkých záujemcov beseda pokračovala v kultúrnom dome Strážničian. Na toto pokračovanie boli pozvaní Ladislav Heryán - katolícky kňaz (na fotke s gitarou) a Jindřich Jašík (vpravo). Ladislav Heryán je mimo iných kníh autorom esejistických kníh Exotem na této zemi a Stopárom na tejto zemi. A Jindřich Jašík - peer pracovník. Napísal knihu podľa vlastných skúseností. Má názov: Cesta ze schizofrenie. Besedu viedol pan Martin Fojtíček z organizácie Ledovec Plzeň, ktorá tiež pomáha osobám s duševným ochorením. Aj táto beseda bola zaujímavá a pútavá. Veľa rozprávania je zo života. Popri besede sa dalo občerstviť chlebíčkami alebo kávou, ktorú pripravovali užívatelia a pracovníčky Kotvy. Ja osobne, ako klient Kotvy, som knižku Cesta ze schizofrenie prečítal. Knižka dáva nádej pre pacientov s touto chorobou.



V dílně muži drolili voňavou levanduli, kterou jsme použili do našich výrobků. Například k plnění pytlíčků a srdíček, které děvčata šijí na šicím stroji. K Velikonocům jsme vyráběli různé zajíčky a ptáčky. Také stále tvoříme z překližky sluníčka a kytičky, které slouží jako ozdobné magnetky.

Spolu s pracovníky doplňujeme v Kotvě kroniku Charity, přidávali jsme

nové příspěvky. Do Kotvy za námi přichází jednou za měsíc pan psycholog, který nám vždy připraví skvělý program.

Také míváme Arteterapii, kde většinou kreslíme a tvoříme obrázky na různá témata. Mezi další programy, co nás baví, patří Chytrák Rubik a Přístav. V nich si povídáme na určité téma a také vyplňujeme různé kvízy.

V Kotvě se konala přednáška o Zambii v Africe, kterou nám připravila Bc. Kateřina Janečková. Bylo to velmi zajímavé. Představila nám školu, kterou financovaly a nechaly postavit farností v Sudoměřicích a okolí. Většina starších lidí tam je negramotná. Škola pomáhá dětem ke vzdělání. Viděli jsme ukázkou přípravy jednoduchých jídel, většinou kukuřičných a karneval.

Pro naši Charitu byla významnou událostí návštěva paní prof. Dr. theol. Elisabeth Jünemann, autorky programu Dekacert. Ocenila zdejší práci s duševně nemocnými a na fotografii (úplně vpravo) obdivuje obraz, který uživatelé společně namalovali v Arteterapii na velké plátno.

Těšíme se na zahradu a pěstujeme si i vlastní přísady. Krásně vyrostla rajčata.

*Zapsali Martin, Tomáš, Jana, Iveta a Staňa*

## Vařili všichni...

### Rýžový nákyp s trnkami a jablky

Suroviny: ½ kg rýže, 1 l mléka, 15 dkg másla, trnky a jablka na plátky, 4 vejčeka, žoutky do rýže, bílky ušlehat, špetka soli, cukr.

Postup: Naměříme rýži a ¼ hrnku mléka. Rýži mícháme jen chvíli. Do uvařené rýže vmícháme máslo, cukr a žoutky. Nakonec tuhý sníh dáme do rýže. Potom vrstvíme rýži a ovoce do skleněné mísy. Pečeme na 200 stupňů.

*Zapsala Veronika*





# Tipy na výlet

## Holíčský zámek

Zámek s bastionovým opevněním je barokovo - klasicistickou dominantou Holíče. Je to zámek, který vznikl přestavbou středověkého vodního hradu. Do dnešní doby byl přestavován potom, ako ho získal v roku 1736 František Lotrinský, čo ho radí medzi cisárske sídla. Za národnú kultúrnu pamiatku bol vyhlásený 14 septembra 1963. V období mimo letnej sezony (október - apríl) je zámek zatvorený. V súčasnosti je zámek sprístupnený verejnosti počas letnej turistickej sezony (máj - september).



Zaujímavosti v okolí: Zámocké záhrady v Holíči, bylinková zahrada, člnkovanie sa v zámockých vodných valoch, veterný mlyn, kamenná rozhľadňa, kostol svätej Margity Antiochijskej.

*Erb mesta  
Holíč:*



*Vypísal Martin*

# Ohlédnutí za velikány



## Nad'ea Urbánková

Nad'ea Urbánková, rodným jménem Naděžda Balabánová, narozena 30. 6. 1939, Nová Paka, byla česká zpěvačka, herečka a moderátorka. Její dcera Jana Fabiánová je zpěvačka. Jejím manželem byl český herec Karel Urbánek. V roce 1957 absolvovala zdravotní školu v Trutnově, jako zdravotní sestra. V roce 1959 debutovala jako herečka v Pardubickém divadle a pak působila v pražské Laterně magice. V roce 1964 ji režisér Ján Roháč angažoval do filmu Kdyby tisíc klarinetů a především do pražského divadla Semafor, kde se stala výraznou osobností jeho vrcholné éry. Pravidelně vystupovala v rámci Návštěvních dnů Šimka a Grossmanna; Jiří Grossmann pro ni napsal texty k jejím velkým hitům Drahý můj a Závidím. Ve scénkách působila (vedle Zuzany Burianové) jako světlovlasý protipól Miluše Voborníkové, svéráznou součástí jejího stylu bylo vystupování v brýlích. Od roku 1969 byla členkou (rovněž semaforové) kapely Country Beat Jiřího Brabce. V roce 1972 se vyhoupla na první místo ve čtenářské anketě Zlatý slavík, kde setrvala plných pět let. S Country Beatem absolvovala několik významných zájezdů do zahraničí, mimo jiné též do Nashville v Tennessee, metropole country music v USA. V dalších letech pak spolupracovala s orchestrem Václava Hybše, působila v pražském Hudebním divadle v Karlíně. Odtud se nakrátko vrátila k Jiřímu Brabcovi. Měla 8 let trvající partnerský vztah s Josefem Abrhámem, seznámili se spolu v roce 1968 při natáčení televizní inscenace Bahno. V roce 1990 se provdala do Švýcarska a odmlčela se na čas úplně. Po velkých problémech v osobním životě, krachu v podnikání a nezdarech v politice se po létech vrátila zpět ke zpěvu a veřejnému vystupování, navázala spolupráci se skupinou Bokomara. Od roku 2007 moderovala pořad Písničky pro Vysočinu na Českém rozhlasu Region. Žila v Želivě.

Zemřela 3. února 2023 na komplikace spojené s následky po rakovině prsu a prodělaném onemocnění covid-19.

*Z internetu zapsala Marta*



# Smích léčí



"Můj muž mluví každou noc ze spaní. Co mám dělat?"  
"Zkuste ho pustit ke slovu ve dne."

Desetiletý Pepíček vtrhne do kuchyně: "Mami, v rádiu právě hlásili, že za hodinu bude úplné zatmění slunce. Můžu jít ven? Rád bych to viděl."  
Matka zabraná do přípravy večeře: "Nezapomeň, že máš být za světla doma!"

"Drahá, co říkají vaši tomu, že se chceme vzít?" "Táta zatím nic a máma čeká, až co řekne on, aby mohla být proti."

*Vybral Jirka K.*

## Kuriozity

Nejstarší pes na světě má více jak 30 let, jmenuje Bobi. Narodil se 11. května 1992 u rodiny Costových. Datum narození se ověřilo třeba u tamní veterinární stanice, kde byl Bobi v roce 1992 registrován a toto narození potvrdil i Národní svaz veterinárních lékařů. Celý život žije ve vesnici Conqueiros v portugalském okrese Leiria s rodinou Costových. Řadí se k lokální rase Rafeiro do Alentejo, plemenu hlídačů dobytka. Průměrná délka života tohoto plemene se obvykle pohybuje mezi dvanácti až čtrnácti lety. Jeho matka se údajně dožila 18 let.



*Vyhledal Jirka A.*



**Poslání sociálně terapeutické dílny Kotva:** Sociálně terapeutická dílna Kotva nabízí pomoc lidem s duševním onemocněním, kteří vlivem nepříznivé životní situace nemají možnost zařazení na otevřeném ani na chráněném trhu práce. Prostřednictvím každodenní pracovní činnosti podporujeme dodržování stanovených pravidel dané služby, posílení, obnovu a rozvíjení jejich schopností i dovedností, začleňování se do kolektivu a tak jim pomáháme k zapojování se do běžného života. Je určena osobám ve věku 16 až 64 let, žijícím ve Strážnici a dostupném okolí.

Základní principy, kterými se řídíme: podpora důstojnosti a svobodného rozhodování, individuální přístup k uživatelům, respektování soukromí a intimity uživatelů, podpora uživatele v sociální samostatnosti a soběstačnosti. Služba je poskytována zdarma. Kontakt pro zájemce: tel. **737 054 064, 737 918 165**

Propagační materiál Sociálně terapeutické dílny Kotva, Charita Strážnice, vydáno nákladem 300 ks. Ročník 15, duben 2023/53.  
Adresa redakce: Charita Strážnice, Kovářská 396, 696 62 Strážnice. Šéfredaktorka: Šárka, redakční rada: kolektiv uživatelů STD Kotva.  
Zodpovídá: Ing. Marie Jurasová. e-mail: kotva@straznice.charita.cz, web: www.straznice.charita.cz

Nepronájím.