

### ČESKÁ TŘEBOVÁ PATŘILA MLADÝM ZDRAVOTNÍKŮM

Půvabné východočeské město Česká Třebová uvítalo o víkendu 16. - 18. června 2006 účastníky republikového finále již XXVI. ročníku soutěže hlídek mladých zdravotníků (HMZ) I. a II. stupně.

Ve velmi vydařeném klání, kterému přálo i počasí, změřilo své schopnosti poskytovat první pomoc 8 nejlepších pětičlenných týmů z celé České republiky na každém stupni - vítězů krajských kol. Soutěžící se museli již tradičně vyrovnat s tak obtížnými situacemi, jakými byla například autonehoda s četnými zraněními na náměstí či ošetření teenagerů v parku. Všechna družstva dokázala, že jsou schopna v případě potřeby kdykoli v běžném životě poskytnout kvalitně první pomoc a pečovat o zraněné až do příjezdu odborné pomoci. Právě schopnost správně zareagovat v prvních minutách po úrazu často rozhoduje o životě postiženého.



Zahájení soutěže se zúčastnila řada významných hostů - náměstek hejtmana Pardubického kraje **Ing. Josef Janeček**, pod jehož záštitou se soutěže konala, prezident ČČK **RNDr. Marek Jukl, Ph. D.**, ředitel Úřadu ČČK **JUDr. Jiří Procházka** a starosta města Česká Třebová **Jaroslav Zedník**, který vykonával i funkci ředitele celé soutěže.

Celkem pět stanovišť s tematikou první pomoci a čtyři doprovodná stanoviště dokonale prověřily teoretické znalosti a zejména praktické dovednosti soutěžících. Pohár pro vítěze v kategorii HMZ I. stupně (mladší děti) si odvezl **Zdravotnický kroužek při Základní škole Pod Marjánkou z Prahy**, stříbrné medaile putovaly do ZŠ Englišova do Opavy a 3. místo obsadily děti ze ZŠ Náměstí Míru z Nového Boru z okresu Česká Lípa. V kategorii HMZ II. stupně zvítězila hlídka sestavená ze členů **Mládeže ČČK z Hodonína**, na 2. místě skončila hlídka ze ZŠ z Větrné z okresu Jindřichův Hradec a bronzové medaile putovaly do ZŠ A. Štěpánka Dolany z okresu Olomouc.



Velké poděkování patří především obětavým pořadatelům z **OS ČČK Ústí nad Orlicí** a městu Česká Třebová, kteří se kromě řady dalších spolupracovníků nejvíce zasloužili o úspěšný průběh celé soutěže.

*Ing. Václav Černý,  
úsek odborných činností Úřadu ČČK Praha*

### JIŘÍ KRYTINÁŘ A ČERVENÝ KŘÍŽ

**S Jiřím Krytinářem** jsem se nedávno setkal v jeho útulném pražském bytě, abych i jemu položil naši chronicky známou otázku o Červeném kříži. Oficiální rozhovor s tímto nejmenším českým hercem nakonec přerostl v příjemné povídání o životě, rodině a kumštu. Poprvé si zahrál ve filmu před neuvěřitelnými devětatřiceti lety: „*Bylo to přesně v roce 1969. Potom jsem se objevil asi v 78 filmech a pohádkách a zhruba ve třiceti inscenacích*“, vypočítává se svou typickou precizností Jiří. Hrál a hostoval i v takových scénách, jako je kupříkladu Národní divadlo, Hudební divadlo v Karlíně či Státní opera Praha. S úspěchem účinkoval i v Divadle bez Zábradlí a v takzvaném Zájezdovém divadle. Jak sám přiznává, k jeho popularitě výraznou měrou přispěl televizní seriál „Hospoda“, který se už léta vrací na naše obrazovky.

Jiřího Krytináře před lety do svého filmu „Amadeus“ obsadil i světově uznávaný režisér Miloš Forman. Jirkova talentu si brzo povšimla i zahraniční produkce, díky níž si potom zahrál v hororovém snímku „Vykřik 2“. Mezi divácky nejoblíbenější role však zcela určitě patří ty pohádkové - nezapomenutelný je zejména Jirkův šašek v dnes již kultovním snímku „Tři oříšky pro Popelku“, stejně jako filmy „Kouzelný měšec“ a „Princezna za dukát“. Herce našťastí neminula ani velká divadelní dramata - účinkoval mj. v „Bohémě“ i v „Carmen“ a s úspěchem si zahrál i v inscenaci „Mistr a Markétka“. Televizní diváci se mohli s Jiřím Krytinářem nedávno setkat v talkshow Jana Krause „Uvolněte se, prosím“, kde předvedl nejen svůj vypravěčský talent, ale i smysl pro nadsázku a inteligentní humor. Stejně tak se projevoval i během našeho rozhovoru, který našim novinám poskytl.

**Redakce Novin ČK:** „Co se Ti vybaví, když slyšíš o Červeném kříži?“

**Jiří Krytinář:** „Je to dárcovství krve. Tak trochu jsem ho sám vy-

zkoušel. Na sobě. Nedávno jsem se podrobil operaci a před tím se svou krví „předzásobil“. Uvědomil jsem si při tom, jak záslužná činnost takové dárcovství krve je. Dozvěděl jsem se, že mám vzácnou krevní skupinu a že podobných lidí není zas až tak moc. A proto, jakmile to bude možné, určitě krev daruji. Myslím, že lidé mohou krev darovat do svých šedesátí let, a tak mám ještě nějaký čas k dobru. (Smích). Člověk si v takové chvíli rychle uvědomí, jak je dobré, že organizace jakou je Červený kříž, existují.



*Jiřího Krytináře ve volném čase můžeme vidět i na rotopedu*

V poslední době se lidé stále častěji dostávají do svízelných situací, které nedovedou sami zvládnout. **Červený kříž už mnohokrát dokázal, že takovou pomoc dovede poskytnout, a co je hlavní, že to dělá dobře a rychle. To je nesmírně důležité.** Podívej se, jaké postavení Červený kříž měl u nás už za první republiky. Byl podporován ze všech stran. Pracovat pro něj byla čest. Neměl nouzi o mecenáše, jak se dnes říká - sponzory. To se i teď síce hodně zlepšilo, ale domnívám se, že mu stále ještě chybí dostatek stále podpory. Červený kříž toho dělá hodně pro lidi a na můj vkus, by si zasloužil daleko více pozornosti. A to nejen ze strany nás, jako jednotlivců, ale především ze strany státu a velkých firem, aby měl více prostředků na

cílenou pomoc. Když se vrátím k povodním u nás, ale i jiným katastrofám velkého rozsahu v zahraničí, kdo první přichází s pomocí?! Červený kříž každopádně je nejhumnější, a pro mě v tomto ohledu i zůstane, nejlépe fungující organizací. **Velmi se přimlouvám za to, aby si každý uvědomil, že on sám jednou takovou pomoc může potřebovat, a tak jestli máme nějaké ty přebytky a nebo „jen“ potřebu pomoci, směřujme ji k Červenému kříži... Určitě se díky němu dostanou tam, kam patří. Bez jakékoli nadsázky - jsem rád, že Červený kříž existuje a rád říkám: Zaplaťbůh za to...“.** (Dokončení rozhovoru na str. 12).

## O SPOLKOVÉ ČINNOSTI

Spolková činnost probíhá v subjektech ČČK, zejména v oblastních spolcích a místních skupinách. Měla by probíhat nejen v souladu se Stanovami ČČK a obecně závaznými právními předpisy, ale také v souladu s naším přijatým programem a v neposlední řadě v souladu s potřebami daného místa či regionu. **Nezastupitelnou úlohu při zajišťování spolkové činnosti na úrovni oblastního spolku a místní skupiny mají jejich volené orgány.** Ne vždy si bohužel uvědomují svoje povinnosti a odpovědnost.

O místních skupinách jako o základním článku ČČK jsme již psali mnohokrát. Ano, trvale nám klesá již řadu let počet členů a počet MS ČČK. Příčiny tohoto stavu známe, hovoříme o nich na každém Shromáždění delegátů, na zasedáních Komor ČČK i pravidelných každoročních poradách ředitelů a ředitelky Úřadů OS ČČK. Každý z přednesených referátů byl kritický a konkrétní z hlediska úspěchů i nedostatků, ale žádný nevyvolal odezvu v diskusi, a již vůbec nějaké konkrétní výsledky. Přitom je nezbytné si uvědomit, že **není důležité množství, ale kvalita lidí a schopnost skutečně pracovat.**

Skutečností je, že **hlavním organizačním a hybným článkem naší činnosti jsou naše oblastní spolky.** Jedním z opakovaných úkolů je dořešit strukturu našich OS ČČK tak, aby všude fungovaly Úřady OS ČČK a aby odpovídala členění veřejné správy na území státu. Hodnocení plnění tohoto úkolu může znít jako meteorologická předpověď - střídavě oblačno, přeloženo tak, že plněno částečně.

Podarilo se obnovit samostatný OS ČČK v Hradci Králové, podařilo se obnovit Úřad OS ČČK v Rokycanech. Naproti tomu se to zatím nepodařilo v Příbrami, nově se do vážných potíží dostal Šumperk. Jen obětavým úsilím dobrovolných funkcionářů přežívá OS ČČK bez vlastního Úřadu a bez potřebného zázemí profesionálních pracovníků v Semilech a v Novém Jičíně. V několika OS ČČK vykonávají funkci ředitelů Úřadů OS ČČK obětavě důchodci s minimálním platem.

Pravdou bohužel ale také je, že v několika málo OS mají Úřad i ředitele s plným platem, ale úroveň a výsledky jejich práce jsou tak mizerné, že spíše škodí než prospívají ČČK. Pak se jen obtížně plní i Minimální program ČČK, natož požadavky regionální samosprávy nebo dokonce zpracovávají

projekty na nové činnosti a tím i tolik potřebné finance. Samozřejmě, že budete oprávněně říkat, že je to otázka peněz, že nemáte na plat (schopného) ředitele Úřadu OS ČČK. Přitom například Úřady práce dotují po určitou dobu místa pro nezaměstnané nebo zdravotně postižené. Zcela jistě existuje řada místních projektů v nám blízkých oblastech, které by také přinesly finance. Zkusili jste to? Nechce se mi věřit, že zastáváte dobrovolné či pracovní významné funkce v organizaci, s jejíž prací právě va vašem OS ČČK nejste spokojeni a že nic pro změnu tohoto stavu neděláte.

Proč takto kriticky hovořím na adresu některých z vás a vašich spolupracovníků právě v oblasti spolkové činnosti? Především proto, že **někde si stále ještě neuvědomujete odpovědnost či minimálně velkou spoluodpovědnost za vytváření podmínek pro práci a její výsledky ve vašem OS ČČK.** Dále a to hlavně proto, že je to oblast, kde je vliv ústředí ČČK - Výkonné rady a Úřadu ČČK - minimální. Každý soudný člověk uzná, že jsme v průběhu uplynulých let v rámci daných možností pro vaši práci vytvořili slušné podmínky a dosáhli velmi slušných výsledků. Ale kdyby se prezident ČČK všichni členové Výkonné rady, ředitel Úřadu ČČK a všichni jeho podřízení zaměstnanci rozkrájeli, kdybychom vydávali další desítky nových výběrných učebnic a příruček, vymýšleli stále nové programy, stejně za vás nedosáhneme do obcí a měst ve vašem regionu. Tam je vaše působení nezastupitelné, nenahraditelné. Nikdo jiný než členové OVR a ODR ČČK a ředitelé a pracovníci Úřadů OS ČČK nemůže konkrétně usilovat o spolupráci s místní samosprávou, institucemi, občany, ale i s funkcionáři MS ČČK nebo Oblastních skupin Mládeže ČČK.

**Máme v naší organizaci již po řadu let tříступňový systém organizace a řízení.** Jestliže někde selhává prostřední článek - OS ČČK, může hrozit celá pyramida naší organizační struktury zhroutilím. Proto na vás chci apelovat, abyste se nevzdávali, trpělivě vyhledávali nové schopné funkcionáře i pracovníky, trpělivě vytvářeli pozitivní vazby na místní orgány a instituce, využívali každé možnosti nových projektů. V neposlední řadě využívejte beze zbytku podmínky, které jsme vám vytvořili například pro výuku první pomoci a nezapomeňte také na využití nápadů a zkušeností z těch schopnějších OS ČČK. Není jich tak málo. Přeji vám v tom mnoho úspěchů.

JUDr. Jiří Procházka, ředitel Úřadu ČČK

## ZAHRANIČNÍ AKTIVITY ČČK

### DRUŽSTVO ČČK NA FACE 2006



Ve dnech 16. - 18. 6. 2006 se v italském městě Assisi konal již 19 ročník Evropské soutěže v první pomoci (FACE 2006). Český červený kříž reprezentovalo družstvo OS ČČK Chrudim ve složení: Patrik Altrichter, Hana Chvojková, Adéla Kudrnová, Veronika Kyasničková, Veronika Péková a Štěpán Šembera, které v konkurenci týmů ze 26 evropských národních společností ČR obsadilo průměrné **15. místo.** Z vítězství se radovalo družstvo ze Srbska. Jako rozhodčí se soutěže zúčastnil člen Otevřené databáze expertů ČČK a pracovník úseku odborných činností Úřadu ČČK Ing. Pavel Štajer.



rozhodující instance schválila červený krystal jako další identifikační znak Mezinárodního hnutí ČK a ČP. Dále Mezinárodní federace ČK a ČP přijala za nové členy - Palestinský červený půlměsíc a Izraelskou Davidovu hvězdu.

### VÍTĚZSTVÍ NA SOUTĚŽI V NĚMECKU

Zdravotnické družstvo Humanitární jednotky z OS ČČK Blansko se ve dnech 5. - 7. 5. 2006 zúčastnilo soutěže v první pomoci v německém městě Marienau (působnost Oblastního spolku Německého ČČK v Hammeln). V silné konkurenci zde výtečně obstálo a nasbíralo nejvíce bodů. Velmi dobře reprezentovalo Český červený kříž a celou Českou republiku.



Lékař: „Mám pro vás špatnou zprávu - máte stejně jako já Alzheimerovu nemoc“. Pacient: „Cože to mám?“ Lékař: „Kdo co má?“

### MEZINÁRODNÍ KONFERENCE ČK A ČP V ŽENEVĚ

Ve dnech 19. - 21. 6. 2006 se v Ženevě sešla 29. Mezinárodní konference Červeného kříže, jejíž součástí byla i zasedání Rady delegátů a Valného shromáždění Mezinárodní federace ČK a ČP. Delegaci Českého červeného kříže na ní tvořili prezident ČČK RNDr. Marek Jukl, Ph. D. a ředitel Úřadu ČČK JUDr. Jiří Procházka. Konference jako poslední

## ZPRÁVY Z ÚŘADU ČESKÉHO ČERVENÉHO KŘÍŽE

### VÝKONNÁ RADA ČČK 24. 6. 2006

Výkonná rada ČČK na tomto svém zasedání zhodnotila pozitivně průběh Shromáždění delegátů Českého červeného kříže, které se uskutečnilo 20. 5. 2006. Dále projednala a schválila investiční záměr dostavby areálu ČČK Hvězda v Praze 6-Břevnově, poskytnutí humanitární pomoci do Indonésie postižené zemětřesením, změny v Otevřené databázi expertů ČČK a změnu pověřeného OS ČČK v Královéhradeckém kraji. Projednala a schválila také návrh na novelizaci normy znalostí Zdravotník zotavovacích akcí a předběžně se zabývala novelizací normy znalostí Mladý zdravotník I. a II. stupně. Schválila rovněž návrh na udělení příspěvku vybraným OS ČČK za uspořádání ústředních a krajských akcí, půjčku pro OS ČČK Brno-město a také návrhy k řešení současné situace v OS ČČK Šumperk.

V rámci informačních zpráv vzala Výkonná rada ČČK na tomto svém zasedání na vědomí zprávy o činnosti prezidenta ČČK a Úřadu ČČK a přehled aktivit Úřadu ČČK a OS ČČK se sdělovacími prostředky za poslední období. Dále kladně zhodnotila dosavadní pomoc ČČK při povodních 2006 a projednala písemné zprávy ze zahraničních služebních cest ČČK. Vzala rovněž na vědomí informace o probíhající kontrole Ministerstva zdravotnictví ČR na čerpání státních dotací v Českém červeném kříži za rok 2005, o současném stavu v OS ČČK Příbram, o úspěšném průběhu republikového kola soutěže Hlídek mladých zdravotníků I. a II. stupně 2006 uspořádaném OS ČČK Ústí nad Orlicí v České Třebové a o současném stavu Dětské odborné léčebny ČČK Bukovany.

### ZLATÉ KŘÍŽE PRO BDK

Dne 27. 5. 2005 se v Zrcadlové kapli Národní knihovny ČR v Klementinu v Praze uskutečnilo slavnostní předávání Zlatých křížů 1. a 2. třídy.

Ocenění převzalo celkem 18 mnohonásobných bezpříspěvkových dárců krve za 160 odběrů krve a 61 BDK za 120 odběrů krve. Slavnostní projev přednesl prezident Českého červeného kříže **RNDr. Marek Jukl, Ph. D.**, který také spolu s víceprezidentem ČČK **Adolfem Šťastným** tato prestižní vyznamenání ČČK předal. Obětavé úsilí mnohonásobných BDK ocenili také významní hosté tohoto setkání - **RNDr. Alena Palečková**, předsedkyně výboru pro zdravotnictví a sociální politiku Senátu Parlamentu ČR, **Hana Halová**, členka Rady Zastupitelstva Hlavního města Prahy a **RNDr. Dana Stárková** z odboru zdravotní péče Ministerstva zdravotnictví ČR.



### NOVÍ NOSITELÉ MEDAILE ALICE MASARYKOVÉ - 2. část

#### MUDR. VLADIMÍR JUKL (1945)



Členem ČČK je od roku 1964. Od roku 1977 je členem Oblastní výkonné rady ČČK Olomouc a od roku 1993 vykonává úspěšně funkci jejího předsedy. Je nositelem zlaté Medaile prof. Janského za 40 bezpříspěvkových odběrů krve. V roce 1990 byl členem humanitární mise ČSČK do Rumunska. Věnuje se především náboru bezpříspěvkových dárců krve, organizaci odběrů krve a školení první pomoci.

Je členem Otevřené databáze expertů ČČK - sekcí první pomoci a přípravy na

Paní říká lékaři: „Pane doktore, trpím impotencí!“ - „Nespletla jste se? Vy jste přece žena.“ - „Nespletla. Nemocný je manžel, ale trpím já!“

katastrofy, lektorem ústředních školení ČČK a spoluautorem učebnice „Zdravotník zotavovacích akcí“. Do roku 2001 pracoval jako okresní zdravotní rada, nyní je vedoucím oddělení zdravotní péče Krajského úřadu v Olomouci.

### ALEXANDRA KUČEROVÁ (1924)

Členkou ČČK je od svých 18 let od roku 1942. Od tohoto roku až do konce druhé světové války aktivně pracovala v Kanceláři ústředí zahraničního Československého červeného kříže v Londýně. Kromě vyřizování telefonů a korespondence zde také držela služby, protože tato Kancelář ČSČK provozovala mj. zubní laboratoř a lékárnu pro československé zahraniční vojáky. Byla spolupracovnicí čestné předsedkyně ČSČK Hany Benešové. Od roku 1950 je po dobu 56 let předsedkyní MS ČSČK a později MS ČČK v Brně-městě. I přes svůj vysoký věk je neustále velmi aktivní a zúčastňuje se všech akcí pořádaných OS ČČK Brno-město.



### KRÁTKÝ FILM NATÁČEL NA ČČK

Dne 5. 6. 2006 se uskutečnilo na Úřadu ČČK v Praze natáčení výukového filmu pro základní a střední školy. Krátký film Praha z pověření Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR a MV ČR - GR Hasičského záchranného sboru připravuje film pro předmět „Ochrana člověka za mimořádných situací“. Pracovníci Úřadu ČČK Ing. Pavel Štajer a Ing. Václav Černý spolupracovali na přípravě a natáčení několika pasáží tohoto filmu zaměřených na poskytování první pomoci.

### SLOVENSKO-ČESKÝ KLUB OSLAVOVAL

Významná kulturní instituce v Praze - **Slovensko-český klub** - oslavil již své 10. výročí založení. V uplynulých letech byl mj. společně se Společností Dr. Alice Masarykové, Společností MUDr. Ivana Háčka a Úřadem Českého červeného kříže spolupřátatelem řady odborných seminářů a konferencí věnovaných významným osobnostem české a slovenské historie. „Kulaté“ jubileum si všichni jeho příznivci a přátelé připomněli dne 20. června 2006 na slavnostním setkání v Lichtenštejnském paláci v Praze na Malé Straně. Český červený kříž poděkoval Slovensko-českému klubu za úspěšnou spolupráci blahopřejným dopisem ředitele Úřadu ČČK.

### DOŠKOLOVACÍ SEMINÁŘ LEKTORŮ MHP

V zasedací místnosti Úřadu ČČK v Praze se dne 3. června 2006 uskutečnil pravidelný každoroční doškolovací seminář lektorů Českého červeného kříže k šíření mezinárodního humanitárního práva. S novinkami v této oblasti a s připravovanou Mezinárodní konferencí ČK a ČP jeho účastníky seznamoval prezident ČČK **RNDr. Marek Jukl, Ph. D.**

**DEN MATEK NA ČČK V BRNĚ**

Dne 11. 5. 2006 se na OS ČČK Brno-město uskutečnilo sváteční setkání k příležitosti Svátku matek. Pro všechny pozvané maminky - členky z místních skupin Červeného kříže připravili zaměstnanci Úřadu OS ČČK malé pohoštění a ke zpříjemnění atmosféry přispělo i kulturní vystoupení žáků I. stupně ze ZŠ Sirotkova. Pod vedením učitelek přišly děti zatančit v krojích, zahrát na flétny a své umění zde předvedly i malé mažoretky. Strávily s námi pěkné dopoledne a na závěr rozdaly přítomným maminkám a babičkám růžičku, přání a malý dárek. Nikdo z nás neskrýval radost a dojetí nad společným setkáním. Jsme rádi, že jsme alespoň na chvíli mohli přispět k dobré náladě a úniku z každodenní starosti.



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

**NEVŠEDNÍ CENY PRO  
MLADÉ ZDRAVOTNÍKY**

V sobotu 12. 5. 2006 jsme uspořádali pro mladé zdravotníky 26. ročník okresního kola soutěže HMZ a pro mladé záchranáře 7. ročník soutěže „Dokaž, že umíš“. Obě soutěže probíhaly souběžně, vzájemně se prolínaly a děti měly možnost si porovnat své znalosti a dovednosti za krásného počasí v příjemném prostředí venkovního plaveckého stadionu ve Strakoncích.

Pořadatelem soutěže mladých záchranářů je Svaz CO, HMZ samozřejmě my - OS ČČK Strakonice. Na přípravě soutěže se podílíme společně, ale každá organizace si zabezpečuje svoje soutěžní stanoviště, ceny, trofeje a hosty. S tím souvisí i zdravá rivalita mezi námi. Touto cestou bych ráda poděkovala sponzorům za pořízení věcných cen pro HMZ. Jsou to: okresní pobočka VZP, okresní výbor ČSSD a okresní výbor KDU-ČSL. Letos nám byla nabídnuta pro děti i cena neobvyklá - jednoduchý pobyt na Ekofarmě MVDr. Josefa Daňka v Hoslovicích pro všechny vítězné hlídky I. a II. stupně za 1. - 3. místo.

A tak 18. 5. 2006 odvezl autobus všech 30 dětí s učitelským doprovodem do malebné pošumavské vesničky Hoslovice, kde si všichni prohlédli ekochoch s množstvím mláďat - selat, telat, hříbat i kůzlat, která děti nejvíce zaujala. Nejláskavější byl ale malý jezdecký výcvik ve zdejším jízdárně. Každé dítě se seznámilo s péčí o koně, s jeho ošetřováním, s bezpečností práce při cvičení a ježdění na koních a největším zážitkem byla samotná jízda na vybraném koníčkovi. Po velmi chutném obědě jsme si prohlédli kulturní památku - mlýn v Podhoslavičkách a potom jsme autobusem projížděli kolem ohrady s chovem jelenů a pštrosů dolů do Strakonice a děti



pokračovaly dále do svých domovů. Z výletu si přinesly spoustu zážitků. Děkujeme.

*Helena Mocová-Linhartová,  
ředitelka Úřadu OS ČČK Strakonice*

**ZDRAVOTNICKÝ VÍCEBOJ 2006**

Již pošesté letos soutěžili mladí zdravotníci z regionu Jestřebích hor o putovní poháry. Letošní Zdravotnický víceboj se konal u příležitosti 85. výročí založení Dorostu ČSČK a 50. narozenin soutěží Hlídek mladých zdravotníků. Na startu uvítal početné pole účastníků starosta města Úpice **Ing. Zdeněk Peterka** a ředitel Úřadu OS ČČK Trutnov **Ing. Ivo Trpkovič**. Na čtyřkilometrové trase mezi ZŠ Úpice-Lány a ZŠ Havlovice dokazovali soutěžící především své zdravotnické dovednosti. K úspěchu však vedlo také umění transportovat raněného, rychlé překonání překážkové dráhy, dopravní znalosti, rozpoznání léčivých bylin, ale i vědomosti z historie



ČČK a ČSČK. Na všechny účastníky tradičního humánního klání, kterého se letos ve dvou kategoriích zúčastnilo 20 pětičlenných hlídek, čekala v cíli zasloužená odměna.

Mladšímu žactvu vévodila HMZ z MŠ a ZŠ Havlovice. Putovní pohár pro nejlepší starší žáky si odvezla HMZ ze ZŠ Malé Svatoňovice. Projekt neprekonatelné propagátorky zdravotnické přípravy trutnovského regionu paní **Věry Hájkové** uspořádaly společně MS ČČK Úpice, ZŠ Havlovice, ZŠ Úpice-Lány a Mládež ČČK při Gymnáziu a SOŠ Úpice. Tradiční akce byla finančně podpořena Svazem obcí Jestřebí hory.

*Petr Kalousek*

**KRAJSKÉ CVIČENÍ  
„NEBEZPEČÍ 2006“**

V úterý 25. dubna 2006 se v areálu firmy Synthesia a. s. Pardubice a v části obce Rybitví uskutečnilo taktické cvičení Integrovaného záchranného systému Pardubického kraje pod názvem „Nebezpečí 2006“. Tématem cvičení byla likvidace havárie s rizikem úniku velkého množství kapalného chlóru do ovzduší a následná preventivní evakuace obyvatel části obce Rybitví.

Dispečink podniku Synthesia a. s. upozoroval v 17 hod. nárůst tlaku v systému stáčení kapalného chlóru. Na místo vyjely jednotky požární ochrany podniku. Událost byla prostřednictvím SMS ohlášena starostům okolních obcí. Mezitím byl proveden průzkum na místě mimořádné události a byly vyžádány posily. Po zhodnocení situace byl vyhlášen třetí stupeň požárního poplachu, byly povolány další jednotky a ze stanovené zóny ohrožení (části obce Rybitví) byla vyhlášena evakuace. K evakuaci byly vyžádány autobusy Dopravního podniku města Pardubic. Obyvatelé obce se shromáždili na dvou stanovených místech a hromadně byli přesunuti do dvou evakuačních středisek v Lázních Bohdaneč.

Šlo o první cvičení v ČR, kdy byli cvičně evakuováni skuteční obyvatelé obce a nikoli jen figuranti.

Členové Humanitární jednotky OS ČČK Pardubice zajišťovali na tomto cvičení několik stanovišť: ve spolupráci se ZZS zdravotnické za-

jištění obou shromažďovacích míst pro evakuaci obyvatel, zajistili zdravotnický doprovod v evakuačních autobusech a také připravili zdravotnické zajištění obou evakuačních míst v Lázních Bohdaneč. V evakuačních centrech jsme pro veřejnost připravili ukázky první pomoci, práce záchranářů ČČK a propagační materiály o Červeném kříži.



Cvičení Nebezpečí 2006 se zúčastnila řada významných hostů, mezi které patřili: **RNDr. Libor Ambrozek**, ministr životního prostředí, **Ing. Roman Línek**, první náměstek hejtmana Pardubického kraje a další hosté.

Činnost členů HJ OS ČČK Pardubice byla hodnocena kladně jak členy oddělení krizového řízení Pardubického kraje, tak i vedením HZS Pardubického kraje.

Z toho, že jsme se tohoto cvičení zhostili se ctí, mám o to větší radost, že se mi jako řediteli Úřadu Pověřeného spolku ČČK pro Pardubický kraj podařilo pro letošní rok zajistit z Pardubického kraje dotaci na vybavení členů HJ ČČK ve výši 20.000,- Kč na každý OS ČČK (celkem 80.000,- Kč).

*František Hanák,  
ředitel Úřadu OS ČČK Pardubice*

**PODĚKOVÁNÍ DÁRCŮM KRVE**

OS ČČK Hradec Králové poprvé ocenil mnohonásobně bezpříspěvkové dárce krve. Vyznamenání Zlatý kříž 3. třídy za 80 dovršených odběrů krve nebo jejich složek si ve středu 24. května 2006 převzalo více než 40 dárců. Nutno dodat, že řada z nich přišla i s doprovodem nejbližších, kteří si nechtěli nechat ujít slavnostní ceremoniál. Tomu ještě více lesku dodalo vznešené prostředí Městské hudební síně, bývalé kaple, bohatě zdobené freskami a zlacením.



Pozvání na slavnost přijali i hejtman Královéhradeckého kraje **Ing. Pavel Bradík**, náměstek primátora Hradce Králové **Ing. Martin Soukup** a kěkařka transfúzního oddělení Fakultní nemocnice Hradec Králové **MUDr. Jirina Černošská** (všichni tři rovněž dárce krve). Všichni milí hosté vřele poděkovali dárcům za jejich záslužnou činnost. Se zástupcem OS ČČK Hradec Králové pak společně předali do rukou dárců Zlaté kříže a drobné dárky. Večer pak ještě pokračoval neformální společnou večeří, při které se našla řada chvil pro přátelské povídání i veselé historky, kterých je kolem dárcovství krve dost a dost.

*Lukáš Pochylý,  
předseda OS ČČK Hradec Králové*

„Pane doktore, pes mě kousnul do ucha“.  
- „A vydezinfikoval jste ho?“  
- „Ne, on stačil utéct!“

### JUDR. JIŘÍ MAGASANIK

Pozvání k rozhovoru a odpovědi na naše čtyři tradiční otázky v této pravidelné rubrice tentokrát přijal **JUDr. Jiří Magasanik**, prezident Vodní záchranné služby Českého červeného kříže, významného kolektivního člena naší humanitární organizace.

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

**Odpověď:** V mládí jsem závodně plaval a poté jezdil kanoistiku na divoké vodě. Vodu jsem měl vždy rád. Proto když jsem v roce 1969 zjistil, že existuje při tehdejších Červeném kříži Vodní záchranná služba (VZS), vstoupil jsem do ní a absolvoval vzdělávací kurz. Po návratu z výkonu vojenské základní služby v roce 1973 jsem začal v Ústí nad Labem při tehdejších Okresním výboru ČSČK vést oddíl vodních záchranářů. U tohoto oddílu jsem vydržel až do roku 1989, kdy v rámci změn ve společnosti došlo i ke změně ve vedení tohoto oddílu. Od této doby jsem ve Vodní záchranné službě pracoval jako rozhodčí při závodech a úzce jsem spolupracoval s Prezidiem VZS ČČK v oblasti právní. Od roku 2005 jsem ve funkci prezidenta VZS ČČK.

Když se v myšlenkách vrátím ty roky zpět, pak musím konstatovat, že nejzajímavější a zároveň nejkrásnější byla právě ta práce s mládeží, v oddíle Vodní záchranné služby v Ústí nad Labem. Za touto činností jsou totiž vidět výsledky a práci na úseku mládeže dodnes považují za nejdůležitější v celé činnosti Vodní záchranné služby. Je to totiž stejný princip jako práce s mládeží v Červeném kříži.

**Otázka:** Co považujete ve své dosavadní práci za největší úspěch?

**Odpověď:** Někdo by očekával, že odpovím, že největším dosavadním úspěchem byla volba do funkce prezidenta VZS ČČK. Ale není to pravda. Za největší úspěch ve své dosavadní práci považuji to, že jsem u Vodní záchranné služby ČČK vydržel a že se této činnosti věnuji aktivně po celou dobu a že tato práce spolu s aktivní prací dalších tisíců členů jak současných, tak minulých slouží tisícům a tisícům občanů k jejich bezpečné rekreaci na vodních plochách. A úplně největší úspěch vidím v tom, že se ty tisíce našich členů (v současné době máme aktivních více než 2.000 členů ve 46 Místních



skupinách) nenechají odradit od své práce nepříznivou finanční situací.

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

**Odpověď:** Jak jsem již naznačil v předchozí odpovědi, v současné době se potýkáme s opravdu nepříznivou finanční situací. Každoročně se nám krátí příspěvky, které dostáváme od některých ministerstev a pro letošní rok nám dokonce velmi kriticky snížil částku i náš dosud největší partner - Česká podnikatelská pojišťovna. A myslím si, že právě komerční pojišťovny by si měly uvědomit, že naší činností jim zachraňujeme nemalé finanční prostředky, které by vyplatily v případech těžkých anebo smrtelných pojistných událostí. Doufám však, že se situace do budoucna zlepší a že i ve spolupráci s vládou a poslanci najdeme společnou řeč a cestu, jak se z téhle těžké situace dostat, tak, aby bezpečnost na vodních plochách zůstala zachována a ještě se zlepšovala.

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

**Odpověď:** Vztah k Červenému kříži mám vysoce kladný. Je to dáno tím, že Vodní záchranná služba, když vznikla, byla zařazena do působnosti Červeného kříže. Pamatuji si, že v dobách vzniku Vodní záchranné služby padaly otázky: Proč nejsme pod ČSTV (Československý svaz tělesné výchovy - pozn. redakce), měli bychom více prostředků, apod. Odpověď, se kterou se dodnes ztotožňuji, byla jediná: Vodní záchranná služba není činností ryze sportovní, zaměřenou na závodění a dosahování lepších výsledků v soutěžení. Je to činnost ve své největší míře preventivně zaměřená k ochraně toho nejcennějšího, co máme - zdraví a životů. A proto jsme správně zařazení do působnosti Červeného kříže. Máme stejné principy naší činnosti. A jaká činnost Českého červeného kříže mě nejvíce zajímá? Nemohu říci, že bych nějakou preferoval. Všechny si cením stejně. Protože všechny jsou stejně důležité a pouze v souhrnu utvářejí ucelený obraz o Českém červeném kříži.

*Otázky kladl: Mgr. Josef Švejnoha*

## VELIKONOČNÍ MÍR ČK

Dne 15. května 2006 jsem měla tu čest účastnit se slavnostního setkání, které se konalo u příležitosti Světového dne ČK v jednom ze sálů Senátu ČR. Na pozvání se tam sešli nejen my dříve narození; mezi obětavými dobrovolnými pracovníky ČČK se vyskytovalo též hodně tváří mladších, což mne potěšilo. Toto velmi milé, srdečné setkání obohatila svou účastí paní Viktorie Špidlová.

Pan prezident ČČK Dr. Marek Jukl připomněl ve svém projevu také význam osobnosti Dr. Alice Masarykové, zakladatelky ČSČK ve svobodném Československu. Ona připadla na myšlenku vyhlášení Dne míru ČK, který se konal v Praze vždy o Velikonočních. Z její iniciativy vznikl později Světový den ČK, který dosud slavíme.

Dívám se na její podobu na pamětní medaili. Uchovala jsem si v paměti osobní vzpomínku ze 30. let minulého století. Na velikonoční Bílou sobotu stojíme venku na širokém schodišti dnešního Rudolfiny - tehdejšího sídla Parlamentu ČSR. Všichni slavnostně naladěni očekáváme příchod Dr. Alice Masarykové se spolupracovníky; účastní se též řada vysokých představitelů státu.

V září jarního sluníčka blízko Vltavy před panoramatem Hradčan se blíží poledne, dvanáctá hodina. V tu chvíli Dr. Alice Masaryková vy-

hlašuje „Mír Červeného kříže“. Prostě, žádný dlouhý projev. Ač malá školačka, pocítila jsem tehdy sílu tohoto prohlášení, obsahujícího příslib na život v míru, naději a respekt k ušlechtilým zásadám ČK.

V té době naše maminky obětavě pracovaly jako dobrovolné sestry, vyškolené v první pomoci, apod. V těžkých dnech Mnichova, okupace, v odboji i v rodinách a při sousedské výpomoci pak tuto průpravu bohatě využívaly. Tak idea Červeného kříže přinesla své plody ve formě každodenní drobné práce, k níž nás vyzýval T. G. Masaryk.

Díky úsilí Dr. Alice Masarykové a jejich spolupracovníků byl náš národ připravován, aby obstál ve dnech zkoušek. *Věra Pohlová, roč. 1924*

## MLADÍ ZDRAVOTNÍCI V HAVLÍČKOVĚ BRODĚ

Datum: Úterý 6. června 2006. Čas: 09,30 hod. Místo konání: Kulturní dům Ostrov v Havlíčkově Brodě. Účastníci: 120 dětí (členů vítězných Hlídek mladých zdravotníků I. a II. stupně z oblastních kol z 12 okresů kraje Vysočiny a Jihočeského kraje) + jejich doprovody + rozhodčí, maskéři, figuranti a organizátoři z pořádajícího **OS ČČK Havlíčkův Brod**.

Regionální kolo soutěže hlídek mladých zdravotníků (HMZ) se uskutečnilo pod záštitou hejtmana kraje Vysočina **Miloše Vystrčila**, kte-



rý se zahájení soutěže osobně zúčastnil spolu se starostkou Havlíčkovy Brodu **Ing. Janou Fischerovou** a ředitelem Úřadu Českého červeného kříže **JUDr. Jiřím Procházkou** a řadou dalších hostů - představitelů Policie ČR, Hasičského záchranného sboru, Nemocnice Havlíčkův Brod, aj.

Trasa soutěže vedla parkem a ulicemi Havlíčkovy Brodu (např. na náměstí se chodci zastavovali u fingované autonehody, kde mladí zdravotníci zručně ošetřovali namaskované figuranty). Nebylo ani tak důležité, kdo vyhrál a postoupil do republikového finále a kdo byl na konci výsledkové listiny. Rozhodující bylo, že zde měřili síly chlapani a děvčata, kteří se dobře naučili poskytovat první pomoc, kteří pochopili, jak jsou tyto znalosti a dovednosti důležité. A tak se nakonec radovali všichni, protože stejně jako na olympijských hrách nebylo důležité zvítězit, ale zúčastnit se, být u toho a prokázat, že něco umím.

Sestra po operaci říká chirurgovi: „Pane doktore, to už je tenhle měsíc třetí operační stůl, který jste zničil. Neměl byste řezat tak hluboko...“.

## VIETNAMSKÝ ČERVENÝ KŘÍŽ

Vietnamský ČK je veřejné sdružení, které pomáhá potřebným ve jménu humanity. Je součástí Vietnamské vlastenecké fronty a Mezinárodního hnutí ČK a ČP.

Byl založen již v roce 1946, kdy ve Vietnamu bojovaly britské koloniální jednotky, které znovu obsadily zemi. Vietnamský ČK byl založen jako jedna z prvních vlasteneckých organizací necelý měsíc před začátkem Vietnamské odbojové války. Jeho začátky byly úzce spjaty s odbojem a pomocí zraněným vojákům. Vietnamský ČK se stal součástí Mezinárodního hnutí ČK a ČP až více než 10 let po svém založení - v roce 1957, kdy došlo k podepsání čtyř Ženevských úmluv vietnamskou vládou.

Vietnamský ČK má přes 5 milionů členů a pracovníků, téměř 4 miliony členů Mládeže ČK, 24.000 spolků v komunitách a 12.000 spolků, které fungují při školách. Mezi jeho hlavní aktivity patří sociální činnost, připravenost na kata-



strofy, zdravotnická činnost, aktivity pro mládež a pomoc obětem válek a katastrof.

Sociální činnost se specializuje na asistenci postiženým, seniorům, sirotkům, aj. Aktivity v této oblasti jsou zaměřeny tak, aby umožnily jakkoli postiženým lidem znovu se zařadit do společnosti a zlepšily jejich dosa-

vadní život. Zdravotní programy jsou zaměřeny především na zdravotní výchovu týkající se hygieny a prevence před epidemiemi. Patří sem také výuka první pomoci a bezpříspěvkové dárcovství krve.

Připravenost na katastrofy je jednou z hlavních činností většiny národních společností ČK a ČP. Vietnamský ČK se v této oblasti zaměřuje zejména na snížení dopadů na obyvatele při katastrofách. Organizuje různé aktivity zaměřené na prevenci katastrof v jednotlivých komunitách, buduje centra, kde se lidé mohou vzdělávat v připravenosti na katastrofy.

Mládež Vietnamského ČK se zaměřuje zejména na šíření základních principů a myšlenek Červeného kříže a mezinárodního humanitárního práva. Organizují různé festivaly, setkání a kempy, do jejichž programu jsou zařazovány mnohé přednášky o Červeném kříži, jeho historii a činnosti.

Linda Sochorová,  
zahraniční úsek Úřadu ČČK

## VÝROČÍ ČÍSLA - ČEŠTÍ LÉKAŘI

### KAREL CHODOUNSKÝ (18. 5. 1843 - 12. 5. 1931)

Významný český farmakolog se narodil ve Studénce. Již v době svých studií na pražské lékařské fakultě absolvoval studijní pobyty na univerzitách ve Vídni, Heidelbergu, Štrasburku a v Paříži. Po promoci v roce 1868 přijal místo osobního lékaře polské knížecí rodiny Sanguszkovy na francouzské Riviéře, poté byl 6 let osobním lékařem rodiny Alchelburgů v Poličanech.



Dále působil jako městský lékař ve Voticích, poté provozoval ordinaci praktického lékaře v Praze, což mu zajišťovalo finanční prostředky i na vědeckou práci. Postupně získal hodnosti docenta z několika oborů (balneoterapie, klimatologie, farmakologie, toxikologie). Mimořádným profesorem se stal v roce 1895, řádným profesorem farmakologie a přednostou Farmakologického ústavu se stal v roce 1902. Ve školním roce 1908/1909 byl děkanem lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze.

V roce 1919 byl pověřen budováním Farmakologického ústavu při Masarykově univerzitě v Brně, jehož se stal přednostou. Věnoval se především studiu odolnosti lidského organismu, studiu původu příčin vnitřních chorob a působení a vlivu některých prvků a sloučenin na lidský organismus. Je považován za zakladatele české farmakologie (mj. v roce 1905 napsal také první českou učebnici farmakologie). Letos si připomínáme, že uplynulo 75 let od jeho úmrtí v Praze.

## UŽITEČNÉ VYNÁLEZY

### PLYNOVÁ MASKA

Lidé se již v dávné minulosti pokoušeli chránit před vdechováním kouře kusem látky přiložené k ústům. Pomáhalo to však jen tehdy, když se člověk v kouři pohyboval jen krátkou dobu.

Američan **Garrett A. Morgan** (1877 - 1963) z Clevelandu obdržel v roce 1914 patent na dýchací zařízení, které se skládalo z plátěné kapuce s průzory, která se nasadila na hlavu. Z kapuce vedly dvě hadice na záda, kde byly opět spojeny a ukončeny houbou nasáklou vodou, sloužící jako filtr proti kouři a ochlazující horký vzduch.

Když byl v roce 1916 prorážen tunel pod jezerem Erie, došlo tam jedné noci k explozi. Pracující dělníky se pokusily vyprostit tři záchranné čety, ale ani jedna se nevrátila. Na místo přispěchal Morgan (v pyžamu) se čtyřmi svými maskami. Přes varování policie a hasičů se se svým bratrem a dvěma dobrovolníky vydal do tunelu a podařilo se jim vytáhnout dusící se dělníky ven.

Německá armáda se v roce 1915 v první světové válce u Ypernu rozhodla použít otravný plyn poprvé proti britským a francouzským vojákům. Ti byli tehdy vybaveni pouze rouškami, které se vážaly přes nos a ústa a byly napuštěny chemikálií, která je měla chránit před zhoubnými účinky jedovatého plynu. Německý chemik **Fritz Haber** (1868 - 1934) vyvinul respirátor s maskou těsně přiléhající k obličeji a hadicí spojený s nádobou naplněnou dřevěným uhlím. Ve druhé světové válce již byly užívány plynové masky s filtrem, který se nosil na boku (armádní verze) nebo pod bradou (civilní verze), přičemž obě verze měly průzory pro oči.



## NOVÝ SPOLKOVÝ DŮM V JABLONCI NAD NISOU

Dne 14. června 2006 byl v Jablonci nad Nisou slavnostně otevřen nový **Spolkový dům**, v němž nalezly útočiště regionální organizace Sdružení zdravotně postižených, občanského sdružení Naděje a Světluška, chráněná dílna a také **OS ČČK Jablonec nad Nisou**.

Na čtyřpatrový Spolkový dům byla přestavěna bývalá škola, jejíž rekonstrukce přišla na více než 31 milionů korun. Finanční prostředky zde spojila Evropská unie, Minis-



terstvo pro místní rozvoj ČR a samozřejmě město Jablonec nad Nisou.

Spolkový dům otevřel starosta Jablonce nad Nisou **RNDr. Jiří Čerovský**, kterému při této příležitosti předal přítomný ředitel Úřadu ČČK **JUDr. Jiří Procházka** Poděkování Českého červeného kříže za dlouholetou podporu aktivit ČČK.

## ZNÁME PRAVIDLA SPOLEČENSKÉHO CHOVÁNÍ?

### OSLAVA V ZAMĚSTNÁNÍ

• aby se nestalo, že v práci můžeme na narozeniny svých kolegů zapomenout, doporučuje se, aby byl v pracovním kolektivu pověřen jeden člověk, který povede tyto významné dny v patrnosti

- vždy je slušné oslavenci popřát, podat ruku nebo koupit kytici a dárek, na který se podle potřeby může složit celý pracovní kolektiv
- dárek vybíráme podle vkusu toho, komu jej darujeme, nikoli dle toho, co se líbí nám
- s přihlédnutím k firemním zvyklostem si můžeme připít v krátké přestávce na pracovníci nebo nás hostitel může pozvat po pracovní době do restaurace
- jestliže víme, že se nebudeme moci oslavy zúčastnit, oslavenci se omluvíme
- z podnikové oslavy můžeme také z různých důvodů odejít dříve. Poděkujeme hostiteli za pozvání a nenápadně se vzdálíme.

Lékař říká pacientovi: „Vaše dny jsou sečteny. Zítřejete do práce!“

## NAŠE DESATERO

### JAK MÍT KRÁSNÉ NEHTY

1. Nepoužívejte acetonové odlakovače, vysušují nehty.
2. Po každém mytí rukou promažte ruce a nehty krémem.
3. Lak okamžitě zaschně, potopíte-li nehty do ledové vody.
4. Pro posílení slabých nehtů nalakujte zespodu jejich špičky podkladovým lakem.
5. Při mytí nádobí používejte gumové rukavice. Saponáty vysušují.
6. Nepilujte nehty hned po koupání, kdy jsou nejměkčí a snadno se lámou.
7. Inkousty a skvrny od propisky odstraňte zubní pastou nanesenou na kartáčku.
8. Před prací na zahradě přejeďte nehty po mýdle. To je zespodu zaplní a špína se za ně nedostane.
9. Roztřepeňte nehty ošetříte kouskem papíru ze sáčku čaje nebo kávového filtru. Připevňte ho na nehet speciálním lepidlem, po zaschnutí vyleštěte a nalakujte.
10. Špínu spod nehtů odstraňujte dřevěnou tyčinkou se špičatým koncem. Je to šetrnější, než je drhnout kartáčkem na ruce.  
(Využity informace z časopisu Ring)

## PTALI JSTE SE ...

**Otázka:** „Mojí dceři velmi vytrvale ztrpčuje život lupénka. Co je to vlastně za nemoc a jak se s ní dá bojovat? Alena S., Nový Jičín

**Odpověď:** Jedná se o poměrně velmi často se vyskytující chronické zánětlivé kožní onemocnění (odhaduje se, že jím trpí 2 - 3 % populace). Jedná se výlučně o lidskou nemoc, která je však z člověka na člověka nepřenositelná. Příčina lupénky je dosud neznámá, je však považována za autoimunitní chorobu, kdy se kožní buňky velmi rychle množí a poté se loupou. Lupénka (neboli psoriáza) je dědičná, ovšem nedědí se přímo choroba, ale sklon k ní. K jejímu propuknutí dochází, když je tělo vystaveno stresu, bojuje s infekcí nebo s nějakými škodlivinami. Nejčastěji se objevuje kolem puberty a mezi 40. a 50. rokem.

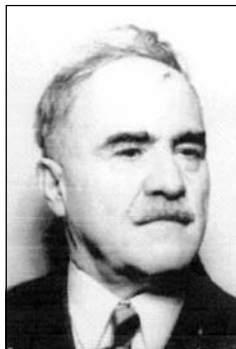
Proti lupénce nemůžete bojovat sami, ale vždy je nutné včas vyhledat odbornou lékařskou pomoc. Indikují se často protizánětlivé mastičky obsahující kortikoidy, existuje i určitý kosmetický olejček. Chorobu ovlivňuje i zdravá výživa - např. škodlivý vliv má alkohol nebo hamburgery. Pomáhá pobyt u moře, proto i ČČK až do loňského roku organizoval s pomocí Ministerstva zdravotnictví rekondiční pobyty pro děti s diagnózou lupénka.

## OSOBNOSTI ČERVENÉHO KŘÍŽE

### MAX HUBER

(28. 12. 1874 - 1. 1. 1960)

Známý švýcarský právník, politik a diplomat se narodil i zemřel v Curychu. Studoval v Lausanne, Curychu a Berlíně, kde také v roce 1897 zakončil svá studia získáním doktorátu. Působil pak jako soudce u Mezinárodního soudního dvora v nizozemském Haagu. V roce 1928 vystřídal Gustave Adora ve funkci **prezidenta Mezinárodního výboru Červeného kříže** a tuto funkci zastával po dobu 16 let - až do roku 1944.



Byl morálním a zákonným svědomím celého Hnutí ČK a ČP a pomohl definovat teorii principů tohoto Hnutí. Stal se prezidentem MV ČK v nelehké době, kdy se pomalu vytvářel idealismus Ligy národů a začínalo se zapomínat na hrůzy první světové války. Současně ale procházel svět ekonomickou krizí a začínal znovu zbrojit. V některých zemích posilovaly své pozice protichůdné síly (fašisté, komunisté), zvyšovaly se demokratické snahy o získání nezávislosti v některých zemích Asie a Evropy. Huberova odpovědnost ještě vzrostla po válečných konfliktech ve Španělsku a Etiopii a zejména v období druhé světové války. Tehdy Max Huber působil jako šéf organizace, která např. zaměstnávala 4.000 lidí působících na 40 lodích při rozvozu dodávek pro válečné zajatce a další válkou postižené osoby.

V období svého působení ve funkci prezidenta MV ČK se významně zasadil o přijetí Ženevské úmluvy v roce 1929 týkající se válečných zajatců a také o přípravu dalších Ženevských úmluv, které byly přijaty až v roce 1949. Před vypuknutím druhé světové války se mu bohužel díky neochotě některých zemí nepodařilo dosáhnout přijetí pravidel na ochranu civilistů během války.

## VÝROČÍ ČÍSLA - SVĚTOVÍ LÉKAŘI

### JOHN JAMES RICHARD MACLEOD

(6. 9. 1876 - 16. 3. 1935)

Významný britský lékař se narodil v Cluny ve Skotsku. Medicínu studoval na univerzitách ve skotském Aberdeenu a v německém Lipsku. Poté pracoval v londýnské nemocnici Medical College a od roku 1903 po dobu 15 let působil na univerzitě v Clevelandu v USA.

V roce 1918 se stal profesorem na univerzitě v kanadském Torontu a ředitelem Institutu fyziologie při zdejší lékařské fakultě. Právě na půdě tohoto ústavu se v roce 1921 zrodil **objev inzulínu** a právě za něj dosáhl MacLeod spolu s Frederickem Grantem Bantingem o dva roky později svého největšího ocenění - **Nobelovy ceny za medicínu a fyziologii**. Nezištně zařídil, aby polovinu finanční částky, která mu byla vyplacena spolu s udělením Nobelovy ceny, mohl využít jejich další spolupracovník při objevu inzulínu - chemik James Bertram Collip.

MacLeod mj. experimentoval se zkoumáním účinku stlačeného vzduchu na zvířatech, poté věnoval pozornost přeměně sacharidů a jiným biochemickým procesům, hlavně chemii dýchání. Zabýval se studiem glukózy, obsahem cukru v krvi, slinivkou břišní a problémy spojenými s léčením cukrovky. V letech 1921 - 1923 zastával funkci prezidenta Americké fyziologické společnosti. Zemřel v roce 1935 v rodném Skotsku, ve městě svých univerzitních studií - Aberdeenu. Letos si připomínáme, že uplynulo 130 let od jeho narození.



## OKÉNKO SPRÁVNÉ VÝŽIVY

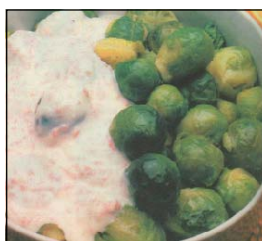
### RŮŽIČKOVÁ KAPUSTA

Růžičková kapusta je nejmladší košťálovou zeleninou. Světlo světa spatřila teprve v roce 1785 v Belgii. Byla také nazývána „tisícihlavou kapustou“ nebo „bruselskou kapustou“; lidově bývá nazývána zelníčkem.

- má velký význam pro výživu, neboť je bohatá

Přijde lékař k nemocnému na pokoj, posadí se na kraj postele a ptá se: „Tak co nás bolí, pane Novák?“ - „Noha, pane doktore. Ta, co mi na ní sedíte!“

na vitamín C, karoten, vitamín K a vitamíny skupiny B, obsahuje dále draslík, fosfor, vápník, hořčík a kyselinu nikotinovou



- kapustové růžičky odřízneme z košťálu, od-

straníme vrchní ovadlé lístky a vaříme v dostatečném množství osolené vody. Zůstanou krásně zelené. Po okapaní stačí pouze polít rozpuštěným máslem a ihned podávat

- ti, kteří si hlídají linii, posypou si tuto zeleninu jen strouhaným nízkotučným sýrem
- chuť růžičkové kapusty zvýrazní muškátový oříšek
- drobné kapustičky můžeme přidávat do lehkých vývarů, kterým přidá i na pohlednosti.

### ZDRAVOTNÍ STANICE ČČK V PRAZE-HRADČANECH

Otevřena byla v únoru 1922 v Praze 1, v budově Na nových zámeckých schodech č. 5, v místnostech bývalého zajateckého oddílu Ústředí ČČK, jako vůbec první zdravotní stanice ČČK v Praze.

Stanice sloužila potřebám zdravotního referátu České divize ČČK a zároveň byla dispensářem pro tuberkulózní pacienty, poradnou pro mladé lidi, poradnou pro nemoci pohlavní, poradnou Ochrany matek a kojenců a zdravotně-sociální poradnou. Zahrnovala kromě Hradčan a Malé Strany také tehdejší obvody Prahy III., Prahy IV., Břevnova a Střešovic. Porady v ní se udílely pouze nemajetným osobám, které se vykázaly chudinským vysvědčením, poukazem místního spolku Československého červeného kříže nebo doporučením místního lékaře. Kromě základního lékařského vyšetření, ošetření a zdravotních rad se dle potřeby a možností dostávalo chudým také podpory v potravinách a léčích a rovněž se jim zprostředkovávalo levnější umístění v léčebných ústavech nebo v dětských koloniích ČČK.



Zdravotní stanice ČČK v Praze na Hradčanech měla k dispozici i zahrádku, která byla používána jako tzv. léhárna pro tuberkulózní děti, dále zvláštní síň pro pořádání zdravotnických přednášek a demonstrací a také stálou výstavku sociálních chorob.

## NOVÉ ČINNOSTI V ČČK

### PROJEKT „AŽ PŮJDE O ŽIVOT“ V KLATOVECH

Aktivní OS ČČK Klatovy připravil projekt nazvaný „Až půjde o život“, který je zaměřený na odbornou výuku první pomoci a krizové připravenosti. Jeho cílovou skupinou jsou žáci a studenti základních, středních a vyšších odborných škol zřizovaných městy Klatovy, Horažďovice a Sušice.

Projekt navazuje problematiku „Ochrana člověka za mimořádných situací“, která je na základě pokynu Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy od roku 2003 realizována v rozsahu nejméně 6 hodin ročně na všech základních a středních školách v ČR. Cílem projektu je naučit žáky a studenty znalostem první pomoci a chování se v mimořádných situacích a naučit je poskytovat neodkladnou pomoc při všech náhle vzniklých ohroženích života.

Konkrétní realizace projektu je formou instruktáží v rozsahu 6 - 10 vyučovacích hodin ročně v každém ročníku. Lektory výuky jsou zkušení zdravotničtí instruktoři OS ČČK Klatovy. Celkové náklady projektu jsou pro 10-hodinovou výuku vyčísleny částkou 450,- Kč za vyškolení 1 žáka (při plánovaném počtu 30 žáků v jedné třídě). Projekt je realizován v těsné spolupráci s dalšími složkami IZS, především se Zdravotnickou záchrannou službou.

*Jiří Böhm, zdravotnický instruktor OS ČČK Klatovy*

### PROČ DOŠLO KE ZMĚNÁM V KPR?

V posledním roce se změnila doporučená postupy v kardiopulmonální resuscitaci (KPR), a to především poměr kompresí hrudníku k počtu umělých vdechů, kdy se původně doporučovaný poměr 15:2 změnil pro laické záchránce na **30:2** („univerzálně“ - s výjimkou novorozenců).

Pokusme se stručně odpovědět na otázku, „proč se tak stalo“?

Jedním z důvodů byla i **snaha o zjednodušení** (dosud byly pro různé věkové kategorie uváděny poměry tři), aby byl návod jednoduchý a lépe přijatelný. I když se nám může na první pohled zdát, že se vše komplikuje, protože sotva jsme si zapamatovali poměrně nedávno přijatý poměr 15:2 je tu opět nový poměr 30:2.

Dalším - již zásadnějším - důvodem byla i **ztráta času věnovanému dýchání na úkor času věnovanému srdeční masáži** - tedy cirkulaci krve, která je pro úspěšnou resuscitaci zjevně **podmínkou nutnou**. Přiznejme si rovněž, že ne každý vdech je účinný, takže by se dalo říct, že to byla ztráta času zbytečná. Tyto změny jsou podloženy množstvím studií, většinou v experimentálních podmínkách (výsledky studií na lidech nejsou k dispozici). V nedávné studii bylo zjištěno, že medicíni na kurzu resuscitace potřebují 16 sek. na provedení 2 umělých vdechů a provedou tak **jen 43 kompresí hrudníku za minutu**. Těchto je ale v průměru potřeba **100/min**. V další studii na zvířatech přežilo 100 % zvířat, která měla více než 80 kompresí/min. oproti pokusným zvířatům, která dostávala méně než 80 kompresí/min.



Dalším důvodem po časové ztrátě je i **velikost nitrohruďního tlaku**, která se s dýcháním mění. Zatím není úplně jasné, na jakém principu funguje zevní srdeční masáž a existují dvě teorie. Původní je teorie srdeční pumpy, která předpokládá, že srdce nepřímou pumpuje krev pomocí jeho stlačování mezi hrudní kostí a páteří. Druhá (novější) teorie počítá právě se změnou nitrohruďního tlaku - tzv. teorie (nitro) hrudní pumpy. Předpokládá, že tlak, který vyvíjíme na hrudní kost, potažmo celý hrudník, se přenáší na srdce a cévy. Zvýšil-li se nitrohruďní tlak, je krev vytlačena z hrudníku do dalšího těla a klesne-li nitrohruďní tlak tím, že necháme hrudník, aby se vrátil do původního stavu, je krev nasávána do hrudníku (uvedený fakt dokazuje i úspěšná laická resuscitace zvonem na čištění odpadu).

Zdá se, že efekt srdeční masáže je **kombinací obou teorií**. A proto, že **samotný vdech má vliv na nitrohruďní tlak, může efektivitu srdeční masáže snižovat**. Jednoduše řečeno, pokud se snažíme napumpovat do plic co nejvíce vzduchu na úkor průtoku krve organismem, krev se sice může okysličit, ale **dodávka kyslíku do tkání se snižuje**, protože krev může hůře proudit (hlavně do srdce a mozku) - dochází tedy k negativním hemodynamickým změnám (hydrodynamické změny, kde kapalinou je krev). „Rušivý“ vliv ventilace je ve fázi nasávání krve do hrudníku při dekompresi (uvolnění hrudníku). Navíc bylo prokázáno, že **k dostatečnému okys-**

## CENY V JIČÍNĚ PŘEDÁVAL RUMCAJS

Dne 31. 5. 2006 se v Jičíně konala regionální soutěž Hlídek mladých zdravotníků Královéhradeckého a Pardubického kraje. Nad celou akci převzal záštitu starosta Jičína **Ing. Martin Puš**, který osobně přivítal 90 soutěžících z obou krajů v Porotním sále na zámku v Jičíně. Členy HMZ pozdravil také ředitel Úřadu ČČK **JUDr. Jiří Procházka**. Dětský pěvecký sbor na zahájení zazpíval známou lidovou píseň „Znám já jeden krásný zámek nedaleko Jičína“. Do celodenního programu byla dětem mj. zařazena prohlídka jičínského muzea a výstup na Valdickou bránu.

Ceny a sladké překvapení (většinou dortů se znakem červeného kříže) všem soutěžícím na závěr programu předal populární Rumcajs, který z nedalekého lesa Řáholce přišel v doprovodu místostarosty Jičína **Ing. Jiřího Vitvara**. Děti se rozloučily s Jičínem a Rumcajsem společnou písničkou „To je pěkná věc, v Jičíně být švec“ a spokojeně se rozjely do svých domovů.

*Eva Jahelková,*

*ředitelka Úřadu OS ČČK Jičín*



**ličení stačí ventilace s podstatně menší frekvencí**, než je fyziologická. Výjimkou jsou stavy, kde je prvotní příčina zástavy oběhu dušeni, zejména u dětí. Tam je dýchání naopak nutné, funkce oběhu není zhoršená.

Studiemi byl stanoven optimální poměr kompresí a vdechů 30:2, kdy bylo **okysličení tkání nejlepší**. Zjednodušeně: alespoň 100 kompresí za minutu. Nepřerušované stlačování vede k lepšímu průtoku krve tkáněmi. Koncepce více kompresí a méně vdechů je lépe přijímána - pomineme-li časovou neúčinnost umělého vdechu zmíněnou výše (ne každému se podaří vdechnout vzduch přímo do plic), je takto i riziko přenosu infekčních nemocí nižší a jakkoli je to etické či neetické, ne každý má chuť přikládat ústa na ústa cizího člověka.

Pokusy prováděné na zvířatech ale nelze aplikovat stoprocentně na člověka, protože u prasat a psů, na rozdíl od lidí, zůstávají dýchací cesty průchodné i v bezvědomí (nezapadá jazyk) a dochází tak k určité výměně vzduchu. Zprávy o účinnosti samotné masáže bez dýchání jsou sporné a vydat jednoznačná doporučení je proto obtížné. Pokud máme po ruce vduchovod (v případě profesionála) nebo dalšího záchránce, který provede záklon hlavy, situace se může zlepšit a imitovat podmínky u zvířat.

Závěrem tedy můžeme jako nejdůležitější pro úspěšnost resuscitace formulovat dvě zásady:

- stlačuj hrudník dostatečně rychle a hluboko
- nezdržuj se prováděním umělých vdechů.

Příroda je mocná a v mnoha případech mocnější než člověk. Pokud někdo má předpoklady, aby přežil, přežije, ať už je poměr jakýkoli a současně platí, že jakkoli prováděná resuscitace je lepší než nečinnost.

*MUDr. Renáta Juklová,*  
*anesteziologicko-resuscitační oddělení*  
*Nemocnice Šternberk, členka OS ČČK Olomouc*

Skleróza je skvělá nemoc - nic vás nebolí a každý den spousta novinek.



## MEZINÁRODNÍ VÝBOR ČERVENÉHO KŘÍŽE (2. díl)

V oblasti pomoci obětem ozbrojených konfliktů MV ČK jednak organizuje pomocné zásilky humanitárního či zdravotnického charakteru, pečuje o vnitřně přesídlené osoby, osoby zbavené svobody, poskytuje také např. osivo a zemědělské náčiní, provozuje zdravotnická zařízení v oblastech zasažených konflikty (ročně ošetří asi 3 miliony osob) či pokonfliktních (zde připomeňme jeho protetiká centra - ročně tak umožní žít běžný život asi 50 tisícům osob), ale i sanitární týmy budující rozvody pitné vody (pro asi 20 milionů lidí). Významnou složkou jeho pomoci obětem konfliktů či jiných katastrof je shromažďování zpráv o nezvěstných a pátrání po nich, předávání rodinných zpráv, slučování rozdělených rodin či poskytování nouzových cestovních dokladů (ročně je předáno kolem 1,5 milionu zpráv, vypátráno přes 6 tisíc osob a sjednoceno 3 tisíce rodin, náhradní cestovní doklad ročně obdrží asi 10 tisíc lidí). Ústřední pátrací agentura MV ČK metodicky řídí síť pátracích služeb jednotlivých národních společností.

Dohled nad dodržováním humanitárních norem a návštěvy osob zbavených svobody (váleční zajatci, internovaní civilisté, političtí vězni apod.) zachrání velké množství lidí před útrapami. Registrace těchto osob také brání jejich „nevysvětlitelným zmizením“ - ročně MV ČK navštíví téměř třičtvrtě milionu těchto osob ve 2.500 věznicích a táborech, mezi něž patří i tolik diskutovaná místa jako Irák, Blízký Východ či Guantánamo... Zjištění MV ČK

z těchto kontrol jsou důvěrná - MV ČK se jednáním s příslušnými úřady snaží dosáhnout nápravy. Zpravidla je úspěšný a proto zveřejnění nálezů je až naprosto krajní možností. Všechny tyto činnosti by MV ČK nemohl zajistit zcela sám a z jediného místa. Kromě centrály v Ženevě provozuje síť tzv. delegatur v 80 zemích světa - zejména tam, kde jsou lidé postiženi konflikty či nepokoji. Celkem MV ČK zaměstnává 11 tisíc pracovníků a navíc spolupracuje s jednotlivými národními společnostmi v místech svého působení.

Pokud jde o řízení Mezinárodního výboru ČK - nejvyšším orgánem je *Shromáždění členů MV ČK*, kterých může být nejvýše 25 (nyní má 17 členů) a musí se jednat o občany Švýcarska. Členové MV ČK nejsou ovšem voleni, ale kooptováni. Tím je zaručena potřebná neutralita MV ČK, díky tomu požívají jeho delegáti důvěry všech znepřátelených stran... V čele MV ČK stojí prezident volený Shromážděním na dobu 4 let. V současnosti je jím **Dr. Jakob Kellenberger** (od roku 2000).

Znakem MV ČK je červený kříž na bílém poli doplněný názvem COMITE INTERNATIONALE GENEVE.

Závěrem zmiňme nezastupitelnou roli MV ČK při rozvoji mezinárodního humanitárního práva přípravou návrhů nových smluv - historicky jeho rozvoj započal v roce 1864 první Ženev-

skou úmluvou o 10 člancích. Dnes tento systém zahrnuje jako základní pramen čtyři nové Ženevské úmluvy z roku 1949 spolu s dvěma



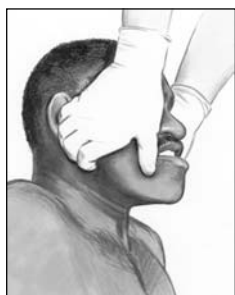
Dodatkovými protokoly (1977) mající 600 článků, doplněné desítkami dalších smluv. Obtížnost jednání předcházejících přijetí těchto smluv Diplomatickou konferencí ilustruje fakt, že např. přijetí obou Dodatkových protokolů z roku 1977 předcházelo 12 let jednání...

MV ČK má za sebou více než 140 let práce. Ne vždy mohl být plně úspěšný - připomeňme např. osudy civilistů během druhé světové války, kdy vinou krátkozraké politiky států, které před válkou odmítly jeho návrh IV. Ženevské úmluvy o ochraně civilních osob, nemohl MV ČK - na rozdíl od např. válečných zajatců - účinněji zasáhnout.

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

## FALEŠNÉ MÝTY V PRVNÍ POMOCI

### DÍL IV. - MÝTUS O PORANĚNÍ KRČNÍ PÁTEŘE



Problematika poranění páteře je tématem velmi nevděčným; již i pouhé podezření zásadním způsobem mění „zaběhnuté postupy“, nutí k zamyšlení a zdrženlivému přístupu. Horké chvíle pak pravidelně připravuje i zdravotnickým instruktorem, neboť posluchači kurzů zcela logicky a často neodbytně kladou otázky typu: „A co když bude mít...??“

Falešný mýtus o poranění páteře praví, že takového poraněného je třeba důkladně vyšetřit, ošetřit všechna sebezbanálnější poranění včetně oděrek na hýždích a následně ho uložit do polohy na boku. Je to mýtus nebezpečný!

Předně je třeba říci, že více než polovina zranění páteře nemá zpočátku žádná klinická projevy nebo jsou tyto projevy zastřeny celkovým stavem pacienta (např. bezvědomí), že sebelepší nemocniční léčba není schopna napravit škody vzniklé nesprávným ošetřením postiženého se zraněním páteře a že dle odhadů má až 1/4 poúrazových následků poranění páteře souvislost s nesprávným prvotním ošetřením!

**Nemožnost bezpečně rozpoznat poranění páteře nutí s ním automaticky počítat vždy, pokud ho nemůžeme na podkladě mechanizmu úrazu vyloučit.** Proto platí, že každý postižený v bezvědomí následkem úrazu, každé mozkolební poranění či poranění způsobené velkou mechanickou energií (pády z výše, dopravní nehody, pády z kola, skoky do vody, zavalení, atd.) je spojen se zraněním páteře a to až do okamžiku, než je prokázán opak (některým z radiologických vyšetření).

Pakliže jednou vyslovíme takové podezření, je nutné další manipulaci s poraněným omezit na naprosto nezbytné minimum, optimálně ho ponechat v takové poloze, v jaké byl při našem příchodu. Samozřejmě za předpokladu, že z toho nevyplývá další riziko (obecná bezpečnost, zachovalé dýchání a krevní oběh). Pokud je v bezvědomí, neukládáme ho do stabilizované polohy, ale volně dýchací cesty udržujeme pomocí předsunutí dolní čelisti bez současného záklonu hlavy (viz obrázek). Je-li už z nějakého důvodu manipulace nevyhnutelná, provedeme ji vždy s maximální mož-

nou šetrností a optimálně ve spolupráci alespoň pěti lidí. Cílem je vyhnout se ja-

Pacient se ptá: „Pane doktore, co je na vaší práci nejtěžší?“ - „Dostát z pacienta, co má nejraději, abychom mu to mohli zakázat,“ odpovídá lékař.

kýmkoliv pohybům v oblasti páteře, která by měla být držena takzvaně „v ose“. Hlava by pak po celou dobu ošetřování měla být zajištěna proti jakýmkoliv pohybům. Konkrétní postupy jsou podrobně zpracovány v příručkách ČČK.

*Josef Škola*

## RADA PRO VÁS ...

### DRUHY TELECÍHO MASA

Maso z telat je libové a lehce stravitelné, takže často bývá součástí dietní nebo dětské stravy. Nejlepší je z telat poražených ve věku 6 - 14 týdnů. Čím je maso bělejší, tím více bylo tele krmeno mlékem a je větší předpoklad, že maso bude měkké a jemné chuti. Protože obsahuje velmi malé množství tuku, je vhodné k němu při pečení přidat sádlo, aby nevysychalo a bylo vláčnější.

**Kýta** - nejlibovější a nejlepší kus telecího masa. Leží v zadní části, dělí se na vrchní a spodní šál a velký a malý ořech. Hodí se hlavně na rychle připravované pokrmy (řízky, medailonky, steaky), používá se i na smažení a dušení, z plátků se připravují rolády nebo závitky.

**Vysoké karé** - velmi štatnaté maso ze střední části hřbetu podél páteře, kterému se také říká pečeně. Vedle kýty je to nejkvalitnější a nejoblíbenější maso z telete. Dělí se na zadní a přední část (žebírko). Karé lze péct také v celku s kostí nebo bez. Vykostěná rolovaná telecí pečeně se dusí nebo peče.

**Plec** - leží v přední části hrudi pod krkem. Vhodné je např. na dušení.

## VÍTE, ŽE

### CÉVY

- tepny velkého oběhu vznikají postupným větvením hlavní tepny - srdečnice (aorty), tepny malého oběhu větvením plicního kmene
- tepny se dále dělí v tepénky až vlásečnice
- na průřezu tepny jsou vidět 3 vrstvy: uvnitř jednovrstevná hladká epitelová blánka, uprostřed hladké svalstvo, zevně stěnu tepny tvoří vazivová vrstva s množstvím nervových vláken i cévek
- všechny cévy vedoucí krev k srdci se nazývají žíly (vény) - na rozdíl od tepen nemají tak silnou svalovitou vrstvu. Mnohé žíly jsou vedeny rovnoběžně s tepnami
- malé, tenkostěnné žíly se snadno roztáhnou a při kolísání tlaku slouží jako rezervní náplň krve
- velké žíly mají tlustší stěnu, protože jsou často vystaveny velkému tlaku.

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

## HRAVÉ ODPOLEDNE PRO HRAVÉ DĚTI

Osmý květen je v povědomí lidí zapsán jako den osvobození od nacismu a dlouho očekávaný konec války a také jako Světový den Červeného kříže. Místní Červený kříž v Ledči nad Sázavou se rozhodl uctít tento významný den po svém a uspořádal Zábavné soutěžní odpoledne pro děti a jejich rodiče.

V pondělí, lehce před třetí hodinou odpolední, se členky a členové ledečského ČK sešli na víceúčelovém hřišti za ZŠ Nádražní, a zakrátko tu pod vedením před-



sedkyně MS ČČK Daniely Geherové vyrostlo několik soutěžních stanovišť, kde mohly později děti vyhrát drobné ceny, především sladkosti. Při házení míčem na basketbalový koš, skocích přes dlouhé lano, driblování míčku na raketě za chůze nebo při závodech na koloběžkách či v kočárkách organizátoři hodnotili nejen výkony, ale především šikovnost a snahu odvážlivců, a tak častěji než slzičky zklamání v očích dětí zářily jiskřičky radosti. Počasí této akci skutečně přálo, proto se jednou z nejvyhledávanějších atrakcí stal stánek s občerstvením a lahodnou zmrzlinou. Aby organizátoři dodali celé akci také vzdělávací ráz, byly připraveny i ukázky správné první pomoci, které děti pozorně sledovaly.

Svou troškou do mlýna přispěl i DDM v Ledči n. S., zastoupen členkami tanečního kroužku pí. **Kubové**. Dívky nejenže předvedly své taneční umění, ale staly se zároveň porotkyněmi později vyhlášené soutěže o nejlepší taneční figuru. Nově nabyté pohybové zkušenosti děti zajisté uplatnily na závěrečné diskotéce.

Na akci čistě soukromě zavítal i starosta města **Stanislav Vrba**, stejně jako místostarosta **Jaroslav Doležal** spolu se dvěma zástupci MO ČSSD, exministrem zemědělství **Petrem Zgarbou** a poslancem Parlamentu ČR **Karlem Černým**. Všichni tři pánové se zapojili do zápolení o největší počet vstřelených košů a soutěž to byla vsutkou napínavá. Ještě než z pracovních důvodů Leděč nad Sázavou opustil, vyjádřil exministr Zgarba obdiv místním členům ČK s tím, že v dnešní uchvátané době je jen málo organizací nezištně provozujících něco takového pro občany. Dodal, že na ledečské poměry to byla akce kvalitní, nabízející mladým něco jiného než nudu, alkohol nebo drogy. S p. Zgarbou nelze než souhlasit a doufat, že podobných akcí nás čeká více.

Tímto bych také chtěla jménem MS ČČK poděkovat městu, které nám umožnilo akci pořádat, stejně jako MO ČSSD, která poskytla ceny do soutěží, a nemohu zapomenout ani na samotné členky a členy ČK, kteří spolupracovali s nevšední ochotou.

*Tereza Dvořáková,  
členka MS ČČK Leděč nad Sázavou*

## VELIKONOCE 2006 - SVATÝ KÁMEN

O Velikonocích 2006 se uskutečnil rekondiční pobyt pro důchodce v Rekondičním a humanitárním středisku Červeného kříže - Svatý Kámen. Účastníci pobytu si mohli zacvičit pod vedením cvičitelky, mohli si dopřát masáž a

hlavně pokojně prožít Velikonoce. Pracovníci střediska pro ně připravili i veselý program. Krásná příroda v Novohradských horách vybízela k mnohým procházkám a výletům. Dle přání účastníků pobytu tu lze formou zájezdu navštívit řadu známých a historických míst jako jsou Kaplice, Nové Hrady, Dobrá Voda, Česká Koruna. Obrázek je z tvrze Žumberk, kde je stálá expozice malovaného lidového nábytku. Jde o ojedinělou osadu založenou ve 13. století, která má dosud zachovalé opevnění. Ráda bych touto formou poděkovala za péči všem, kteří na Svatém Kameni o nás pečovali.

*Libuše Šedinová, účastnice pobytu z Prahy 7*



## SVĚTOVÝ DEN ČK V JINDŘICHOVĚ HRADCI

Dne 8. 5. 2006 se u příležitosti Světového dne Červeného kříže uskutečnila velká akce s názvem „Pomoz pomoci!“ Tuto akci uspořádal OS ČČK Jindřichův Hradec ve spolupráci se zdejší OS Mládeže ČČK, odborem školství, mládeže a tělovýchovy města J. Hradec a se sportovní organizací SKOK J. Hradec. Na přípravě spolupracovaly i Vojenský záchranný útvar, Městská policie a družstvo kynologů ČČK - všichni z J. Hradce. Akce byla určena pro všechny zájemce z řad široké veřejnosti, kterým není lhostejná záchrana lidského života.

V úvodu byla pro návštěvníky nasimulována dopravní nehoda, při které zasahovaly dvě ze složek IZS - Hasičský záchranný sbor J. Hradec a Zdravotnická záchranná služba J. Hradec. Cílem bylo seznámit diváky s postupy při dopravní nehodě a také se základy poskytování první pomoci, neboť na zásahu se podíleli i mládežníci z OSM ČČK. Celý zásah byl komentován profesionálně ze svého oboru a vše bylo opravdu velmi autentické. Statistiky dokazují, že u dopravních nehod by přežila více než polovina zraněných, pokud by jim byla správně poskytnuta první pomoc! A mnohdy stačí tak málo k záchraně! Bohužel je dokázáno, že mnoho lidí by rádo pomohlo, ale neví jak. Proto je tak důležité ovládat pár základních úkonů, které zachrání život!

Z těchto důvodů jsme po skončení zásahu připravili pro návštěvníky řadu stanovišť, na kterých si mohli sami vyzkoušet své dovednosti při poskytování první pomoci. Každý byl po úspěšném absolvování stanovišť odměněn drobnými dárky, které darovali naši sponzoři. Všem spolu- pořadatelům a sponzorům bychom rádi poděkovali, protože bez nich bychom akci nemohli uspořádat. Doufáme, že také návštěvníci byli spokojeni a navštíví i příští ročník.

*Jitka Čechová,  
OS Mládeže ČČK Jindřichův Hradec*



která v příštím roce oslaví 60 let činnosti. Paní Marie velmi aktivně pracovala ve výboru organizace, vždy ochotně a s úsměvem pomáhala všude, kde bylo potřeba. Dlouho organizovala tradiční pochovávací basy, maskární plesy a jiné kulturní akce. Při povodni v roce 1997, i když sama přišla o rodinný dům, obětavě pomáhala s humanitární pomocí ostatním spoluobčanům. K jejím koníčkům patří pěstování a sběr léčivých rostlin, ze kterých dokáže připravit léčivé masti a tinktury. Paní Marie patří mezi vzácné lidi, kteří vždy vyslechnou, poradí a pomohou.

Za všechnu její obětavou práci jí proto patří velký obdiv a ještě větší dík. Do dalších let jí přejeme hodně zdraví, protože je vzácné, hodně štěstí, protože je krásné, mnoho žití, protože je krátké a hodně lásky, protože je jí tak málo.

*Přejí členové MS ČČK Zátor*

## PROSPĚŠNÉ SMLOUVY V PARDUBICKÉM KRAJI

V pondělí 20. března 2006 byly slavnostně předány smlouvy mezi Pardubickým krajem a tzv. „ostatními“ složkami Integrovaného záchranného systému. Na území Pardubického kraje působí Český červený kříž a jeho tři kolektivní členové (Vodní záchranná služba ČČK, Horská služba ČR a Záchranná brigáda kynologů).



„Pardubický kraj již ve svých počátcích zahájil tradici podpory těmto dobrovolným občanským sdružením a spolkům. Uvědomujeme si jejich potřebnost a snažíme se je všelijak podporovat - finančně i morálně, např. přijímáním zástit nad akcemi, apod.“, řekl při této příležitosti první náměstek hejtmána **Ing. Roman Líněk**. Slavnostního ceremoniálu se zúčastnil i náměstek hejtmána zodpovědný za zdravotnictví **Ing. Josef Janeček**, který řekl: „Děkujeme všem, kteří tuto práci dělají. Snažíme se je všemožně podporovat. Zároveň si však uvědomujeme, že financí je stále nedostatek a že v této oblasti máme stále co ještě dohánět“.

*František Hanák,  
ředitel Úřadu OS ČČK Pardubice*

## OSLAVA 80. NAROZENIN V MS ČČK KRÁLÍKY

Ve čtvrtek 25. května 2006 jsme společně oslavili významné životní jubileum naší dlouholeté členky paní **Ludmily Tomáškové**. Osmdesáté narozeniny, kterých se dožívá v plné svěžesti a s neutuchajícím humorem, staly se impulsem k milému a s r d e č n é m u setkání naší MS ČČK i rodiny. Květin i dárků, které potěší především chuťové pohárky, by se jeden ani nedočítal. S upřímnými díky za dosavadní práci a gratulaci se připojili i předsdkyně MS ČČK Králíky **Jaroslava Rajmanová** a předseda OS ČČK Hradec Králové **Lukáš Pochylý**.



*Jaroslava Rajmanová,  
předsdkyně MS ČČK Králíky  
a místopředsdkyně OS ČČK Hradec Králové*

## BLAHOPŘÁNÍ K ŽIVOTNÍMU JUBILEU

Naše členka paní **Marie Matějáková** se dožívá v plné svěžesti **75 let**. Patří k zakládajícím členům naší **MS ČČK Zátor** (okr. Bruntál),

Ptá se lékař důchodkyně: „Co s vámi bylo, paní Novotná, že jsem vás už skoro dva měsíce neviděl?“ - „Ale to víte, pane doktore, nemohla jsem přijít - byla jsem nemocná“.

## PŘIPOMÍNÁME SI V ČERVENÉM KŘÍŽI

### 45 VÝROČÍ PŘIJETÍ HESLA „HUMANITOU K MÍRU“

Vrátit se musíme až do roku **1961**. Tehdy se v Praze uskutečnila vůbec nejvýznamnější mezinárodní akce Červeného kříže, která kdy byla uspořádána na našem území - totiž **XXVI. zasedání Rady guvernérů Ligy společností Červeného kříže a Červeného půlměsíce** (dnešní Mezinárodní federace ČK a ČP). Konalo se v Praze ve dnech 25. září - 7. října 1961 a byla to tehdy velká sláva. Bylo to vůbec poprvé, kdy se tak významné zasedání Červeného kříže uskutečnilo v zemi tzv. východního bloku. Zasedání se zúčastnilo 220 delegátů ze 72 zemí ze všech kontinentů naší planety. Plenární zasedání hostil tehdejší hotel Internacionál v Praze-Dejvicích.

A je třeba uvést, že Praha se na toto významné zasedání důstojně připravila. Značnou pozornost budila květinová výzdoba na Václavském náměst-

tí, kde pod sochou svatého Václava vytvořili na umělém záhonu pražští zahradníci ze 3.000 kvě-



tin znaky Červeného kříže, Červeného půlměsíce a Červeného lva a slunce. Pro účastníky zasedání

bylo uspořádáno slavnostní představení Smetanovy opery „Jakobín“ v Národním divadle, koncert České filharmonie i přijetí delegátů tehdejším prezidentem republiky **Antonínem Novotným**. Delegáti také navštívili Tábor, Karlovy Vary, zámek Hlubokou, Ústřední školu ČSČK v Líšnu i pražskou Thomayerovu nemocnici.

Toto významné zasedání si však připomínáme především proto, že na něm - právě před 45 lety - bylo **na návrh ČSČK** přijato druhé ústřední heslo mezinárodního hnutí Červeného kříže, které zní: „**Per humanitatem ad pacem**“ („**Humanitou k míru**“). Pro pořádek uvedme, že prvním heslem - užívaným prakticky od založení Mezinárodního výboru Červeného kříže v roce 1863 bylo - „**Inter arma caritas**“ („**Milosrdenství mezi zbraněmi**“).

## JAK SE DŘÍVE LÉČILO

### VYPALOVÁNÍ RAN ROZPÁLENÝM ŽELEZEM

**Příkládání rozpáleného železa** (tzv. kauterizace) na určité části těla je známo zvláště z islámské medicíny (např. **Abulcasis** ve 2. polovině 10. století popsal 30 různých nástrojů používaných k příkládání žhavého železa). Tato metoda ošetření byla ve středověku a v renesanci právě tak oblíbená jako pouštění žilou.



V chirurgii se používalo rozpáleného železa mj. při operacích břicha, při odstraňování nádorů, k zástavě krvácení (zejména ve válečné medicíně), k ošetření křečových žil a hemoroidů. Používalo se ho však i při onemocnění vnitřních orgánů, jako např. při ztvrdnutí žaludku, jater a sleziny. Tento způsob léčby u vnitřních chorob připomíná moxu z čínské medicíny. Tvrdilo se tehdy, že jestliže selžou léčivé prostředky, má se na bolestivá místa přiložit rozpálené železo. Na zobrazeních těla byla označována místa, kam se má železo příkládat. Je nutno uvést, že šlo o velmi bolestivou léčebnou metodu.

Tepre **Ambroise Paré** přestal užívat k hojení ran rozpáleného železa či vroucího oleje. Vyšel tak vstříc prosbám postižených a rány začal hojit

## POŠTOVNÍ ZNÁMKY PODLE ABECEDY

Od písmene **D** jsme tentokrát vybírali poštovní známky z několika zemí (Dánsko, Dominikánská republika, Džibutsko). Vybrali jsme nakonec jednu známku vydanou **Dánským ČK** vydanou v roce 1959 ke



„Jak to, že máte na jazyku tolik třísek?“ ptá se lékař pacienta na pohotovosti. - „Byla to hrůza, pane doktore, celá litrovka rumu se mi rozlila na podlahu!“

100. výročí bitvy u Solferina, na níž je zeměkoule obepínána vlajkami se znakem červeného kříže.

Také poštovní známka vydaná **Džibutským ČK** připomíná 125. výročí bitvy u Solferina a současně 120. výročí přijetí první Ženevské úmluvy - to dokazuje, že byla vydána v roce 1964.

## ZLATÉ KŘÍŽE NA Kladně

Středeční podvečer 7. června 2006 se v historické obřadní síni v budově kladenské radnice sešli mnohonásobní bezpříspěvkoví dárci krve. Vystrídali tak v těchto prostorách obvyklé svatební hosty. Místo ženichova a nevěstina „Ano“ zněly na otázky typu: „Proč dáváte krev?“ udivené odpovědi: „No, protože je to třeba, protože moje krev může někomu zachránit zdraví, protože nevím, kdy ji sám budu potřebovat...“.



Tři bezpříspěvkoví dárci krve si odnesli ze slavnostního setkání Zlaté kříže 3. třídy za 80 bezplatných odběrů krve, další tři desítky z nich pak zlaté Medaile prof. Jana Janského za 40 bezplatných odběrů krve. Za jejich humaní činy pro své spoluobčany jim děkovali primátor Kladna **Ing. Dan Jiránek**, ředitel Úřadu Českého červeného kříže **JUDr. Jiří Procházka** a předsedkyně hostitelského OS ČČK Kladno **Stanislava Klicmanová-Maříková** (na obr.), kteří vysoká vyznamenání ČČK pro bezpříspěvkové dárci krve společně předávali spolu s květinami a drobnými dárky.

### JEROME KLAPKA JEROME (2. 5. 1859 - 14. 6. 1927)

Slavný anglický humoristický spisovatel se narodil ve městě Walsallu v rodině laického kazatele. Jméno Klapka obdržel malý Jerome na počest známého maďarského generála György Klapky, s nímž se jeho rodiče spřátelili. V patnácti letech osiřel. Živil se jako úředník na dráze, učitel, ochotnický herec i novinář, zkoušel štěstí i jako spisovatel.

Ve svých třiceti letech se chystal napsat průvodce po dolním toku řeky Temže připomínající historické události na jejích březích. Redaktorovi z časopisu Home Chimes se však velmi líbily veselé příběhy tří kamarádů, tak je na jeho radu v knize ještě více rozvedl a jeho nejslavnější kniha - „**Tři muži ve člunu (o psu nemluvě)**“ - byla na světě. Dnes se dočkala stovky vydání a byla přeložena



snad do všech světových jazyků. Po jejím úspěchu byl finančně zajištěn a již se mohl plně věnovat pouze literatuře. Jeho literární dílo zahrnuje celkem 29 titulů (nikoli pouze humoristických románů a povídek, některé texty jsou i na vážná témata).

Ptáte se, co má tento slavný spisovatel společného s Červeným křížem? Když vypukla první světová válka, dobrovolně se hlásil do armády. Bylo mu však již více než 55 let a tak jej do armády pro pokročilý věk nepřijali. Nabídl proto své služby **Francouzskému červenému kříži** a jezdil po bojištích jako řidič jeho ambulance. Po neradostných válečných zážitcích již žádné humoristické dílo nenapsal.

## I TAK SE DÁ PROPAGOVAT ČERVENÝ KŘÍŽ

Český červený kříž pořádá řadu soutěží dětí, mládeže i dospělých v poskytování první pomoci. Pro vítěze často shání od sponzorů nejrůznější ceny. V poslední době jsme se několikrát setkali s tím, že pro vítěze těchto soutěží jsou kromě jiného připraveny i sladké odměny - **dorty se známkou červeného kříže**. Ty, které vidíte na fotografii byly připraveny pro vítěze regionálního kola soutěže hlídek mladých zdravotníků Královéhradeckého a Pardubického kraje organizovaného **OS ČČK Jičín**, podobné jsme však viděli i na soutěži HMZ v Havlíčkově Brodě i jinde. Určitě i u Vás máte šikovné cukráře, co říkáte?



## VYZNAMENÁNÍ ČERVENÉHO KŘÍŽE

### SLOVENSKÁ VYZNAMENÁNÍ - 1. část



Za druhé světové války uděloval Slovenský červený kříž vyznamenání a odznaky podle Zákona č. 259/1941 a podle článku 23 Statutu Slovenského ČK, jímž byly zřízeny:

- Vyznamenání Za hrdinství
- Vyznamenání Za zásluhy
- Odznaky Slovenského ČK za úspěšnou službu

Postupně Vám je v nejbližších třech číslech Novin ČK představíme.

Vyznamenání „**Za hrdinství**“ se udělovalo za hrdinství projevované při záchraně a ochraně života nebo majetku. Udělovalo se vojákům i cizím státním příslušníkům. Jeho stanovy byly vydané 20. 1. 1945 a mělo tři stupně. Jejich autorem byl Andrej Peter.

Kříž je rovnoramenný, z bronzu, pro I. stupeň je pozlacený a má průměr 45 mm, pro II. stupeň je postříbený s průměrem 40 mm stejně jako pro III. stupeň. Kříž Za hrdinství má průsvitný červený smalt, pod nímž je kresba lipových lístků. V jeho středu je mezikruží, v němž je na bílém podkladu rovnoramenný červený kříž. Na horním rameni je kolmé očko. Dvěma hranatými podlouhlými očky se připevňuje přímo na stuhu. Na zadní straně kříže je nápis „Slovenský červený kříž Za hrdinstvo“ a stupeň. Kříže byly číslovány.

Stuha byla z moiré hedvábí, 47 mm široká a pro III. stupeň 50 mm dlouhá. Pro ostatní stupně je trojúhelníková, červená, s 12 mm širokými bílými okraji, ve kterých je 2 mm široký modrý proužek. Na obr. je vyznamenání Za hrdinství III. stupně.

## JIRÍ KRYTINÁŘ A ČERVENÝ KŘÍŽ (dokončení rozhovoru z 1. strany)

**Redakce Novin ČK:** „Nedávno jsi prodělal ortopedickou operaci a přesto hodně pracuješ. Kde se s Tebou mohou diváci setkat?“

**Jiří Krytinář:** „Občas jsem k vidění v kabelové televizi TOP, kde jsem například nedávno vystoupil s mým mladým kamarádem, zpěvákem Hynkem Tommem, se kterým vyjíždíme za diváky i mimo Prahu. Je to takové nesvázané povídání o životě, veselých příhodách z natáčení a hezkém zpívání...“

**Redakce Novin ČK:** „Znamená to, že i Ty zpíváš?“

**Jiří Krytinář:** „Přejdu-li Tvou jízlivost, mohu prozradit, že opravdu chystáme s Hynkem společnou písničku. Tedy on bude zpívat a já mu do toho budu trochu recitovat. Nech se překvapit! (Smích)“

**Redakce Novin ČK:** „Publiku se představuješ hned v několika podobách a tvářích. Zná Tě nejenom jako herce, ale i moderátora a někteří lidé Tě vnímají i jako hodináře. Která z těchto poloh je Ti nejbližší?“

**Jiří Krytinář:** „Nejlépe se cítím být hercem. Snad už jen proto, že mohu s lidmi navázat velmi neobvyklý kontakt a něco jim jeho prostřednictvím sdělit. Neztracuji však ani zmíněnou hodinářinu. Ta je pro mě naopak velkou relaxací. Při takové opravě hodin vypnu mozek a soustředím se jenom na vnitřek nádherného stroje a když se to ještě nakonec povede, mám obrovský pocit sebeuspokojení.“

**Redakce Novin ČK:** „Prozradíš nám také něco ze svého soukromí? Co třeba rodina?“

**Jiří Krytinář:** „S čistým svědomím mohu prohlásit, že už šestnáct let žiji v manželství s jednou ženou. Manželka je právnickou. Máme spolu dceru Janičku, které je šestnáct a studuje gymnázium. Vedle toho s námi bydlí i naše fenka Žofka. Toť vše...“

**Redakce Novin ČK:** „Diváci Tě mohli nedávno vidět v zajímavém projektu České televize - „13.



Se zpěvákem Hynkem Tommem jezdíme po vlastech Českých)

komnata“, který dává cizím lidem nahlédnout do soukromí celebrit. Co Tě vedlo k takovému kroku?“

**Jiří Krytinář:** „Předně, nemám, co bych tajil! Jsem normální člověk, který má svoje radosti i starosti tak, jako miliony jiných... Tím, že jsem trochu mediálně známý, se o mě lidé zajímají, a tak když mne oslovili tvůrci tohoto pořadu, neřekl jsem ne. K mému rozhodnutí napomohla už zmíněná operace kolenního kloubu. Právě po ní jsem si udělal určitou rekapitulaci a dospěl k závěru, že bych se docela rád s některými svými pocity svěřil. Chtěl jsem jen ukázat, že i když si po své pouti po tomto světě nesu různá traumata, ještě jsem se nepoložil. O tom, že se to podařilo, svědčí mnoho ohlasů, a to nejen ze strany mých přátel, ale docela cizích lidí, kteří se mně po odvysílání komnaty ozvali. Je dobře, že se Česká televize takovým tématům nevyhýbá a já jí tímto prostřednictvím znovu děkuji.“

**Redakce Novin ČK:** Prázdny jsou v plném proudu. Kam se chystáš na dovolenou?“

**Jiří Krytinář:** „Do nemocnice na operaci druhého kolena. (Smích) Ale když to všechno dobře dopadne, pojedu na rehabilitaci do Brandýsa nad Orlicí. Spojím jenom příjemné s užitečným... Na podzim mě čekají ještě lázně a koncem roku možná Egypt. Takže to snad se mnou není až tak zlé. Nemyslím...“

Text a foto: Otto Lokaj

# ZPRAVODAJ



... z Mládeže ČČK

PŘÍLOHA NOVIN ČERVENÉHO KŘÍŽE č. 4/2006

## SEMINÁŘ HIV/AIDS

O HIV/AIDS semináři jsem se dozvěděla díky akci Červená stužka. Na seminář jsem jela s pocitem, že když nic jiného, tak určitě poznám spoustu nových lidiček a něco málo se k problematice dovím. Nejlepší byl ale přístup lektorů-všichni se chovali uvolněně, otevřeně a hlavně přirozeně. Bez zbytečného poučování. Za bezmála čtyři dny jsme stihli mít několik přednášek a debat, ale hlavně spoustu her na uvolnění i zamyšlení. Člověk se přeci jen víc vcítí do osudu lidiček zasažených nemocí. Skvělé bylo taky besedování s HIV pozitivním a přednáška s psychologem. I ostatní účastníci kurzu vypadali spokojeně. Za tak krátkou dobu jsme se navzájem stihli trochu poznat, i když mnozí se znali už z jiných seminářů. A bylo suprský pozorovat, jak se lidičky postupně bavili ve dvojicích, ale pak, všichni na jedné hromadě, jsem svými „hlubokomyslnými debatami“ rozvířovali nudnou atmosféru místního hotýlku. Myslím, že tyhle 4 dny byly nadupaný jak srandou, tak i novými informacemi a hlubšími city. A moje doporučení? Určitě na seminář jeďte-popadněte k sobě kámoše nebo vyražte na vlastní pěst, ale určo si to nenechte ujít. Když nezapomenete doma dobrou náladu a pořádnou dávku energie (protože občas byly ty „aktivní hry“ výstavný ☺), tak zažijete 4 dny překvápek ze sebe samých ☺. A teď už se těším na sraz lidí ze semináře a hlavně na besedování, abych taky mohla něco ze sebe předat dál.

*Kometa*

Seriál - Představujeme naše Oblastní Skupiny Mládeže:

## OSM PRAHA 1 A 13

Naše oblastní skupinka Mládeže ČČK Praha 1 a 13 funguje letos už desátým rokem, který jsme začali velice úspěšně - získali jsme za 84 členů v naší skupince na poslední RMR „Oskara“ za nejpočetnější skupinu Mládeže v ČR a naše řady se každoročně o pár členů pravidelně rozrůstají. Tento školní rok máme čtyři skupinky dětí, kde vyučujeme převážně první pomoc, z toho dvě jsou v naší klubovně. Naše nová klubovna, kterou máme od roku 2003, je na Praze 13 na sídlišti Stodůlky, kde se také soustředí většina našich aktivit. V klubovně je již po jeden rok úspěšně provozováno vysokorychlostní připojení k internetu na počítači, který je volně k dispozici všem našim členům. Na Praze 1 spolupracujeme hlavně s gymnáziem Josefská, kde také každoročně pořádáme soutěž HMZ. Jsme aktivně zapojeni do všech 3 projektů M-ČČK: V projektu Help Trans - Pomoc v pohybu, máme několik klientů - seniorů a dříve jsme docházeli i do ústavu sociální péče. V rámci projektu HIV/AIDS a život nás všech chodí našich 7 besedníků pravidelně besedovat se studenty II. stupňů ZŠ a SŠ. Jinak ale pořádáme hlavně akce pro děti, nejčastěji víkendové akce a letos jsou naplánovány tři letní tábory. Naše skupina má také ve spolupráci s OS ČČK Praha 7 a 1 vlastní Humanitární jednotku, která se uplatnila třeba při povodních v roce 2002 a letos v zimě při provizorním ubytování bezdomovců ve stanech na Letné. V uplynulém roce naše skupina uspořádala několik větších akcí, loni v září například republikovou soutěž ZD HJ ČČK a DJ ČČK v objektu našeho OS na Svatém Kameni, kde pořádáme také OSS a KSS. Dále stojí za zmínku uspořádání dnes již 10. ročníku akce Memorál Alice Masarykové, která je pravidelnou prezentací naší činnosti pro veřejnost.



*Napsala: Martina Veverková, Jakub Rybář, Šimon Hlinovský*

## SETKÁNÍ VEDOUCÍCH SKUPIN DĚTÍ

5.-7. května 2006

Akcička byla velmi „úspěšná“. Absolvovali jí 4 účastníci. Za koordináční skupinu M-ČČK projektu Děti se zúčastnila Eliška Pevná, za prezidium Jaromír Ambrus a nejen ubytování zabezpečila Klárka Koblížková. I přes malou účast jsme si toto setkání velmi užili. Vládla tady velmi živá nálada a o legraci nebylo nikdy nouze. Ubytování bylo u Klárky Koblížkové. V bytě jsme nepostrádali skoro nic. Dokonce jsme měli zabezpečeno pěti-hvězdičkové stravování, protože jeden účastník byl povoláním kuchař. Zkrátka to nemělo chybu. Ráno v sobotu jsme podstoupili i takovou malou trošičku opožděnou rozsvičku. Eliška a ostatní nás vytáhli doprostřed lesa a hráli jsme si s freesbee (zkrátka jsme si házeli lítacím talířem). Kupodivu jsme neutrpěli žádná zranění. Jenom naše bránice dostala docela zabrat



od smíchu. Odpoledne jsem dostali za odměnu návštěvu v pražské ZOO. To byla akce, která nám všem velmi seděla. Opravdu velmi dobře strávený čas. Každý si tam našel něco, co jej zaujalo a navíc jsme tam měli i takovou malou „bojovku“. Ve dvojicích jsem vymýšleli navzájem úkoly, které jsme si měli potom vyměnit a plnit. Dokonce se nikdo neztratil a vše jsme to zvládli. Myslím si, že všichni, kteří jsme se tohoto setkání zúčastnili, budeme dlouho vzpomínat na tyto okamžiky. Jistě jsme si každý našel nějakou motivaci pro naše skupiny dětí. Opravdu krásný víkend.

Velmi pozitivní byl i přístup všech účastníků, neboť všichni do jednoho si předplatili i naše Noviny

ČČK, Mládežníci, jen tak dále !!!

## RUGBY LIGA VOZÍČKÁŘŮ

V sobotu 20.5.06 se v hale TJ Bohemians sešla zajímavá společnost. Od rána se to tam hemžilo samými vozíky. Toto místo totiž hostilo 2.kolo rugby ligy vozíčkářů. Při vyslovení jména tohoto sportu se všichni jistě podiví, co že je to vlastně za nesmysl? Jak můžou vozíčkáři hrát rugby? Odpověď zní jednoduše....můžou a taky se u toho znamenitě baví. A nejen hráči. Je to sport docela

kontaktní, který vyžaduje speciálně upravený vozík. Celkem často mi připomíná dávnou atrakci z putí - autodrom. Kdo viděl, ví o čem mluvím. V ČR registrujeme 3



týmy- Frýdecko-Místecký Beskyd, Ostravské Koníky a Pražské Roboty. Tyto 3 týmy se spolu 5x do roka setkávají a hrají spolu mistrovské zápasy. V tomto kole se opět Pražští Roboti drželi v zápase s favorizovanými Koníky velmi dobře, nakonec však stejně jako v kole prvním o jediný bodík prohráli. Frýdecko-Místecí v letošním roce jen paběrkují, ale není důležité vyhrát, jak slycháváme konečně ze všech stran ne? Pokud by někoho z našich členů tento sport zajímal, není nic jednoduššího, než se podívat na některý trénink - kluci jsou vředycky velmi rádi, když mezi ně zavítá nějaký ten „choďák“ a zahraje si s nimi.

*Jarda Ambrus*

### CO SE U NÁS CHYSTÁ ???

...aneb přijďte se bavit s námi !!!

#### FAIRY EVENING

Uvažovali jste někdy o účasti na mezinárodním kempu Červených křížů?

Rozmysleli jste si to, protože nemáte valné mínění o své angličtině? Neměli jste peníze na cestu nebo jste se jednoduše báli jet sami za hranice?

Přesto byste ale chtěli aspoň na chvíli zažít atmosféru letního kempu? Dopřejte si jednu takovou ochutnávku bez rizika, na jeden večer !!!!

**Co:** párty s divadelním představením

**Kdy:** 9. 8.2006

**Kde:** pension Nový Rybník v Obořišti u Dobříše

**Kdo:** účastníci a organizátoři mezinárodního kempu z těchto zemí: Bulharsko, ČR, Finsko, Kypr, Litva, Norsko, Polsko, Slovensko, Turecko, Velká Británie

**Pozvání hosté:** členové ČK, MČČK a veřejnost

**Vstupenka:** pohádkový kostým (není podmínkou)

## VÝSTUP NA SNĚŽKU

Kouření škodí zdraví a proto je třeba proti němu „bojovat“. Víte to vy, víme to my, ví to i celý svět. I když vědět ještě neznamená, že všichni lidé nebudou kouřit.

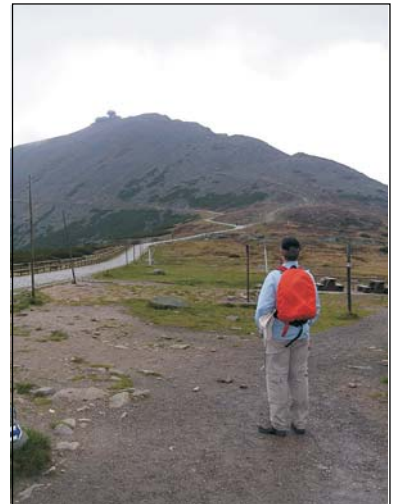
Od roku 1988 je poslední májový den **Světovým dnem bez tabáku**. V mnoha zemích jsou k tomuto dni pořádány osvětové akce, které mají veřejnost informovat o rizikosti kouření. V České republice můžete kromě klasických osvětových akcí pořádaných na 31.5. narazit i na jiné akce. Jednou z nich je i výstup na vrchol Sněžky (akce byla vyhodnocena jako jedna z pěti neúspěšnějších evropských aktivit ke Světovému dni bez tabáku 2001). Stejně jako v několika předchozích letech se i toho letošního, jubilejního desátého ročníku zúčastnili zástupci M-ČČK.

I přes velmi nevlídné počasí jsme (4 nadšenci a 1 pes) v sobotu 27.

května dorazili do Boudy Máma. Po snídani a kulturní vložce (někteří účastníci výstupu s sebou měli kytary a jeden dokonce housle) jsme vyrazili od začátku lanové dráhy po zelené značce na Růžohorky. Cesta, na jejímž začátku se na nás ještě usmívalo sluníčko, vedla lesem po kamenném chodníčku pěkně do kopce. Když se mírně rozpršelo, les nás alespoň trochu chránil, takže jsme nebyli ani moc mokří. Ještě, že na konci zelené byla tak útulná bouda – nebyli jsme jediní, kdo tam z účastníků zavítali. Když jsme se zahřáli čajem, přiblížili se, vyrazili jsme po žluté vedoucí až na Sněžku. Chvilku jsme šli ještě do mírného kopečka, pak byla rovina, dolů z kopečka a pak zase nahoru – to bylo utrpení, neboť tam udělali „schody“ a hlavně tam byla pěkná mlha, takže jste měli pocit, že tam nikdo kromě vás není. Přímou na vrcholu foukalo, takže jsme zapadli do Bistra Sněžka, kde už nás zase vítali kytaristi s houslistou. Poseděli jsme, pojedli, napsali pohledy a zase vyrazili na cestu. Ze Sněžky se za tu dobu stala ještě větrnější hůrka, takže jsme raději nandali kapuce a čepice a litovali, že nemáme rukavice. Zápátky do Pece pod Sněžkou jsme chtěli jít jinudy, takže jsme ze Sněžky zamířili k Cestě česko-polského přátelství a pak Obřím dolem do Pece. To už se na nás zase usmívalo sluníčko a hlavně jsme měli nádherný výhled do krajiny.

Zbyla nám spousta vzpomínek, fotky, kšiltovky, potítka na ruku a hlavně nadšení zúčastnit se i příští rok. Letos jsme byli jedni z cca 200 nadšenců, kteří na Sněžku v rámci akce vyšli, doufám, že příští rok nás bude ještě více. Takže příští rok, nejspíš 26.5., se s vámi rádi uvidíme na Sněžce. Ale cigarety nechte doma, stejně by vám spíš přitížily.

*Za „horolezce“ sepsala Klára Koblížková*



## PÁR SLOV O PRVNÍ BESEDĚ.. LIDI, POJĎTE DO TOHO TAKY!

A je to za námi. První beseda o HIV/AIDS. Jako pokusný králíček jsme vybrali osmou třídu na základní škole Spořilov v Pardubicích. Snad všichni učitelé si na ně stěžují – nejhroší třída na škole – ale opak je pravdou. Mají svůj názor a většinou ho řeknou na rovinu. Už jsem u nich jednu besedu měla (o drogách) a byli v pohodě. Proto jsem se nebála tam jít znovu a s tímto tématem. Nicméně nervy jsme oba dva s Vládou (spolubesedník) měli. A myslím, že každý, kdo šel na besedu poprvé, měl nervy kvůli stejným věcem. Třeba jestli řekneme vše podstatné, jestli se v důležitých věcech nezapsekáme, jak nás přijmou, zvládneme zkrotit třídu plnou pubertáků, ... ? A určitě další. Nejen kvůli tomuto na první besedu chodí garant. S námi byla Martinka Kupcová a oba jí tímto chceme poděkovat za její podporu.

Na seminář jsme původně oba jeli hlavně kvůli Mezinárodnímu kempu (abychom ho vůbec mohli absolvovat, bylo potřeba mít základní vědomosti). Ale už na semináři jsme zjistili, že jde o něco mnohem víc a že bychom s tím něco měli dělat. Seminář nám hodně dal stejně jako ostatním účastníkům. Od informací, přes nové přátele, nové osobní možnosti, uvědomění si cennosti života a zdraví a až k zrušení ostychu mluvit o sexu otevřeně.

Určitě se týká více škol, že když dojde na sexuální výchovu, učitelka vám řekne „To už určitě znáte a jestli chcete, tak se ptejte“. A kdo se zeptá? Nikdo, protože se stydí, nejsou zvyklí o sexu mluvit, bojí se, že se jim někdo bude smát a tak dále. Naopak rodiče, kteří by měli dětem říct aspoň něco základního, se zase odvolávají na školu (To vám ve škole říkali, ne?).

A takhle se to motá pořád dokola a dnešní mládež žije z mýtů a rad kamarádů. Proto je potřeba předat jim informace, které jsme si tvrdě narvali do hlavy na semináři, jak se chránit.

Po dnešní besedě jsme s Vládou rozhodnutí pokračovat dál a vzdělat co nejvíce lidí. Jak na základních školách, tak i na středních, které máme v plánu až po prázdninách. A vám všem, kteří o semináři „HIV/AIDS a život nás všech“ uvažujete, ho vřele doporučujeme. Ať už z osobního hlediska, tak i z hlediska celosvětového problému. Vždyť i naše snaha a nemalá pomoc může zachránit více či méně toho nejdůležitějšího a to lidský život! Jděte do toho!

Spousty úspěšných besed přejí Zuzik a Vláda

*(Zuzka Pavličková a Vláda Kupec)*

### Mládež ČČK

Kontakt: Sekretariát M-ČČK, Thunovská 18, Praha 1, 118 04

Tel.: 251 104 253 Fax.: 251 104 267 Mobil: 776 177 320

e-mail: [info@mladezck.org](mailto:info@mladezck.org) web: <http://www.mladezck.org>

Bankovní spojení: Česká spořitelna a.s. Praha 1 Číslo účtu: 1933865369/0800