

# KOTVA

ročník 7

2015/prosinec

26



*„Život se neměří počtem nádechů a výdechů, ale  
chvilkami, které nám vzaly dech“.*

*(Autor neznámý)*

*Zapsal Josef Sečka*

## *U šálku čaje ...*



Zeptali jsme se asistentky sociálně terapeutické dílny paní  
Lenky Suchánkové ...

### *Do jaké země byste se ráda podívala?*

Ráda cestuju a hlavně do míst, která nejsou v katalogích cestovek. Láká mě projet si Anglii, Skotsko a Francii. Pokud cestujeme s rodinou, hledáme zajímavosti na internetu a podle toho vybíráme trasy.

### *Co ráda děláte a jaké jsou vaše koníčky?*

Těch je hodně. Od malička ráda něco tvořím - šiju, pletu, vyrábím dekorace atd. Taky ráda čtu, vlastně kromě tzv. červené knihovny téměř všechno. Momentálně vedou knížky od Vlastimila Vondrušky.

### *Co vám /ne/chutná?*

Nemám ráda syrová rajčata a tučná masa. Z jídel dávám přednost lehčím pokrmům. Taky mám ráda moravská tradiční jídla. Když je jídlo dobře upravené, sním všechno.

### *Co byste chtěla změnit, kdybyste byla prezidentem?*

Kdyby to šlo, začít znovu s polistopadovou (1989) privatizací. Taky se mi nelíbí, že se pro naše postižené děti sbírají víčka od lahví na rehabilitační pomůcky a fůra peněz ze státního rozpočtu "vyletí" komínem.

*Děkujeme paní Lence za rozhovor.*

*Šéfredaktorka Bc. Marta Jendrichovská*

## Bylo nebylo ...



Dne 18. 9. 2015 jsme byli na výletě v Hroznové Lhotě a v Kuželově. Ráno jsme vyjžděli ze Strážnice v 8 hodin auty. Nejdříve jsme se zastavili v Hroznové Lhotě, podívat se na výstavu slaměných figurek a dekoračních výrobků ze slámy nebo sena. Výstavou nás provázela průvodkyně, která nám ukazovala výrobu různých slaměných

věcí. Někteří naši klienti si zkoušeli výrobu vlastníma rukama. A vyrobili třeba slaměné srdce. Pak nám paní průvodkyně ukázala výrobu slaměné kočky. Na obličejí slaměné kočky musela být papírová forma, která tvoří uši na hlavě kočky. Pak se hlava obalila senem a stáhla nití. Výroba je pracná z toho důvodu, že se výrobky nakonec musí stahovat nití.

Pak jsme se dívali na různé hotové výrobky a mnohé výrobky jsme si i vyfotili. Moc se nám vše líbilo.

Pak jsme nastoupili opět do aut a pokračovali do Kuželova. Auta nás dovezla až ke světoznámému kuželovskému mlýnu. Tam jsme vystoupili a následovala prohlídka mlýna s průvodkyní, která nám vyprávěla o jeho historii a ukázala nám výměnu lopatek mlýna. Pak jsme si prohlédli interiér stavení bývalého mlynáře. To už se přiblížilo poledne a tak jsme si dali oběd v Kuželově v místní restauraci. Asi po hodině jsme se auty dopravili zpátky do Strážnice. Počasí nám přálo a všichni byli s výletem spokojeni.

V dílně tvoříme anděly z keramiky, loupeme ořechy a také jsme prováděli podzimní práce na zahradě. Ke konci roku jsme vydali kuchařku, kde byly použity recepty a fotografie z návčiku vaření v sociálně terapeutické dílně Kotva, jako výstup a nástin smyslu naší práce s uživateli za 10 let existence Kotvy. Tuto kuchařku si můžete zakoupit v prodejně charity a tím podpořit další činnost naší dílny.

A teď už se chystáme na společné vánoční posezení u stromečku s dárky.

*Zapsal Josef Sečka, Standa Volný*



# Vařila Šárka!

## Hrničkové knedlíky

- 1 hrnek hrubé mouky
- 1 lžička soli
- 1 hrnek mléka
- 2 rohlíky
- 2 vejce, bylinky

Těsto připravíme ze dvou žloutků, hrnku mléka a hrnku hrubé mouky. Osolíme a dobře promícháme.



Případná řídká konzistence nevádí. Dva rohlíky nakrájíme na malé kostičky a přidáme do těsta. Z bílku vyšleháme sníh a přidáme do těsta. Můžeme přidat bylinky (pažitku nebo petrželku).

Hrnky na knedlíky vymažeme sádlem. Těsto naplníme do  $\frac{3}{4}$  výšky hrnku. Hrnky dáme do hrnce s vodou. Její hladina by měla sahat po spodní část ucha. Vaříme 33

minut, potom vyndáme hrnky z vody, necháme odstát a vyklopíme.

Knedlíky jsme podávali se svíčkovou omáčkou a kuřecím masem.

**Svíčkovou omáčku** připravujeme takto: cibuli na kostičky osmahneme na oleji, přidáme nadrobno nakrájenou zeleninu, koření-nové koření a bobkový list, sůl i trochu cukru. Podlijeme horkou vodou a dusíme. Zároveň přidáme maso a pečeme v troubě, popř. podléváme vodou, do změknutí masa.

Pak vytáhneme maso a koření, zeleninu rozmixujeme. Do této směsi přilijeme smetanu a podle množství zahustíme moukou (cca 2lžíce mouky do  $\frac{1}{4}$  studené vody). Dobře povaříme, až omáčka má tu správnou konzistenci. Pak dochutíme solí, cukrem, citronovou šťávou.



*Vařila Šárka Foukalová*

# Ohlédnutí za velikány

## Jakub Jan Ryba

(křtěn Jakub Šimon Jan Ryba),

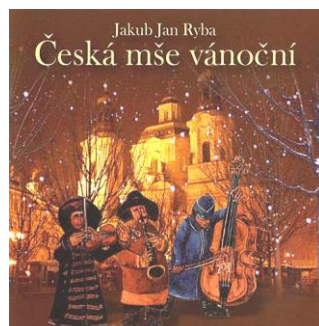
narodil se 26. 10. 1765 v Přešticích u Plzně. Byl českým hudebním skladatelem přelomu klasicismu a romantismu. Sbíral lidové písně, které sepsal do sborníků českých písní. Jeho nejslavnější, dodnes nejhranější a nejpoblárnější, skladbou je Česká mše vánoční. Už jako osmiletý uměl velmi dobře hrát na klavír a učil se na housle a varhany. Vystudoval gymnázium a filozofii. Kromě češtiny a samozřejmě němčiny četl francouzsky, italsky, latinsky i řecky. V roce 1786 se stal pomocným učitelem v Mníšku a od roku 1788 až do své smrti působil jako učitel v Rožmitále pod Třemšínem.



V roce 1790 se oženil, byl otcem třinácti dětí, z nichž přežilo sedm. Jedním z jeho synů byl i významný český oftalmolog prof. MUDr. Josef Arnošt Ryba. J. J. Ryba žil a skládal v bídě, protože místo venkovského učitele v lidech nezbuzovalo autoritu. V roce 1815 spáchal sebevraždu ve Voltuši u Rožmitálu pod Třemšínem. Jako sebevrah byl Ryba pochován bez obřadu na zrušeném morovém hřbitově, teprve po čtyřiceti letech spočinul na rožmitálském hřbitově. Jeho čin měl důvod v dlouhodobé vyčerpanosti, depresích, obtížné ekonomické situaci rodiny, trýznivém fyzickém onemocnění (trpěl zlatou žilou), neutěšených vztazích nekonformního učitele k nadřizeným a také ve vlivu stoické filosofie, která sebevraždu za jistých okolností schvalovala jako eticky žádoucí.

Dílo: je autorem zhruba 1300 kompozic různého rozsahu a nejrůznějších forem- dochovala se jich jen část.

Rybovi patří primát v kompozici umělé světské písně s klavírním doprovodem na české texty (12 českých písní, vyd. Praha 1800). Z mimoliturgické hudby je potřeba uvést několik orchestrálních kompozic (symfonie, kasace), komorní hudba (zejména smyčcových kvartetů), koncertů pro sólový nástroj s orchestrálním doprovodem a české písně a kantáty. Pozoruhodnou úroveň má hudba pro varhany (rukopisný sborník *Novae et liberatae cogitationes*, 1798).



Česká mše vánoční, také zvaná Hej mistře, je česky psaná církevní skladba, jejímž autorem - hudby i textu je Jakub Jan Ryba (1765-1815).

Byla napsána v roce 1796 a stala se do určité míry symbolem českých Vánoc. Skládá se z 9 částí. Text České mše vánoční je koncipován jako rozmluva pastýřů, chystajících se na cestu do Betléma.

*Napsala Eva Heinrichová a Tomáš Řičica*

### **Citáty:**

**Na každém konci je hezké, že něco nového začíná.**

*(z filmu Jak básníci přicházejí o iluze)*

**Každý cvik je užitečný, pokud se dělá poctivě.**

*(p. Lenka )*

**Pamatuj, že i ta nejtěžší hodina v tvém životě má jen šedesát minut.**

*(Sofokles)*

**Není na světě lepšího psychiatra, než štěně olizující váš obličej.**

*(Ben Williams)*

*Vybral Josef Sečka*

### **Sněhové vločky**

Bílé vločky, bílé nebe,  
sotva spadnou, již nás zebe.  
Vločky, vločky, ach, to láká,  
postavit z vás sněhuláka.  
Vločky, vločky, jak jste hbité,  
škoda, že se rozpouštíte.

*Vybrala Markéta Ryšková*



*Nakreslil Nikola Kříž*

# Pohlazení duše

*Malé radosti.*

*Život se skládá z malých radostí. Štěstí tvoří drobné úspěchy. Velké přicházejí jen málokdy. A jestliže nedáte dohromady všechny drobné úspěchy, ty velké nebudou ve skutečnosti znamenat nic.*

*(Norman Lear)*

*Podle mého názoru nejsou žádné malé radosti, stejně jako není žádná malá dřina. Takový je můj život. Všechno jsou velké věci a velké radosti.*

***Nerollišuji úroveň radosti, jen oceňuji okamžik a vážím si radosti.***

*Měříme teď bolest na stupnici od jedné po deset, abychom pomohli léčit své pacienty. Je to proto, že sestry a lékaři nemohou vědět, co cítíte, a jestliže léčí, co si myslí, že prožíváte, léčení může být nepřiměřené nebo je ho někdy příliš mnoho. Tak se vás ptají, jaká je úroveň vaší bolesti v určité fázi, a pak reagují.*

*Nemohou to dělat s potěšením. Nemohu říct „bylo to deset“ nebo „byly to dvě“. Ano, směji se některým vtipům obtížněji než jiní. Jsem vděčný za každý úsměv a smích stejně jako desítky takových jako já. Když si ceníte života, najdete před sebou spoustu malých radostí. Příroda je vytvořena tímto způsobem.*

***Lék pro duši na tento den*** – zítra se přimějte věřit, že to je váš první den na Zemi, a užívejte si radostí, kterých jste si jako starousedlíci nikdy nevšimli.

*Z knihy „365 receptů pro duši“, Dr. Bernie S. Siegel  
Zapsal Jiří Konečný*

## Kuriozity

### Největší srdce z mrkví

231 dětí a 20 učitelů základní školy v Dolním Pialu se zapojilo do vytvoření obřího obrazce ve tvaru srdce s obvodem 237 metrů. Srdce bylo v průběhu 3 hodin sestaveno z 1 175 kusů mrkví o hmotnosti 205 kilogramů.

*Čerpáno z knihy „1000 Českých nej“, zapsal Tomáš Řičica*

# Smích léčí ... !



Náměstím projíždí sv. Otec na papamobilu, davem se prodírá blondýnka, ťuká na sklo a volá:  
„Chtěla bych jednu oříškovou a čokoládovou zmrzlinu.“

Přijde pán do obchodu a ptá se: „Máte ocet?“  
„Bohužel nemáme.“  
„A nějaké jiné laciné víno pro tchýni?“

Vybral Mirek Frolka



*Zdráva buď, Panno krásná, vzešlá, jak hvězda jasná,  
Spasitel Král všeho nebe za Matku dnes zvolil Tebe.  
Ať se všechna starost zruší, ať zavládne pokoj v duši.  
Co bolelo, ať se zhojí, co těšilo, ať se zdvojí.*

*Veselé Vánoce a šťastný nový rok 2016 Vám přeji všichni z Kotvy.*

## *POSLÁNÍ sociálně terapeutické dílny Kotva:*

*Sociálně terapeutická dílna Kotva nabízí lidem s duševním nemocněním, 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 začleňování 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.*

**Vydává:** Sociálně terapeutická dílna Kotva, Charita Strážnice

čtvrtletník, ročník 7, prosinec 2015/26, náklad 300 ks

šéfredaktor: Bc. Marta Jendrichovská,

redakční rada: Blanka V., J. Konečný, M. Ryšková, Š. Foukalová, V. Studénková, V.

Vajčnerová, M. Pavlíňák, T. Řižica, Z. Svoboda, M. Frolka, S. Volný, N. Kříž, J. Sečka,

Heinrichová Eva, V. Náhlík. Titulní strana: výrobky dílny Kotva, fotil kolektiv

zodpovídá: Ing. Marie Jurasová, tisk: Tiskárna Sukupovi

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

tel. 518 333 036, 737 054 064

e-mail: [kotva@straznice.charita.cz](mailto:kotva@straznice.charita.cz), [www.straznice.charita.cz](http://www.straznice.charita.cz)

neprodejně