

STRAKONICE OVLÁDLA SOUTĚŽ HLÍDEK MLADÝCH ZDRAVOTNÍKŮ

Poslední červnový víkend přivítaly jihočeské Strakonice výkvět hlídek mladých zdravotníků (HMZ) na jubilejním XXV. republikovém vyvrcholení postupové soutěže. Vítězové osmi regionálních kol (soutěžily v nich většinou dva kraje společně) ve dvou věkových kategoriích změřili své síly ve znalostech a dovednostech v poskytování první pomoci.



I sluníčko se z modré oblohy se zájmem dívalo, jak si 5-členné hlídky poradí ze rvačkou fanoušků na fotbalovém utkání, pádem se schodů spojeným s rozsáhlými opářeními a zlomeninami, zraněními na průlezkách na dětském hřišti, dědečkovým infarktem myokardu při procházce v parku, srážkou motocyklu s kolem či bruslaře se skateboardistou. Také kolemjdoucí se často zastavovali a obdivovali malé i větší šikuly.

Zápolení bylo vyrovnané, kvalitně ošetřovat uměli všichni, bodové rozdíly byly nepatrné. Ale přesto vyhrát mohl jenom jeden. V kategorii HMZ I. stupně zvítězily děti z **Jindřichova Hradce**, stříbrné medaile putovaly do **Ústí nad Orlicí** a na 3. místě skončila hlídka ze **ZŠ Železná Ruda (okr. Klatovy)**. V kategorii HMZ II. stupně (starší děti) si pohár vítězství odvezly děti do **Pelhřimova**, na druhém místě skončila hlídka z **Pardubic** a bronzové medaile se stěhovaly na **ZŠ Malešov (okr. Kutná Hora)**.

Velké poděkování patří obětavým pořadatelům z **OS ČČK Strakonice**, mnoha obětavým dobrovolníkům, rozhodčím, maskérům, figurantům, ale také sponzorům a zástupcům sdělovacích prostředků. Také ukázněnost všech účastníků přispěla ke zdaru celé soutěže. A tak se ze sluncem ozářených Strakonice všichni rozjízďeli s vědomím, jak se v praxi ujistili, že by v případě potřeby dokázali zachránit to nejcennější - lidský život.



Velké poděkování patří obětavým pořadatelům z **OS ČČK Strakonice**, mnoha obětavým dobrovolníkům, rozhodčím, maskérům, figurantům, ale také sponzorům a zástupcům sdělovacích prostředků. Také ukázněnost všech účastníků přispěla ke zdaru celé soutěže. A tak se ze sluncem ozářených Strakonice všichni rozjízďeli s vědomím, jak se v praxi ujistili, že by v případě potřeby dokázali zachránit to nejcennější - lidský život.

NINA DIVÍŠKOVÁ A ČERVENÝ KŘÍŽ

Setkání s herečkou **Ninou Divíškovou** je pro mě pokaždé příjemnou záležitostí... I když si na svůj vrub již zanedlouho připíše sedmý křížek, babičku ani zdaleka nepropomíná: „A vidíte, babička už dávno jsem. Dokonce sedminásobná.“ říká se smíchem v úvodu našeho rozhovoru známá umělkyně. Jak sama přiznává, nemá na rodinu ani vnoučata moc času: „Před pěti lety jsem sice odešla z Činoherního klubu, ale nahrnula se na mě spousta nové a nádherné práce, a tak mívám občas vůči vnoučatům špatné svědomí...“. S vynikajícím herectvím Niny Divíškové se dnes můžeme setkat nejenom v Praze, ale kupříkladu i v Příbrami, kde ji diváci mohou vidět na prknech městského divadla hned ve dvou inscenacích - Podivná paní Savageová a Tichá noc, svatá noc. V klidu ji nenechává ani film. V Příběhu obyčejného šílenství si zahrála „šleounu maminku“ a před časem dokončila natáčení nízkorozpočtového snímku v Bratislavě.



S paní Divíškovou se nedávno setkali i členové Českého červeného kříže, kteří se na půdě Senátu Parlamentu ČR zúčastnili Světového dne Červeného kříže. Před hereččiným vystoupením jsme paní Nině položili naši otázku...

Redakce Novin ČK: „Co se Vám vybaví, když slyšíte o Červeném kříži?“

Nina Divíšková: „Červený kříž v mých očích již léta představuje velice prospěšnou a úžasně důležitou instituci v této republice. Již za první republiky se v něm angažovali oba moji rodiče. V Červeném kříži jsem byla organizována i já. Pravda, od té doby uteklo dost vody, ale našla bych ještě

svůj členský průkaz... **Případá mi, že Červený kříž má stále více práce. Zejména v posledních letech to přestává být pouhou frází. Pro příklad přeci nemusíme chodit až tak daleko... Vezměte si třeba ty hrozné povodně. Tam se stal doslova poslední šanci pro tisíce postižených a**

pomohl jim překlenout bezprostřední následky této katastrofy. Díky tomu se mohli potom postavit na vlastní nohy a začít znova... V takových momentech je důležité začít včas, to je potom pomoc nejúčinnější a strhává k tomu ostatní.

Nejvíce ho ale spojuji s dárcovstvím krve. V minulosti jsem sama krev několikrát darovala. Přítrž tomu učinilo až moje onemocnění dvanácterníku... Nebudete třeba věřit, ale tenkrát mě to odmítnutí na transfúzní stanici dost mrzelo. A protože už nemůžu krev dávat doopravdy, zahrála jsem si na to alespoň ve filmu (Příběhy obyčejného šílenství), kde jsem touto aktivitou přímo fanaticky posedlá. (Smích) A jestli bych dovedla někomu poskytnout první pomoc? To si pište, že jo! I když jsem jen obyčejná herečka. (Smích) V takovém momentě si totiž velice rychle uvědomím, že jsem i máma a babička, a že by se v podobné situaci mohli jednou ocitnout i moje děti a nebo vnuci... Netvrdím, že pohled na krev zvládám bez problémů, ale v takové chvíli jde všechno stranou. Zhroutnu se až po chvíli, kdy už je to jedno... Za své znalosti a dovednosti v poskytování první pomoci jsem vlastně vděčná Červenému kříži, který mě to v dobách minulých tak trochu naučil.

Text a foto: Otto Lokaj

O PARTNERSTVÍ A SPOLUPRÁCI

Pokud chtějí národní společnosti Červeného kříže naplňovat svoje poslání v celé šíři, musí být dobrými partnery a musí umět spolupracovat se všemi, kteří mohou přispět k dobrým výsledkům jejich práce. Je to o kvalitě práce, důvěryhodnosti, slušnosti, ale také o určité míře tvrdosti v prosazování oprávněných požadavků, případně kvalitních nápadů. Je to také o nezbytné míře tolerance.

Český červený kříž spolupracuje s řadou národních společností ČK především v Evropě, s řadou dalších má navázány dobré kontakty. Jen se nám je zatím nedaří naplnit odpovídajícími výsledky. Po období velké izolace před rokem 1989 od činnosti světového hnutí Červeného kříže a Červeného půlměsíce, se nám podařilo navázat potřebné kontakty a hlavně výsledky naší práce přesvědčit budoucí partnery o našich schopnostech a spolehlivosti. Bylo by dobře v tomto trendu dále pokračovat.

Našimi nejbližšími partnery jsou samozřejmě národní společnosti ČK Slovenska, Polska a Maďarska, ale největší spolupráci máme s národní společností Německého červeného kříže. Také převažava navázaných kontaktů z našich oblastních spolků ČČK je s územními spolky NČK.

Jedním ze základů spolupráce byla pomoc pro postižené povodněmi v roce 1997 s pokračováním v roce 2002. Přesvědčili jsme o svých schopnostech spolehlivě realizovat konkrétní pomoc ve velkých objemech. Tato spolupráce pokračuje i dnes. Je zaměřena také na pomoc k rozvoji naší národní společnosti. Musím zdůraznit, že tato pomoc je zaměřena na rozvoj naší připravenosti na katastrofy, na výuku první pomoci a další vzdělávání. Směřuje především do našich oblastních spolků. Jenom na projekty roku 2004 se nám podařilo získat celkem 1.500.000,- Kč a k užití zbývá dalších 500.000,- Kč. Pro další období se nám podařilo vyjednat podporu rozvoje naší činnosti ve výši cca 9 milionů Kč. Podle našich návrhů budou užity nejen na školení členů a funkcionářů ČČK, ale také ke zlepšení

vybavení našich OS ČČK. Základní informaci jsme již poskytli na jednání Komor ČČK a Shromáždění delegátů ČČK.

V předchozím výčtu jsem ovšem hovořil o trochu jednostranné formě spolupráce, kdy směrem k nám plynuly značné finanční prostředky, které jsme dokázali dobře využít. To ovšem není možné praktikovat do nekonečna. **Na určitém stupni vývoje a v určitém období je nezbytné přejít na skutečně vzájemnou spolupráci, která přináší užitek oběma stranám a stává se partnerstvím.** Vzhledem k tomu, že jsme již dosáhli určité vyšší úrovně a také vzhledem k tomu, že jsme rovnoprávními členy uskupení, které se nazývá Evropská unie, končí hezké období natažené ruky pro přijímání darů a musíme se naučit také něco dávat. Musíme se naučit být rovnocennými partnery.

Ve spolupráci s NČK jsme připravili ve dnech 6. - 7. června 2005 v Pardubicích setkání pod názvem „**Partnerství**“, kterého se zúčastnili zástupci NČK, ČČK a hosté ze Slovenska a Polska. Za naši národní společnost se mimo vedení Úřadu ČČK zúčastnili setkání vybraní ředitelé OS ČČK, kteří již mají zkušenosti ze zahraniční spolupráce. Cílem bylo seznámit se navzájem s činnostmi a vytipovat možné oblasti spolupráce. Lze říci, že setkání splnilo svůj účel a bylo dobrým úvodem. Potěšilo mne, že všichni naši zástupci z OS ČČK (s výjimkou dvou) si připravili velmi pěknou prezentaci vlastní činnosti, která vzbudila opravdový zájem nejen kolegů z NČK.

Doufám, že tyto a další aktivity přispějí k rozvoji rovnocenné spolupráce a podpoře činnosti schopných OS ČČK a k rozvoji toho, co nazýváme partnerstvím. Je to nezbytné i z toho důvodu, že jedním z cílů je získávat na podporu rozvoje našich činností peníze z fondů Evropské unie a to bez partnerství s NS dalších členských zemí není možné.

Opravdu již skončil čas natažených rukou k přijetí daru s hlubokou úklonou, nastal čas rukou nabídnutých ke spolupráci s hlavou hrdě vztyčenou. Přeji vám dobré partnery a ať se dílo daří.

JUDr. Jiří Procházka, ředitel Úřadu ČČK

ZAHRA NIČNÍ AKTIVITY ČČK

SETKÁNÍ „PARTNERSTVÍ“ S NĚMECKÝM ČK

V hotelu Labe v Pardubicích se ve dnech 6. - 7. 6. 2005 uskutečnilo pracovní setkání „**Partnerství**“, na němž o dalším rozvoji vzájemné spolupráce diskutovali nejen vedoucí představitelé ČČK a Německého ČK, ale také téměř tři desítky ředitelů a ředitelky Úřadů OS ČČK z obou zemí. Jako pozorovatelé se zúčastnili i delegace Slovenského ČK a Polského ČK. Diskutována byla především 3 témata: Výuka a poskytování první pomoci, Příprava na katastrofy a Spolupráce při projektech z Evropské unie.

Hlavní projekty obou národních společností ČK a moderování jednotlivých částí programu obstarali z české strany ředitel Úřadu ČČK **JUDr. Jiří Procházka** a vedoucí úseku odborných činností Úřadu ČČK **Mgr. Josef Švejnoha**, z německé strany pak **Dr. Gabrielle Rössler, Dr. Manfred Mohr, Stefan Osche a Frank Jörres** (všichni čtyři z ústředí Německého ČK z Berlína) a **Thomas Klemp**, ředitel Hessenského ČK. V průběhu setkání ředitelé a ředitelky Úřadů OS ČČK z obou zemí aktivně prezentovali činnost Červeného kříže ve svých regionech.



Hlavní projekty obou národních společností ČK a moderování jednotlivých částí programu obstarali z české strany ředitel Úřadu ČČK **JUDr. Jiří Procházka** a vedoucí úseku odborných činností Úřadu ČČK **Mgr. Josef Švejnoha**, z německé strany pak **Dr. Gabrielle Rössler, Dr. Manfred Mohr, Stefan Osche a Frank Jörres** (všichni čtyři z ústředí Německého ČK z Berlína) a **Thomas Klemp**, ředitel Hessenského ČK. V průběhu setkání ředitelé a ředitelky Úřadů OS ČČK z obou zemí aktivně prezentovali činnost Červeného kříže ve svých regionech.

ČČK NA KONFERENCI KAPKA KRVE NA SLOVENSKU

Ve dnech 13. - 15. 6. 2005 se viceprezident ČČK a vedoucí Pracovní skupiny VR ČČK pro BDK **Adolf Šťastný** zúčastnil na Slovensku v

Levicích mezinárodní odborné konference „**Kapka krve**“ zaměřené na získávání nových bezpříspěvkových dárců krve prostřednictvím působení dětí z předškolních zařízení na své rodiče.

DISEMINAČNÍ SEMINÁŘ V BUDAPEŠTI

Ve dnech 2. - 5. 6. 2005 se zúčastnili nový prezident ČČK **RNDr. Marek Jukl, Ph. D.** a pracovnice zahraničního úseku Úřadu ČČK **Linda Sochorová** v Budapešti odborného semináře zaměřeného na novinky v šíření mezinárodního humanitárního práva. Seminář pořádala Regionální delegace Mezinárodního výboru ČK.

ÚSPĚŠNÉ DRUŽSTVO ČČK NA FACE 2005

Východoslovenské okresní město Svidník hostilo ve dnech 30. 6. až 3. 7. 2005 další ročník Evropské soutěže v poskytování první pomoci (FACE 2005), kterého se zúčastnila 5-členná družstva z 24 evropských národních společností ČK. Český červený kříž na této prestižní soutěži zastupovalo družstvo z OS ČČK Praha 3+6+8 - vítěz loňského republikového kola soutěže Zdravotnických družstev Humanitárních jednotek ČČK. Naše družstvo obsadilo na Evropské soutěži slušné 11 místo.



Po těžké automobilové havárii se řidiči obou vozů probudili vedle sebe na nemocničních lůžkách. - „Poslyšte, neviděli jsme se už někde?“ - „Kdybychom se viděli, tak tady neležíme!“

ZPRÁVY Z ÚŘADU ČESKÉHO ČERVENÉHO KŘÍŽE

VÝKONNÁ RADA ČČK 25. 6. 2005

Nově zvolená Výkonná rada ČČK se sešla na svém prvním zasedání v Praze. Její jednání řídil nově zvolený prezident ČČK RNDr. Marek Jukl, Ph. D.

Výkonná rada zhodnotila průběh a výsledky volebního Shromáždění delegátů ČČK konaného 21. - 22. 5. 2005 v Pardubicích a ustavila nové Pracovní skupiny VR ČČK. Dále projednala a schválila obsah 4-hodinového školení první pomoci pro veřejnost, návrh na zapojení ČČK do evropské kampaně „Bezpečnost dětí na silnicích“ v roce 2005, prodej objektu ČČK v Sokolově, doplnění Otevřené databáze expertů ČČK, půjčku pro OS ČČK Ústí nad Labem a využití finančních prostředků sebraných na pomoc obětem přírodní katastrofy v jihovýchodní Asii.

V rámci informačních zpráv vzala VR ČČK na vědomí zprávu o činnosti Úřadu ČČK a informace o propagaci ČČK ve sdělovacích prostředcích za poslední období a zhodnocení krajských školení ZI ČČK k zavádění automatické externí defibrilace do výuky první pomoci. Dále vzala na vědomí informace o zapojení ČČK do projektu EU k péči o azylanty, o sbírce potravinové pomoci v supermarketech Delvita „Štědrá ruka“, zhodnocení pracovního setkání ČČK a Německého ČK „Partnerství“ a zprávy ze zahraničních služebních cest.

CENA KAPKY NADĚJE PRO ČČK

V závěru tradičního Festivalu dětských filmů ve Zlíně byly 2. června 2005 na slavnostním zasedání předány dvě výroční ceny nadace „Kapka naděje“ za rok 2004. Získaly je **Všeobecná zdravotní pojišťovna ČR** (cenu převzala její ředitelka **Ing. Jiřina Musílková**) a **Český červený kříž**. Toto prestižní ocenění převzal z rukou populárního hudebního skladatele **Karla Svobody** ředitel Úřadu ČČK **JUDr. Jiří Procházka**.



ČČK NA PŘEDÁVÁNÍ CENY ŽIVOTA

U příležitosti letošního Světového dne Červeného kříže předala dne 12. 5. 2005 ministryně zdravotnictví **Doc. MUDr. Milada Emmerová, CSc.** poprvé 4 „Ceny života“ občanům,



kteří včasným a správným poskytnutím první pomoci přispěli k záchraně lidského života. Obdrželi je: **Marie Blablová** z Rožnova pod Radhoštěm, **Ing. Jan Tesař** z Moravských Budějovic, **Josef Holešovský** z Pardubic a **Jan Hruška**. Zvláštní cenu ministryně zdravotnictví za celoživotní dílo v oblasti resuscitace a výuky první pomoci

Profesor zkouší studentku medicíny: „Který lidský orgán dokáže za pár sekund zvětšit svůj objem 6-8x?“ - „Penis,“ odpoví studentka. - „Je to zornička, ale toho muže se držte,“ odpoví profesor.

obdržela **Doc. MUDr. Jarmila Drábková**, dlouholetá spolupracovnice ČSČK a ČČK.

Na slavnostním předávání vystoupil i ředitel Úřadu ČČK **JUDr. Jiří Procházka**. Vedoucí úseku odborných činností Úřadu ČČK **Mgr. Josef Švejnoha** spolu s **Ing. Václavem Černým** uvedli zdařilou prezentaci činnosti ČČK v oblasti výuky a poskytování první pomoci s využitím dataprojektoru, která se setkala se značným ohlasem.

MEDAILE PRO ČČK

Na celorepublikovém slavnostním zasedání u příležitosti letošního Světového dne Červeného kříže dne 16. 5. 2005 v Senátu Parlamentu ČR obdržel Český červený kříž „**Pamětní medaili za účast v povstání českého lidu v květnu 1945**“ udělenou Sdružením českého národního povstání Českého svazu bojovníků za svobodu. Medaili předal **Ing. Karel Vaněk**, místopředseda Společnosti Jana Masaryka do rukou prezidenta ČČK **MUDr. Zdenko Vlka, CSc.**



NOVÍ NOSITELÉ MEDAILE ALICE MASARYKOVÉ (2. ČÁST)

MARIE JEDOVNICKÁ (1942)

Členkou ČČK je od roku 1957. Od roku 1965 vykonává po dobu 40 let funkci předsedkyně Místní skupiny ČČK Medlovice. Tato Místní skupina ČČK je zejména její zásluhou dlouhodobě jednou z nejlepších v okrese Uherské Hradiště. Od roku 1972 je po dobu 33 let nepřetržitě členkou ústředních orgánů ČSČK a později ČČK. Byla členkou ÚV ČSČK, později členkou ČUV ČSČK, v současné době je členkou Shromáždění delegátů ČČK. Aktivně pracovala v řadě komisí ústředních orgánů ČSČK a ČČK. Je členkou Oblastní výkonné rady ČČK Uherské Hradiště. Je bezpříspěvkovou dávkyní krve. Často a účinně pomáhá v práci ostatním MS ČČK ve svém regionu. Je nositelkou vyznamenání ČČK všech stupňů.



MUDR. VLADIMÍR VALTA (1932)



Členem ČČK je od roku 1957. Řadu let pracoval ve zdravotnické komisi OV ČSČK a vyškolil velké množství osob ve znalostech první pomoci. Od roku 1997 je předsedou OVR ČČK Litoměřice. Podííl se na řadě činností OS ČČK - soutěžích v první pomoci, oceňování BDK, školeních zdravotníků zotavovacích akcí, apod. V roce 1999 byl hlavním organizátorem výstavy pořádané u příležitosti 80 let ČSČK v Okresním vlastivědném muzeu v Litoměřicích. Jeho velký zájem o historii ČK je velmi dobře znám a se svými znalostmi seznamuje i další členy ČČK, mj. i prostřednictvím Novin Červeného kříže a regionálního tisku. Spolupracuje s řadou MS ČČK, kde se zaměřuje zejména na přednáškovou činnost. Je členem Shromáždění delegátů ČČK a nositelem vyznamenání ČČK všech stupňů.

PROJEKT ZDRAVÉ STÁRNUTÍ V BRNĚ

V termínu od 9. do 17. dubna 2005 jsme uspořádali ozdravný pobyt pro seniory se zaměřením na onemocnění pohybového aparátu. Jako místo pobytu jsme vybrali Beskydy - hotel Relax v Rožnově pod Radhoštěm. Kromě zajištění stravy a ubytování ve 2-lůžkových pokojích s vlastním sociálním zařízením a televizí byl našim klientům celodenně k dispozici vyhřívaný bazén 2 hodiny cvičení denně a 5 léčebných procedur (klasická masáž, podvodní masáž, bylinkové vířivé koupele, uhlčitá koupel a sauna). Díky pěknému počasí mohli účastníci pobytu ocenit krásu jarní přírody při prohlídce místního skanzenu, výletu na Pustevny nebo jen při procházkách v okolí hotelu.



S velkým napětím jsme očekávali zájem o nabízený pobyt a rovněž s velkou lítostí jsme část žadatelů museli odmítnout s příslibem opakování dalšího pobytu. Jednalo se o první akci tohoto charakteru, kterou jsme pro seniory uspořádali a velmi nás těší slova uznání a chvály z jejich strany.

Na oplátku bych i já ráda poděkovala Úřadu ČČK Praha za umožnění uspořádat pobyt pro seniory s využitím dotace z MZ ČR, pracovnícím Úřadu OS ČČK Brno-město za skvělou organizaci, zaměstnancům hotelu Relax za vlídné přijetí a pohodovou atmosféru. Velký dík patří rovněž **Janě Vrbacké**, která naše klienty celým pobytem provázela a zajišťovala pro ně doprovodné programy. Velmi doporučuji všem OS ČČK, aby využily nabídnuté možnosti a podobné pobyt v rámci projektu „Zdravé stárnutí“ také organizovaly.

*Ivana Holásková,
ředitelka Úřadu OS ČČK Brno-město*

PODĚKOVÁNÍ HZS MÍŘÍ DO LITOMĚŘIC

Rádi citujeme z děkovného dopisu Hasičského záchranného sboru Ústeckého kraje určeného OS ČČK Litoměřice: „... ve dnech 24. - 25. 5. 2005 se uskutečnilo taktické cvičení složek Integrovaného záchranného systému Ústeckého kraje a Krizového štábu města Litoměřice pod názvem „Povodně Litoměřice 2005“. Na přípravě a úspěšném splnění úkolů tohoto taktického cvičení se aktivně podíleli i Vaši zaměstnanci.

Dovolte mi, abych Vás touto cestou informoval a zároveň ještě jednou vyslovil Vaším podřízeným poděkování za přístup ke cvičení a jejich podíl na úspěšném splnění stanovených cílů. Jejich profesionální přístup a dovednost ocenila i občanská veřejnost, která měla možnost průběh cvičení pozorovat. S pozdravem Plk. Vratislav Urbánek, ředitel územního odboru Litoměřice“.

ČČK V HODONÍNĚ SE ČINÍ

- 5. května 2005 měla na náměstí před hodonínskou radnicí zastávku putovní **Mise Dětsví bez úrazů**. Pořádala ji obecně prospěšná společnost Podaná ruka, ČČK na ní spolupracoval a zúčastnily se jí desítky dětí z mateřských a základních škol. Cílem akce bylo šířit osvětu a učit rodiče i děti předcházet úrazům. Na stanovišti ČČK byli připraveni figuranti s realistickým znázorněním poranění. Děti si mohly ošetření samy vyzkoušet. Světový den ČK jsme při této akci připomněli malou výstavkou řady publikací. Základní informace v poskytování první pomoci a prevence AIDS nabízejí vyškolení instruktoři z řad Mládeže ČČK také přímo na základních školách.
- O 6 dní později se OS ČČK s Mládeží ČČK již tradičně podílel na Květinovém dni pořádaném Ligou proti rakovině. Letos jsme prodali 850 kyticek za 18.275,50 Kč.
- 27. květen 2005 byl ve znamení mladých zdravotníků. V pěkném objektu Střediska volného času v Hodoníně se sešlo celkem 20 HMZ I. a II. stupně na oblastním kole soutěže. Krásné počasí, velmi dobré a vyrovnané znalosti a praktické dovednosti MZ - to byla ta správná tečka za práci učitelů-zdravotníků i dobrovolníků ČČK v letošním školním roce. Jen nejtěšnějším bodovým rozdílem zvítězily HMZ ze základní školy **U Červených domů Hodonín**.



- Spolupracujeme i na dalších akcích města Hodonína. Dne 28. května 2005 byl uspořádán **Den dětí v ZOO**. Při plnění nejrůznějších úkolů sbíraly děti body, které pak proměnily za ceny. Na stanovišti ČČK přidělovali dětem body studenti gymnázia - členové Mládeže ČČK za teoretické znalosti v prevenci úrazů a správných hygienických návyků a za praktické dovednosti v poskytování první pomoci a KPR.

*Mgr. Jarmila Vršťalová,
místopředsedkyně OS ČČK Hodonín*

CVIČENÍ VODA 2005 V ŽAMBERKU

Voda 2005 - tak zněl název námětového cvičení pro složky Integrovaného záchranného systému (IZS) a ostatní účastníky připravené měs-

tem Žamberk. Jednalo se o procvičení povodňových orgánů obcí a obcí s rozšířenou působností, složek IZS a ostatních účastníků ochrany před povodněmi na vodním toku Divoká Orlice (Pavtinská přehrada).

Složky IZS předvedly řadu námětových cvičení - např. evakuaci penzionu pro důchodce, vyproštění osobního automobilu z řeky, záchranu tonoucího, atd.



Hlavní úloha **Humanitární jednotky (HJ) ČČK Ústí nad Orlicí** spočívala ve zřízení a následném provozování evakuačního centra v tělocvičně žambereckého gymnázia. Zde byla veřejnost seznámena s materiálním vybavením HJ ČČK a její činností v evakuačním centru (registraci postižených osob, ubytováním a případným stravováním). Činnost zdravotnického družstva HJ ČČK byla zaměřena na pomoc při evakuaci penzionu pro důchodce, následnou péči o obyvatele penzionu a první pomoc při celém cvičení a jeho jednotlivých ukázkách.

V doprovodném programu se veřejnost mohla seznámit s ukázkami první pomoci v rámci programu „První pomoc a my“. Každý si mohl pod odborným dohledem vyzkoušet, co si ještě pamatuje z první pomoci. Ukázky byly nově doplněny o seznámení s přístrojem pro automatickou externí defibrilaci. Na akci byla připravena i prezentace ČČK prostřednictvím nejrůznějších fotografií a upoutávek. Zároveň se rozdávaly informační letáky „Zásady první pomoci“ a kartička „Evakuační zavazadlo“.

*Jiří Preclík,
ředitel Úřadu OS ČČK Ústí nad Orlicí*

MOBIL SALON S AED

V rámci výstavy **Mobil Salon** se na českobudějovickém výstavišti od 14. do 17. dubna 2005, stejně jako v minulých letech, konala návštěvníky velmi oblíbená prezentace složek Integrovaného záchranného systému pod heslem „**Bezpečí všem, bezpečně pro všechny**“. Kromě velkého množství techniky měli návštěvníci možnost shlédnout také ukázky práce záahové jednotky, pyrotechniků, psovodů či zdravotnické záchranné služby.

Červený kříž pak připravil ukázky ožívání i prezentaci nově zaváděné technologie tzv. automatické externí defibrilace. Každý den cca 10 členů Mládeže ČČK předvádělo praktické ukázky první pomoci, nácvik KPR, maskovali i dělali figuranty při ukázkách Územního střediska zdravotnické záchranné služby.

*Hana Vacovská,
ředitelka Úřadu OS ČČK České Budějovice*

Lékař v nemocnici ošetřil pacienta popáleného na břicho a dává mu 2 tabletky viagry. - „To na to pomáhá, pane doktore?“ - „No, hlavně se vám na tu spáleninu nepřilepí deka“.

NÁŠ HOST

LADISLAV BALLEK

Naše pozvání k rozhovoru do pravidelné rubriky Novin Červeného kříže tentokrát přijal známý spisovatel (např. prózy „Útek na zelenou líuku“ či „Pútí dlhá ako červená lalia“) a současný slovenský velvyslanec v České republice **Ladislav Ballek**. Rekl naprosto jasně a jednoznačně: „Přijal jsem pouze jmenování velvyslancem do Prahy, jinak bych nešel. V Praze jsem si nemusel zvykat, protože jsem si od ní nikdy neodvykl, zde jsem byl a budu doma“.

V budově velvyslanectví Slovenské republiky v Praze ochotně odpověděl na naše čtyři otázky:

Otázka: Pane velvyslanče, můžete se nám trochu představit?

Odpověď: Narodil jsem se v roce 1941. Pocházím z jižního Slovenska, vystudoval jsem Pedagogickou fakultu a učil na základní škole na Oravě. Vojenskou základní službu jsem vykonával v Bruntále a na Folmavě v západních Čechách, kam se dodnes nostalgicky vracím. Na vojenských vycházkách jsem v každém městě vždy nejdříve navštěvoval tři místa - hřbitov (abych viděl, kdo zde v minulosti žil), knihovnu (abych zjistil, co zde lidé čtou) a kavárnu (s cílem zjistit, jak zde lidé žijí dnes, co je zde nového).

Přednášel jsem také slovenskou literaturu na pedagogických fakultách v Bratislavě a v Nitře, na Akademii muzických umění v Bratislavě, měl jsem výukové povinnosti i na univerzitě v maďarském Debrecíně. Pracoval jsem jako redaktor v Československém rozhlasu v Banské Bystrici, ale také jako ředitel knižního odboru na Ministerstvu kultury v Bratislavě, ve Slovenském spisovateli i Slovenském literárním fondu. Byl jsem členem výboru Svazu československých spisovatelů a dvě funkční období poslancem Slovenské národní rady, kde jsem zastával i funkci předsedy výboru pro sdělovací prostředky. Všechna svá zaměstnání považuji za užitečná, každé mě něčím obohatilo. Jen literaturou se ani na Slovensku člověk neuživí, takže většinou píši po nocích.

Ačkoliv nejsem kariéřní diplomat, působím od února 2001 jako slo-

venský velvyslanec v České republice. Rád navštěvuji všechny české a moravské kraje, nejraději však jezdím na jižní Moravu a do jižních Čech. Oblíbil jsem si české a moravské lidové písně.

Otázka: Co považujete ve své současné práci za největší úspěch?

Odpověď: Já bych nehovořil o úspěších. Mám velkou radost z toho, že se česko-slovenské vztahy vyvíjejí dobře. Já je považuji za nejlepší na světě jaké mohou být mezi dvěma národy. Češi a Slováci si je narušit rozdělením státu nedali. Svou misi v Praze považuji za nanejvýš osobní, k občanům této země mám hluboký srdečný vztah, poznal jsem zde mnoho báječných lidí. Snažím se pomáhat vytvářet podmínky pro dobrou spolupráci, přispět k dobrým sousedským vztahům. A když se to daří, to mi dělá největší radost.

Otázka: A s jakými největšími problémy se při výkonu své funkce - či spíše poslání - potýkáte?

Odpověď: Mrzí mě, že nemohu udělat více, že den má pouze 24 hodin. Kdyby tak šel prodloužit nebo nastavit čas... Nemohu stihnout všechno, nemohu vyhovět všem milým pozváním, která mi docházejí z celé České republiky. Čas je mým největším nepřítelem.

Otázka: Pane velvyslanče, jaký je Váš vztah k Červenému kříži?

Odpověď: Bílá zástava s červeným křížem je geniálně vymyšlený symbol. Červený kříž mě oslovuje od dětství; všichni, kdo mě vychovávali, si Červeného kříže velmi vážili. V naší rodině jsme vždy všichni pravidelně přispívali na Červený kříž, kdykoliv nás o to požádal a také dnes bych dal třeba poslední groš. V poválečných letech Červený kříž pomáhal zachraňovat mnoho lidí, dodnes naplňuje myšlenku lidské solidarity. Červený kříž je pro mě jistota, pocit, že nejste sami na světě a je dobře, že jej máme. Jsem hrdý na to, že Evropa dala světu Červený kříž i jako projev vyspělé kultury. Vždy k němu budu vzhlížet jen s hlubokým respektem.

Za velmi milý a příjemný rozhovor poděkoval

Mgr. Josef Švejch

OTEVŘENÍ DOMU SPEČOVATELSKOU SLUŽBOU V KAMÝKU NAD VLTAVOU

Dne 11. května 2005 byl v Kamýku nad Vltavou slavnostně otevřen nový Dům s pečovatelskou službou. Tento objekt postavil **Český červený kříž** jako v pořadí předposlední z celkem 88 projektů humanitární pomoci oblastem postiženým povodněmi v roce 2002. Celkový objem finančních prostředků, které Český červený kříž věnoval na odstranění následků těchto povodní dosáhl **332 milionů korun**.

V objektu za celkem **13 milionů korun** je k dispozici celkem 7 bytů pro seniory s kuchyňskými linkami, hezkými koupelnami, vestavěnými skříněmi a velkými lodžie. Při vstupu do domu je místnost pečovatelky s nezbytným zázemím. Finanční prostředky poskytl Německý červený kříž.

Za zmínku stojí fakt, že se Dům seniorů v

Kamýku nad Vltavou nachází v areálu mateřské školy, takže na společné zahradě i v ostatních prostorách se bude setkávat nejmladší a nejstarší generace kamýckých občanů.

Kromě domu seniorů postavil Český červený kříž v Kamýku nad Vltavou ještě bytový dům pro rodiny postižené povodní, opravil mateřskou školu a nově vybavil šatny základní školy zničené velkou vodou před více než dvěma lety.

Slavnostního otevření domu seniorů se za Český červený kříž zúčastnila **Viktorie Špidlová**, čestná prezidentka ČČK, **MUDr. Zdenko Vlk, CSc.**, prezident ČČK, **JUDr. Jiří Procházka**, ředitel Úřadu ČČK a **RNDr. Josef Konečný**, vedoucí povodňových projektů ČČK.

Vzhledem k tomu, že objekt bude provozován organizací Charity, pozval starosta Kamýku nad Vltavou **Petr Halada** na jeho slavnostní otevření také její zástupce - **Ing. Jaroslava Němce**, ředitele Arcidiecézní charity Praha a **RNDr. Stanislava Žáka**, ředitele Farní charity Nový Knín. Jako zvláštní host byl přítomen i pražský arcibiskup **kardinál Miloslav Vlk**. Středočeský krajský úřad zastupoval náměstek hejtmána **Mgr. Josef Vacek**.

*RNDr. Josef Konečný,
vedoucí povodňových projektů ČČK*

ZLATÉ KŘÍŽE V BRNĚ PŘEDÁVAL KRAJSKÝ HEJTMAN

Téměř čtyři desítky bezpříspěvkových dárců krve z Brna-města, Brna-venkova, Břeclavi, Vyškova a Znojma převzaly dne 14. června 2005 - na Světový den dárců krve - v Brně z rukou krajského hejtmána Jihomoravského kraje jedno z nejvyšších ocenění BDK za 80 bezplatných odběrů krve - Zlaté kříže 3. třídy.

Slavnostní setkání jsme uspořádali v sále zastupitelstva Jihomoravského kraje. Hejtmán **Ing. Stanislav Julínek** celou akci podpořil, přijal naše pozvání a předal všem účastníkům upomínkový dárek na toto slavnostní odpoledne. Poděkovat našim dárcům krve přišla rovněž primárka Transfúzního oddělení Fakultní nemocnice Brno **MUDr. Eva Tesařová**, zástupci Výkonných rad OS ČČK a ředitelky Úřadů OS ČČK. Příjemné odpoledne ještě zvýraznilo vystoupení dětí ze ZŠ Kotlářská v Brně pod vedením paní učitelky **Zřídka Veselá**. Po skončení oficiální části programu se uskutečnila prohlídka sálu a přilehlých prostor. Při malém občerstvení se rozproudila živá beseda všech přítomných a plní dojmů a krásných zážitků jsme se rozloučili.

Doufáme, že se z této společensky významné události stane tradice a každoročně takto budeme moci oslavit Světový den dárců krve.

*Ivana Holásková,
ředitelka Úřadu OS ČČK Brno-město*

Chirurg operuje zloděje a říká mu: „V žaludku máte šest briliantů. Buď budete dál tvrdit, že jste spolkl bezcennou brož a já vás zase za tři z těch briliantů zašiju nebo vás zašijou policajti“.

LIBANONSKÝ ČERVENÝ KŘÍŽ

Libanonský červený kříž byl v roce 1946 uznán státem jako veřejná, nezisková organizace, která je rovněž pomocným zdravotnickým týmem libanonské armády. V roce 1947 byl uznán Mezinárodní federací ČR a ČP.

Členové a dobrovolníci Libanonského ČR poskytují pomoc lidem postiženým přírodní katastrofou, trpícím, imigrantům, aj. Jednou z dalších aktivit, je stejně jako u nás, prevence, připravenost a odezva na katastrofy.

Libanonský ČR provozuje centra první pomoci, zdravotnická centra a centra pro mládež. Jednou z jeho aktivit je také bezpříspěvkové dár-

covství krve. V Libanonu provozuje 9 transfúzních stanic a má 13 mobilních jednotek.

Zajímavostí této národní společnosti je tzv. „Tým první pomoci“, který byl založen již v 60. letech minulého století a v té době měl pouze 12 členů - dobrovolníků. Jeho hlavní činností bylo zajišťování zdravotnického dozoru během různých sportovních nebo kulturních akcí. V roce 1975, kdy se Libanon dostal do válečného konfliktu, potřeba využití tohoto týmu velmi vzrostla a s tím i počet členů a zdravotnických center. V době války zajišťovali lékařské ošetření raněným vojákům, dodávky krevních produktů a

díky mobilním zdravotnickým stanicím mohli obsáhnout velké spektrum lidí.

Po skončení konfliktu se Tým první pomoci ještě rozrostl a začal poskytovat služby nejen při různých veřejných událostech, ale zajišťoval zdravotnický transport do nemocnic při různých nehodách a také nadále provozoval mobilní kliniku. V roce 1997 sdružoval tento tým 1.600 lidí, 37 zdravotnických center a 2 operativní centra. V současné době je to jedna z hlavních aktivit Libanonského ČR.

*Linda Sochorová,
zahraniční úsek Úřadu ČČK*

VLIV POČASÍ NA ZDRAVÍ ČLOVĚKA

Někdy jej podceňujeme, ale změny počasí skutečně mohou náš zdravotní stav ovlivňovat. Ptáte se jak? Například takto:

Velké horko - zvýšené nebezpečí střevních bakteriálních infekcí, úpal, úžeh

Chladno - možnost potíží s dýcháním

Nedostatečná vlhkost vzduchu - zvýšené nebezpečí infekcí

Vítr - prochlazení organismu

Prudká změna vlhkosti vzduchu - obtíže s dýcháním, poruchy spánku, potíže s páteří a klouby

Přechod studené fronty - nespavost, nervozita, deprese, zhoršení problémů s psychikou

Změny atmosférického tlaku - bolesti hlavy, zvýšená únava

Změny v elektromagnetickém poli - zvýšená únava a bolesti hlavy, možnost kolik

Mlha a déšť - zhoršené revmatismu.

VÝROČÍ ČÍSLA – ČEŠTÍ LÉKAŘI

ZDENĚK KUNC

(16. 3. 1908 - 10. 5. 1985)

Pozdější přední český neurochirurg se narodil v Praze, kde rovněž vystudoval gymnázium a medicínu (místo architektury, která jej původně lákala). V mládí jezdil na prázdniny do západočeského města Sušice. Velmi rád a velmi dobře po celý život kreslil.

Zprvu se zabýval anatomii, ale postupně se plně věnoval chirurgii, a to především neurochirurgii. Od roku 1948 pracoval v Ústřední vojenské nemocnici v Praze-Střešovicích, jejíž neurochirurgické oddělení se pod jeho vedením stalo špičkovým československým lékařským pracovištěm. Jeho úctyhodné vědecké dílo čítá více než 160 původních prací, dále napsal řadu skript a učebnic. Na neurochirurgickém oddělení Ústřední vojenské nemocnice v Praze bylo pod jeho vedením ooperováno více než 26.000 pacientů.

Měl vojenskou hodnost generála, byl jmenován akademikem. Získal vysoká státní vyznamenání, dostalo se mu i mnoha zahraničních ocenění. Velmi rád sportoval, výborně hrál tenis, dobře lyžoval, rád maloval, fotografoval, cestoval po horách, pěstoval květiny.

Akademik Zdeněk Kunc patří k velikánům moderní české medicíny. Letos si připomínáme, že uplynulo 20 let od jeho úmrtí.



UŽITEČNÉ VYNÁLEZY

BRÝLE

Vůbec první brýle se objevily kolem roku 500 př. n. l. v Číně. Skla do nich Číňané brousili z krystalů křemíku, topasu, ametystu nebo tmavšího skla. Mohli si je dovolit jen lidé z bohatších vrstev. Čínští soudci v té době nosili brýle s tmavými skly a doufali, že tak utají své myšlenky před obžalovanými. Staří Číňané už tehdy také používali brýle proti slunci se zelenými skly.



Několik století byl za vynálezce brýlí považován Florentin **Salvino d'Armato**, který zemřel v roce 1317 na základě rukopisu, jenž se později ukázal jako falešný. Má se za to (ale není to zcela prokázáno), že Evropě představil brýle **Roger Bacon** v roce 1287. První zobrazené brýle byly objeveny na fresce z roku 1352 v klášteře San-Nicolo de Tréviso nedaleko Benátek.

Leonardo da Vinci byl první člověk, který si dokázal představit, jak by mohly vypadat kontaktní čočky. Přišel na to tím, že vložil svou hlavu do skleněné mísy naplněné vodou a ke svému překvapení zjistil, že vidí lépe. Nakreslil pak plány na stavbu brusu na skla do brýlí, ale jeho myšlenka kontaktních čoček se dočkala svého naplnění až v roce 1887.

Za vynálezce bifokálních brýlí bývá považován **Benjamin Franklin**, který byl natolik unaven neustálým vyměňováním brýlí na dálku a na blízko, že jej napadlo rozpílit čočku brýlí napůl a každou polovinu vyrobit ze skla o jiné ohniskové vzdálenosti. Použil k tomu dvojce brýle, které sesadil dohromady.

ZNÁME PRAVIDLA SPOLEČENSKÉHO CHOVÁNÍ?

JAK POUŽÍVAT VIZITKY

- nejobvyklejším formátem vizitek je 4 x 7,5 cm nebo 5,5 x 8 cm. Jsou obvykle z většinou bílého polotuhého papíru. Je na nich uvedeno jméno majitele, adresa s uvedením telefonu, faxu, e-mailu.
- vizitky nosíme v pouzdře příslušné velikosti, v náprsní kapse nebo peněženke. Uchováváme je vždy v bezvadném stavu.
- svou vizitku dáváme, jsme-li někomu představeni; obdrženou navštívenku oplácíme svou.
- vizitku přikládáme k darům; do květin se dává v přiměřené obálce.
- na velkých recepcích se nechávají vizitky pro hostitele, aby měl možnost zjistit, kdo z pozvaných se skutečně zúčastnil.
- po účasti na obědě (večeři) posíláme svou vizitku s vyjádřením poděkování.
- na navštívenky se píše vždy jen tužkou, a to do levého dolního rohu potištěné vizitky; v případě, že není na potištěné straně místo, dáváme značku „obraťte“ a píšeme na nepotištěnou stranu.

„Primář se při vizitě zastaví u muže s ovázanou hlavou a ptá se ošetřujícího lékaře: „Autohavárie?“ - „Ne. Maharádža.“

VÝROČÍ ČÍSLA – SVĚTOVÍ LÉKAŘI

CARLOS FINLAY (3. 12. 1833 - 20. 8. 1915)

Narodil se jako syn skotského lékaře na Kubě. Při studiích ve francouzském Rouenu u dědečka vážně onemocněl cholerou. Po vyléčení vystudoval medicínu v USA a otevřel si lékařskou praxi na Kubě.

Začal se zabývat patologií a napsal celou řadu zdařilých studií o malárii, choleře, beri-beri, a velmi jej zajímala i žlutá zimnice. Razil teorii, že žlutou zimnici přenášejí komáři, ale nemohl ji stále dokázat. Neodhalil, že virus žluté zimnice potřebuje v těle komára 12 dní dozrát; teprve potom je schopen vyvolat nemoc u člověka. I proto mu v Havaně posměšně říkali „lékař komárů“. V roce 1900 vypukla mezi americkými vojáky na Kubě epidemie žluté zimnice. Finlay velmi pomohl skupině amerických lékařů, kteří proti ní bojovali.

Dodejme, že k jeho lidským zálibám patřilo řešení šachových úloh, zajímala ho heraldika, kosmické problémy, vysoká matematika, rád luštil staré rukopisy. Den jeho narození - 3. prosince - se slaví jako Den latinskoamerické medicíny.

Carlos Finlay se radí do galerie velikánů světové medicíny - v tomto případě jako přemožitel žluté zimnice. Letos si připomínáme, že uplynulo 90 let od jeho úmrtí.



OSOBNOSTI ČERVENÉHO KŘÍŽE

JAROSLAV ČIHÁK - ZNAMENÁČEK (1891 - 1944)



Poněkud tajuplně znějící jméno skrývá brigádního generála a náčelníka hlavního štábu československé armády, který byl dekretem prezidenta republiky dr. Edvarda Beneše z 27. srpna 1940 jmenován do funkce úřadujícího předsedy

ČSČK v zahraničí. Tuto funkci vykonával do února 1943, kdy na ni ze zdravotních důvodů rezignoval. Přídomek „Znamenáček“ je krycí jméno pro domácí odboj i pro jeho válečnou činnost ve Francii.

V jeho nelehké práci v Londýně mu velmi pomáhala manželka prezidenta republiky a čestná předsedkyně ČSČK Hana Benešová. Začátky byly těžké - nikdo neměl zkušenosti s působením národní společnosti ČK v emigraci, finančních prostředků i materiálu bylo málo (začínalo se s několika bednami ošacení od krajanů v Americe. Později finančně pomáhala čs. vláda v zahraničí a krajané ze všech koutů světa, věcné dary poskytovaly zahraniční společnosti ČK. Generál Čihák - Znamenáček na ustavující schůzi ČSČK v zahraničí vytyčil 3 hlavní úkoly: 1. Péči a doplňkovou pomoc našemu vojsku, 2. Péči o naše emigranty, 3. Přípravu pomoci domovu po skončení války.

Dvakrát bylo sídlo ČSČK v Londýně vybombardováno a muselo se stěhovat. Postupně byla vybudována zdravotní služba pro naše uprchlíky, rodiny vojáků a repatriované vojáky, byla provozována ozdravovna pro vojáky a jedno oddělení v britské nemocnici. ČSČK pořádal kurzy pro ošetřovatelky, letní

tábory pro děti, posílal balíčky čs. vojákům po celém světě.

Generál Jaroslav Čihák - Znamenáček přišel do Velké Británie již s podlomeným zdravím a jeho zdravotní stav se stále zhoršoval. Přesto odvedl obrovský kus práce ve prospěch ČSČK.

NAŠE DESATERO

DESATERO BEZPEČNÉ JÍZDY

1. Za volantem buďte vlídní a nestyďte se to dát na silnicích najevo.
2. Chraňte slabší (děti, nemocné a starší osoby) buď zpomalením nebo dáním přednosti.
3. Předvídejte - za míčem může vyběhnout dítě, cyklista může náhle vybočit.
4. Nedejte se vyprovokovat, nevymáhejte své právo agresivní jízdou.
5. Spěchejte pomalu, časové zisky z neúměrného spěchu přinášejí značné riziko.
6. Jezděte jen přiměřenou rychlostí. Déšť, mlha, snh, led, tma, zatáčky - vše se dá pak zvládnout.
7. Dodržujte bezpečný odstup, získáte čas k reakci na různá nebezpečí.
8. Při sebemenších pochybách nepředjíždějte. Čekejte na ten pravý okamžik. Nikdy neporušujte zákaz předjíždění.
9. Respektujte přednost v jízdě podle hesla „dvakrát měř a jednou řež“.
10. Před jízdou nikdy nepijte alkohol.

PTALI JSTE SE ...

Otázka: Opakovaně trpím na **záněty spojivek**. Mohli byste napsat, co je způsobuje a jak postupovat při jejich léčení?

Věra T., Rychnov nad Kněžnou

Odpověď: Spojivka je tenká sliznice kryjící oční bělmo. Příčinami zánětu spojivek (konjunktivitidy) jsou nejčastěji bakteriální infekce, které mohou pocházet z prstů, odkud se dostanou při mnutí očí na povrch oka. Další příčinou může být reakce spojivek na podráždění, např. na cizí tělísko v oku (smítko, prach, řasu) či drobný hmyz, ale také třeba alergie, nové kontaktní čočky; u malých dětí např. zablokovaný slzný kanálek.

Postižené oči pálí, jsou zarudlé, pod víčky se tvoří hnis a vytéká ven. Příznaky zánětu spojivek obvykle odezní během týdne. Je však nutné dbát na zvýšenou hygienu, aby se nenakazilo vaše okolí. Používejte svůj ručník, po každém kontaktu s očima si myjte ruce mýdlem a teplou vodou. Dráždění očí zvyšuje sluníčko, proto chraňte oči tmavými brýlemi.

Oči se několikrát denně ošetřují očními kapkami a vyplachují oční vodou. Při intenzivním hnisavém výtoku navštivte očního lékaře, který nejspíše předepíše antibiotika ve formě kapek nebo masti. V případě alergického zánětu spojivek se podávají oční kapky s protialergickými látkami.

OKÉNKO SPRÁVNÉ VÝŽIVY

VLÁKNINA

- jako vláknina se původně označovala ta část potravy, která se nerozloží ani vařením ve zředěné kyselině ani ve zředěném louhu
- současná definice vlákniny zahrnuje všechny substance rostlinného původu, které nejsou rozkládány enzymy lidského trávicího ústrojí
- rozeznáváme dva druhy vlákniny - rozpustnou a nerozpustnou
- **rozpustná vláknina** je především v ovoci ve formě pektinu, ale i v různých druzích zeleniny. Váže na sebe žlučové kyseliny, ty odcházejí z těla a s nimi i cholesterol
- **nerozpustná vláknina** je zejména v obilovinách, dále ji obsahují např. rýže, jahody, ořechy, aj. Tyto nestrávené zbytky jídla působí v tlustém střevě jako kartáč a čistí je
- vláknina také dovede zadržovat vodu, působí v žaludku jako houba. Strava nabobtná, žaludek se více zaplní a nemáme pocit hladu. Vláknina přispívá i k tomu, aby nevznikla zácpa
- doporučená denní dávka vlákniny u dospělého člověka se pohybuje od 10 do 20 g, u dětí asi polovina. Toto množství získáme požitím zhruba 0,5 kg ovoce a zeleniny a dvou krajíčků celozrnného chleba denně.

Miluje se lékař s pacientkou. Ta se jej ptá: „Pane doktore, vy jste anesteziolog?“ - „Jak jste to poznala?“ - „No, že nic necítím...“

KŘESLO PRO HOSTA V ÚSTÍ NAD LABEM

Ti z nás, kteří se již počítají ke dříve narozeným, si jistě vzpomenou na oblíbený televizní pořad nazvaný „**Křeslo pro hosta**“, který jako průvodce proslavil nezapomenutelný Vladimír Menšík. Inspiraci z něj čerpali na **OS ČČK Ústí nad Labem**.

Využili prostory své jídelny pro bezdomovce a podle potřeby do ní obvykle čtyřikrát ročně zvou na besedy s občany především představi-

tele města a regionu. Občané mají možnost se zeptat na jakékoliv ožehavé otázky a křeslo je pro hosta někdy pořádně horké (např. při tématu - privatizace bytového fondu v Ústí nad Labem).

Do „horkého“ křesla již v minulosti usedli starostové měst, obcí a městských částí, primátoři a jejich náměstci, ředitelé různých podniků, senátor Jiří Doubrava, poslankyně Květa Čelišová, ministr obrany Karel Kühnl, hejtman Ústeckého

kraje Jiří Šulc a jeho náměstci Radek Vonka a Václav Foldyna, krajští lídři politických stran, aj.

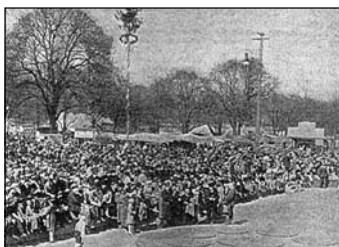
Český červený kříž poskytuje pro tyto mezi občany velmi oblíbené besedy nejen své prostory, ale tím, že je i přímo organizuje, vstupuje do povědomí široké veřejnosti v krajském městě jako aktivní činitel veřejně prospěšného a společenského dění. Nechcete zkusit něco podobného také u Vás?

POJMY Z HISTORIE ČČK

SLAVNOST ČSČK FIDLOVAČKA

Československý červený kříž uspořádal ve dnech 13. - 23. dubna 1935 na starém výstavišti v Královské oboře v Praze lidovou slavnost Fidlovačka, která se kdysi konávala v Nuselském údolí a bývala oblíbenou slavností obuvnického cechu. Účelem této slavnosti ČSČK bylo připomenutí **100. výročí československé hymny „Kde domov můj“**. ČSČK chtěl dát Pražanům možnost volné zábavy a zároveň při této příležitosti získat peníze na nejnáléhavější úkoly.

Slavnost trvala 10 dnů a z historické „Fidlovačky“ byla při ní obnovena hlavně zahajovací scéna, zahrnující průvod, při kterém šly Prahou staré cechy v krojích a nejrůznější putovné atrakce. Kromě toho vojáci pražské posádky předváděli ukázky svého vojenského a sportovního výcviku, vystupovaly zde baletní a rytmické školy, ale také populární komici včetně např. **Vlasty Buriana**. Účinkující vystupovali ve prospěch ČSČK zdarma. Řadu nových příznivců získal ČSČK také mezi obchodníky a živnostníky (mj. darováním nejrůznějších předmětů a věcí do tomboly).



Obecenstvo uvítalo s povděkem, že za nepatrné vstupné (dospělí 1 Kč, děti 50 haléřů) mohli vidět hodnotný kulturní program. Slavnost byla Pražany každý den hojně navštěvována, ve svátečních dnech činila návštěva vždy kolem 60.000 osob.

PIKTOGRAMY A ZNAK DO ŘEČI

Na celém světě se stále více používá neverbálních informací - **piktogramů** na veřejných budovách i v tištěných materiálech. Cílem je umožnit lidem rychlou orientaci všude tam, kde by se slovní vyjádření mohlo stát překážkou k porozumění. Systém piktogramů lze velmi dobře využít u těžce mentálně postižených dětí i dospělých, u dětí a osob s autismem a u dětí a osob s více vadami.



Piktogram definují mezinárodní normy jako vnímatelný útvar, který je vytvořen psaním, kreslením, tiskem či jinými postupy. Každý piktogram zastupuje jeden věcný význam a zpodobňuje ho bez vazby na řeč.

Znak do řeči je kompenzační prostředek pro osoby s řečovým postižením. Pomocí znaku pomáháme komunikovat formou, která je založena na řeči těla, mimice a na přirozených znacích, a která se snadněji používá než řeč mluvená.

Dlouhou dobu jsem pracovala s mentálně postiženými dětmi. Pro děti, které nemluvíly či měly velké problémy s mluvenou řečí, jsem vytvořila na základě zkušeností svých a zahraničních i našich kolegů komunikační systém, který využívá obrázků (piktogramů). Soubor piktogramů, který byl vydán v ČR, obsahuje přes 700 obrázků, které znázorňují osoby, věci, činnosti, představy, vlastnosti, pocity a vztahy.

Učebnice **Piktogramy** a **Znak do řeči**, které byly u nás vydány, mají schvalovací doložku MŠMT ČR.

O piktogramech nám napsala pravidelná čtenářka Novin Červeného kříže a členka ČČK z Prahy 4 *Mgr. Libuše Kubová*

VODNÍ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA ČČK ROZDÁVALA POHÁRY

Ve dnech 24. - 26. 6. 2005 se konalo v Jesenicích u Chebu již **33. Mistrovství republiky družstev Vodní záchranné služby ČČK na volné vodě a 5. MR záchranných týmů VZS ČČK**. Pořádáním této akce byla v letošním roce pověřena MS VZS ČČK Klatovy pod vedením L. Bureše. S organizací soutěže pomáhali členové MS VZS ČČK Karlovy Vary-Jesenice.

Mistrovství republiky se zúčastnilo 21 družstev mužů a žen z celé ČR. V soutěži záchranných týmů VZS ČČK mezi sebou soutěžilo 7 týmů.

První místo a pohár prezidenta ČČK v soutěži žen získala děvčata z **MS VZS ČČK Brno město A** před Brnem městem B a družstvem Sokolov A. V soutěži mužů si za vítězství odváželo pohár prezidenta ČČK rovněž družstvo **MS VZS ČČK Brno město A**, na druhém místě skončila Ostrava 1 a bronzový stupínek obsadilo družstvo z Třebíče.

V letošním roce byly udělovány opět putovní poháry za jednotlivé disciplíny. Pro disciplíny záchrana surfovým plovákem a kardiopulmonální resuscitace a tažení břemene věnoval cenu hlavní sponzor VZS ČČK - **Česká podnikatelská pojistovna a. s.** Poháry získala v obou kategoriích opět družstva **Brno město A**.



V pátém ročníku Mistrovství republiky Záchranných týmů VZS ČČK si za vítězství odvezl pohár Ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR tým vodních záchrannářů z **Pastvin**. Předávala jej zástupkyně GR HZS ČR **Ing. Ošfádlová**.

Vrcholnou republikovou soutěž vodních záchrannářů navštívila i díky příznivému počasí řada oficiálních hostů a zástupců sponzorů. Za celkovou přípravu soutěže je třeba poděkovat technickým delegátům - **Karlu Šalbahovi a Ladislavu Burešovi**, členům MS VZS ČČK Klatovy a Karlovy Vary-Jesenice. Celé mistrovství republiky bylo připraveno na výbornou.

V neděli všichni odjížděli již opět do svých domovů, aby se začali pečlivě připravovat na letní sezónu, která právě začínala. Všem našim záchrannářům přejeme hezkou dovolenou a při hlídkové činnosti pak co nejméně zásahů.

*Jana Kargerová,
generální sekretář VZS ČČK*

Pacientka u lékaře: Místo antikoncepčních tabletek jsem omylem 10 let brala antidepressiva. Teď mám šest dětí a je mi to jedno“.

III. Ženevská úmluva

Příslušník ozbrojených sil (kombatant) je legitimním cílem násilí, které má zlomit odpor protivníka, avšak **pouze do chvíle než je z boje vyřazen** (stává se chráněnou osobou) - buď v důsledku nemoci, zranění či ztroskotání (jak jsme viděli v díle minulém) nebo upadne-li do moci nepřítele - stává se **válečným zajatcem**. Zajatcem je jen **do ukončení války** - po té musí být bezodkladně **propuštěn a repatriován**.

Vysvětlíme nyní pojem **příslušník ozbrojených sil**: jsou to jednak příslušníci armády dané země včetně příp. začleněných dobrovolnických sborů, příslušníci organizovaného hnutí odporu (za podmínky, že mají vnitřní organizaci, odpovídají straně konfliktu, nosí otevřeně zbraň, mají na dálku viditelný rozeznávací znak a zachovávají-li válečné právo) a konečně i obyvatelé neobsazeného území, kteří se chopili zbraně, aby bránili pronikání nepřítele (nosí-li otevřeně zbraň a zachovávají válečné právo).

Důležitost splnění těchto podmínek je především ta, že tyto osoby, jsou-li zadrženy, **stávají se válečnými zajatci a nemohou být trestáni za bojovou činnost** - tj. že např. usmrtili nepřítele, zničili nepřátelský majetek, apod. (za porušení válečného práva - např. útok na civilisty či zdravotníky - stíhání samozřejmě budou). Pokud se však boje účastní ten, kdo není příslušníkem ozbrojených sil, je považován za vraha.

Dále se válečnými zajatci stávají členové organizovaného doprovodu ozbrojených sil (civilní členové osádek lodí či letadel, pracovní jednotky a služby, váleční dopisovatelé). Je-li pochybnost o nároku na status zajatce, musí se s nimi jako se zajatci zacházet až do rozhodnutí soudu.

Dodejme ještě, že vojenští zdravotníci a duchovní se formálně zajatci nestávají - požívají všech výhod určených válečným zajatcům (viz dále), ale doba jejich zadržení je omezená (viz předchozí díl).

Se zajatci se musí vždy zacházet lidsky, musí být chráněni před jakýmkoli násilím, urážkami, ponižováním či zastrašováním - zachovávají si nadále osobní důstojnost a čest i občanskoprávní způsobilost (jsou-li navíc nemocní, chrání je i I. Úmluva). Mj. mohou zajatci nadále nosit hodnostní označení a vyznamenání. **Zajatí je totiž jen omezením volnosti pohybu** (internací) za účelem znemožnění další účasti v boji, nikoli nějakým trestem!

Zajatci musí být od bojové linie bezodkladně odsunuti do bezpečí zajateckého tábora. Musí být zjištěna jejich totožnost a fakt zajetí spolu s údaji o zdravotním stavu a adresou pro korespondenci se sdělí druhé straně prostřednictvím *Ústřední informační kanceláře* (MV ČK, Ženeva). Jiné informace (např. vojenského charakteru) není zajatec povinen sdělit!

Zajatci zůstávají všechny jeho osobní věci i výstroj (vyjma zbraní a vojenských dokumen-

tů). Stravování, ošacení a zdravotní péče se poskytuje zdarma.

III. Úmluva podrobně upravuje standard zajateckého tábora, hygienické a stravovací podmínky - vše minimálně odpovídá standardu kasáren; zajatec má po něm volný pohyb. Disciplína v táboře rovněž odpovídá vojenským zvyklostem. Zajatcům (s výjimkou důstojníků) lze uložit práci - ta však **nesmí mít vojenskou povahu či určení** (strojná, chemická a zbrojní průmysl, opevňovací práce, odminování, apod.). Je pamatováno i na pracovní podmínky, bezpečnost a ochranu zdraví při práci.

Důležitým právem zajatců je **odesílání a přijímání zpráv od rodin a blízkých** i individuálních či hromadných zásilek humanitární povahy. Selžou-li jiné komunikační a přepravní možnosti, obstará doručení MV ČK spolu s příslušnými NS ČK/ČP.

Má-li být zajatec souzen, upravuje Úmluva **podmínky procesu** (zajištění obhajoby, lhůty na její vypracování, na seznámení s obžalobou, apod.). Zajatcům nehrozí přísnější trest, než za tentýž čin „vlastním“ vojenským osobám nepřítele. Soudní stíhání se předem oznámí ochranné mocnosti, jinak se hlavní líčení odročí.

Zajatci, kteří jsou nevléčitelně či dlouhodobě nemocní (neuzdraví se do jednoho roku), musí být **repatriováni i před skončením nepřátelství**.

RNDr. Marek Jukl, Ph. D.,
prezident ČČK

RADA PRO VÁS ...

STRAVOVÁNÍ NA ZAHRANIČNÍ DOVOLENÉ

Někteří se možná chystáte vyjet do zahraničí letos poprvé. Víte přesně, co znamená toto označení druhu stravování?

All inclusive (volně lze přeložit jako „vše zahrnuto“) a nabízí zejména hotely vyšší kategorie. Většinou v tomto systému bývá snídaně, oběd, večeře, nealkoholické nápoje a možnost stravování bez omezení během dne. Některé hotely nabízejí bez omezení i alkoholické nápoje a výběr z nabídky sportovních aktivit (tenis, squash, fitness, aj.).

Plná penze zahrnuje celodenní stravování (snídaní, oběd, večeři).

Polopenze většinou zahrnuje snídaní a večeři, ale někde do ní mohou zahrnovat snídaní s obědem.

Kontinentální snídaně se obvykle skládá z plátků salámu a sýra, dále z másla a marmelády nebo džemu. Přidává se bílé pečivo, obvykle káva nebo čaj. V některých hotelech je k tomu možné objednat i vařená nebo míchaná vajíčka.

Švédské stoly představují způsob podávání jídla. Všechna jídla - předkrmy, hlavní i moučníky - jsou vedle sebe položena na dlouhých stolech. Host si bere podle chuti kolik a co chce.

(Využity informace z přílohy *Večerníku-Praha* „Dovolená doma i u moře“)

Lékař při prohlídce novorozence konstatuje, že je hubený. Žena říká, že je krmený mateřským mlékem. Lékař chce vidět prsa ženy, pečlivě je prohmátá a konstatuje, že nemá vůbec žádné mléko. Žena říká: „A měla bych je mít? Já jsem jeho teta“.

VÍTE, ŽE ... (ČINNOST ORGÁNŮ VE STÁŘÍ)

Ve stáří se činnost lidských orgánů snižuje, dochází k úbytku jejich výkonnosti. Budeme-li 100 % výkonnosti považovat u 30-letého člověka, v 75 letech je výkonnost následující:

* rychlost vedení impulsu	90 %
* základní přeměna látek	84 %
* prokrvení mozku	80 %
* nejvyšší fyzická výkonnost	70 %
* systolický objem srdeční	65 %
* počet vláken v nervu	63 %
* síla stisku ruky	55 %
* prokrvení ledvin	42 %
* nejvyšší vdechový objem	40 %
* počet chuťových pohárků na jazyku	36 %

(Využity informace z publikace „Člověk“, Scientia, 1996)

PRVNÍ POMOC

ESMARCHŮV HMAT

V dnešní terminologii výuky první pomoci a kardiopulmonální resuscitace jej známe spíše pod názvem **trojitý manévr**.

Kdy se používá?

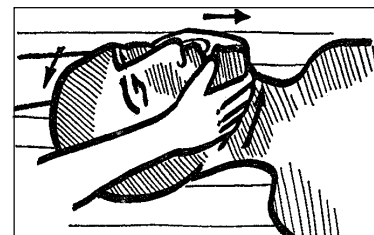
Používáme jej ve fázi uvolnění dýchacích cest místo klasického záklonu hlavy, jestliže existuje podezření na poranění krční páteře.

Jak se provádí?

Své prsty pokládáme za úhel dolní čelisti, palce vedle sebe na bradu, tahem za úhel a mírným tlakem na bradu dolní čelist povytahujeme a vysouváme dopředu až spodní řezáky předsuneme před horní (s dolní čelistí vytáhneme závěsný aparát jazyka). Manévr doplníme mírným záklonem hlavy.

Dodejme ještě, že **Johannes Friedrich August von ESMARCH** (1823 - 1908) zavedl do první pomoci trojčipý šátek, první zaškrvoadla (gumové hadice s řetízkem na upevnění) a také první brašny první pomoci do výzbroje armády. Podrobněji jsme o něm psali v *Novinách ČK* č. 2/2003.

(Učebnice *Zdravotnický instruktor ČČK*)



POHLED NA HISTORII A ČINNOST MS ČČK VE VALAŠSKÝCH KLOBOUKÁCH

Dne 7. září tohoto roku uplynou 84 roky od založení MS ČČK v našem městě. Zalistrovali jsme tedy v městské kronice.

V ní si můžeme o založení Červeného kříže přečíst tento zápis:

„7. září r. 1921 založen v Kloboukách Místní spolek Československého červeného kříže. Spolek tento je podstatnou částí ČSČK, jímž jest činným členem. Účelem jeho jest organisovati a vykonávati dobrovolnou zdravotní a sociální péči za míru i války podle zásad stanovených státními opatřeními a smlouvami mezinárodními. Spolek náš čítal koncem r. 1921 již 116 členů přispívajících (s ročním příspěvkem aspoň 6 Kč). V r. 1922 členů přispívajících 143, podporujících 74 členů (s pravidelným ročním příspěvkem 2 Kč). Předsedou jest starosta p. **Julius Matyáš**, místopředsedou notář **Dr. Josef Vavrouch**, jednatelem katecheta **P. Josef Baránek**“. Tolik kronika.



MS ČČK od svého založení, s výjimkou 5-leté pauzy, kdy byla za druhé světové války její činnost nacisty zakázána, pracuje dosud. Nyní má **162** členů, z toho 38 členů je produktivního věku. Její předsedkyní je zdravotní sestra, nositelka vyznamenání ČČK Za obětavou práci. Předsedkyně pořádá každoročně se členy ČČK kurzy první pomoci, na ZŠ školí mladé zdravotníky, se kterými se vždy účastní okresní soutěže první pomoci ve Zlíně. Pro dospělé vedla již dva 40-hodinové kurzy první pomoci.

V minulém roce se MS ČČK aktivně zúčastnila **Dne IZS**, který byl pořádán ve Valašských Kloboukách. S 9 figuranty byla zajišťována první pomoc při havárii auta, ve stanu ČČK byla předváděna první pomoc na dýchací figuríně, měření krevního tlaku, prováděna spirometrie a na panelu prezentována historie MS ČČK od jejího založení do současnosti, doplněná fotodokumentací.

Spolupráce s různými organizacemi a institucemi probíhá celý rok: jde o zdravotní asistenci při soutěžích horských kol, maratónu, aerobiku, Běhu T. Foxe, při valašském „jarmeku“, apod.

Návštěvy starých a osamělých občanů města probíhají tradičně před vánocemi, kdy jsou jim předávány dárky. V režii MS ČČK je také každoročně realizován léčebně rekreační 5-denní zájezd do Egeru pro členy a přátele ČČK. Pořádají se také osvětové přednášky. Při živelních katastrofách poskytuje naše skupina finanční příspěvek na konto humanitární pomoci.

Závěrem chci vyjádřit naději a přání naší MS ČČK, aby počet mladých, nadšených členů stále rostl a aby v míru pomáhal trpícím a těm, kteří pomoc potřebují.

MUDr. Jana Pořízková

KRÁL JIŘÍ Z PODĚBRAD VÍTAL SOUTĚŽÍCÍ DĚTI

Poděbrady - lázeňské město, rodiště českého krále Jiřího z Poděbrad, vstoupilo do historie jako místo konání krajského kola soutěže Hlídek mladých zdravotníků I. a II. stupně pro Středočeský kraj.



Samotná soutěž proběhla 26. května 2005 v prostorách kolonády a Lázeňského parku. Náročná příprava a vlastní soutěž byla podpořena dobrými lidmi okresu Nymburk a řadou sponzorů: Městskými úřady Poděbrady, Nymburk a Lysá nad Labem, VZP Nymburk, Vojenskou zdravotní pojišťovnou Praha, Maso-uzeniny Jiří Hlinka Poděbrady, Jednota Nymburk, Sklo Blázek Poděbrady, Pivovar Nymburk, Poděbradka a. s. - všem pořádající **OS ČČK Nymburk** děkuje za lidský přístup k dané činnosti a věří, že i SZŠ Nymburk v příštích soutěžích první pomoci neodmítne účast a podpoří přípravu k záchranně tak vzácného daru jako je život.

K zajímavému průběhu soutěže patřila návštěva krále Jiřího z Poděbrad, který přišel pěšky, přivítal a poděkoval za účast na soutěži - soutěžícím, žákům ZŠ, pedagogickému doprovodu, zástupcům OS ČČK, řediteli Úřadu ČČK Praha **JUDr. Jiřímu Procházkovi**, řediteli soutěže **MUDr. Pavlu Zuskovi**, hlavnímu rozhodčímu **Ing. Pavlu Štajerovi**, studentům, hosteskám, figurantům ze Střední zemědělské školy z Poděbrad, studentům z Afriky, týmu Zdravotnické záchranné služby Nymburk, Městské policii Poděbrady.

S radostí přivítali členové HMZ ze **ZŠ Malešov z OS ČČK Kutná Hora** slavnostní vyhlášení výsledků, neboť obsadili první místa v obou kategoriích. Předávání cen proběhlo za účasti skupiny v historických kostýmech **EB TRIO**, pro fanfárové skladby.

Marie Chytilová,

ředitelka Úřadu OS ČČK Nymburk

PODĚKOVÁNÍ OS ČČK KUTNÁ HORA

Okresní ředitelství Policie ČR Kutná Hora zaslalo děkovaný dopis **OS ČČK Kutná Hora**. Vybíráme rádi z jeho znění: „... dovolte nám, abychom Vám touto cestou vyjádřili poděkování za účast Vašich zaměstnanců na akci „**Den bezpečí**“, která se konala dne 3. června 2005 na stadionu Olympia v Kutné Hoře. Předvedená ukázka z Vaší činnosti byla provedena s profesionálním přístupem a přispěla k celkové vynikající prezentaci integrovaného záchranného systému...“ Podepsán Pplk. Mgr. Bc. Milan Komárek, ředitel“. Rádi zveřejňujeme.

BLAHOPŘÁNÍ LETÍ DO ČERNOŠIC

„Sestra **Ludmila Zmatlíková**, dlouholetá předsedkyně MS ČČK v Černošicích u Prahy, se 13. července 2005 dožila významného životního jubilea - **75 let**.

Pro Červený kříž vykonala opravdu kus poctivé práce. Proto bychom jí chtěli za vše moc poděkovat, popřát jí do dalších let stále zdraví a mnoho spokojenosti“. Krátký dopis tohoto znění nám poslala M. Borovičková z MS ČČK Černošice.

K upřímnému poděkování a blahopřání se připojuje i redakce Novin Červeného kříže.



NA VÍTĚZE V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH ČEKALY I DORTY

Ve středu 25. května 2005 se za krásného počasí a dobré pohody konalo na českobudějovickém výstavišti **Regionální kolo soutěže Hlídek mladých zdravotníků ČČK - Jihočeský kraj a Vysočina**.



Tradiční soutěžní klání 12 HMZ I. a II. stupně doplnila a děti zaujala ukázka práce Jihočeské brigády kynologů; samostatnou nesoutěžní disciplínu připravila také Městská policie České Budějovice.

V I. stupni si palmu vítězství a krásný dort odnesla HMZ ze **ZŠ ve Štítného ulici v Jindřichově Hradci** a ve II. stupni pak HMZ ze **ZŠ v Komenského ulici v Pelhřimově**.

Poděkování náleží všem, kteří se na přípravě této soutěže podíleli - kromě mnoha dobrovolníků bychom chtěli jmenovat zejména Magistrát Českých Budějovic, Všeobecnou zdravotní pojišťovnu, Zdravotní pojišťovnu Ministerstva vnitra, Výstaviště České Budějovice, a. s., Městskou policii České Budějovice a Jihočeskou záchrannou brigádu kynologů.

Hana Vacovská,

ředitelka Úřadu OS ČČK České Budějovice

Sestra má pro pacienta dvě zprávy - špatnou a ještě horší. Pacient chce dříve slyšet tu špatnou. - „Zbývá vám jen 24 hodin života“ - „Proboha, co může být ještě horší?“ - „Když já vám to včera zapomněla říct!“

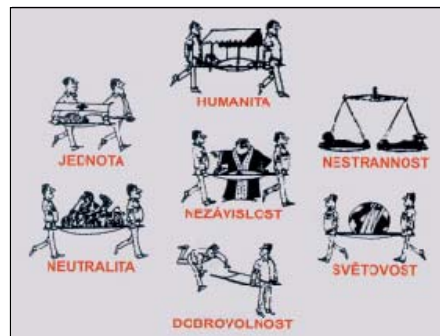
PŘIPOMÍNÁME SI V ČERVENÉM KŘÍŽI

40. VÝROČÍ PŘIJETÍ 7 ZÁKLADNÍCH PRINCIPŮ ČK

Znalost 7 základních principů Mezinárodního hnutí Červeného kříže a Červeného půlměsíce patří jistě k povinné výbavě nejen každého dospělého člena ČČK a člena Mládeže ČČK, ale jistě i každého vyškoleného mladého zdravotníka.

Přesto je pro čtenáře Novin Červeného kříže připomeneme - **HUMANITA, NESTRANNOST, NEUTRALITA, NEZÁVISLOST, DOBROVOLNOST, JEDNOTA, SVĚTOVOST.**

Tyto základní principy byly přijaty a vyhlášeny právě před 40 lety - v roce 1965 na 20. Mezinárodní konferenci Červeného kříže konané ve Vídni. Podle těchto základních principů mají být řízeny aktivity Červeného kříže v každé situaci ve všech národních společnostech Červeného kříže a Červeného půlměsíce na naší planetě - tedy samozřejmě i aktivity Českého červeného kříže.



DESETILIBROVKA SLOUŽILA MYŠLENCE HUMANITY

Bank of England v Londýně má i své muzeum. V něm se návštěvník může velmi podrobně seznámit s vývojem britské měny, zejména bankovek. Mnohá tato papírová platidla nejsou opatřena jen portrétem panovníka a jinými symboly Spojeného království, ale také obrazem významné historické osobnosti. V muzeu však zjistíte, že tomu v začátcích takto nebylo: na desetilibrové bankovce vydané před 210 lety obrázek není; jen text s nejnútnejšími znaky a údaji.

Bankovky, které v současnosti vydává Bank of England, mají na hlavní straně obraz britské královny a označení hodnoty. Tak je tomu také v případě jedné z posledních sérií desetilibrovky, která byla věnována legendární postavě - zakladatelce ošetrovatelství **Florence Nightingaleové**.

Tuto bankovku světle hnědé barvy představujeme našim čtenářům v reprodukci. Na tematické straně



je slovní a číselné vyjádření hodnoty, TEN POUNDS, v horních rozích 10 Pounds. (Pound je oficiální označení jednotky britské měny, libry; anglické slovo ten, česky deset, je základem lidového pojmenování desetilibrovky Tenner). Dominující je zde postava Florence Nightingaleové, dole vedle jejího jména je uveden rok jejího narození a úmrtí. K ilustraci obětavé činnosti legendární „dámy s lucernou“ slouží obraz, který ji zachycuje při práci v prostředí vojenského lazaretu.

MUDr. Juraj Szántó

šek Šmakal, jenž byl po zániku Československa ředitelem Divize ČSČK pro Čechy a zahynul v koncentračním táboře v Mauthausenu.

-NT-

REPUBLIKOVÁ KONFERENCE VODNÍ ZÁCHRANNÉ SLUŽBY ČČK

Dne 14. května 2005 se konala v Praze Republiková konference Vodní záchranné služby ČČK, na které byl zvolen nový prezident VZS ČČK - **JUDr. Jiří Magasanik** (viz foto), dále pak nové Prezidium VZS ČČK ve složení: Ladislav Bureš, Boleslav Höfer, Ondřej Michalík (viceprezident), Alois Podešva, Pavel Procházka, Mgr. Jan Sedláček.



Jana Kargerová,
generální sekretář VZS ČČK

SPOLEČNĚ PSANÉ DĚJINY

Dokumentárním centrem historie Červeného kříže na Slovensku je Múzeum SČK v Martině, kde se shromažďují a zpracovávají dostupné dokumenty či jejich kopie, a poznatky, výtěžené z publikací a časopisů, z věcných nálezů a ze vzpomínek pamětníků. Hodnotným výstupem výzkumu dějin v této oblasti je nová kniha, která vyšla v nakladatelství Matice slovenské: **Červený kříž na Slovensku v letech 1919 - 1938**, jejímiž autory jsou ředitelka muzea **PhDr. Zora Mintálová** a generální sekretář SČK **Ing. Bohdan Telgársky**.

Kniha vydaná na počest 85. výročí vzniku organizace, zahrnuje prakticky celé období, kdy funkci předsedkyně ČSČK zastávala dr. Alice Masaryková, která vedle svých aktivit - nejen v domácím, ale i v mezinárodním humanitárním hnutí - spolupracovala např. se spolky slovenských žen Živena, jehož byla čestnou předsedkyní, na realizaci projektu sociální péče.

Budování a rozvíjení činnosti ČK na Slovensku vychází ze základů, které mu položily tehdy nejvýznamnější osobnosti Československa společně bez ohledu na svůj slovenský či český původ. Díky objektivnímu postupu autorů jsou zde nejen připomenuty, ale i se svým přínosem hodnoceny např. čeští lékaři MUDr. Ivan Hálek, první předseda ČSČK na Slovensku, a MUDr. Jan Bohuslav Kraicz, zakládající ředitel jeho slovenské divize. Posledním ředitelem divize pro Slovensko v tehdejší

Turčianském Svatém Martině byl český lékař MUDr. Franti-



Lékař si pozve manžela pacientky a sdělí mu, že ji zachrání pouze když přestane pít a alespoň dvakrát týdně se s ní pomiluje. - „Co říkal,“ ptá se její manželka. - „Prý umřeš, nejsou léky“.

JAK SE DĚLÍ VODY?

Pitná neboli konzumní voda musí být zdravotně nezávadná a chuťově požitelná.

Stolní voda je vysoce kvalitní pitná voda z podzemního zdroje s obsahem minerálů do 1 g/l a je vhodná k dlouhodobé spotřebě.

Kojenecká voda má podobné parametry jako stolní voda. Obsahuje velice nízký podíl minerálů (do 1 g/l, přičemž obsah dusičnanů nesmí překročit 15 mg/l) a je vhodná pro děti do jednoho roku. Při sycení CO₂ by mělo být na etiketě upozornění, že pro kojence je nutno CO₂ odstranit varem.

Stolní přírodní minerální voda má podíl minerálních látek vyšší, avšak jejich obsah nepřekračuje 5 g/l.

Léčivá minerální voda obsahuje rozpuštěné látky ve větším množství a její požívání by mělo probíhat po konzultaci s lékařem.

Sodová voda je voda průmyslově sycená CO₂.

MÍSTA SPOJENÁ S ČERVENÝM KŘÍŽEM

ZÁMEČEK VE ZBOŽÍ

Nachází se na okrese Kutná Hora a s Československým červeným křížem jej spojuje skutečnost, že v období tzv. první republiky byl využíván jako sídlo dětské zdravotní osady spolku ČSČK z Prahy-Libně. Dodejme na vysvětlenou, že dětské zdravotní osady budoval ČSČK od roku 1920 a během 10 let jich zřídil 284 pro téměř 15.000 dětí ohrožených tuberkulózou. Podrobněji jsme o nich psali v Novinách ČK č. 1/2003.

Zámeček je tvořen dvoupatrovou budovou a přístavbou, jejíž střecha má podobu kopule, zakončené věžičkou s lucernou a bání; nesena je původní mohutnou, dřevěnou konstrukcí; je kryta šindelem.

Uvnitř jsou v některých pokojích zachovány stopy maleb. V jednom z pokojů v prvním patře, který využívaly ošetřovatelky, je zbytek nástrojných fresky představující výjev z bible. Pochází z doby založení zámečku. V tzv. růžovém a čínském pokoji jsou zbytky patronových maleb z počátku 19. st. V přízemním pokoji, tzv. litkupním, je zajímavá úprava stropu dřevěnými řezbami, napodobujícími štuk.

K zámečku přiléhá park založený zřejmě v polovině 18. st. na v té době oblíbeném půdorysu dlouhého obdélníku se střední osou vycházející z osy zámku. V 19. st. byl přeměněn na anglický park.



Pomozte nám

pomáhat

Fond humanity ČČK

číslo konta

10030-7334011/0100

Komerční banka Praha 1

ŠTĚDRÁ RUKA KE DNI DĚTÍ

Již podruhé za posledních šest měsíců uspořádal obchodní řetězec supermarketů **Delvita** ve spolupráci s **Českým červeným křížem a agenturou Korzo** sběr trvanlivých potravin na pomoc všem potřebným nazvaný **Štědrá ruka**. Tentokrát to bylo ke Dni dětí a proto také děti byly hlavními adresáty sebraných potravin. Štafetový kolík patronátu nad touto akcí tentokrát převzala od Heleny Vondráčkové další populární zpěvačka a herečka **Jitka Molavcová** (na snímku s ředitelem Úřadu ČČK JUDr. Jiřím Procházkou).



Štědrá ruka tentokrát probíhala ve dnech 26. května až 1. června 2005 v celkem 35 supermarketech Delvity (všude jen jeden den) ve 21 městech po celém území České republiky. Spolupracující OS ČČK distribuovaly sebrané potraviny v celkové hodnotě **101.500,- Kč** především do dětských domovů a ústavů, ale také do sociálních domů a zařízení ČČK, do sociálně potřebných rodin i zdravotně postiženým dětem na letních rekondičních pobytech ČČK. Poděkování patří všem zúčastněným partnerům, ale zejména občanům, kteří zakoupené trvanlivé potraviny odevzdávali jako formu pomoci potřebnějším.



Štědrá ruka
Potravinová pomoc
ke Dni dětí



Delvita. Dobry obchod.

I TAK SE DÁ PROPAGOVAT ČERVENÝ KŘÍŽ

Za vzor Vám tentokrát dáváme velmi zdařilou propagační skládačku vydanou **OS ČČK Ostrava**. Na 10 barevných stranách připomíná textem i obrazem Henri Dunanta, 7 principů mezinárodního hnutí ČK a ČP a postupně představuje jednotlivé projekty a činnosti OS ČČK. V závěru vyzývá ke vstupu do ČČK a uvádí nezbytné kontakty na OS ČČK. Skládačku vydali ve spolupráci s firmou Repronis.



SOUTĚŽ

- KDE SE NACHÁZÍ ZNAK ČERVENÉHO KŘÍŽE?

Třetí letošní soutěžní otázka před Váš postavlila úkol uhádnout vlajku země, na které se to červenými kříži přímo hemžilo (bylo jich na ní 5). Správná odpověď zněla - **Gruzie**. Z došlých správných odpovědí jsme i tentokrát vylosovali 5 čtenářů, kteří obdrželi knihy z nakladatelství Brána. Byli jimi - Jiří Novotný (Praha 8), Jana Adámková (Rožnov p. Radh.), Alena Suchá (J. Hradec), František Janda (Jablonec n. Nisou) a Josef Klouda (Opava).

Otázka - Který stát má červený kříž ve státním znaku?

Napovíme Vám, že tento stát najdete v Oceánii, jedná se o republiku, která má více než 800.000 obyvatel a jejím hlavním městem je Suva. Státní znak je ve zjednodušené podobě umístěn i na vlajce této země. V jeho hlavě je na červeném poli žlutý anglický lev držící v prackách hnědý kakaový plod. Dolní bílá část znaku je rozdělena právě červeným křížem na



čtyři pole. V prvním poli jsou tři zelené stvolky cukrové třtiny, ve druhém zelená kokosová palma, ve třetím bílá holubice se zelenou olivovou snítkou a ve čtvrtém žlutý trs banánů. Na horním štítu státního znaku, který byl zaveden v roce 1908, je posazena plachetnice a celý znak přidržují dva ozbrojení domorodci, kteří mají nohy omotané stuhou s nápisem „Rere vaka na kalou ka dokana Tui“.

Na Vaše správné odpovědi (zasílané na adresu: Úřad ČČK, redakce Novin ČK, Thunovská 18, 118 04, Praha 1) se těšíme nejpozději - do **10. 9. 2005**.

NA NÁVŠTĚVĚ V LONDÝNĚ A CROYDONU

V září loňského roku jsme v rámci Republikového kola soutěže Humanitárních jednotek ČČK přivítali u nás v Chrudimi zástupce Britského červeného kříže z místního spolku v Croydonu, jižního předměstí Londýna. Na oplátku nás pozvali Britové na návštěvu jejich spolku a Londýna.

A tak jsme se s členkou OVR OS ČČK v Chrudimi **Ludmilou Rýdlovou** a členkou Mládeže ČČK v Liberci **Zuzkou Varnerovou** na letošní Velikonoce vypravily na zkušenou na místní spolek ČK do Londýna - Croydonu.



Ubytování jsme měly zajištěno u Micka, jednoho z členů tamního ČK. Mohly jsme tak poznat život normální britské rodiny. Již první den po krátkém odpočinku a čaji o páté začala pracovní část naší cesty výměnou zkušeností z práce obou společností ČK na úrovni oblastních spolků. A že se na nás naši přátelé připravili!

Každá z nás obdržela velkou tašku všech možných

propagačních předmětů k různým projektům Britského ČK - od projektů zaměřených na práci s dětmi a mládeží, přes výuku první pomoci, poskytování humanitárních pomoci a činnosti při katastrofách až po projekty pro seniory. Ale to hlavní mělo teprve přijít.

Při podzimní návštěvě Britů na naší soutěži se jim velmi líbila spolupráce OS ČČK Chrudim s našimi hasiči. A jak nám již tehdy vysvětlili, u nich nic takového dosud neexistuje. A tak druhý den ráno nás Mick odvezl na **hasičskou stanici v Croydonu**, abychom pomohli britskému místnímu spolku ČK takovou spoluprací navázat.

Společně s našimi přáteli jsme si mohli prohlédnout veškerou hasičskou techniku včetně auta pro hromadná neštěstí a teroristické útoky. Někteří z nás si vyzkoušeli jako figuranti vyprošťování z vozidla pomocí hydraulických zařízení a chůzi i lezení temným hasičským trenážerem. Při neplánovaném, ale o to příjemnějším, improvizovaném občerstvení se podařilo nejen navázat, ale i dohodnout, spolupráci mezi croydonským spolkem ČK a hasiči, ale i my jsme domů vezly návrh na spolupráci mezi hasiči v Croydonu a našimi chrudimskými hasiči.

Po tradičním anglickém obědě v jedné z místních restaurací jsme se odebraly na návštěvu jedné ze **Stanic rychlé záchranné služby** (London Ambulance Service). Zde jsme se dozvěděly řadu zajímavých informací z práce londýnské záchranné služby, opět jsme měly příležitost prohlédnout si vybavení záchranných vozidel a osobní vybavení paramedika.



Velmi nás zaujala informace o odprodeji vyřazených, ale funkčních sanitek Britskému ČK za téměř symbolickou cenu a jejich následné využití při spolupráci Červeného kříže a záchranné služby.

Tento náročný den jsme s našimi britskými přáteli zakončili na diskotéce „v místním stylu“ v jednom z croydonských klubů.

Na velikonoční sobotu pro nás Mick, Matt, Geret, Filip a Jitka připravili den plný překvapení a neskutečných zážitků. Hned po snídani jsme všichni odjeli do centra Londýna. Po krátké procházce jsme došli před nenápadnou budovu s velkou reklamou, která je však sídlem **Centrálního dispečinku všech záchranných složek města Londýna** a zároveň pracovištěm kamaráda Matta. Byli jsme pozváni do jednoho z obrovských sálů, kde sídlí centrální dispečink londýnské záchranné služby. Měli jsme jedinečnou možnost seznámit se s přijímáním hovorů na tísňové lince 999 a se systémem vysílání jednotlivých složek záchranné služby dle závažnosti stavu postiženého. Dozvěděli jsme se, že dojezdový čas záchranné služby je 8 minut, lékař je volán pouze k nejtěžším stavům a řadu dalších zajímavých informací. Měli jsme možnost hovořit s paramediky na kolech i motorkách i s jednotlivými dispečery.

Po tomto zvláštním setkání a pravém pikniku v jednom z londýnských parků nás čekal zážitek ještě intenzivnější. Jenom jsme za ním museli opět na jiné místo a opět nás čekala cesta veřejnou londýnskou dopravou.

Z metra jsme vystoupili v jedné z muslimských čtvrtí a po chvíli jsme se ocitli před **Londýnskou královskou nemocnicí**, kde sídlí **heliport letecké záchranné služby (LZS)**, místo velmi střežené, kam se ještě, mimo těžce zraněných, prý žádný cizinec nepodíval. Před stanicí LZS nás přivítal jeden ze službu konajících hasičů otázkou: „Bojíte se výšek?“ Po našem ujištění, že ne, jsme již byli zavedeni na střechu nemocnice na přistávací plochu vrtulníku. Jen na jeho přistání jsme si museli počkat. Zatím jsme byli usazeni v malé odpočinkové místnosti posádek LZS a z vyprávění sloužícího hasiče jsme se dozvěděli, že posádka londýnské LZS tvoří traumatým



pro velmi závažné úrazové stavy a operuje nad celým územím Londýna. Mimo tyto lety zajišťuje přepravu pacientů v kritickém stavu mezi nemocnicemi. V noci vrtulník nelétá. Nahrazuje ho tým lékařů ALFA DELTA se svými superychlými auty Subaru WRC. Asi po 40 minutách jsme se konečně dočkali a mohli sledovat přistání vrtulníku a předání pacienta na heliportu. Po něm jsme se směli podívat na vrtulník a jeho vybavení zblízka a udělat si pár obrázků na památku.

I náš poslední večer v Londýně byl plný zážitků a dojmů. Šli jsme společně na prohlídku pamětihodností města. A opět jsme měli podle místních velké štěstí, protože jsme viděli otvírání známého londýnského mostu Tower Bridge.

Náš poslední den v Croydonu a Londýně začal místní velikonoční tradicí - hledáním čokoládových vajíček. Vždyť byly Velikonoce.

A pak již následovala cesta na **Místní spolek ČK v Croydonu**, kde nás čekal ředitel londýnského ČK pro katastrofy **Stephan Matys**. Od něho jsme se dozvěděli o činnostech Britského ČK při katastrofách ve světě. Jen pro zajímavost - v současné době poskytuje Britský ČK pomoc v 79 (!) zemích světa. V souvislosti s nedávnými vlnami tsunami, jen na letišti Gatwick v Londýně ošetřili členové Britského ČK přes 8.000 osob přilétajících z postižených oblastí. Na této humanitární pomoci se velkou měrou podíleli i členové místního spolku ČK v Croydonu, jejichž vyprávění bylo velmi autentické a emotivní.

Poté nás přišli navštívit paramedici z londýnské záchranné služby, se kterými jsme diskutovali na téma výuky první pomoci a jejího poskytování v praxi a o spolupráci mezi londýnskou záchrannou službou a Britským ČK.

Před naším posledním obědem v Anglii pro nás naši přátelé měli přichystáno ještě překvapení v podobě minikurzu požární ochrany pro pracovníky v nemocnicích, ústavech sociální péče a podobných zařízeních, které pořádá Britský ČK.

A tak jsme se nejprve zúčastnily přednášky a pak jsme měly možnost praktického cvičení evakuace ležících pacientů v daném časovém limitu a zkoušely jsme hašení ručními hasičskými přístroji v praxi. Celý kurz jsme všechny úspěšně zvládly.



Po improvizovaném obědě formou švédského stolu jsme ještě chvíli pobýly s našimi novými přáteli, slíbily další návštěvu Londýna (to abychom stihly všechny památky, na které díky nabitému, ale velmi zajímavému programu nezbyl čas) a pak již nastal okamžik rozloučení a se spoustou nových zkušeností a inspirací se vydat na cestu domů.

Naše poděkování za perfektně připravený program patří Mickovi, u kterého jsme bydlely, a který byl naším kuchařem, řidičem i průvodcem, Mattovi, Geretovi a Philovi, kteří byli našimi trpělivými průvodci a jediné Češce, která je členem Britského ČK, Jitce, která nám byla rádkyní, průvodkyní a hlavně neúnávnou překladačkou.

A protože si všichni přejeme, aby navázaná spolupráce i nadále pokračovala, už letos v květnu se naši britští přátelé stali našimi hosty a mimo jiné se s námi podívali na Rallye Rejvíz, mezinárodní soutěž profesionálních záchranných služeb.

Anna Altrichterová,
ředitelka Úřadu OS ČČK Chrudim

PŘEDSTAVUJEME NOVĚ ZVOLENÉ NEJVYŠŠÍ ORGÁNY ČČK NA OBDOBÍ 2005 - 2009

Na volebním zasedání Shromáždění delegátů ČČK v Pardubicích, konaném ve dnech 21. - 22. května 2005, o jehož průběhu a výsledcích jsme Vás informovali v minulém čísle Novin ČK, byly také zvoleny nové nejvyšší orgány Českého červeného kříže - Výkonná rada ČČK a Dozorčí rada ČČK) na období 2005 - 2009. Chceme Vám je představit:

Výkonná rada ČČK:



RNDr. Marek Jukl, Ph.D.
prezident ČČK



Viktorie Špidlová
čestná prezidentka ČČK



JUDr. Jana Lexová
první viceprezidentka ČČK



Adolf Šťastný
druhý viceprezident ČČK



JUDr. Jiří Procházka
ředitel Úřadu ČČK



Jitka Fikarová
členka VR ČČK



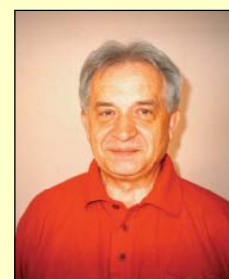
Stanislava Drozenová
členka VR ČČK



Mgr. Vladimíra Hanáková
členka VR ČČK



MUDr. Petr Vlk
člen VR ČČK



Karel Veselský
člen VR ČČK



Ivana Mitana
člen VR ČČK



Mgr. Jiří Hurda
člen VR ČČK



Petr Bernat
člen VR ČČK



Igor Sacký
prezident Mládeže ČČK

Dozorčí rada ČČK:



Stanislava Klicmanová-Maříková
předsedkyně DR ČČK



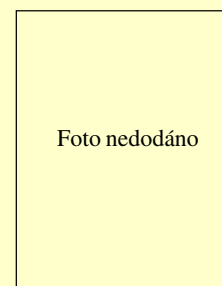
Mgr. Ludmila Burdová
členka DR ČČK



Helena Podařilová
členka DR ČČK



Jaroslav Jura
člen DR ČČK



Ing. Jaroslava Vlčková
členka DR ČČK