

ČESKÝ ČERVENÝ KŘÍŽ JEDNAL S VEDOUČÍM ÚŘADU VLÁDY ČR

Ani v životě vedoucích představitelů Českého červeného kříže nejsou běžnou záležitostí jednání na Úřadu vlády České republiky. Jedna z těchto vzácných chvil nastala v úterý 14. března 2006, kdy se uskutečnilo jednání vedoucího Úřadu vlády ČR **JUDr. Ivana Příkryla** s prezidentem ČČK **RNDr. Markem Juklem, Ph. D.** a ředitelem Úřadu ČČK **JUDr. Jiřím Procházkou**.

Jednalo se o přípravné setkání před chystanou schůzkou představitelů ČČK s předsedou vlády ČR. Zástupci Českého červeného kříže předali při tomto jednání Výroční zprávu ČČK za rok 2005, která obsahuje úctyhodné výsledky této největší humanitární organizace působící na území České republiky. Dále informovali vedoucího Úřadu vlády ČR o závěrečné shrnující zprávě o pomoci ČČK postiženým povodněmi v Čechách v roce 2002, která přesáhla 330 milionů korun. Druhým tématem rozhovorů byla informace o několikaleté humanitární pomoci ČČK při rekonstrukci pavilonu urologie Nemocnice Dr. Dragiši Mišoviče v Bělehradě zničené při válečném konfliktu na Balkáně, realizované z prostředků vlády ČR, jejíž hodnota přesáhla 35 milionů korun.

Diskutovalo se také o klasických projektech Českého červeného kříže jakými jsou mj. výuka a poskytování první pomoci, příprava na katastrofy včetně činnosti Humanitárních jednotek ČČK, bezpříspěvkové dárcovství krve, šíření mezinárodního humanitárního práva, rekondiční pobyty pro zdravotně postižené děti i naše dříve narozené spoluobčany, aj. Zvláštní pozornost byla věnována problematice sociálních domů pro seniory.



Zleva: **JUDr. Ivan Příkryl**, vedoucí Úřadu vlády ČR, **RNDr. Marek Jukl, Ph. D.**, prezident ČČK

Vymezený časový prostor pro toto jednání zdaleka nestačil na podrobné projednání všech významných aktivit i problémů Českého červeného kříže. Ale zcela jistě se nejednalo o poslední setkání tohoto druhu a důležité bylo nalézt společnou řeč a pochopení pro problémy potřebných občanů, na jejichž řešení se Český červený kříž významným způsobem podílí.

Mgr. Josef Švejnoha

HANA KYNCHOVÁ A ČERVENÝ KŘÍŽ

S instruktorkou aerobiku I. třídy **Hankou Kynchovou** se člověk nemá šanci nudit. Tělocvičnu střídá s televizním a rozhlasovým studiem a od října loňského roku dokonce provozuje vlastní Fitness klub v Praze Hodkovičkách. Jak sama s úsměvem říká, práce má až nad hlavu. Díky televizní obrazovce se stala jednou z nejnámějších tváří Novy, kde třikrát do týdne moderuje ranní rozevčíčku. Ani rozhlasovým posluchačům není tato mladá dáma neznámou. Do jejich podvědomí vstoupila jak svou rubrikou o životním stylu - Mužům vstup zakázán, kterou uvádí, tak i originální radiovou dietou - Hubněte s radiem Kiss 98.

Je absolventkou České školy aerobiku Heleny Jarkovské a v letech 1995 - 96 se stala vicemistryní České republiky ve sportovním aerobiku. O tři roky později získala prestižní ocenění jako druhý nejlepší „Lektor roku“. Ve svém sportovním studiu trénuje dospělé i děti. Komu se do fitness však zrovna nechce, nemusí opustit svou domácnost, stačí mu jen zapnout některý z Hančiných nosičů DVD, videokazetu či CD (Aerobic nejen pro těhule, Hejbej se, Aerobic s úsměvem, Aerobic v rytmu Novy) a začít cvičit. S Hankou jsme se nedávno setkali i my. Bylo to na tiskové konferenci projektu Štědrá ruka 2005, jejíž se stala patronkou a nakonec jsme se za ní vydali do jejího fitnesska, abychom jí položili naši chronicky známou otázku:



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

Hana Kynchová: „Z poslední doby mám Červený kříž spojen především se záplavami. Vůbec ty první velké byly na Moravě a postihly i naši rodinu. **Ocenila jsem tehdy akceschopnost Červeného kříže, který se okamžitě přihlásil a začal lidem v postižených oblastech opravdu účinně pomáhat.** Přesně specifikoval druh materiální pomoci a já se podle jeho instrukcí vydala za nákupy. Teď mě napadá, že je vidět hlavně při lidských neštěstích. **Nemyslím, že je to pro něj špatná vizitka, naopak - jen pomáhá tam, kde je to opravdu potřeba... Dělá jen to, co umí a za to se rozhodně nemusí stydět.**

Červený kříž spojuji, jako většina lidí, s první pomocí. Je to vlastně další z jeho velkých úkolů a je moc dobře, že se mu věnuje. Lidé by znalosti o jejím poskytování neměli podceňovat a měli by asi sami chtít je občas doplnit. Když tak o tom přemýšlím, já sama jsem nějaké pochytila ještě ve školní lavici a od té doby jsem nic podobného neabsolvovala. A to vidím jako svůj velký handicap. A nakonec, co by to bylo za Červený kříž, kdyby se nevěnoval dárcovství krve?! (Smích) Tak náročný úkol mu není ani co závidět! Ale přesto, i s ním si umí poradit... a tak to má být. Každý má dělat jen to, na co stačí...
Text a foto Otto Lokaj

O MÍSTNÍCH SKUPINÁCH A DALŠÍM MEZI NÁMI

Ve dnech 24. a 25. 2. 2006 se uskutečnilo jednání VR ČČK aby, mimo jiné, projednalo důležité otázky „Strategie budoucnosti ČČK“ a odstarovalo tak dlouhodobý proces vytváření zmíněné strategie. Základem pro jednání byly již dříve přijaté a mnohokrát zmíněné materiály.

Jeden z nich se nazývá „Poslání, postavení a základní činnosti Místních skupin Českého červeného kříže“. Jedná se o metodický pokyn, který byl vydaný již v roce 1996. Oč se v něm jedná? O určitý přehled, návod, osnovu pro činnost Místní skupiny ČČK. Bohužel, málokdo z červenokřížské rodiny vůbec ví, že existuje. Také nemám rád zbytečné papíry, ať již to je brožura či metodický pokyn či cokoliv jiného. Věřím v sílu myšlenky, zkušenosti, věřím v sílu osobnosti. **Právě a především v Místních skupinách ČČK je důležité mít osobnosti schopné přesvědčit lidi kolem sebe o významu a potřebnosti Hnutí Červeného kříže.** Osobnosti, které jsou schopné těm, které se podaří získat pro naši práci, dát kvalitní program, návrh spolupráce, smysl jejich účasti na spolupráci s ČČK a členství v naší organizaci. Zmiňovaný materiál obsahuje určitý přehled možných činností, může být dobrým pomocníkem. Obsahuje základní informací, výčet nezbytných i možných činností MS ČČK. Může být návodem a nebo jenom inspirací. Měl být pomocníkem především tam, kde to nefunguje, kde se nedaří.

Někteří naši tradiční kritici, pokud jeho text vůbec najdou, okamžitě zahlasí: „Nic nového, to všechno my přece dávno známe“. Pak musí následovat otázka: „Tak proč to neděláte?“ Odpověď mají také pohotoví: „Protože na to nemáme peníze“. Těmto a jim podobným bych doporučil, aby v zájmu budoucnosti ČČK odešli, nejlépe ke konkurenčním organizacím.

Postavení, poslání a možnosti uskupení lidí v našich Místních skupinách se samozřejmě změnilo jako vše kolem nás, jako mnohé v nás. Ale to základní poslání Místních skupin zůstává. **Sdružovat lidi, kteří chtějí pomáhat jiným.** Sdružovat lidi, třeba jenom proto, aby nebyli sami v této zvláštní době. Jedněm pomůže toto sdružení uskutečnit jejich touhu pomáhat, druhým pomůže nalézt místo mezi ostatními. **Spolková a společenská činnost v místě působení MS ČČK je tou činností základ-**

ní. Není zapotřebí v tom hledat žádnou vědu. Pokud se podaří k tomu přidat činnost ve zdravotnické a preventivní oblasti, v sociální oblasti, pokud se podaří navázat a udržet kontakt s místní mládeží, je to více než dobré.

V současné době vykazujeme **1.712 MS ČČK**, z tohoto počtu je 1.143 aktivních. Je to hodně nebo málo? Proti tomu, kolik jich bylo dříve, je to málo. Pokud budou všechny skutečně činné a jejich výsledky pozitivně ovlivní život jich samých a život jejich spoluobčanů, pokud budou schopny přispět k naplňování našeho poslání, pak je jich dost.

Nedávno jsem byl na výročním zasedání naší domovské Místní skupiny ČČK Uhlířoves-Hájek. Byl jsem velmi mile překvapen velkým počtem účastníků, přívětivou, přátelskou atmosférou. Ale také výčtem splněných úkolů, činností. Zájezdy pro seniory, sbírka a třídění oblečení pro sociálně slabší, sousedská výpomoc, akce pro děti - Dětský den, Mikulášská nadílka, finanční sbírka pro dětské zařízení a pro postižené katastrofami, zdravotnické přednášky. Myslím, že toho bylo více, nepamatuji si vše. Samozřejmě, že jsem postřehl, že ne všichni se svojí prací na těchto výsledcích podíleli. U realizovaných akcí se mnohá jména opakovala, ale tak to v životě chodí. Někteří pracují, někteří je alespoň podporují. Všem za to patří poděkování.

Chtěl jsem upozornit na to, co všichni víme. Na velký význam Místních skupin ČČK. Na materiál, který se snaží pomoci v práci MS. **Chtěl jsem také upozornit vedení některých OS ČČK na to, že bez Místních skupin ČČK nemůže OS ČČK existovat.** Nemá k tomu opodstatnění, právní základ. A hlavně nemůže mít zázemí, sílu pro svoji práci.

Zanedlouho se sejdou Komory ČČK. Budeme sice projednávat povinné materiály pro jednání Shromáždění delegátů. Myslím ale, že by bylo vhodné pohovořit o tom, jak aktivizovat MS ČČK, jak přispět k jejich rozšiřování, jak zlepšit spolupráci, kontakty MS ČČK s OS ČČK. Především pozitivní nápady a zkušenosti jsou vítané. Berme to jako další krok ke zlepšení naší budoucnosti. Přeji Vám mnoho úspěchů.

JUDr. Jiří Procházka, ředitel Úřadu ČČK

ZAHRAŇIČNÍ AKTIVITY ČČK

PŘIJETÍ VELVYSLANCE PERU

Úřad ČČK navštívil dne 17. 1. 2006 nový velvyslanec Peru v České republice Jeho Excelence pan **Alberto Salas Barakona**, aby se představil a navázal kontakty. Přijal jej prezident Českého červeného kříže **RNDr. Marek Jukl, Ph. D.** v přítomnosti ředitele Úřadu ČČK **JUDr. Jiřího Procházky**.

NÁVŠTĚVA ŘEDITELE HESSENSKÉHO ČK

Ve dnech 16. - 18. 2. 2006 navštívil Českou republiku ředitel Hessenského ČK **Thomas Klemp**. Jednal s ředitelem Úřadu ČČK **JUDr. Jiřím Procházkou** a vedoucí úseku odborných činností Úřadu ČČK **Mgr. Josefem Švejnhou** o konkrétní realizaci dohody o spolupráci s ČČK zejména na společných projektech Německého ČK a Českého červeného kříže „Příprava na katastrofy“ a „První pomoc“.



JUDr. Jiřího Procházka a vedoucí úseku odborných činností Úřadu ČČK **Mgr. Josefem Švejnhou** o konkrétní realizaci dohody o spolupráci s ČČK zejména na společných projektech Německého ČK a Českého červeného kříže „Příprava na katastrofy“ a „První pomoc“.

SLAVNOSTNÍ OTEVŘENÍ ÚŘADU OS ČČK HRADEC KRÁLOVÉ

Oblastní spolek ČČK Hradec Králové ve středu 1. března 2006 oficiálně otevřel svůj Úřad. Ten sídlí v prostorách Oblastního spolku (OS) v Mostecké ulici 290 v Hradci Králové a každé pondělí a středu od 9 do 16 hodin je otevřen všem občanům i dalším subjektům k vyřízení jejich žá-

dotí a potřeb. Tyto vhodné prostory našel pro OS Magistrát města Hradec Králové přímo v centru. Poskytují zázemí pro práci OS, sklady i učebnu. Krátký čas stěhování, zařizování a úklidu skončil a Úřad začal naplno sloužit poslání ČČK.

Oficiálního otevření, nad nímž převzal záštitu primátor města **Ing. Otakar Divíšek**, se zúčastnili zástupci ČČK, města, kraje, Integrovaného záchranného systému a dalších institucí. Z milých hostů jmenujme alespoň prezidenta ČČK **RNDr. Marka Jukla, Ph. D.**, ředitele Úřadu ČČK **JUDr. Jiřího Procházka**, náměstka primátora Hradce Králové **Ing. Martina Soukupa**, vedoucího Katedry všeobecného lékařství Fakulty vojenského zdravotnictví Univerzity obrany **pplk. MUDr. Radovana Matouška** nebo ředitele Fakultní nemocnice Hradec Králové **Doc. MUDr. Leose Hegera, CSc.** Za OS ČČK je přivítali místopředseda **Lukáš Pochylý**, ředitel Úřadu OS **Karel Žabka** a členka OVR **Jaroslava Rajmanová**.



I když se jednalo o oficiální zahájení činnosti tohoto kontaktního centra pro veřejnost a organizačního zázemí pro členy Červeného kříže, neslo se v neformálním duchu a stalo se i místem pro vzájemnou diskuzi a informace o možné spolupráci. Hosté si prohlédli prostory OS a popřáli mnoho úspěchů při další činnosti ČČK na Královéhradecku. Současně se během diskuse většina hostů shodla na potřebnosti ČČK a jeho práce, zejména na poli výuky první pomoci a osvěty.

Chtěli bychom také ještě jednou poděkovat všem hostům a zejména pak Městu Hradec Králové a Královéhradeckému kraji za jejich podporu.

Lukáš Pochylý, místopředseda OS ČČK Hradec Králové

Za pánem ležícím v nemocnici přijde muž v bílém a ptá se: - „Kolik měříte?“ - „170 cm.“ - „A kolik máte v pase?“ - „100 cm.“ - „A kdy už mě pustíte?“ - „Já nevím, já jsem jen truhlář“.

ZPRÁVY Z ÚŘADU ČESKÉHO ČERVENÉHO KŘÍŽE

VÝKONNÁ RADA ČČK 24. - 25. 2. 2006

Zasedání Výkonné rady ČČK se tentokrát uskutečnilo jako dvoudenní, výjezdní, v hotelu Labe v Pardubicích. První den jednání byl převážně věnován koncepčním programovým otázkám a podrobnému projednání stávajících obsahových dokumentů (Zásady práce MS ČČK, Minimální program ČČK, Hlavní směry činnosti ČČK) ve vazbě na zpracování Strategie budoucnosti ČČK na další období.



Druhý den VR ČČK na tomto svém zasedání projednala a schválila návrh opatření směřujících k naplnění závěrů volebního Shromáždění delegátů ČČK z května 2005, návrh osnovy základního školení a doškolení členů Humanitárních jednotek ČČK na rok 2006 a návrh jednotné vzorové uniformy pro členy ČČK. Dále schválila ředitele a hlavní rozhodčí republikových a krajských soutěží ČČK v první pomoci na rok 2006, návrh na vyslání družstva ČČK na Evropskou soutěž v první pomoci (FACE 2006) do italského Assisi, žádost o poskytnutí půjčky OS ČČK Česká Lípa, žádost o odklad splátky půjčky OS ČČK Ústí nad Labem a Teplice a příslib poskytnutí půjčky pro OS ČČK Brno-město. Schválila rovněž nového člena do Otevřené databáze expertů ČČK.

V rámci informačních zpráv vzala VR ČČK na vědomí zprávu o činnosti prezidenta ČČK a Úřadu ČČK a přehled aktivit Úřadu ČČK a OS ČČK se sdělovacími prostředky za uplynulé období. Dále vzala na vědomí informace o přípravě rozpočtu ČČK na rok 2006, informace o čerpání státních dotací MZ, MV a MPSV za rok 2005, zprávy ze zahraničních služebních cest a informace o prodloužení veřejné finanční sbírky OS ČČK Brno-město. Vzala rovněž na vědomí informace o změnách v poskytování státních dotací z MZ ČR na zahraniční a tuzemské rekondiční pobyty zdravotně postižených dětí pro rok 2006 a informaci o současném stavu Dětské léčebny ČČK v Bukovanech.

PAMĚTNÍ MEDAILE PRO PREZIDENTA ČČK

Ministr vnitra **František Bublan** udělil prezidentovi ČČK **RNDr. Marku Juklovi, Ph. D.** na slavnostním zasedání konaném dne 17. 1. 2006 v Praze **Pamětní medaili k 5. výročí Hasičského záchranného sboru České republiky**. Toto významání je výrazem ocenění dosavadní dobré spolupráce ČČK a HZS ČR.



INSTRUKTÁŽ POŘADATELŮ SOUTĚŽÍ

Úřad ČČK uspořádal v Praze dne 9. 2. 2006 instruktáž pořadatelů republikových a krajských soutěží v první pomoci v roce 2006. Se změnami ve Směrnici pro pořádání soutěží ČČK v první pomoci je seznámil prezident

Muž si stěžuje u lékaře na záhadnou nemoc. Jak se dotkne části těla, cítí strašnou bolest. Sáhne si na ucho, na nos a vždy záupí. Lékař jej prohlédne a říká: „Je to jasně, máte zlomený prst!“

ve Směrnici pro pořádání soutěží ČČK v první pomoci je seznámil prezident

ČČK **RNDr. Marek Jukl, Ph. D.**, o novinkách a změnách v kardiopulmonální resuscitaci podle doporučení Evropské resuscitační rady je informoval zástupce ČČK v Evropské komisi pro první pomoc **Ing. Pavel Štajer**. Dále byly na instruktáži projednány organizační, ekonomické a technické záležitosti spojené s pořádáním soutěží v letošním roce.

RADA MLÁDEŽE ČČK REPUBLIKY ZASEDALA

Ve dnech 3. - 5. 3. 2006 se v Lázních Bohdaneč na svém pravidelném výročním zasedání sešel nejvyšší orgán zvláštní složky Českého červeného kříže - Rada Mládeže ČČK republiky. Delegáti Oblastních skupin Mládeže ČČK z celé ČR zhodnotili svou práci za rok 2005 a přijali plán konkrétních úkolů na rok 2006. Zvolili si také své nové řídicí orgány v čele s **Igorem Sackým**, staronovým prezidentem Mládeže ČČK. V průběhu zasedání také besedovali s ředitelem Úřadu ČČK **JUDr. Jiřím Procházkou**.



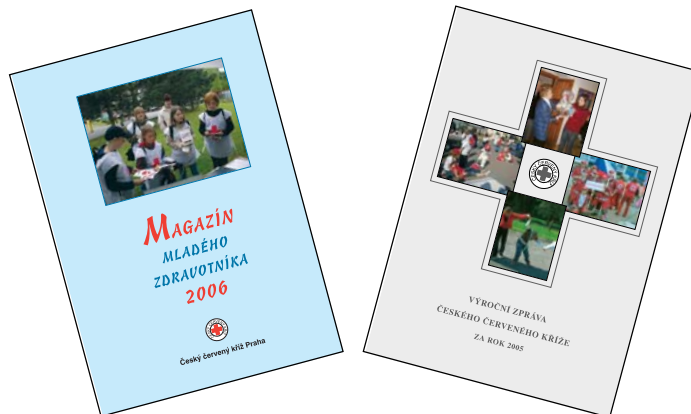
KURZ NOVÝCH LEKTORŮ MHP

V Praze se ve dnech 3. - 5. 3. 2006 uskutečnil další kurz nových lektorů pro šíření mezinárodního humanitárního práva. Úspěšně jej absolvovalo **18** zájemců vyslaných jednotlivými OS ČČK a několika středními školami. Jako přednášející na něm vystoupili prezident ČČK **RNDr. Marek Jukl, Ph. D.**, dále **JUDr. Veronika Bílková** z Ústavu státu a práva Akademie věd ČR a **Mgr. Josef Švejnoha**, vedoucí úseku odborných činností Úřadu ČČK.

NOVÉ EDIČNÍ TITULY ČČK

Úřad ČČK vydal v posledních týdnech dva nové ediční tituly:

- **Magazín mladého zdravotníka 2006**
- **Výroční zprávu ČČK za rok 2005**



JEDNÁNÍ S VEDENÍM ČESKÉ TELEVIZE

Dne 23. 2. 2006 jednali prezident ČČK **RNDr. Marek Jukl, Ph. D.** a ředitel Úřadu ČČK **JUDr. Jiří Procházka** s ředitelem zpravodajství České televize **Mgr. Přemyslem Šámalem** o možnostech budoucí spolupráce a výraznější propagace hlavních činností ČČK ve veřejnoprávní České televizi.

ŠTĚDRÝ DEN V PŘEDSTIHU

OS ČČK České Budějovice dne 13. prosince 2005 již podesáté konal v restauraci Sparta oslavu Vánoc pro 76 osamělých zdravotně postižených lidí (včetně vozíčkářů) z Českých Budějovic a okolí s názvem „Štědrý den v předstihu“. Všichni se sešli u vánočně prostřených stolů, popovídali si se známými, dostali nadílku, zazpívali si s muzikanty koledy a ti zdatnější si později i zatančili...



Sponzorsky získané ryby od okolních rybářských závodů zpracovali členové Klubu dárců krve, sváteční menu a obsluhu na výbornou zvládli studenti ISŠ cestovního ruchu v Českých Budějovicích, doprovody a svozy účastníků, stejně jako péči o ně během akce a večerního rozsvícení zvládli pracovníci a aktivisté Červeného kříže. Jim všem patří dík náš i vděčných klientů, kteří jak sami říkají, „půl roku na tento pohodový večer vzpomínají a půl roku se už těší na ten následující“.

*Hana Vacovská,
ředitelka Úřadu OS ČČK České Budějovice*

VÁNOCE, VÁNOCE PŘICHÁZEJÍ ...

Tak jsme nazvaly naši výstavku ručních prací. Nápad na její uspořádání se zrodil jednoho říjnového pondělního dopoledne, v útulném prostředí Českého červeného kříže v Ostravě, kde se pravidelně scházíme my, členky **Dámského klubu seniorek**. Jejím prostřednictvím jsme chtěli veřejnost seznámit s naší činností, ručními pracemi, které každá z nás vyrábí. Ať již je to vyšívání, pletení, háčkování či paličkování nebo někdy i vymýšlení nějakých těch drobných zlejšováčků. Vedení **OS ČČK Ostrava** nám dalo k dispozici vhodnou místnost v budově ČČK, datum bylo stanoveno na 28. - 29. 11. 2005.

Cílem výstavky bylo získat výtěžkem z dobrovolného vstupného prostředky na zakoupení hraček pro děti, které budou vánoční svátky prožívat v nemocnicích.

Rozjely jsme proto naši „výrobu“ na plně obrátky, většinu prací jsme zhotovovaly doma. Bylo také nutno včas zpracovat propagační letáček s pozvánkou včetně orientačního plánu s možností dopravy do místa konání výstavky. Také jsme si rozdělily služby, aby vždy 2-3 členky měly nejen na výstavce dozor, ale mohly také poskytovat informace a zodpovídat dotazy.

Počasí nám nepřálo - bylo takové uklouzané a určité ovlivnilo návštěvnost. Ale i tak si myslíme, že výstavka splnila svůj účel. Spokojen a mile překvapen byl i náš jubilejní **stý návštěvník**, pohledný student. Obdržel od nás pozornost (tři vánoční balíčky, každý s jiným obsahem našich ručních prací). Usmívající se mladík nám pak prozradil, že se již těší, jak udělá radost nejen své mamince, ale hlavně babičce.

A tak již začínáme uvažovat o další výstavce, tentokrát jarní, se zaměřením na výzdobu o velikonočních svátcích. Cíl bude stejný - dát kousek radosti nemocným dětem!

*Svatava Králová,
OS ČČK Ostrava*

60 LET ČINNOSTI MS ČČK MEDLOVICE

První zpráva o poskytování první pomoci zraněným v obci se datuje z roku 1926, kdy byla založena první dvoučlenná hlídka „Stráž samaritánů“ (společně ji vytvářel ČSČK a hasiči). Přislušela k samaritánskému spolku ČSČK v Kyjově a jejími členy byli **Josef Sabáček** a **Vilém Sátora**. Od roku 1944 pak pracovali jako samaritáni **František Jedovnický** a **František Marčík**, o rok později pak první děvčata - **Marie Březinová** a **Anna Kolajová**.

V roce 1946 je v Medlovicích obnovena činnost MS ČČK s počtem 23 členů a 10 členů Dorostu ČSČK. Prvním předsedou byl **Havel Kolaja**, zatím poslední předsedkyní je **Marie Jedovnická**, která svou funkci vykonává od roku 1968 až dodnes. V uplynulém období dosáhla MS ČČK až 165 členů (dnes má 130 členů) a 25 členů Dorostu ČSČK, měla celkem 6 zdravotnických hlídek, 37 vyškolených dobrovolných sester, 24 dobrovolných pečovatelek, průběžně získávala každý rok 25-30 BDK (nyní asi 15 BDK ročně). Za uplynulých 60 let obdržela naše MS ČČK celkem 7 uznání a vyznamenání, včetně nejvyššího - „Zlatého odznaku za dobrou práci v ČSČK“ (obdrželi jsme jej jako první v okrese Uherské Hradiště).

Dnes je MS ČČK organizátorem zdravotně výchovných přednášek a besed v obci, spolupracuje na vítání občánků, ale také se základní a mateřskou školou, poskytuje pečovatelskou službu a zdravotnické služby, školí občany v první pomoci nejen v Medlovicích, ale i v Hostějově a Újezdci. Při MS ČČK aktivně pracuje „Klub důchodců“, naše členky pečují o parčíky v obci, uspořádaly jsme celkem 7 zájezdů. Z dalších našich akcí bych ráda připomněla ples, dětský karneval, 2. ročník „medlovského slavička“, branný závod na sněhu pro děti či sportovní

odpoledne pro mládež u příležitosti Světového dne Červeného kříže. Úspěšný je i prodej příruček první pomoci vydávaných ČČK (prodlí jsme jich 200 kusů).

*Marie Jedovnická,
předsedkyně MS ČČK Medlovice*

VZPOMÍNKA NA ZDEŇKA KATOLICKÉHO

V sobotu 3. února 2006 nás náhle ve věku 55 let opustil náš dlouholetý člen pan **Zdeňk Katolický**. Vzpomínám si, když k nám přišel jako vedoucí Záchrané brigády kynologů Jihomoravského kraje (JMK) a požádal nás o zdravotnické školení. Rádi jsme se s ním setkávali a obdivovali jeho nadšení pro výcvik záchrannářských psů. Letos je tomu právě 30 let, kdy založil spolu se svými kolegy **Záchranou brigádu kynologů JMK**, jejímž vedoucím po celou dobu byl. Místo oslav se s ním loučíme. Protože lidí, jako byl on, je skutečně poskrovnu, chtěla bych vás velmi stručně seznámit s činností této brigády, jejíž členové jsou i členy našimi.

Členové této brigády vyjeli celkem 70x k záchranným akcím a zachránili 21 lidských životů. Zúčastňovali se soutěží nejen v naší republice, ale také v zahraničí - např. v loňském roce Mistrovství světa ve Francii, kde získali 5. místo v družstvech a členka družstva - **Lenka Cvačková** - se stala dokonce mistryní světa.

Zdeňk Katolický byl jedním ze zakládajících členů Moravskoslezského kynologického svazu, byl členem jeho předsednictva i výcvikové komise. Byl majitelem chovatelské stanice Záchranář, věnoval se také výcviku lavinových a dokonce i slepečkových psů a v této oblasti působil jako rozhodčí - snad jediný na Moravě.

V loňském roce bylo uspořádáno první otevřené mistrovství ČR pro všechny záchranáře organizované v Integrovaném záchranném systému (IZS) pod záštitou hejtmanů Jihomoravského a Zlínského kraje. Ani zde se naši kynologové neztratili a při 13. ročníku Memoriálu Evy Puchnarové obsadil dokonce Zdeňk Katolický 1. místo.

Zúčastňoval se školení OS ČČK Brno-venkov a předváděl se svojí fenkou Alenou jak má výcvik vypadat - seznamoval nás s ohromnými schopnostmi těchto našich čtyřnohých přátel. Naše spolupráce byla opravdu dlouhodobá.

Díky Zdeňkovi Katolickému jsem poznala přátelskou a cílevědomou spolupráci této brigády, vynikající psovody a jejich psy, kteří nejsou jen domácí mazlíčci, ale dokonale vycvičení, schopní pomocnicí, pracující obětavě pro záchranu lidských životů.

Zdeňk Katolický bude citelně chybět všem, kdo ho znali a je velkou otázkou, kdo bude schopný ho v jeho práci nahradit.

*Jiřina Pilová,
předsedkyně OS ČČK Brno-venkov*

Ustaraný lékař sděluje pacientovi: „Je mi líto, ale musíme vám amputovat nohu“. Pacient odpovídá: „To se mi ulevilo. Už jsem se bál, že mi zakážete pít!“

NÁŠ HOST

VÍTĚZSLAV JANDÁK

Pozvání k rozhovoru pro naši pravidelnou rubriku „Náš host“ tentokrát přijal podle průzkumů veřejného mínění současný nejoblíbenější politik v ČR - populární herec a současný ministr kultury **Vítězslav Jandák**. Ochetně zodpověděl naše čtyři tradiční otázky.

Otázka: Pane ministře, můžete se nám trochu představit? Co ve Vašem životě předcházelo Vaší dnešní významné funkci?

Odpověď: Vystudoval jsem Divadelní fakultu Akademie múzických umění. Byl jsem hercem divadelním i filmovým, svým způsobem producent, člen několika představenstev a dozorčích rad, působil jsem jako prezident Mezinárodního festivalu filmů pro děti a mládež ve Zlíně, byl jsem členem zastupitelstva Hlavního města Prahy a radním pro kulturu... Domnívám se tedy, že moje kvalifikace pro funkci ministra kultury není tak úplně nicotná.

Otázka: Co považujete ve své dosavadní funkci za největší úspěch?

Odpověď: Zatím to, že jsem za dobu svého nepříliš dlouhého působení na Ministerstvu kultury splnil, co jsem si předsevzal. Abych byl konkrétnější, podařilo se mi zastavit propad státního rozpočtu v kapitole kultura, zahájit dialog s církvemi, v oblasti legislativy - což je jedna z nejdůležitějších činností ministerstva - prosadit zákon o Státním fondu kinematografie a novelu autorského zákona a spolupodílet se na „digitální“ novele zákona o rozhla-

sovém a televizním vysílání, a v neposlední řadě vyřešit problém s točnou v Českém Krumlově, který byl považován za „neřešitelný“.

Otázka: S jakými největšími problémy se ve své současné funkci potýkáte?

Odpověď: Jsou to především problémy s lidmi; bych rád, kdyby se všichni na ministerstvu naučili pracovat na sto procent. Také postrádám dostatečný prostor v médiích pro odůvodnění některých svých kroků a bohužel se velmi často setkávám se špatnou interpretací nebo nepochopením toho, co vlastně sděluji. V tisku pak vycházejí dezinformace, z nichž vznikají fámy, na které jsem nucen reagovat a vysvětlovat je.

Otázka: Jaký je Váš vztah k aktivitám Českého červeného kříže? Co Vás z jeho činnosti nejvíce zajímá?

Odpověď: Je to organizace s dlouholetou tradicí, které si velice vážím, a její působení v oblasti humanitární, sociální a zdravotní považuji za naší společností za nezastupitelné. Každodenní trpělivá práce dobrovolníků Červeného kříže při pomoci zdravotně postiženým, seniorům, bezdomovcům a dalším sociálně slabým skupinám ve mně vzbuzuje úctu. Také oceňuji,

jak skvěle obstál Český červený kříž před několika lety při katastrofálních povodních na Moravě. Vždy jsem podporoval aktivity Červeného kříže a hodlám tak činit i do budoucna.

Otázky kladl: Mgr. Josef Švejnhoha



PŘÍBĚH ALEŠE PLACHÉHO Z KRAHULČINA JIHLAVSKU

Aleš Plachý je docela obyčejný mladý muž s docela obyčejnými zájmy. Tak jako mnozí jeho vrstevníci rád sportuje - občas posiluje s činkami, občas si zaběhá.

S dárcovstvím krve začal v Jihlavě, později pokračoval v Třebíči. Nyní ve svých devětadvaceti letech má na svém kontě již přes třicet odběrů krve.

Zhruba před dvěma roky při jednom odběru krve v Odběrovém středisku v Třebíči objevil leták s informacemi o možnostech darování kostní dřeně. Vyžádal si přihlášku do českého a zároveň mezinárodního registru dárců kostní dřeně. Následovalo pozvání do Transfúzního oddělení krevní banky Fakultní nemocnice Brno, kde mu byl odebrán vzorek krve. Oznámili mu také, že sice bude zařazen do registru, ale naděje, že by snad právě jeho kostní dřeň mohla někomu konkrétnímu pomoci, je mizivá. Na celou záležitost víceméně zapomněl.

Na duben roku 2005 však Aleš určitě nezapomene nikdy. V telefonu se mu ohlásil Český registr dárců kostní dřeně, kde se dozvěděl, že je vhodným dárcem pro jednoho pacienta s leukémií. Pak nastal kolotoč zdánlivě nekonečných cest do Prahy, další odběry vzorků, další testy, rentgeny a nejrůznější vyšetření.

Den s velkým D nastal ráno 29. září loňského roku. Po skromné snídani následovala cesta do

Ústavu hematologie a krevní transfúze v Praze. Aleš přiznává, že se separátoru měl trochu strach. Ono ležet dlouhé hodiny napojený žilou na separátor bez možnosti pohybu není legrace. V té chvíli myslel na rodinu, na své nejbližší, kteří se o něj báli... Vše dobře dopadlo a za tři hodiny byl připraven kvalitní koncentrát krvetvorných buněk.

Málokdy se stává, že příjemce kostní dřeně pozná svého dárce a naopak. Přesto by se Aleš velice rád sešel s tím, kdo je tak trochu „krev jeho krve“. Ví pouze to, že se jedná o holčičku z motolské nemocnice, která má leukémii.

Vám všem, kteří s podobným rozhodnutím zatím váháte, Aleš vzkazuje: „Nebojte se a jděte do toho! Nemocní potřebují naši pomoc“.

*Marie Rybníčková, OS
ČČK Třebíč*

OCEŇOVÁNÍ BEZPŘÍSPĚVKOVÝCH DÁRCŮ KRVE V HRADCI KRÁLOVÉ

Jako poděkování za velmi záslužnou činnost, kterou je bezpříspěvkové dárcovství krve, jsme poprvé za samostatný **OS ČČK Hradec Králové** připravili na únor 2006 tradiční oceňování mnohonásobných dárců krve za jejich 20. a 40. odběr.

Jak asi víte, ČČK je patronem dárcovství této životadárné tekutiny již od roku 1948. V současnosti si klademe za cíl především propagovat dárcovství krve, získávat nové dobrovolníky a také alespoň morálně vyzdvihnout dárci, kteří poskytují svou krev bez nároku na

jakýkoli zisk. Z tohoto důvodu oceňuje ČČK bezpříspěvkové dárci krve Medailemi prof. MUDr. Jana Janského, objevitele čtvrté krevní skupiny.

Slavnostní ocenění stříbrných dárců za jejich dosažený 20. odběr se uskutečnilo 22. února 2006 v královéhradecké Městské hudební síni. Z více než 60 oceňovaných si na místě převzalo medaili a drobný dárek na 40 dárců. Zlatým dárcům za jejich 40. dosažený odběr jsme poděkovali ve stej-



ných důstojných prostorách o den později. Tentokrát čítal seznam pozvaných přes 40 jmen a 25 z nich přišlo osobně. Po skončení obou akcí dárci přijali pozvání na neformální posezení.

Chceme poděkovat městu Hradec Králové za poskytnutí vznešených prostor bývalé kaple, která dovolila zahájit oceňování opravdu slavnostně - krátkým varhanním koncertem. Dále i hostům - **RNDr. Otto Štěpánovi**, výkonnému tajemníkovi Zdravotnického holdingu Královéhradeckého kraje a **Ing. Aloisovi Tuháčkoví**, náměstkovi primátora města Hradec Králové.

*Lukáš Pochylý,
místopředseda OS ČČK Hradec Králové*

Dívka na lavičce říká milenci: „Bolí mě ouško“. Bolest přestane, když ji na něj políbí. Opakuje se to s krkem, rukou, tváří. Muž z vedlejší lavičky se chlapce ptá: „Promiňte, hemeroidy léčíte také?“

ARMÉNSKÝ ČERVENÝ KŘÍŽ

Arménský červený kříž je největší, nejstarší a nejpopulárnější humanitární organizací operující na území Arménské republiky. Humanitární poslání Červeného kříže v Arménii odstartovalo v roce 1877 polní nemocnicí Finského ČK v oblasti Erivan a působením dobrovolnice Amerického ČK **Clary Bartonové**, která v roce 1896 pomáhala těžce raněným Arménům v osmanském Turecku. Arménský ČK byl součástí národní společnosti ČK a ČP SSSR, jako samostatná národní společnost působí od roku 1995, kdy byl



uznán Mezinárodním výborem ČK a byl přijat do Mezinárodní federace ČK a ČP. Organizační struktura Arménského ČK je v současné době tvořena 2 krajskými spolky, 11 oblastními spolky a 52 místními skupinami. Dále má Arménský ČK k dispozici 3 výřevovny, ubytovny s 22 pokoji, školící středisko a regionální sklady. Doslova milníkem v činnosti Arménského ČK se stalo ničivé zemětřesení v Arménii v roce 1988, které připravilo o život 25.000 lidí, zničilo 19.000 domů a řadu škol a nemocnic. Arménský ČK přijímal a distribuoval finanční a materiální humanitární pomoc z celého světa. Dnešní činnost této národní společnosti ČK je zaměřena zejména na sociální a zdravotnické

služby, výuku první pomoci, přípravu na katastrofy, pátrací službu, šíření mezinárodního humanitárního práva, rozvoj mládežnických aktivit. Určitou specifiku v činnosti představuje poskytování asistenčních služeb přistěhovalcům a zajišťování rehabilitací pacientům s poraněním míchy. O tom, že výuku první pomoci neprovádějí vůbec špatně, svědčí skutečnost, že v roce 2004 družstvo Arménského ČK vyhrálo Evropskou soutěž první pomoci (FACE).



Ing. Václav Černý,
úsek odborných činností Úřadu ČČK

VÝROČÍ ČÍSLA – ČEŠTÍ LÉKAŘI

JAN JANSKÝ (3. 4. 1873 - 8. 9. 1921)



Český objevitel čtvrté krevní skupiny se narodil v bohaté pražské rodině a již jako student vynikal nad ostatní spolužáky pracovní a společenskou aktivitou. Po skončení lékařských studií se chtěl věnovat chirurgii, ale to se mu pro nedostatek vlivných známých nepodařilo. Proto nastoupil roku 1899 na psychiatrii, která nebyla v té době z lékařských oborů právě příliš přitažlivá. Svou pracovitostí a houževnatostí se však brzy prosadil i tady. Svými pokusy se pokoušel dokázat změny ve složení krve u některých duševních chorob. V roce 1907 výsledky svých experimentů zveřejnil v práci nazvané „**Hematologické studie u psychotiků**“.

V tomto svém díle poprvé rozdělil pacienty do čtyř skupin podle srážlivosti krve (již v roce 1901 rozdělil podle srážlivosti krve lidi do tří skupin rakouský profesor Karl Landsteiner, který v roce 1930 obdržel Nobelovu cenu za medicínu). Janský právem za tuto práci získal vědeckou hodnost docenta. V roce 1914 byl jmenován profesorem psychiatrie na Karlově univerzitě v Praze. Za první světové války působil jako štábní lékař na frontě. Poslední léta jeho života poznamenala vážná srdeční choroba. Zemřel ani ne padesátiletý v Černošicích u Prahy. Letos si připomínáme, že uplyne 85 let od jeho úmrtí.

Známý režisér Martin Frič o jeho životě natočil úspěšný film „Tajemství krve“. Československý červený kříž jeho jménem pojmenoval v roce 1964 tři stupně plaket, které jsou udělovány bezpříspěvkovým dárcům krve (v roce 1993 byla jejich podoba změněna na medaile).

UŽITEČNÉ VYNÁLEZY

SPLACHOVACÍ ZÁCHOD

Sir **John Harrington**, kmoťrenec anglické královny Alžběty I., vynalezl v roce 1586 splachovací záchod a nechal ho instalovat ve svém domě v Kelstonu nedaleko Bathu. Na královnu udělal takový dojem, že si hned jeden objednal do Richmondského paláce. Harringtonova toaleta měla nádržku s čistou vodou, mísu a splachovadlo v podobě kličky umístěné u sedátka. Vodu do mísy vpouštěl ventil a tryskala z důmyslně rozmístěných kanálků, aby umyla celou plochu. Odpad neúštl do kanalizace, ale do žumpy.

O moderním splachovacím záchodu lze hovořit až po vynálezu kulového ventilu v roce 1748. Skládá se z dutého plováku, který se vznáší na hladině a je připojený k rameni, regulujícímu výšku hladiny přitékající vody.

Prvním výrobcem splachovacích záchodů byl Angličan **Joseph Bramah**, který otevřel svou firmu v roce 1778. V roce 1884 představil jistý pan **Jennings** na zdravotnické výstavě v Londýně tzv. vázu na podstavci. Je rovněž autorem dodnes používaného oválného záchodového prkénka. První veřejné splachovací záchody byly v Londýně otevřeny v roce 1852. Poplatek činil dvě pence. V průběhu prvního roku je však navštívilo jen 82 lidí, ačkoliv se rozdalo 50.000 propagačních letáčků.



ZNÁME PRAVIDLA SPOLEČENSKÉHO CHOVÁNÍ?

DÁVÁNÍ A PŘIJÍMÁNÍ DARŮ

- základem je dobrý výběr dárku s přihlédnutím k osobnosti obdarovaného a s cílem jej dárkem potěšit. Nápad je v tomto případě důležitější než cena dárku.
- musíme počítat vždy s tím, že na menších oslavách se dárky obvykle rozbalují a veřejně pochválí
- očekává-li se, že se darů sejde více, vkládáme do daru svou vizitku, kterou ještě můžeme opatřit osobním věnováním
- nikdy nedáváme jako dárky při životních jubileích reklamní a propagační předměty nebo předměty, které jsme sami od někoho dostali
- dárci by si měl odpustit komentáře typu „to je jen taková hloupost“ a obdarovaný zase frázi „neměl jste si dělat škodu“
- při malé oslavě by obdarovaný vždy měl dar rozbalit a dát najevo potěšení, pochválit vkus dárci
- při velkých oslavách se dary odkládají na zvláštní stůl - mohou se rozbalit a ponechat vystavené.

Pacient se ptá lékaře: „Pane doktore, píchá mě na prsou. Můžete pro mě něco udělat?“
- „Pro začátek vám vytáhnu ty vidle ze zad“.

NAŠE DESATERO

DESATERO PROTI CHRAPOTU

1. Postihne-li vás zánět hrtanu, alespoň tři dny šetřete svůj hlas.
2. Aspirin dráždí sliznici, neužívejte jej proti chrapotu.
3. Hodně pijte: nejlépe 2 litry čaje nebo vody během dne.
4. Nezesilujte hlas, raději mluvejte zřetelněji.
5. Při chrapotu nešeptejte, mluvejte „rukama a nohama“.
6. Vyvarujte se delších a hlasitých projevů v hlučném prostředí (např. diskoték).
7. Mluvejte a zpívejte jenom v rozsahu výšky svého hlasu.
8. Káva, nikotin a alkohol vysušují sliznice.
9. Ráno pravidelně prohřejte svůj hlas hučením.
10. Trvá-li chrapot déle než 3 týdny, rozhodně navštivte odborníka na ORL (ušní, nosní, krční).

(Využití informace z časopisu Katka)

PTALI JSTE SE . . .

Otázka: „Před několika měsíci mi začalo hučet a pískat v uších, což mě dost znervózňuje. Zajímalo by mě, čím je to způsobeno a zda se s tím dá něco dělat?“
Jiří K., Praha 6

Odpověď: Ušní šelest (tinitus auris) je zvukový vjem bez přítomnosti akustického signálu, kdy postižený slyší pískání, hučení nebo zvonění v uších v absolutním tichu. Bývají jím obvykle postiženi lidé od 45 let výše. Jak vzniká, není zcela přesně prokázáno. Většinou se vyskytuje společně s poruchou sluchu, která vzniká degenerací smyslových buněk ve vnitřním uchu nebo při poruchách sluchu po překonání virových onemocnění a také při otřesech vnitřního ucha po úrazech. Příčinou tak může být např. zánět mozkových blan, chudokrevnost, některé otravy, ale také dlouhodobý pobyt v hlučném prostředí. Vyskytuje se také jako určitá předzvěst před migrénou nebo při rozrušení a stresu. Je-li spojen s pocitem chladných nohou a rukou, může signalizovat začínající oběhové potíže.

Každopádně je nutné vyhledat odborníka na ORL (ušní, nosní, krční) a nechat si důkladně vyšetřit sluch. Zjistí-li se při něm náhlá nitroušní příčina, je nutné ihned začít s léčbou. Ta může začínat vysokými dávkami kortikoidů v infúzích, může pokračovat léčbou tabletami. Používají se i různé přístroje, při zhoršování komunikace může lékař předepsat naslouchadlo.

VÝROČÍ ČÍSLA – SVĚTOVÍ LÉKAŘI

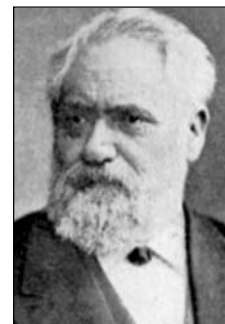
MAX PETTENKOFER (3. 12. 1818 - 9. 2. 1901)

Německý lékař, považovaný za zakladatele novodobé hygieny, se narodil v bavorském městečku Lichtenheimu. S vyznamenáním absolvoval gymnázium v Mnichově. Původně začal studovat filozofii a přírodní vědy, studii však zanechal a stal se hercem pod uměleckým jménem Tenkof. Poté vystudoval medicínu, v roce 1846 se stal mimořádným členem Bavorské akademie věd (v letech 1890 - 1899 byl jejím prezidentem), o rok později byl jmenován prvním profesorem lékařské hygieny v Německu. Od roku 1865 vedl katedru hygieny v Mnichově, v roce 1879 zde vybudoval Hygienický ústav, jehož se stal ředitelem. V roce 1896 mu byl udělen šlechtický titul.

Soustředil se postupně na využití chemie ve zdravotnické prevenci. Velmi aktivně se zapojil do likvidace cholery v Mnichově v roce 1854.

Zastával názor, že cholera se šíří lidskými výkaly, ale ty se stávají nebezpečnými teprve po procesu hnití v zemi. Prosazoval řádnou kanalizaci a stavbu dobrých vodovodů. Soupeřil s názory Kocha a byl velmi zklamán, že k likvidování další

epidemie cholery v Hamburku v roce 1891 přizvali Kocha a nikoli jeho. Furiantsky vyzval Kocha, aby mu zaslal určité množství choleryových bacilů. Ty pak v roce 1892 před svědky vypil - a přežil! S velkou dávkou náhody a štěstí (od té doby se používá úsloví, že „je někdo kofr“, frajer). Připomeňme ještě, že jako chemik zavedl vtipný postup odlučování zlata od stříbra, nový způsob renovací starých obrazů i výroby svítíplynu a zlepšil kvalitu německého cementu. Svůj život ukončil sebevraždou (zastřelil se) v záchvatu senilní demence právě před 105 lety.

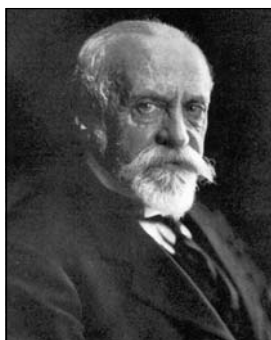


OSOBNOSTI ČERVENÉHO KŘÍŽE

GUSTAVE ADOR (1845 - 1928)

Historicky v pořadí třetí prezident Mezinárodního výboru Červeného kříže (prvními dvěma byli členové legendárního „výboru pěti“ - generál **Henri Dufour** v letech **1863 - 1864** a druhým **Gustave Moynier** v letech **1864 - 1910**) zastával tuto prestižní funkci v letech **1910 - 1928**.

Gustave Ador vystudoval právnickou fakultu a členem Mezinárodního výboru Červeného kříže (MV ČK) byl již od svých 26 let (od roku 1871). Již v tomto období byl známý jako politik a jako dobrý řečník. Vedl MV ČK i v období první světové války a jeho politické vazby pomohly mnohdy úspěšně diplomatickému úsilí v rámci Červeného kříže. Bojoval za upevnění Ženevských úmluv a za respektování znaku červeného kříže. Od vypuknutí tohoto válečného konfliktu se Ador snažil prosazovat práva válečných zajatců. Po skončení války v roce 1918 vydal varovnou světovou výzvu



týkající se používání otravných plynů, jejichž působení se tak ničivě projevilo u Ypres, na Sommě a dalších bojištích. V roce 1917 byl jmenován švýcarským ministrem zahraničí a o rok později byl zvolen prezidentem Švýcarska. Zemřel ve věku 83 let jako uznávaná osobnost mezinárodního humanitárního práva.

OKÉNKO SPRÁVNÉ VÝŽIVY

JABLKA

Jablka jsou u nás bezesporu nejoblíbenějším ovocem. Ačkoliv se věk kulturních jabloní počítá na tisíceletí, kolébka jablek je neznámá. Na jejich rozšíření do Evropy měli významný vliv i osvětení panovníci, jako např. v 9. st. Karel Veliký nebo ve 14. st. náš Karel IV. Statistiky uváděly, že na počátku 80. let 20. století rostlo v tehdejší Československu tařka 25 milionů jabloní (dá se říci, že téměř nechybí na žádné naší zahradě). Co o jablečích z hlediska správné výživy víme:

- energeticky nejsou příliš vydatná, dieteticky jsou však významná
- obsahují až 85 % vody, dále celulózu, dusíkaté látky, třísloviny, minerální látky (draslík, vápník, hořčík, fosfor, sodík, aj.)
- cukrů bývá v jablečích až 16 % (nejvíce fruktózy)
- obsahují vitamín C, provitamin A, vitamíny skupiny B a organické kyseliny (nejvíce kyseliny jablečné)
- jablka nejčastěji konzumujeme čerstvá, ale dají se v kuchyni vařit, dusit, smažit, zapékat, využívat do šťáv, kompotů, marmelád, pohárů, moučnicků
- dospělý člověk by měl ročně sníst asi 32 kg jablek



- zajímavostí nesporně je, že třeba v Holandsku není nejrozšířenějším jídlem kupodivu sýr nebo jiný mléčný výrobek, ale jablečkové pyré, které nesmí chybět u žádného jídla.

„Jakou mám naději, pane doktore?“ ptá se muž před operací. - „No víte, dělám to už po osmadvacáté.“ - „Tak to jsem klidný.“ - „Jistě, jednou se to povést musí,“ dodává lékař.

POJMY Z HISTORIE ČČK

KDYŽ ALENKA STŮNĚ

Pod tímto názvem se skrývá zdravotně výchovná hra pro děti na mateřských školách. Historicky bychom její rodiče našli ve dvou tehdejších okresních organizacích ČSČK - v **Trutnově** a v **Jablonec nad Nisou**. Právě tam tehdy na počátku 80. let 20. století začaly aktivní učitelky-zdravotnice, zapojené do Červeného kříže, učit děti na mateřských školách základy první pomoci formou zdravotně výchovné hry. Tento příklad se podařilo zobecnit a rozšířit postupně na území celé dnešní ČR.

Postupně byly zpracovány omalovánky pro děti, metodické pokyny pro učitelky-zdravotnice a pro rodiče dětí, diplomy a umělohmotné „placky“ s emblémem hry pro zapojené děti. Hra byla postupně doplňována i o zdravot-

nické školení ředitelky, učitelky a dalšího personálu mateřských škol. Dotaci na její provozování a výrobu metodických materiálů poskytlo Ministerstvo školství, významným sponzorem byla Česká pojišťovna. Zdravotně výchovná hra „**Když Alenka stůně**“ se postupně stala součástí osnov mateřských škol. Na podzim roku **1983** jí absolvovalo na **200.000** dětí na mateřských školách v Čechách a na Moravě. V roce 1987 uspořádal FV ČSČK celostátní setkání učitelky-zdravotnic z mateřských škol spojené s jejich oceněním právě za tuto zdravotně výchovnou hru. Na Slovensku probíhala tato hra na mateřských školách pod názvem



„**Otužilček**“ a později po roce 1989 pod názvem „**Keď Evička ochorela**“.

NOVÉ ČINNOSTI V ČČK

DOPRAVNÍ SLUŽBA PRO SENIORY V ÚSTÍ NAD ORLICÍ

Tuto novou sociální službu pro zdravotně postižené, seniory a matky s dětmi zavedl od prosince 2005 aktivní **OS ČČK Ústí nad Orlicí**. Vozidlo, které zde zakoupili, je bude po telefonické dohodě vozit nejen k lékaři, ale také na nákupy, návštěvy, apod.



Ředitel OS ČČK Ústí nad Orlicí **Jiří Preclík** o této nové formě činnosti ČČK říká: „*Služba vznikla na základě požadavku seniorů i zaříze-*

ní, v nichž žijí. Mají problémy s objednávaným sanitkem, které by je převezly na vyšetření; řada lidí není schopna sama absolvovat nejrůznější pochůzky. Je to služba, kterou zdravotní pojišťovny nehradí. Proto musí zájemci na její provoz přispět. Za odvoz a doprovod na území města Ústí nad Orlicí zaplatí 25,- Kč, mimo město pak 5,- Kč za kilometr. Hlavní část finančních prostředků na provoz této služby musíme sehnat od sponzorů a z grantů.“

Zatím vozí automobil OS ČČK klienty z města Ústí nad Orlicí a jeho okolí denně od 7,00 do 15,30 hod. (po dohodě je možné i mimo tyto hodiny). V budoucnu chce OS ČČK v případě zájmu rozšířit tuto sociální dopravní službu i do dalších měst okresu. Služba se objednává telefonicky den před plánovanou jízdou vždy ráno do 9,30 hod. Zájemci si mohou zakoupit i permanentky. Nechcete něco podobného zkusit také u Vás - ve Vašem OS ČČK?

VÍTE, ŽE ...

NOS

- plní roli **filtrační** - chloupky a epitel nosní sliznice zachytávají prachové částice ze vzduchu a filtrují vzduch pro plicce
- dále má roli **klimatizační** - má uvnitř „zebra“ jako chladič v autě. Studený venkovní vzduch se ohřívá prouděním kolem prokrvené sliznice. Do těla vniká vzduch nosními dírkami, jež mají po stranách tři skořepky
- nos má také funkci **zvlhčovací** - hlenovitý povrch nosní sliznice se odpařuje, čímž zvlhčuje procházející vzduch. Bez toho by se dolní cesty dýchací přesušovaly
- nos také **vnímá pachy** - je sídlem jednoho z našich smyslů - čichu. Podílí se i na vnímání chuti (jazyk rozlišuje jen čtyři). Nos zachytává vůni jídla, které vkládáme do úst
- plní také roli **obranou** - sliznice nosu se jako první dostává do styku se škodlivinami (viry, bakteriemi, alergeny, aj.). V nosní sliznici jsou přítomny obranné mechanismy (imunoglobuliny), které likvidují cizorodé látky
- až 90 % lidí trpí křivou nosní přepážkou a 10 % z nich to způsobuje problémy s dýcháním
- neprůchodný nos způsobuje chrápání, neboť nutí spáče, aby dýchal ústy.

OCENĚNÍ PRÁCE ČERVENÉHO KŘÍŽE

Nedostáváme na Úřad ČČK v Praze zase tak mnoho dopisů, v nichž se Červenému kříži za jeho práci po potřebné lodi doma i ve světě děkuje. Jeden z nich nám přišel v souvislosti s finanční sbírkou pro Dětskou léčebnu ČČK v Bukovanech, kterou provádí ČČK ve spolupráci s agenturou SAZ formou přímého oslovení občanů.

„*Vážení, nepišu Vám proto, abych Vám sdělila, že jsem z mého účtu Vám zaslala dar ve výši 200 Kč, který bohužel je tak nepatrný, že nestojí ani za zmínku. Jsem ale důchodce, a tak jsem ráda, když se mi na humanitární organizace povede 1x nebo 2x do roka něco ušetřit. Ale proč Vám píši je zcela jiný důvod - chci Vám poděkovat za Vaši práci po celém světě. Měla jsem v minulém roce syna půl roku v Afganistánu a on se při své práci (v organizaci Člověk v tísni) velmi často setkával s Vašimi pracovníky a tak jak nesmírně vysoko hodnotil jejich činnost, mi až vhnělo slzy do očí. To jsem Vám chtěla napsat a moc lituji, že nepatřím mezi lidi oplývající většími finančními prostředky. Nechci hodnotit práci a život ostatních humanitárních společností, ale co mi vyprávěl, nedosáhly Vaší úrovně. Díky a jsem s pozdravem*“.

Dopis nám přišel od paní **Ivy Mikšovské** z Náchoda a rádi jej přetiskujeme v plném znění.

POMOC ČČK PŘI AKCI LIDÉ BEZ DOMOVA

Dne 26. ledna 2006 byl OS ČČK Praha 7+1 starostkou Městské části Praha 7, **PhDr. Ivanou Kučerovou**, přizván ke spolupráci na akci „**Lidé bez domova**“. Byli jsme požádáni o pomoc se zásobováním potravinami pro personál na Letenské pláni, který se staral o občany bez přístřeší ve stanovém městečku. Na Letenskou pláň byly vyslány dvě zástupky Mládeže ČČK, aby donesly potřebné potraviny spolu se zdravotnickým vybavením pro případ nutnosti poskytnutí první pomoci. Tyto dvě dobrovolnice se zapojily do činnosti tábora a poskytlý hned první večer ošetření 114 lidem bez přístřeší. Druhý den ředitelka OS ČČK Praha 7+1 **Ivana Soukupová** po shnutí informací z předešlého večera nabídla další spolupráci již orientovanou na první pomoc. Následně byla do pohotovosti uvedena **Humanitární jednotka OS ČČK Praha 7+1**, která zajišťovala poskytování první pomoci po celou dobu trvání stanového tábora. Dále zajistila dodání 40 příkrývek pro potřeby lidí bez domova.

Zdravotníci OS ČČK poskytovali ošetření i následné večery po celou dobu trvání stanového tábora. V průběhu své činnosti na Letenské pláni poskytli za 20 dnů celkem **1.898** ošetření a přispěli tak spolu s jinými organizacemi ke klidnému chodu tábora. Sami obyvatelé stanového městečka si na jejich přítomnost velice rychle zvykli a sami jejich ošetření vyhledávali. O organizaci v oblasti zdravotní péče se staraly dvě zdravotnice přítomné každý večer. **Sandra Kuthanová** a **Zuzana Dufková** zastřešovaly činnost zdravotníků přímo ve stanovém táboře a řešily okamžité akutní a interní potřeby ošetřovaných. Dále zajišťovaly komunikaci mezi vedením tábora a zdravotníky. V průběhu akce byly ČČK bezplatně do tábora doplněny zásoby zdravotnického materiálu a dodáno dalších 30 příkrývek. Naše činnost se během celého chodu tábora setkávala se vstřícným jednáním ze strany vedení a pracovníků tábora i ze strany ošetřovaných. **Vladimír Blažek** a **Sandra Kuthanová**, OS ČČK Praha 7+1

Dcera slavného chirurga se ptá: „Tati, na co mají lidé slepé střevo?“ - „To je různé. Například tento týden mi slepé střevo jednoho bohatého pacienta zaplatilo kožich pro maminku“.

MEZINÁRODNÍ HNUTÍ ČK A ČP

V seriálu Novin ČK v letošním roce se bude věnovat **Mezinárodnímu hnutí Červeného kříže a Červeného půlměsíce**, jehož je Český červený kříž součástí. Mezinárodní hnutí ČK a ČP je největší humanitární organizací na světě a jeho úkolem je - v souladu s principem humanity - všemi prostředky **na národní i mezinárodní úrovni bez jakékoli diskriminace předcházet a zmírňovat lidské utrpení, chránit život, zdraví a důstojnost lidské bytosti, podporovat porozumění, spolupráci a mírové soužití mezi všemi lidmi**. V díle, který právě čtete, popíšeme strukturu Mezinárodního hnutí ČK a ČP.

Především k samotnému názvu naší mezinárodní organizace - do roku 1986 se užíval (jako jediný) název Mezinárodní Červený kříž, od uvedeného roku se z rozhodnutí XXV. Mezinárodní konference ČK a ČP užívají souběžně názvy dva, přičemž upřednostňovaným je název více vystihující podstatu - totiž **Mezinárodní hnutí Červeného kříže a Červeného půlměsíce** - dále hovoříme jen o Hnutí. Již na tomto místě uveďme, že připuštění dalších symbolů k identifikaci složek našeho Hnutí, schválené v Ženevě Diplomatickou konferencí 8. 12. 2005, neznamená změnu názvu Hnutí.

Zakládající složkou Hnutí je **Mezinárodní výbor Červeného kříže (MV ČK)**, jakožto **apolitická, neutrální a nezávislá instituce**, založená v Ženevě v roce **1863** z iniciativy **Henri Dunanta** a původně nazývána Mezinárodní výbor pro pomoc raněným.

Další složkou jsou **Národní společnosti Červeného kříže nebo Červeného půlměsíce** (původně nazývané národní výbory), vznikající od roku **1863** v jednotlivých zemích světa jakožto pomocné - avšak nezávislé - organizace vlád. K jejich vzniku a získání mezinárodněprávního statusu národní společnosti - tedy přijetí do Hnutí je třeba akt uznání ze strany MV ČK (podmínky pro uznání zmíníme v dalších dílech). V současnosti existuje celkem **183** uznaných národních společností, z nichž **152** užívá znaku a názvu Červeného kříže a **31**



Červeného půlměsíce - celkem mají **97 milionů členů a dobrovolníků** a 300 tisíc zaměstnanců. Dále existují 4 organizace čekající na uznání MV ČK.

Historicky poslední vzniklou složkou Hnutí je **Mezinárodní federace společností ČK a ČP**, založená z iniciativy **Henry P. Davisona** v roce **1919** pod názvem **Liga společností Červeného kříže, jakožto sdružení národních společností ČK a ČP**. V letech 1919 - 1922 sídlila v Ženevě, v letech 1922 - 1939 v Paříži a od roku 1939 sídlí opět v Ženevě.

Hnutí tedy tvoří složitý organizmus. Úkoly a kompetence jednotlivých složek určují jednak **Stanovy Mezinárodního hnutí ČK a ČP a stanovy jeho jednotlivých složek - Stanovy MV ČK, Stanovy MF ČK a ČP, Stanovy každé národní společnosti a v neposlední řadě i 7 základních principů ČK a ČP**.

V dalších dílech si všimneme jednak úkolů a postavení jednotlivých složek i struktury jejich řídicích orgánů. Strukturu Hnutí můžeme na závěr znázornit takto: (viz.obr.)

*RNDr. Marek Jukl, Ph. D.,
prezident Českého červeného kříže*

FALEŠNÉ MÝTY V PRVNÍ POMOCI

DÍL II.

MÝTUS O ROZPOZNÁNÍ ZÁSTAVY OBĚHU

V minulém díle našeho seriálu jsme se zmínili o „řetězu přežití“, pevnost jehož jednotlivých článků je zásadní pro přežití postiženého s náhlou zástavou oběhu. Jedním z těchto základních předpokladů je i správné a rychlé rozpoznání, že se skutečně jedná o náhlou zástavu oběhu s nutností okamžité kardiopulmonální resuscitace (KPR).

Od roku 1968 byli laičtí záchránci učeni kontrole tepu na krčních tepnách. Na konci 90. let minulého století pak bylo zjištěno, že pouze v 65 % případů stanovili laici přítomnost či nepřítomnost pulsu správně. Jinak řečeno - 35 postižených ze 100 buď nebylo resuscitováno (a tedy zcela jistě zemřelo) nebo bylo resuscitováno, aniž by to bylo nezbytně nutné. Kromě toho vyšlo najevo, že kontrola pulsu zabere polovinu záchránců téměř půl minuty namísto doporučených 5 - 10 sekund.

Proto byl v mezinárodních směrnicích pro KPR v roce 2000 pro laiky zaveden pojem kontrola „známek zachovalého krevního oběhu“. Ty zahrnují **normální dýchání, kašláním nebo pohyb jako odpověď na umělý vdech**. Pakliže tyto známky u bezvědomého chybí, laický záchránce ihned zahájí resuscitaci. České Standardy první pomoci z roku 2002 pak hovoří podobně.

Zbývá upozornit na jednu velmi důležitou věc. Nezanedbatelná část (40 %) postižených má v prvních minutách zástavy oběhu ještě tzv. lapavé či terminální vdechy. Jedná se o jednotlivé (většinou usilovné a hlasité) vdechy, někdy doprovázené chrčením. **V žádném případě nesmí přítomnost tohoto „lapavého dýchání“ oddálit zahájení KPR**. To je třeba si jednak dobře zapamatovat a jednak dostatečně zdůrazňovat při další výuce první pomoci.

Lékař: „Sestro, jaká je činnost srdce u tohoto pacienta?“
Sestra: „Výborná, pane doktore, už mě požádal o ruku!“

Shrnutí:

Falešný mýtus:

Laičtí záchránci hodnotí při KPR přítomnost pulsu na krčních tepnách postiženého.

Správný postup:

Laický záchránce zahájí KPR u postiženého v bezvědomí, který nedýchá normálně, nekašle ani se nehýbe po pokusu o umělý vdech.

Josef Škola

RADA PRO VÁS ...

DRUHY HOVĚZÍHO MASA

Hovězí maso se podle složení, vlastností a způsobu použití dělí na přední a zadní a je odstupňováno i cenově. V **předním hovězím masu** je více kostí, **zadní hovězí maso** obsahuje převážně svalovinu a jen malé množství vaziva, šlach a tuku. Další členění je následující:

Svíčková je čistý pruh svaloviny uložený pod páteří po obou stranách. Svalovina svíčkové je jemně vláknitá, neobsahuje tukovou tkáň ani vazivo. Je nejvyhledávanějším druhem hovězího masa.

Roštěnec (lidově nazývaný „nízký roštěnec“ nebo „nízký šús“) je hřbetní část zadní části. Peče se ve větším kusu nebo se dusí jako tzv. rostbíf. Krájejí se z něj roštěnky, silnějším roštěnkám se říká „rumsteaky“. Z roštěnce se připravují převážně misky.

Plec je nejmasitější část z přední čtvrtě a používá se na dušení (např. na španělské ptáčky).

Žebro patří k oblíbenému masu na vaření, do polévek. Kromě svaloviny obsahuje i hodně vaziva a kliznatých látek. Podává se obvykle vařené s hořčicí, křenem nebo zeleninou.

Klizka je maso z přední a zadní nohy, obsahuje hodně šlach a vaziva. Je vhodné na přípravu gulášů.

**NEDOŽITÉ
100. NAROZENINY
JOSEFA HOLUBA**

Skutečně sté narozeniny měl oslavit dne 10. dubna 2006 náš soused, člen MS ČČK Božkovic a její dlouholetý předseda, pan **Josef Holub**.



Patří mu poděkování za vedení MS ČČK, která mu opravdu přirostla k srdci a byl upřímně nešťasten, když se v 90. letech 20. století skupina rozpadala. O to radostněji přivítal po roce 2000 vstup dalších, převážně mladých lidí do skupiny. Bohužel ho zradil sluch, proto se vzdal funkce předsedy. Žil u svého syna Stanislava, který se o něj obětavě staral. Těšil se z každé návštěvy, vyptával se, co je kde na vesnici nového, co se změnilo.

Bohužel se té slavné „stovky“ o pár dní nedožil. Čest jeho památce.

Ze MS ČČK Božkovic L. Bederková

**JAK NA NOVÝ ROK,
TAK PO CELÝ ROK ...**

Již 2. ledna 2006 OS ČČK Litoměřice vyučoval zásady poskytování první pomoci. Na žádost vedení potravinářského závodu DELI Lovosice (pro toho komu název nic neříká, tak napovíme názvy tradičních výrobků - Tatranky, Miňonky, aj.) jsme zorganizovali soutěž ve znalostech poskytování první pomoci. Naše soutěž byla začleněna jako jedna z disciplin celozávodní hry, která měla prověřit a doplnit znalosti zaměstnanců firmy z oblasti bezpečnosti práce, požární ochrany, hygieny práce a již zmíněné první pomoci.

Soutěž pro nás byla zajímavá hlavně svým rozsahem. Za 16 hodin (ve dvou pracovních směnech od 06,00 do 22,00 hod.) prošlo našimi čtyřmi zdravotními stanovišti 48 družstev, což znamenalo 432 zaměstnanců. Tematický výběr zdravotních stanovišť byl sestaven na míru potravinářskému provozu. Na stanovištích se trénovala resuscitace, ošetření popáleniny, odřenin a komplikované zlomeniny. Zároveň probíhaly teoretické testy, které byly sestaveny ze znalostí příručky Základní norma zdravotnických znalostí. Tyto příručky zakoupila firma již před soutěží pro všechny zaměstnance tak, aby měli prostor pro vlastní samostudium.



O hladký průběh soutěže se staralo 10 zdravotníků v roli rozhodčích, 18 figurantů, 2 maskéři a 3 pracovníci Oblastního spolku ČČK Litoměřice. Z ohlasů většiny samotných zaměstnanců můžeme zhodnotit akci jako zdařilou, kde se soutěžící něco přiučili v poskytování první pomoci a my jako organizátoři v plánování akce, která trvá 16 hodin.

Ing. Miroslav Polák,
ředitel Úřadu OS ČČK Litoměřice

**REKREACE DŮCHODCŮ
ČERVENÉHO KŘÍŽE**

V Lomech u Kunžaku od 10. do 16. října 2005 z celého Jindřichohradecka a Dačicka se sešlo 20 neznámých lidí, kteří dohromady utvořili pěkný kolektiv. Den začínal rozcvíčkou, přes den pokračoval krásnými procházkami, po večerech besedami a zábavami i návštěvou sauny. Sešly se skvělé zpěvačky, které zpívaly od rána do večera. Měli jsme dva zájezdy - do Dačic do muzea a zámku a potom do Nové Bystrice. Projeli jsme krásnou přírodou „České Kanady“, viděli jsme oboru s jeleny a daňky.

Nachodili jsme desítky kilometrů v zlátnoucích lesích a kolem rybníků, v nichž se zrcadlilo podzimní slunce, a ještě jsme sbírali houby.

Kuchařky nám skvěle vařily a nám moc chutnalo. Už teď se těšíme na příští rok na nové setkání a děkujeme všem na Oblastním spolku ČČK v Jindřichově Hradci, že se o nás dobře starali.

Dana Krtková, předsedkyně MS ČČK Dačice

(Dodejme, že paní Dana Krtková v připojeném dopise uvedla, že je členkou Červeného kříže už 44 roků, je zdravotnická instruktorka a dobrovolná sestra ČK a „prostě má ČK ráda“. Potěšilo nás, že v dopise napsala také: „... A děkujeme za pěkné noviny. Předáváme si každé číslo z ruky do ruky a čekáme na další...“).

50 LET MS ČČK KVÍTKOVICE

Sobotní odpoledne 22. října 2005 bylo pro členy ČK slavnostní. A důvod - místní skupina slavila 50. výročí svého založení. Ve zdejší pěkném kostelíku se ve 13 hodin sloužila mše svatá za živé a zemřelé členy ČK, kterou sloužil otec **Pekárek**. Pak se členové ČK a hosté odebrali do hasičské klubovny, kde se konala slavnostní schůze.

Naše začátky byly již v roce 1925, kdy byla zřízena samaritánská stráž, kterou tvořili **František Němec a František Šiška**. Časem se rozrostla o dalších 6 členek, které se po příslušném zdravotnickém výškolení staly členkami samaritánské služby u hasičského sboru. Reorganizací hasičstva pak samaritánská činnost přechází pod organizaci ČSČK.

V naší vesnici začal Červený kříž pracovat v roce 1955 s 22 členkami. Postupně členek přibývalo a prodělaly první zdravotnické školení pod vedením **MUDr. Tesaříka**. Pořádali jsme zdravotní přednášky, besedy, promítání filmů, zájezdy po naší vlasti, které vždy přinášely veselost, soudržnost a přiváděly nové členy do naší organizace. Při oslavách MDŽ hrála ženám kapela mladých zdravotníků, ke Dni dětí jsme organizovali pravidelná dětská odpoledne, dále taneční zábavy, chození Mikuláše po domech s malými dětmi, aj. Zajišťovali jsme zdravotnické služby při sportovních a jiných akcích, získávali bezpříspěvkové dárce krve (máme i jednoho „zla-

tého“ dárce) a dárce kostní dřeně. Ke zvelebení naší obce jsme organizovali brigády. Naši činnost aktivně podporovali naši obvodní lékaři - **MUDr. Stružka** a později **MUDr. Adamcová**. Dobrá je i spolupráce se zdejšími složkami a Klubem důchodců. Vedeme si kroniky, kde se na fotografiích odrazí naše práce.

Na našem slavnostním jednání velmi kladně hodnotila naši činnost ředitelka Úřadu OS ČČK Zlín **Anna Vařáková**. Všichni obdivovali pěkně připravenou tablu, která mapovala bohatou historii Červeného kříže v naší obci. Nejstarším členkám MS ČČK byla předána kytička s přáním a poděkováním. Po oficiální části se ještě při zpěvu a družném hovoru naše členky dobře pobavily a zavzpomínaly. Nescházely ani koláčky a cukroví.

Marie Sedláčková,
jednatelka MS ČČK Kvítkovice

**JUBILEJNÍ PLES
ČERVENÉHO KŘÍŽE
V ÚJEZDĚ U BRNA**

Je málo místních skupin, které se mohou pochubit tak aktivní činností jako je **MS ČČK v Újezdě u Brna**. Pořádají zájezdy, programy pro děti, zúčastňují se soutěží hlídek mladých zdravotníků, kde se děti dokázaly vždy dobře umístit. Nežůstali nikdy pozadu, když se jednalo o pomoc při povodních jak na Moravě, tak v Čechách. V něčem jsou ale zcela výjimeční v okrese Brno-venkov.

**ČESKÝ ČERVENÝ KŘÍŽ
v Újezdě u Brna**

Vás srdečně zve na
40. SPOLEČENSKÝ PLES
který se koná
v sobotu 28. ledna 2006 ve 20.00 hodin
v restauraci a vinárně „NA RYCHTĚ“.

Hudba: BONAPART
Dary do bufetu se přijímají od 16 hodin
Vstupné: 60.- Kč
Předprodej vstupenek: Textil u Telecomu

Každoročně pořádají **ples Červeného kříže**, který si získal velmi dobrou pověst nejen proto, že je tu dobrá společnost, dobrá hudba, ale i velmi dobrá tombola. Duší těchto plesů jsou všechny členky místní skupiny, které napečou skvělé cukroví a postarají se o organizaci plesu. Ale práce jen musím zvlášť poděkovat předsedkyni MS ČČK - paní **Janě Bilkové** (sama je mnohonásobnou dárkyní krve a za dárce krve získala i členy své rodiny) a dodnes neuvěřitelně svěží (pokud můžu prozradit 81 leté) paní **Nině Kyselkové**, která burcuje sponzory a v jejímž domečku se odehrávají všechny schůze místní skupiny. Je to zvlášť potěšující, když mohou dnes říci, že tento ples byl letos již **čtyřicátý**. A co mě nejvíc těší - do místní skupiny přicházejí i mladší občané Újezda a pomalu přebírají práci zkušenějších. Přeji jim hodně zduar a doufám, že tyto plesy nebudou přerušeny a že se vydaří i ples padesátý a další!

Jiřina Pilová,
předsedkyně OS ČČK Brno-venkov

Lékař se ptá pacienta: „Jak dlouho už pijete?“
- „Od té doby, pane doktore, co jste mi poradil, abych se více věnoval svým koníčkům!“

PŘIPOMÍNÁME SI V ČERVENÉM KŘÍŽI

130 LET ZNAKU ČERVENÉHO PŮLMĚSÍCE



Před tím než byl přijat znak červeného kříže měly všechny vojenské zdravotnické služby v Evropě své vlastní rozeznávací znaky (např. Rakousko používalo bílou vlajku, Francie červenou, Španělsko žlutou). Toto značení od nepřítele nepožívalo žádné ochrany. Na ustavující Mezinárodní konferenci Červeného kříže v Ženevě v roce 1863 se proto rozhodlo o novém univerzálním ochranném znaku. Jednou z možností byla např. bílá páska. Bílá barva však již byla používána na bitevním poli pro vyjednávače o příměří. Delegáti této konference nakonec zvolili znak - **červený kříž v bílém poli** (obrácená podoba švýcarské vlajky) jako projev pocty Švýcarsku - kolébce mezinárodního hnutí Červeného kříže.

V roce 1876, kdy Balkán opět zasáhla jedna z válek, Turci pobili mnoho zdravotnických pracovníků pouze proto, že na sobě měli pásku s červeným křížem. Když byli vysocí státní představitelé dotázáni, proč se tak dělo, odpovídali poukazem na citlivost muslimských vojáků na znak kříže (prý uráží jejich náboženské cítění). Žádali, aby jejich národní společnost a vojenská zdravotnická služba mohly používat jiný znak - **červený půlměsíc**. Příkladem Turecka následovala brzy

řada arabských a dalších zemí vyznávajících islám. Jejich požadavek byl postupně akceptován, vyžadoval však právní ukotvení, k čemuž došlo v roce 1929 přijetím Ženevské úmluvy (spolu s červeným půlměsícem byl tehdy přijat i znak **červeného lva a slunce** zvolený **Persií - Írán** se v roce 1980 tohoto znaku vzdal a přijal znak červeného půlměsíce). Dodejme, že dnes užívá znaku červeného půlměsíce více než 40 národních společností Červeného půlměsíce a že v prosinci 2005 Diplomatická konference v Ženevě přijala třetí rozlišovací znak - **červený krystal** (viz podrobný článek v Novinách ČK č. 1/2006).

REKONSTRUKCE KUCHYNĚ DĚTSKÉ LÉČEBNY ČČK BUKOVANY

Český červený kříž (ČČK) je od roku 1994 zřizovatelem Dětské odborné léčebny (DOL) Bukovany a nyní opět vlastníkem objektu, v němž DOL Bukovany sídlí a provozuje svoji činnost. Jako vlastník nemovitosti zabezpečuje ČČK její údržbu, opravy a rekonstrukce výhradně z vlastních, nikoliv státních, zdrojů.



Stavebně technický stav všech částí DOL Bukovany lze se vsí odpovědností označit za špatný. Jednotlivé budovy vyžadují rozsáhlé rekonstrukce a opravy jak exteriéru, tak interiéru, i rozvodu všech energií a odpadů.

Finanční prostředky, které

ČČK na provoz DOL v posledních letech věnoval, i když dodnes přesáhly 10 milionů Kč, stačí pouze na údržbu na samé hranici uživatelnosti.

Jedním z největších problémů provozu DOL Bukovany byl stav kuchyně a celého stravovacího provozu. Stavebně i technologicky kuchyně DOL Bukovany neodpovídala zákonným podmínkám ani hygienickým normám.

Hygienická služba stanovila nekompromisně termín, dokdy je nutné provést rekonstrukci kuchyně - 30. června 2006. Jinak dojde k okamžitému uzavření kuchyně a tím i k ukončení celého provozu DOL Bukovany.

Proto byla rekonstrukce kuchyně DOL Bukovany dána absolutní prioritě a stala se jedním z hlavních témat korespondenčního sběru finančních prostředků, který ČČK v posledních letech pořádá.

Díky pochopení a velkorysosti tisíců dárců, kteří byli takto osloveni s žádostí o pomoc, se podařilo shromáždit dostatek finančních prostředků a na přelomu roku 2005 a 2006 provést kompletní rekonstrukci kuchyně a celého stravovacího provozu léčebny. K dispozici je dnes moderní kuchyně vybavená špičkovou technologií a krásná jídelna.

Rekonstrukce byla velmi náročná, protože musela proběhnout během jednoho jediného měsíce (zahájení 16. 12. 2005, ukončení 15. 1. 2006) a před jejím zahájením jsme neměli takřka žádné informace z původní dokumentace, i když jde o památkový objekt. Pracovalo se doslova ve dne v noci, během vánočních i novoročních svátků, za což právem patří všem dodavatelům a dalším zúčastněným pracovníkům naše uznání.

Celková hodnota

provedené rekonstrukce stravovacího provozu včetně vyvolaných investic činí **6.098.782,- Kč** včetně DPH.

Všem dárcům finančních prostředků na rekonstrukci kuchyně DOL Bukovany také touto cestou Český červený kříž upřímně děkuje.

Dr. Josef Konečný, vedoucí hospodářského úseku Úřadu ČČK

POŠTOVNÍ ZNÁMKY ČK PODLE ABECEDY

Od písmene B jsme tentokrát vybrali poštovní známky dvou zemí - **Barbadosu a Belgie**. Poštovní známka **Barbadosu** byla vydána v roce 1970 u příležitosti 100. výročí založení **Britského červeného kříže** (proto je také v jejím levém horním rohu

portrét britské královny Alžběty II., vedle něj nápis „Centenary 1870 - 1970“ - století, a pod ním nápis „British Red Cross“). Hlavním motivem známky je sestřička Červeného kříže, která tlačí na invalidním vozíku zraněnou paní.

Poštovní známka **Belgie** byla vydána v roce 2005 a její výtěžek byl určen na pomoc obětem ničivé vlny tsunami, která postihla jihovýchodní Asii v závěru prosince 2004. Znamka byla vydána v hodnotě 0,50 Euro + 0,12 Euro bylo z každé známky právě určeno na tuto humanitární pomoc.



JAK SE DŘÍVE LÉČILO

SÁZENÍ BANĚK

Sázení (příkladání) baněk bylo kromě pouštění žilou další metodou používanou pro regulaci množství krve nebo pro její odvádění. Ve speciální baňce se plamenem ohřál vzduch. Při nasazení baňky na tělo se tak vytvořil podtlak, který vysával krev z kapilár. Při „suchém sázení baněk“ se krev shromažďovala pod netknutou kůží (docházelo jen ke tvorbě krevních podlitin - modřin), při „mokřém sázení baněk“ se kůže nejprve narušila drobnými rankami (skardifikovala se), takže po nasazení baněk z ní vycházela krev a baňka po naplnění krví a vyrovnání tlaku sama odpadla.

Baňky se postupně zhotovovaly z kameniny, bronzu, mosazi nebo stříbra, později byly skleněné. V některých oblastech se kdysi vyráběly baňky i z dutých rohů skotu s uříznutou špičkou, která se po vysátí vzduchu zalepila voskem.

Pacient se rozčiluje u lékaře: „Takže vy tvrdíte, že jsem hypochondr?“ Lékař odpovídá: „Ano, jste nevyčísitelně zdravý!“

OSOBNOSTI SPOJENÉ S ČERVENÝM KŘÍŽEM

AGATHA CHRISTIE (15. 9. 1890 - 12. 1. 1976)

Snad vůbec nejslavnější autorku detektivních románů na světě, „první dámu zločinu“, anglickou spisovatelku Agathu Christie, jsme si vybrali jako druhou do našeho nového seriálu slavných osobností, které pomáhaly Červenému kříž.

Narodila se v idylickém jihoanglickém letovisku Torquay jako Agatha Mary Clarissa Millerová. V roce 1914 se vdala za důstojníka Archibalda Christieho. Za první světové války (ale později i za druhé světové války) pracovala jako **dobrovolnice Červeného kříže a jako ošetřovatelka v nemocnici a později ve výdejně léků**. V roce 1919 se stala matkou dcery Roslind a za rok vydala svou první detektivní knihu „Záhadná událost ve Styleském sídle“. Po rozvodu v roce



1930 se vypravila do Mezopotámie, zde poznala mladého archeologa Maxe E. Mallowana, s nímž pak prožila krásných 45 let manželského života.

Napsala přes 80 detektivních románů a 17 divadelních her. Poměrně málo se ví, že pod pseudonymem Mary Westmacottová vydala dvě sbírky básní a šest sentimentálních románů. Proslavili ji však především její dva detektivní hrdinové - staropanenská slečna Jane Marplová a samolibý belgický detektiv Hercule Poirot. Stala se čtvrtou nejprodávanější autorkou na světě, její divadelní hra „Past na myši“ byla na programu divadla v Londýně nepřetržitě 30 let a dočkala se 8.862 repríz. Byla povýšena do šlechtického stavu a dočkala se celosvětového uznání.

START KE ZDRAVÍ A KRÁSE

Oblastní spolek Českého červeného kříže Hradec Králové vstoupil do prvního roku své obnovené činnosti a připravil další ukázkou první pomoci. V rámci akce „**Start ke zdraví a kráse**“ se uskutečnily v královéhradeckém centru Futurum ve dnech 21. a 22. ledna 2006.

Tentokrát jsme se však neomezili jen na předvedení základů první pomoci a pomůček. Zájemci si mohli vše sami vyzkoušet na našich figurantech, kteří znázorňovali různá poranění. Pro návštěvníky bylo navíc připraveno několik ukázek práce zdravotníků Humanitární jednotky Českého červeného kříže. Velký zájem byl i o publikace o první pomoci, Hnutí ČK a ČP, ale i o nabídku připravovaných školení, kurzů a pobytových akcí.



Akci „Start ke zdraví a kráse“ uspořádal OS ČČK Hradec Králové ve spolupráci s FITLINE (www.fitline.cz) a za podpory Královéhradeckého kraje. Po oba víkendové dny tak měla královéhradecká veřejnost možnost seznámit se nejen se zmíněnou činností Červeného kříže, ale i se zdravým životním stylem, se zásadami správné výživy i redukci tělesné váhy, což mnozí návštěvníci uvítali i s ohledem na nedávné vánoční svátky, kdy nadbytečná kila úspěšně naskakovala na vahách snad každého z nás. Akce po oba víkendové dny zaujala i novinářskou veřejnost, média avizovala její konání a přinesla její hodnocení i ve svých pondělních vydáních. Český rozhlas Hradec Králové navíc přinášel i vstupy do svého víkendového vysílání.

Lednový „Start ke zdraví a kráse“ byl první akcí z celoročního cyklu. Další „starty“ jsou naplánovány i v jiných městech královéhradeckého regionu a celý cyklus vyvrcholí 29. října 2006 v královéhradeckém Aldisu již 3. ročníkem úspěšné akce „DEN ZDRAVÍ“.

Karel Žabka,
ředitel Úřadu OS ČČK Hradec Králové

VYZNAMENÁNÍ ČERVENÉHO KŘÍŽE

RAKOUSKO-UHERSKÁ VYZNAMENÁNÍ - 2. ČÁST

Důstojnické čestné vyznamenání (obr. 1) tvořil přípínací, jednostranně smaltovaný základní kříž, velikostí shodný s křížem u Čestného vyznamenání I. třídy (o němž jsme psali v předchozím čísle Novin ČK). Rubová strana byla hladká, opatřená přípínací jehlicí nebo háčky. Na horním rameni kříže byl vyryt letopočet 1864, na dolním 1914. Místo středového medailonu byl stříbrný terč. Válečná dekorace byla provedena shodně s předchozími stupni, tzn. že měla přes ramena kříže položen zeleně smaltovaný věnec z dubové a vavřínové ratolesti.



(obr. 1)



(obr. 2)

Čestné vyznamenání II. třídy (obr. 2) byl vlastně čtvrtým stupněm vyznamenání. Zmensený základní kříž oboustranně smaltovaný, nošený na náprsní stuze shodného barevného složení s Čestným vyznamenáním I. třídy (tj. stuha bílé barvy se dvěma tenkými červenými podélnými pruhy při okrajích). Bylo-li vyznamenání uděleno s válečnou dekorací, bylo její provedení shodné jako u předchozího vyznamenání.

Oba tyto stupně vyznamenání uděloval císařův zmocněnec pro Červený kříž.

I TAK SE DÁ PROPAGOVAT ČERVENÝ KŘÍŽ

I ve druhém letošním čísle Novin ČK Vám představíme zdařilý kalendářik na rok 2006, který vydal OS ČČK Liberec. Na jeho přední straně tři batolata v tričkách s logem ČČK a heslem „I Vy můžete zachránit život...“ propagují potřebnost výuky první pomoci (zdůrazňují při tom jednotné Standardy první pomoci, Evropský certifikát i Akreditaci MŠMT ČR pro kurzy první pomoci pořádané ČČK). Vešla se sem i mapka Libereckého kraje. Zadní strana kromě kalendáře obsahuje nezbytné kontakty na všechny 4 OS ČČK v tomto kraji a na internetové stránky OS ČČK Liberec.



Pomozte nám pomáhat
Fond humanity ČČK
číslo konta
10030-7334011/0100
Komerční banka Praha 1

HUMANITÁRNÍ POMOC ČČK OBĚTEM ZEMĚTŘESENÍ A TSUNAMI V INDONÉSII

Na počátku byl nápad. U jeho zrodu stál jako iniciátor **Ing. Jiří Hruška**, spolujatel **Ikaros Galerie Antik ze Slaného**, který na pomoc obětem zemětřesení a tsunami v jihovýchodní Asii v závěru roku 2004 navrhl projekt nazvaný „**Nejste sami**“ podporovaný **OS ČČK Kladno**. Spočíval v tom, že oslovil významné české výtvarníky, aby keramické hlavy, kopie 5000 let starých plastik, pomalovali podle svých představ. Nabídku přijalo 66 českých výtvarných osobností (mezi nimi mj. Anderle, Born, Hüttnerová, Saudek, Slíva, Srncová, Zábranský, aj.). Závěrečná aukce těchto děl konaná 27. dubna 2005, vynesla celkem **686.400,- Kč**, které byly poukázány na Fond humanity Českého červeného kříže pro jihovýchodní Asii (podrobně jsme o této akci informovali v *Novinách ČK* č. 3/2005).

Realizace konkrétní pomoci v **Indonésii** se ve spolupráci s ČČK ujal známý cestovatel a spisovatel **Josef Formánek** (mj. autor románů „Prsatý muž“ či „Zloděj příběhů“) se svým pomocníkem **Martinem Točíkem**. Aby tato pomoc byla co nejefektivnější, podnikl Martin Točík ve dnech 20. 5. - 21. 6. 2005 průzkumnou cestu, na níž zmapoval konkrétní potřeby a způsob pomoci obyvatelům postižené oblasti v Banda Aceh na severu indonéského ostrova Sumatra a na ostrově Siberut (zde v předchozím období strávil Josef Formánek pět měsíců a naučil se zde mentawajsky).

Vlastní realizační cesta Josefa Formánka a Martina Točíka spojená s předáváním humanitární pomoci se uskutečnila ve dnech 28. 9. - 18. 11. 2005. Šlo o opravdové dobrodružství, neboť oba vyslanci Českého červeného kříže na motorkách, kánoích i pěšky dostali pomoc do míst, na nichž potkali neuvěřitelné lidské osudy poznamenané přírodní katastrofou.



Zleva: Martin Točík, Josef Formánek, JUDr. Jiří Procházka, Ing. Jiří Hruška.

ve zbytečná administrativa a byrokracie, ale i ta je v nezbytné míře při realizaci humanitární pomoci nutná.

Vlastní pomoc v celkové hodnotě cca **269 milionů rupií** byla určena jednak pro obce, školy, školky, uprchlické tábory a další instituce, jednak pro konkrétní osoby. První okruh pomoci zahrnoval např.: kompletní vybavení mateřské školky (nábytek, hračky, knihy a hudební nástroje pro 40 dětí), včetně srovnání okolního terénu, postavení plotu a nákupu prolézaček, kolotočů a houpaček, částečné vybavení druhé školky prolézačkami a nábytkem, věnování knih základním školám v Kajhu a Muara Saibě a střední škole v Banda Aceh, prolézačky pro základní školu v Klieng Cot Aron, ozvučení a vybavení uměleckého centra v Banda Aceh, pouliční osvětlení a počítač pro uprchlický tábor Labuy, vybavení komunitní kuchyně a jídelny pro uprchlický tábor Klieng Cot Aron, materiál na stavbu vodovodu do Muara Saiby, rozvojová pomoc komunitám ve vesnicích Butui a Madobak (moskytiéry, léky, potraviny, rybářské potřeby, míče, mačety, nože, aj.).



Dále humanitární pomoc směřovala ke konkrétním postiženým lidem: kompletní vybavení kuchyňského náčiní pro pouliční prodej občerstvení a sladkostí (pro 40 žen, kterým tsunami vzala rodinu i zaměstnání), šicí stroj (pro 8 žen), stroj na vyšívání (pro 2 ženy), stroj na obrubování (pro 1 ženu), kolo a školní potřeby (pro 2 sirotky), 2 pouliční stánky, nářadí a vrtačky (pro muže z uprchlického tábora), řezačka na ságo, kterou budou ve vesnici Butui na ostrově Siberut využívat čtyři rodiny.

Místo strohého popisu humanitární pomoci nechme promluvit deník Josefa Formánka, z něhož jsme vybrali:

„... Let z Medanu do Acehu ukázal pobřeží svléknuté do naha. Ulice, které vypadají stejně jako celá čtvrť vyhlazená dvacetiosmimetrovou vlnou do roviny. Z letadla je dobře vidět přízrak smrti. Smetené živoýty a osudy. Vypadá to, že se tu od katastrofy mimo pár humanitárních baráček a vyprahlé trávy na ruinách nic nezměnilo. Přijždíme včas. Mám z toho strach. Zvládneme to?...“

Zemětřesení o síle 6,5 Richterovy stupnice je zastihlo v hotelu Wisma Lamprick. Josef Formánek na to vzpomíná:

„... ležel jsem na posteli a najednou jakoby narazilo nákladní auto do zdi, utíkal jsem z hotelu jen ve slyšech, křičel jsem na kolegu, ať taky vypadne. Houpala se zem jak paluba lodi ve vlnách a mně bušilo srdce jak blázen...“

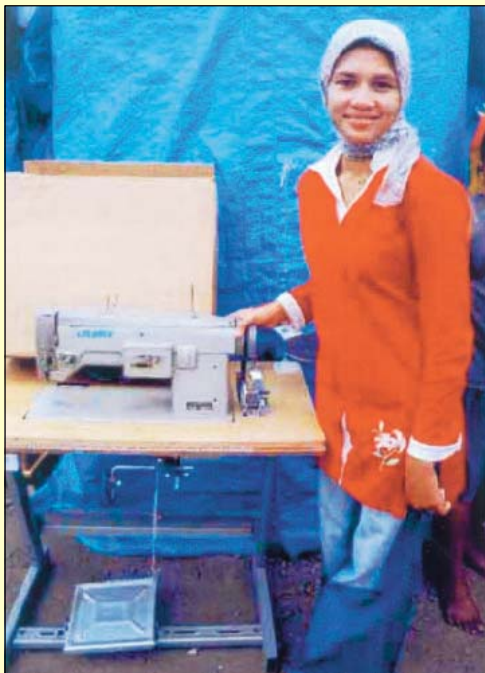


Během cesty zažili zemětřesení i postní měsíc Ramadán a Martin Točík na ostrově Siberut onemocněl tropickou chorobou (horečka dengue), která může být smrtelná. Měl vysoké horečky, nebyli tam lékaři a léčili jej šamani. Museli jej na kánoi odvézt do Muara Siberut a pak nákladní lodí do nemocnice ve městě Padang.

Ač ryzí amatéři, k zajišťování pomoci přistupovali profesionálně. Krátce po přiletu do města Medanu se zúčastnili setkání humanitárních pracovníků. V Banda Aceh porovnávali zjištění z první průzkumné cesty s aktuální situací, scházeli se s místními lidmi i pracovníky jiných humanitárních misí, objížděli postižené oblasti a vytipovávali vhodné lokality pro pomoc. Každý večer se konala porada o nejlepším řešení daného problému, příprava smluv a archivace účtů. Přes den mimo jednání realizovali nákupy, účetní evidenci, zajišťovali

d o p r a v u ,
předávali pomoc a podep i s o v a l i
smlouvy s
příjemci pomoci. Zdánli-





očí měli něco mezi úžasem, vděčností, překvapením do poslední chvíle - jestli je to opravdu skutečnost. To se nedá popsat ani nafilmovat...“.

„... Paní co před tou tragédií měla obrubovací šicí stroj, nic neříkala, když jsme jí ho přivezli, jen se mně dlouho dívala bez uhnutí do očí. Musel jsem se otočit...“.

„... Pak se mě dotýkala spousta rukou: „Mister, please, help me“ (Pane, prosím, pomozte mi) a já už jim všem pomoc slíbit nemohl... Večer jsem ještě předával s Martinem pomoc dvěma sestrám a jednomu klukovi, úplnějím sirotkům. Bylo to jako o vánocích - všichni se překvapením nezmohli na nic jiného než říct užasle děkuju. Ani se jim nedivím. Přesto všechno, ty dobrý pocity, jsem musel přemejšlet i o těch, co nic nedostali. Je to těžké. Být anděl není vůbec lehký...“.

„... jedna paní opatrně řekla, že by chtěla pojízdný stánek za milion rupií (což je na naše asi dva a půl tisíce korun). Řekl jsem, že uvidím, co by s tím šlo dělat. A vy jste kdo, řekla a vzápětí dodala: Anděl? Oba jsme andělé z České republiky, ukázal jsem i na Martina. To jsou věci, zakroutila hlavou. A celou dobu než jsme odjeli se na nás zamyšleně dívala. Bylo krásné, že jsem tam měl tu moc splnit některá přání, změnit životy...“.

„... Pak jsme se ještě rozhodli koupit jednomu patnáctiletému sirotkovi kolo, kalkulačku, stůl, anglický slovník a zaplatit školné na celý rok. JE TAK PŘÍJEMNÝ ... AŽ BYCH ŘEKL NÁVYKOVÝ, BEJT ANDĚLEM ...“.

Místní lidé, kteří prožili nesmírnou tragédií a ztratili své blízké i veškerý majetek, snažejí svůj úděl často velmi statečně. Josef Formánek o tom říká:

„... nezapomenu na nepohnutý obličej muže, který mě pozval dál do čerstvě postaveného baráčku z palmového listí (to je tady nejlevnější stavební materiál), prázdná místnost, jen pár hadrů, bot, pár much, které kroužily nad seschlou rýží na talíři, pryčna jak pro vězně osudu...

Jenže jinak ho nazvat nedokážu, když mně ukazoval fotografie své sestry, kamarádů, své ženy a svých tří synů. Každé než nalistoval další, u každé fotografie se zastavil a bez pohnutí tváře řekl: „HABIS“ (to je v indoněštině několikavýznamové slovo: skončeno, zavřeno, něco už není, co netrvá, prošlo, zmizelo). Brečel jsem jen já a on se mě jakoby na něco ptal, díval se bez pohnutí do tváře. Tiskl jsem mu ruku, to bylo to jediné, co jsem mu mohl dát - říkal, že nic nepotřebuje, že dům i co jíst, má...“.

„... To je dar té cesty - dělat anděla, někomu pomáhat, přemýšlet o životě, snad se i trochu zase o něco posunout, změnit se možná k lepšímu. Asi mě ta cesta něco nehmatalného dala a snad mě i nabíla novou chutí psát, i když tady jsem tak často unavený, že stíhám jen v noci něco načmárat do deníku...“.

Určitě se máme na co těšit. Věříme, že i z této cesty napíše Josef Formánek novou knížku, která se bude číst stejně dobře jako ty jeho předchozí. Říká se: Konec dobrý - všechno dobré:

„... Byl to asi nejhezčí odjezd ze Siberutu, co jsem zažil, ale už předtím v pralese obětovali slepici a prosili duchy o pokoj pro mou duši, mou rodinu a pro celou mou zem a můj kmen Ček, který jim pomohl. Šaman se za nás modlil, ať se nám vyhýbají nemoci a máme všeho dostatek...“.

