

STŘÍPKY Z JIHLAVY

Časopis pro slabozraké a nevidomé



Přejeme Vám kouzelné Vánoce

Obsah:

VÁŽENÍ KLIENTI, PŘÁTELÉ	3
KNIHY DO UŠÍ	5
TIPY NA ZVUKOVÉ KNIHY OD P. PTÁČKOVÉ	6
ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ	10
POŘÍZENÍ ZÁZNAMU ZDRAVOTNICKÉ DOKUMENTACE PACIENTEM	14
SBÍRKA BÍLÁ PASTELKA	16
KLIKNI A POMÁHEJ.....	18
BESEDA S PANÍ MLEJNKOVOU.....	20
DOPIS PRO JEŽÍŠKA	23
ZAJÍMAVOST	27
IN – OUT	34
NEBUĎTE OFF — BUĎTE ON	45
AKCE V PROSINCI	47
BLAHOPŘÁNÍ	50
DÁRCI A SPONZOŘI	52
ČASOPIS VYDÁVÁ:	54

VÁŽENÍ KLIENTI, PŘÁTELÉ TYFLOCENTRA JIHLAVA,

Vítáme Vás v krásném adventním čase. Rok se s rokem sešel a Vánoce máme za dveřmi. Nastává teď klasické období, kdy si říkáme, zda ty Vánoce konečně budou na sněhu či klasicky na blátě. Předpovědi se různí, avšak pravé zimní počasí se nám zatím vyhýbá.

Listopad utekl jako voda, ale nabídl nám spoustu zážitků. Hojná účast byla na prezentaci kompenzačních pomůcek či na besedě s paní Mlejnkovou. Na tvoření macramé se ukázalo, kdo má hbité ruce a velkou trpělivost.

V prosinci se společně setkáme na vánočních trzích, při pečení perníčků, či na vánočním posezení, kde už teď to vypadá, že se nás sejde spousta, z čehož máme velkou radost 😊. Nebudou chybět ani online aktivity. Kromě On-line Café beseda o krásách jihozápadní Ameriky či další online s panem doktorem Pitákem.

Co vám na závěr popřát? Hlavně strávení vánočních svátků v klidu, ve zdraví a beze spěchu. Je čas se

zastavit a užít si přítomnost svých blízkých
v nejkrásnějším období roku.

Po novém roce se na vás budeme opět těšit!

S časopisem Střípky z Jihlavy Vám za Vaší stálou přízeň
děkují zaměstnanci TyfloCentra Jihlava

KNIHY DO UŠÍ

DOUPĚ

Autor: Jakuba Katalpa

Žánr: český román

Čte: Eva Navrátilová

Rozsah: 1 audiodisk (08:52:07)

Dostupné z: Knihovna Jihlava, Hluboká

Román o míjení a mimoběžných cestách po mimořádně úspěšném románu Němci přichází Jakuba Katalpa s propracovaným mnohovrstevnatým románem ze současnosti. Květa je po manželově smrti sužována pocitem samoty a neužitečnosti. Ve sklepě svého domu proto vybuduje malou místnost — doupě — a čeká na návštěvníka, kterého by do ní mohla zavřít a vyprávět mu svůj životní příběh.

TIPY NA ZVUKOVÉ KNIHY OD P. PTÁČKOVÉ

Listopadové čtení do uší

Michalel Crichton

Člověk na konci

Už Karel Čapek varoval před technikou...

Člověk pracující s počítači měl nehodu, po které byl stížen zvláštním druhem epilepsie. Měl výpadky paměti a nevěděl, že ubližuje, a nakonec i zabíjí... Už je v rukou policie, má svého psychiatra, má domluvený termín neurochirurgického zákroku. Všechno nakonec proběhlo dobře. Jenže, nemá se křičet hop, když ještě nejsme na druhé straně. Při rekonvalescenci se něco zvrtilo. Pacient se dostal z pokoje hlídaného policií a toulá se po Los Angeles. Jak to všechno dopadne? Víc se dozvíte v této napínavé knížce.

Celkový čas: 6 hodin, 49 minut, 36 sekund.

Počet stop: 21

Je v knihovně K. E. Macana. Bohužel číslo jsem si zapomněla poznamenat. Možné poslechnout si i na Youtube

Evžen Boček

Aristokratka na koni

Načteno Veronikou Khek Kubařovou

Léto 1997 na hradě Kostka, jak to všechno bylo?

Blesk nakonec neotiskl článek, který měl sloužit, jako reklama pro mladou komtesu Marii III. Kostkovou z Kostky. Rodina se snaží i nadále přežít složitou dobu. Celkem se jim to nakonec daří i díky nové příbuzné, o které polovina rodiny pochybuje, že je příbuzná. V této knížce se dozvíte o dalších trablích a plánech nejen Marie, ale i zbytku účastníků ságy na hradě Kostka.

Celkový čas: 3 hodiny, 49 minut

Počet stop: 17 plus ukázky z vydaných knih tímto nakladatelstvím

Vydalo ONE HOT BOOK. Nakladatelství.

Ludmila Vaňková

Stříbrný jednorožec

Načteno Hanou Makovičkovou

Není snadné žít život tak, aby člověk vyšel z těchto zápasů bez ztráty kytičky.

Tato kniha nás přenese do patnáctého století do Kutné Hory a do Prahy. Byla to doba složitá. V této době žil jistý Michal z Vrchovišť a Matyáš Rejsek. Ten první byl donátorem stavby chrámu Svaté Barbory a ten druhý byl stavitelem. Sledujeme jejich životní osudy. Projdeme si nelehkými vztahy mezi muži a ženami, mezi havíři a těmi, co zpracovávali a vykupovali stříbrnou rudu, Dolehne na nás náhlá ztráta při morových epidemiích... Prostě, můžeme se naoko přenést do druhé poloviny patnáctého století a připomeneme si i mimochodem, kdo u nás vládl a jaké byly podmínky a nálady. Možná znáte povstání havířů, havířský kostelík v Poděbradech je toho připomínkou. Taky, až navštívíme Kutnou Horu a budeme si prohlížet chrám Svaté Barbory, už to nebude jen obyčejná stavba, ale budeme k ní znát i část jejího příběhu.

Celkový čas: 15 hodin, 3 minuty, 16 sekund

Počet stop: 44

Titul mám z knihovny K. E. Macana pod číslem MP2197

David Michie

Dalajláмова kočka a čtyři tlapky duchovního úspěchu

Načetla Ivana Jirešová

Na jakých základech stojí buddhismus a můžeme tyto zásady využít?

U této knížky není ani čas, ani počet stop. Nejsou důležité. Důležitý je obsah, který nám tato knížka vlastně tlumočí. Na příbězích, které nám odvypráví kočka, která žije s Dalajládou v jeho blízkosti, je nám vyobrazeno to, co jsou základy Budhistického náboženství. Příběhy jsou dobře k pochopení a kdo nechce sledovat ty čtyři sloupy, na nichž náboženství stojí, může sledovat, osudy lidí, kteří žijí v krásném městě pod Himalájí.

ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ

Rekapitulace, co začalo platit v roce 2022 a co začne platit v roce 2023

Změny v roce 2022

- Nevidomí a těžce slabozrací mají **nárok na úhradu tří bílých resp. červenobílých holí** za rok z veřejného zdravotního pojištění bez doplatku.
- Do seznamu **pomůcek určených pro zrakově postižené**, na které lze získat příspěvek od úřadu práce, přibyla kamera s hlasovým výstupem, určená pro úplně a prakticky nevidomé a těžce slabozraké.
- **Minimální měsíční mzda** v roce 2022 činila 16 200 Kč, hodinová 96,40 Kč.
- Základní **sleva na dani na poplatníka** se pro rok 2022 zvýšila z 27 840 Kč na 30 840 Kč. Zvýšilo se daňové zvýhodnění na druhé dítě na 22 320 Kč ročně, na třetí a každé další dítě na 27 840 Kč ročně, a to zpětně od začátku roku 2021.
- **V řízení o průkazu osoby se zdravotním postižením** je Úřad práce povinen s odstupem 90

dnů předem písemně upozornit každého držitele o skončení platnosti průkazu.

- Na **standardní ošetřovné** mají nárok i blízcí příbuzní ošetřovaného, ačkoliv s ním nebydlí ve společné domácnosti.
- U **dlouhodobého ošetřovného** se podmínka doby hospitalizace zkrátila na dobu 4 dnů, do níž se počítá první i poslední den hospitalizace. Žádost o dávku lze podat nejpozději do 8 dnů od propuštění a rozhodnutí o potřebě dlouhodobé péče vydá nemocnice v den propuštění nebo nejpozději do 3 dnů od podání žádosti.
- **Otcovská** náleží po dobu 14 dní.
- **Příjemci invalidního důchodu III. stupně** mohou cestovat regionálními a dálkovými vlaky a autobusy se slevou 50 %. Prakticky se to týká těch, kteří nejsou držiteli průkazu ZTP a ZTP/P. Ti i nadále cestují se slevou 75 % a průvodce zdarma. Na území hl. m. Prahy a dle místních podmínek i jinde cestují zdarma.
- Nová jednorázová dávka státní sociální podpory: **příspěvek na dítě** narozené od 2. 8. 2004 do 31.

12. 2022 ve výši 5 000 Kč. Týká se dětí z rodin, jejichž loňské příjmy nepřevýšily jeden milion korun hrubého. Lhůta pro podání žádosti končí 1. 7. 2023.

- Ze známých důvodů doznal v roce 2022 značných změn **příspěvek na bydlení**. Kromě zvýšení normativních nákladů na bydlení se rozšířil okruh osob, oprávněných podat žádost, o podnájemce, obyvatele nemovitostí s číslem evidenčním a oprávněné užívající nemovitost na základě služebnosti (věcného břemene). Zvýšily se také opakovaně normativní náklady na bydlení. Zjednodušily se formality: je zrušena povinnost jednotlivě rozepisovat měsíční zálohy na služby spojené s užíváním bytu, lze žádat i elektronicky, doklady k příjmům a nákladům na bydlení stačí přiložit jako sken nebo fotokopii, přechází se na půlroční periodicitu dokládání příjmů a nákladů na bydlení, přičemž formuláře „Doklad o výši čtvrtletního příjmu“ a „Doklad o výši nákladů na bydlení“ zůstaly nezměněny, takže se bude dokládat příjem a náklady na bydlení jen za

poslední 3 měsíce. Také maximálně za 3 měsíce zpětně lze dávku přiznat.

Změny definitivně platné od ledna 2023

- Zavedení tzv. **výchovného ke starobnímu důchodu** ve výši 500 Kč měsíčně za každé vychované dítě. Původně náleželo jen tehdy, odpracoval-li příjemce důchodu dobu pojištění potřebnou pro vznik nároku na starobní důchod. Podle dodatečné novely se ale týká i invalidních důchodců, jejichž invalidní důchod se automaticky transformoval na starobní důchod.
- **Zvýšení příspěvku na mobilitu z 550 na 900 Kč.** U lidí používajících energeticky náročné přístroje k podpoře dýchání se zvyšuje na 2 900 Kč.

<https://www.sons.cz/>

POŘÍZENÍ ZÁZNAMU ZDRAVOTNICKÉ DOKUMENTACE PACIENTEM

Jak postupovat v případech, kdy pacient odmítá lékařskou zprávu a trvá na pořízení fotografie mobilním telefonem? Musím mu v tomto případě vyhovět? Obávám se případného zveřejnění lékařské zprávy, respektive záznamu na internetu.

Odpověď Mgr. Daniela Valáška, MBA:

Je nutno odkázat na zákon 372/2011 Sb., o zdravotních službách, konkrétně na ust. § 66 odst. 1, které stanoví, že pokud si oprávněná osoba nepořídí výpis nebo kopii zdravotnické dokumentace či její části vlastními prostředky, pořídí kopii zdravotnické dokumentace poskytovatel v zákonem stanovených lhůtách. V souladu s tímto ustanovením má pacient právo nahlédnout do své zdravotnické dokumentace a vlastními prostředky si opatřit kopii zdravotnické dokumentace či její části, přičemž není vyloučeno pořízení fotokopíí prostřednictvím telefonu či jiného záznamového zařízení. Pokud tedy pacient odmítne lékařskou zprávu, ale trvá na pořízení obrazového záznamu, je potřeba mu to umožnit. Informaci o pořízení kopie je potřeba

zaznamenat do zdravotnické dokumentace. Pro úplnost lze uvést, že pacient nemá právo na informace o třetí osobě, jsou-li tyto informace součástí lékařské zprávy či zdravotnické dokumentace, a rovněž nemá právo na informace o autorizovaných psychologických metodách a popisu léčby psychoterapeutickými prostředky. S pořízeným obrazovým záznamem lékařské zprávy může pacient naložit dle svého rozhodnutí. Pokud tyto informace sám zveřejní například prostřednictvím sociální sítě, nenese za toto jednání právní odpovědnost lékař, ale pacient. I z tohoto důvodu je žádoucí do zdravotnické dokumentace zapsat, kdy k nahlédnutí, respektive pořízení záznamu došlo a nebude od věci, pokud bude uveden i způsob pořízení obrazového záznamu.

<https://www.sons.cz/>

SBÍRKA BÍLÁ PASTELKA

Po loňském ročníku se letos opět vrátila sbírka Bílá pastelka, již po třiadvacáté. Konala se ve dnech 10. – 12. října opět s jasným cílem pomáhat nevidomým a slabozrakým. Výtěžek této sbírky je určen na zajištění speciálních služeb v rámci celé České republiky. U nás v jihlavském TyfloCentru sbírka probíhala taktéž. Se zbrusu novými tričky, kasičkami s platebním QR kódem a vždy s dobrou náladou pomáhali již tradičně studenti Střední odborné školy sociální u Matky Boží Jihlava a také studenti Akademie Světlá nad Sázavou z oboru sociální činnost.

Studenti byli, jako každý rok, zdatní a vybrali opravdu úctyhodnou částku na podporu osob se zrakovým postižením. Tímto jim velice děkujeme za pomoc. Rádi bychom též poděkovali profesorkám Mgr. Janě Vilimovské a Mgr. Kateřině Šimkové za uvolnění studentů. Bez jejich pomoci by to opravdu nešlo.

V neposlední řadě moc děkujeme dvěma našim klientům, kteří se velkou měrou též účastnili sbírkových

dnů. Již tradičně paní Petře Limberkové a také panu Ladislavu Limberkovi.

Ještě jednou velké díky všem a těšíme se opět na příští rok! 😊

Tým TyfloCentra ...

**Vybraná celková částka činila úctyhodných
25 385,- Kč**

Článek napsala p. Neckářová

KLIKNI A POMÁHEJ

Milí klienti a příznivci jihlavského TyfloCentra, jménem naší organizace bychom vás chtěli opět informovat o tom, jak můžete podpořit naši organizaci malým finančním příspěvkem. Pokud rádi nakupujete po internetu, podívejte se na portál internetového nakupování givt.cz. Givt je portál, který sdružuje obchody, které se rozhodly podporovat dobrou věc, a umožňuje získávat finanční prostředky na podporu neziskových organizací a sportovních klubů tím, že nakoupíte produkty a zvolíte si navíc organizaci ze seznamu, kterou chcete podpořit. Pokud nakoupíte na tomto portálu, nemusíte se vůbec bát, že zaplatíte něco navíc. Platíte úplně stejnou sumu a vidíte stejné ceny, jako byste navštívili vybraný internetový obchod přímo.

Jak nám tedy můžete přispět?

1. První krok k podpoře naší organizace je navštívit internetové stránky givt.cz. [Http://givt.cz/](http://givt.cz/)
2. Zde si zvolíte vámi požadovaný internetový obchod ze seznamu obchodů, ve kterém chcete nakoupit vámi vybrané zboží.

3. Poté si vyberete organizaci, které chcete přispět, tedy TyfloCentrum Jihlava, o.p.s.
4. Uvidíte procentuální částku, která bude zaslána z vašeho nákupu dané organizaci.
5. Objednáte si vámi zvolené zboží.
6. Zboží zaplatíte a portál givt.cz pošle danou částku vámi zvolené organizaci. Pokud budete chtít s nakupováním přes portál Givt pomoci, neváhejte se na nás obrátit. Nic tím neztratíte a zároveň podpoříte dobrou věc. Budeme rádi za rozšíření této informace do vašeho okolí a děkujeme za vaši podporu, které si velice vážíme. Vaše TyfloCentrum Jihlava, o.p.s.



*Přes GIVT jste
nám v roce 2022
přispěli 2004 Kč.
Děkujeme!*

BESEDA S PANÍ MLEJNKOVOU

„Ráda bych vám představila moji kamarádku Andrejku Mlejnkovou, jejího manžela Františka a slečnu asistentku Moniku. S Andrejkou se neznáme dlouho, seznámila nás naše společná kamarádka na jedné prima akci a už tenkrát jsem věděla, že je to velká hrdinka. Mám tři takové cíle, mety v mém životě... Chtěla bych být mladá jako Andrejka (snad v příštím životě-haha), chtěla bych být krásná jako Andrejka (haha), ale především... bych chtěla být silná jako Andrejka! Opravdu smekám, před vámi oběma! Klobouk dolů! Mám Tě ráda!“ ...Přesně takto jsem přivítala 22. 11. u nás v TyfloCentru milou návštěvu paní Andreu Mlejnkovou, která nám udělala velmi zajímavou besedu na téma: Jak se vyrovnat s nemocí, konkrétně se svalovou dystrofií. Tato úžasná mladá žena touto nemocí bohužel trpí, a když svolila, že nám o ni přijde něco málo povyprávět, věděla jsem, že to bude nezapomenutelný zážitek.

Svalová dystrofie je skupina onemocnění, jejichž důsledkem je oslabení svalů samotných, nikoliv tedy slabost vyvolaná poruchou nervového systému. Charakterizují je dva znaky - vždy musí být vrozené a nesouvisejí s onemocněním jiné části těla. Příčiny této nemoci jsou sice neznámé, ale je jisté, že spočívají v samotných svalových buňkách. Tyto buňky nemocného svalu jsou v různých stádiích destrukce. Stejně tak, jako všechny buňky našeho těla přeměňují i svalové buňky živiny a kyslík na energii, kterou následně využívají k vytvoření fyzické síly. Tělo si neumí vyrobit bílkovinu dystrofin, bez níž svalstvo nemůže fungovat a může vést k svalové dystrofii. Existují různé druhy tohoto onemocnění. Příznaky závisí na konkrétním typu svalové dystrofie. Platí, že u těžších forem se objevují dříve než u lehčích.

Abychom toto bolestné téma maličko odlehčili, připravila si pro nás paní Mlejnková tzv. „degustaci parfémů“. Celá akce byla profesionálně připravená a strukturovaná tak, že zaujala „nás“ začátečníky, ale

i pokročilé. Velký díl na příjemném zážitku měla samotná paní Andrejka a také její asistentka milá sl. Monika. Sama znala několik parfémů, proto jsme se dozvěděli zajímavosti i nad rámec náplně „degustace“. Výklad byl tak poutavý a přínosný, že jsme se neměli šanci nudit. Panovala výborná nálada, všichni jsme se příjemně bavili. Zjistili jsme, že mnozí z nás by mohli parfémy rovnou vyrábět, naopak jiní by měli více potrénovat (mimo jiné i já-haha).

„Slunce nejen na obloze, ale též v duši – takto bych popsala účast na této besedě“. Na tuto akci jsme se všichni moc těšili. Bylo to velmi zajímavé a inspirující poznání. V této uspěchané době jsme se chvíli zastavili a v klidném tempu plném smíchu jsme se dozvěděli spoustu zajímavých informací. Moc děkujeme paní Andrejce, jejímu manželovi Františkovi a také asistence slečně Monice. Více takových návštěv!

Článek napsala p. Neckářová

DOPIS PRO JEŽÍŠKA

Psali jste jako děti dopis Ježíškovi? Pak jste k této kouzelné tradici jistě vedli či vedete své potomky. Do Vánoc sice zbývá několik dlouhých dnů na to, aby dítko Ježíškovi prozradila, co by jim letos udělalo pod stromečkem velkou radost. Ovšem už je nejvyšší čas.

Milý Ježíšku..., těmito slovy začínají svůj dopis děti dnes (včetně mé dcery Viktorky, ač už dávno tuší), ale úplně stejně jsme ho oslovovali i my, dnes již dávno dospělí. Jen ta přání jsou poněkud jiná. Moje děti se mně nikdy nevztekaly v nákupních centrech nebo kdekoliv jinde. Vždy, když něco chtěly, tak se ještě v obchodě navzájem uklidňovaly, že si PŘECE napíší Ježíškovi. Jojo, jen pište – omdlívám! (haha)

Můj jeden takový dopis jsem nedávno našla schovaný u nás doma na půdě a hrdě jsem ho šla ukázat mým dětem. Jasně, 80. a 90. léta jsou pro ně dinosauří doba, takže u nás bylo opět o zábavu postaráno. Ale pro mne jsou to vzpomínky, které jsou nezapomenutelné.

Milý Ježíšku, (tak zní začátek mého dopisu)

hlavně mi prosím přines vánoční stromeček. Vždycky se na něj moc těším a nejraději na něm mám hodně barevné ozdoby (měli jsme tak těžké vánoční ozdoby, že se nám vždy ohýbaly větvíčky). Nejlepší jsou ty s dírou. Víš, které myslím? Takové promáčkuté dovnitř. Ty se mi moc líbí. A teď tě prosím o dárky. Byla jsem celý rok hodná, ale to Ty určitě víš, tak bych si moc přála nové lyže a boby, protože ty staré jsem minulý rok rozlámala. Ještě bych potřebovala nové pastelky a voskovky a hlavně barevnou propisku. Ta je úplně nejvíc důležitá! A abych nezapomněla, hodně bych potřebovala kolečkové brusle a céčka. Oboje mají skoro všechny děti ze třídy, tak se Ježíšku nediv.

„Bože, to je roztomiloučký“ 😊

Můj milý Ježíšku, (tak zní letošní dopis mé Viktorce)

píšu ti tento dopis, protože se blíží Vánoce a to je čas, kdy se dávají dárečky pod stromeček. Dávno už vím, že ty dárky nenesíš Ty, ale že je kupuje moje maminka.

Taky je balí a potom je nenápadně nosí pod náš vždycky krásně nazdobený stromeček. Dokonce dělá i Tvoje stopy, dělala je z cukru, akorát jí je vždycky slízal náš pejsek Nellinka, proto je teď dělá z mouky. Když je tam dá, raduje se jako malé dítě, že přišel Ježíšek, to jako Ty, a přinesl nám pár dárečků. Ale já vím, jak se to má, jen to neříkám nahlas, protože má vždycky radost z toho, když jsme všichni šťastní. Takže milý Ježíšku, letos si přeji tyto dárky: 1) Nikebatoh do školy, 2) Náplň do SodaStreamu, včetně bombičky, 3) Jednu tisícovku, abych si mohla šetřit na vysněnou věc, 4) Oblečení a za 5) To nechám na tobě.

„Bože, to už není tak roztomiloučký“ 😊

Děti si musí uvědomit, že ani Ježíšek není všemocný a nemá neomezené zdroje. Proto je dobré, pokud do svého seznamu zahrnou jak finančně nákladné, tak ty nenáročné dárky. Ježíšek se pak sám rozhodne, které z dětských přání vyplní a které si uschová do zásoby třeba na příští rok. Co myslíte, která z nás je více náročná?

Milý Ježíšku, (letošní přání)

všem těm, kteří právě teď dočetli tyto řádky, přejeme krásné prožití vánočních svátků, hodně klidu, pohody, radosti a pěkné dárky pod stromečkem.

Petra a její rodina

ZAJÍMAVOST

Co možná nevíte o vánočce a jmelí

Den přeslavný jest k nám přišel! Vánoce jsou druhým nejvýznamnějších křesťanským svátkem a v evropském kulturním prostředí jsou považovány za nejvýznamnější svátek v roce i pro nekřesťany. Se slavením Vánoc je spojeno množství místních či národních rituálů a zvyklostí.

Nejstarší vánoční tradice

Pečení vánočky patří k nejstarším z českých vánočních zvyklostí. Její předchůdkyně calta, vlastně nepletená vánočka, se na Vánoce pekla už ve 14. století.

O dvě století později už měla tvar, který známe dnes. Výroba vánočky byla dlouho výsadou pekařského cechu, doma ji lidé pekli až v 18. století.

Hospodyně pekla obvykle tolik vánoček, kolik měla

rodina členů, a pak ještě jednu, největší, na štědrovečerní stůl. První upečenou vánočku podle tradice dostal hospodář, aby byla v novém roce dobrá úroda. A byl to opět hospodář, kdo v závěru štědrovečerní večeře nakrojil největší vánočku a podělil jí celou rodinu. Často z ní dostal krajíček i dobytek, aby na něj nemohly zlé síly a nemoci.

Magie a symbolika

Sladká vánočka vznikla coby vylepšená varianta klasického chleba, který na vánočním stole také nesměl chybět. Kynuté pečivo mělo výsadní postavení, protože proces nabývání těsta na objemu symbolizoval nárůst štěstí a hojnosti.

Vánočka má blízko k figurkám z těsta, které se o Vánocích pro štěstí rozvěšovaly po domě a hospodářství. Sama je také figurkou - tvarem má připomínat děťátko zavinuté v peřince, na oslavu nového života a plodnosti.

Symbolický význam mají i jednotlivé prameny vánočky. Čtyři spodní prameny představují zemi, slunce, vodu a vzduch. Prostřední cop ze tří pramenů spojuje rozum, vůli a cit. Ve vrchním, nejtenčím pletenci se snoubí vědění a láska.

Jak na vánočku vyžrát?

Příprava vánočky není jednoduchá. Při přípravě těsta se musí dbát na kvalitu kvasnic, dobře prosít mouku a v neposlední řadě použít suroviny, které do vánočky tradičně patří. Tedy máslo, nikoliv margarín, a také sádlo, nutné pro dokonalou vláčnost.

Obtížné je vypracovat těsto, aby bylo hladké, spojitě a nelepilo se na mísu. I v průběhu kynutí, pletení a pečení vánočky pak přichází mnoho momentů, kdy stačí malá chyba a dílo se nepovede. Ženy v dřívějších dobách proti takovým hrozbám podnikaly zajímavá opatření.

Aby se vánočka zdařila, nesměla hospodyně po celou dobu přípravy promluvit. Také nikdo neměl mluvit na

ni. Při zadělávání těsta musela mít na sobě bílou zástěru a na hlavě šátek. Během kynutí pak vyskakovala do výšky, aby těsto dobře vyběhlo. Však také nešlo o málo: nepovedená vánočka znamenala nezdár v příštím roce.

K tradicím českých Vánoc patří i jmelí

Stále zelená, keřovitá až 80 cm vysoká rostlina roste po celé Evropě jako cizopasník v korunách jehličnatých i listnatých stromů, kam její semena zanesou ptáci trusem. Semena pak zapustí kořínky do kůry stromu a rostlina se živí jeho mízou, z níž čerpá vodu a minerály. Ostatní živiny si vytváří fotosyntézou.

Jmelí je téměř nezničitelné. Usychá až se svým hostitelem, a tudíž např. na cedrech dosahuje stáří i čtyři sta let. Má přes tisíc odrůd a patří také mezi léčivé rostliny. Používá se při výrobě léků proti arterioskleróze, protože obsahuje látky snižující krevní tlak a podporující rozšiřování cév.

O jmelí se traduje legenda, že bylo stromem, z jehož dřeva byl zhotoven kříž, na němž ukřižovali Ježíše Krista. Strom pak seschl hanbou do malých keříků, které zahrnují lidi kolem sebe dobrem. A svým parazitujícím životem, kdy zčásti žije ze živin stromů. symbolizuje život věřících, kteří jsou zčásti živi z Kristova těla.

Čím více má jmelí bílých bobulek, tím víc přinese v Novém roce štěstí

Jeho bílé bobule (se srdčitými semeny) podobné perlám dozrávají právě v prosinci, a proto jmelí připadalo našim předkům magické, a tak mu přisoudili kouzelné účinky. Zavěšovali ho do domů jako ochranu před ohněm, čarodějnicemi a zlými duchy.

Také se tradovalo, že jmelí splní jedno přání každému, kdo jej zašeptá do plamínku první zapálené svíčky na vánočním stromečku.

Do Čech se dostal zvyk zavěšovat do domu jmelí z Anglie.

Keltové věřili, že přináší do domu štěstí, odvahu, lásku a plodnost, proto také dodržovali líbací zvyk: Muž směl políbit každou ženu, kterou uviděl procházet pod zavěšeným jmelím. Po každém polibku utrhli políbení společně jednu bobulku, až na tu poslední. S tou se pak nechávalo jmelí viset až do příštích Vánoc.

Podle jeho lepivých semen, které obsahují bílé bobule se také věřilo, že jmelí dokáže spojit dvě osoby opačného pohlaví nebo také udržet (možná i slepit) vztah mezi nimi. Lepivá semena také dala jmelí latinský název: viscum - lepidlo.

Zvyk zavěšovat zelené, stříbrné, anebo zlaté jmelí k lustru či ho dávat do váziček na stůl se u nás dodržuje dodnes.

Dnes však lidé spíše věří, že jmelí přinese do domu štěstí, když ho hlava rodiny zavěsí ráno na Štědrý den nad svátečně prostřený stůl, anebo, že přinese štěstí

tomu, kdo ho dostal darem. (ne tomu, kdo si ho koupí).

<https://hradec.rozhlas.cz/>

IN – OUT

Jak se slaví Vánoce ve světě?

Anglie, Kanada, USA

V Anglii a v Severní Americe jsou Vánoce slaveny v duchu náboženské tradice, spojené s obdarováváním bližních dárky, jež jsou rozbalovány 25. prosince ráno. V domácnostech nesmí chybět vánoční stromek, v USA je též oblíbené venkovní zdobení domů vánoční výzdobou, především osvětlením.

Tradičním štědrovečerním pokrmem je nadívaný krocan, případně jiná drůbež. Podává se s pečenými bramborami, zeleninou a brusinkovou omáčkou. Tradičním dezertem je vánoční pudink. Ten se vyrábí dlouho před Vánocemi a je díky vysokému obsahu alkoholu velmi trvanlivý. Je nejčastěji vyroben z oříšků, hrozinek, rumu, vajec, strouhanky, cukru, citronů a švestek. Podává se s koňakem nebo punčem. Jelikož v USA je nadívaný krocan tradičním pokrmem též na

Den díkůvzdání, bývá zde v některých oblastech u štědrovečerní večeře nahrazován jiným jídlem.

Dárky v anglosaských zemích roznáší starší mužská postava jménem Santa Claus (ve Velké Británii, Austrálii a jinde též nazývaný Father Christmas, tj. Otec Vánoc), který vozí dárky na saních, v některých podáních tažených soby.

Belgie

V Belgii, podobně jako v sousedním Nizozemsku, děti prožívají více svátek Sv. Mikuláše než Vánoce. Tehdy totiž ty hodnější dostávají dárky od Sinterklaase (ve Vlámku) nebo Saint Nicholase (ve Valonsku). Těm zlobivějším pak hrozí, že si je odnese Černý Petr, prý do Španělska. Vánoční svátky jsou tradičně zasvěceny spíše setkávání rodin a přátel namísto rozdávání dárků. V posledních letech však i Belgie podléhá komerčním vlivům a Santa Claus obvykle pod vánoční stromek či do punčoch zavěšených u krbu něco nadělí. K tradičním vánočním jídlům patří v Belgii ryby, mořské plody

a plněný krocan. Nejtypičtější pochoutkou vyhrazenou jen pro vánoční tabuli je sladké „vánoční poleno“. Jedná se o měkkou, pěnovitou roládu naplněnou krémem a zvenčí ozdobenou čokoládou tak, že opravdu připomíná poleno.

Dánsko

Lidé v Dánsku si o Vánocích zdobí dům postavičkami skřítků, kterým se říká nisser. Můžou být různě velcí, mají špičatou čepičku a jsou oblečeni do dánských národních barev (červené a bílé). Jsou to právě tito skřítkci, kteří večer 24. prosince nadělují dárky. Drobné dárečky a sladkosti se zavěšují na větve vánočního stromečku. Na Štědrý den lidé často chodí zapálit svíčku na hřbitov. V některých oblastech panuje také zvyk vítání „vánočního posla“, který zaklepe na dveře a každému dá vtipný dáreček charakterizující obdarovanou osobu – poukazují na ctnost nebo vadu, např. tloušťtíci dostávají špejli od jitrnice. Večer se rodina sejde u stolu, na kterém nesmí chybět husa, kachna, popřípadě vepřová pečeně s červeným zelím jako hlavní

chod a dále pak opepřená treska s ředkvičkou, pивní chléb, teplá šunka, hnědé koláčky nebo horká rýže zalitá studeným mlékem. Speciálním dezertem je rýžový nákyp se zapečenou mandlí, jejíž nálezce dostane zvláštní dárek. Po večeři rodina přesune ke stromečku, kolem kterého tančí dokola, držíc se za ruce a zpívajíc koledy.

Švédsko

Prvním vánočním svátkem je ve Švédsku 13. prosince Den sv. Lucie. Tento svátek se podobá českému Mikuláši. Mladí lidé se v převlečení za anděly a na hlavě ozdobení korunou s hořícími svíčkami vydávají nadělovat dětem cukroví. Typickou vánoční ozdobou je slaměná postavička kozla, ať už je v nadživotní velikosti nebo k zavěšení na stromeček, která se později na Tři krále hází do ohně. Hlavním chodem sváteční večeře je sušená treska s bílou omáčkou, dalším tradičním pokrmem je vörtbröt – kořeněný chléb s hřebíčky a zázvorem. Jako vánoční specialita se podávají i vařené fazole se slaninou a cibulí nebo malé klobásky,

kterým se říká julkorv. Po večeři přichází nadělovat dárky přihrblý dědeček Jultomten (Vánoční muž) za pomoci skřítků Julnissarů. Je zvykem na dárky místo jména obdarovaného napsat krátký verš charakterizující danou osobu, která se má podle toho o svůj dárek sama přihlásit.

Polsko

V Polsku začínají Vánoce večer 24. prosince v okamžiku, kdy se na nebi objeví první hvězda. Poláci slaví svátek sv. Mikuláše 6. prosince, ale tento den Mikuláš přináší dárky jen dětem. Teprve o Štědrém večeru Mikuláš, ale častěji Dzieciątko (dítě Ježíš), Aniołek (Anděl) anebo Gwiazdor (ve Velkopolsku) nechává pod stromečkem dárky pro všechny. Odedávna zvykem jsou také jesličky v kostele, v jejichž pozadí se často místo betlémské krajiny zobrazují polská města a historické stavby. Během svátku se tradičně navštěvují tyto betlémy s celou rodinou. Sváteční stůl nebo i podlaha se zdobí trochou slámy, která má připomínat, že se Ježíšek narodil ve chlévě. Na začátku

štedrovečerní večere se rodina a hosté dělí o oplatku. Je to symbol smíření a příležitost přát si všechno nejlepší. Zvykem je prostírat u štedrovečerní večere jeden talíř s příborem navíc pro případného hosta. Samotná večere se skládá z dvanácti chodů symbolizujících dvanáct měsíců v roce. Hlavním jídlem je smažený kapr nebo jiná ryba. Před tím se obvykle podává červený boršč s tzv. uszkami (taštičky s houbami, které připomínají tvarem uši), pak pierogi, tj. taštičky se zelím a houbami, a jiná postní jídla. Na Vánoce se také peče perník. O půlnoci z 24. na 25. prosince se slaví v katolické církvi půlnoční mše – pasterka, která připomíná pastýře, kteří jako první navštívili Ježíše. Zpívají se také koledy.

Itálie

V Itálii bývají hlavním symbolem Vánoc jesličky. Zpravidla ale nechybí ani ozdobený vánoční stromeček (nejčastěji jedle). Konkrétní zvyky a tradice se liší dle rodin a zejména podle jednotlivých měst a regionů. Zejména křesťanské rodiny mají jesličky doma, a na ty

v životní velikosti se chodí dívat do kostelů nebo na náměstí. Rodinné betlémy se obvykle dědí z generace na generaci. Vánočním dnem je 25. prosinec. Hlavní slavnostní pokrmy o několika chodech se podávají při večeři 24. 12. nebo při obědě 25. 12., kdy se scházejí celé rodiny. Dárky se rozbalují po večeři 24. 12. (čeká se do půlnoci, kdy začne 25. prosinec) nebo druhý den ráno a leží vedle jesliček nebo pod stromečkem. Dárky jsou spojené s osobou italské obdoby Santa Clause – Babbo Natale. Po snídani jde zpravidla celá rodina do kostela. Na italské vánoční hostině nesmí chybět panettone, typická vánoční bábovka s hrozinkami a kandovaným ovocem, nebo v případě severní Itálie jednodušší pandoro. Hlavní jídla se opět liší v závislosti na tradicích daného regionu a rodin. Může být jehněčí s rozmarýnovými bramborami a artyčoky či večeře o několika chodech na bázi mořských ryb.

V Itálii se slaví ještě 6. ledna svátek Epifanie. Čarodějnice La Befana sestoupí komínem do domů, kde

zanechá dětem dárky. Její velká loutka se pak na znamení konce svátků zapálí.

Pravoslavné Vánoce

Ve východní Evropě a v některých asijských zemích, včetně Ruska, jsou slaveny především pravoslavné Vánoce. Vánoce se v pravoslaví začínají slavit až 6. a 7. ledna z důvodu posunu ve východních církvích stále používaného juliánského kalendáře o 13 dnů oproti západnímu gregoriánskému kalendáři (25. prosinec juliánského kalendáře tak spadá až na 7. leden gregoriánského).

V historii byly pravoslavné Vánoce spojeny s velkým množstvím tradic, které však upadly z velké části do zapomnění po oficiálním zákazu Vánoc v Sovětském svazu v roce 1918. V současné Ruské federaci jsou tak oslavy spojeny spíše s Novým rokem a jolkou. Ústřední nepravoslavnou (pohádkovou) postavou, která má v pravoslavných Vánocích podobnou funkci jako v českých zemích vánoční postava Ježíšek, je novoroční

Děda Mráz. Děda Mráz roznáší dárky na Nový rok. V ruských rodinách Děda Mráz „roznáší“ dárky tak, že po oslavě Silvestra 1. ledna se začínají rozbalovat společně novoroční dárky. Děti se shromáždí kolem vánočního stromku, tančí a zpívají.

Ukrajina

Na Ukrajině většina věřících používá juliánský kalendář, proto vánoční svátky začínají až 6. ledna. To je Svatý večer se Svatou večeří, což je obdoba české štědrovečerní večeře. Tradičně se podává dvanáct jídel, která symbolizují dvanáct apoštolů. Hlavním jídlem je kuřa, což je bezmasý pokrm z pšenice, medu, máku a dalších ingrediencí. I další jídla jsou postní, tedy bezmasá, například lívance, houbový boršč či pirohy. Večeře často trvá několik hodin. Po večeři se koleduje.

7. ledna se slaví narození Krista, 8. ledna svátek Panny Marie, 9. ledna pak svátek sv. Štěpána. 13. ledna pak přichází Štědrý večer s druhou, méně bohatou Svatou večeří. 14. ledna je svátek sv.

Vasyľa, což je zároveň juliánský Nový rok. Tento den se obětuje prase a pořádá se zabijačka. Vánoční svátky na Ukrajině končí 19. ledna svátkem svatého Jana Křtitele, kdy se světí voda.

Vánoční stromek se obvykle zdobí již na gregoriánský Nový rok (dříve se zdobíval až odpoledne 6. ledna), kdy se také rozdávají dárky. „Novoroční“ rozdávání dárků je ovšem pozůstatek sovětských dob, nikoli ukrajinská tradice.

Řecko

V Řecku se v dřívějších dobách, především v přímořských oblastech, zdobily lodě. Vánoční stromeček tam začal pronikat teprve před několika desetiletími. Mezi vánoční tradice patří například žehnání domů svěcenou vodou proti zlým skřítkům nebo dětské průvody. Děti chodí 24. prosince koledovat s triangly a bubínky ke známým a sousedům. 25. prosince se zpravidla koná jedna z nejbohatších řeckých hostin v roce. Podává se krůta s kaštanovou nádivkou,

mleté maso a piniové oříšky, někdy se peče sele, jehně nebo ryby. Dárky nosí Mikuláš až na přelomu roku. Podle pověsti zachraňoval potápějící se lodě, a tak mu z vousů crčí slaná voda.

<https://cs.wikipedia.org/>

NEBUĎTE OFF — BUĎTE ON

ADVENT NA RADNICI 2022

- 28. 11. 2022 – 20. 12. 2022
- Koncerty ve Velké gotické síni jihlavské radnice
- Zastavme se na chvíli a užijme si atmosféru předvánočních koncertů v jihlavské radnici.
- Platba vstupenek na TIC Bráně Matky Boží pouze v hotovosti.
- Program na https://jihlava.cz/assets/File.ashx?id_org=5967&id_dokumenty=556343

JIHLAVA K VÁNOCŮM

- 20. 11. 2022 – 23. 12. 2022
- Masarykovo náměstí Jihlava
- Adventní týdny budou dramaturgicky rozděleny tak, aby návštěvníci adventních trhů zažili každý týden něco nového. Po celou dobu adventu bude každý

týden od středy do neděle probíhat program na náměstí. Zapojeny budou především místní spolky a sdružení. O víkendu vás pozveme na divadla a koncerty kapel z celé republiky.

VÁNOCE LETEM SVĚTEM

- 5.12.2022 14:00 - 31.1.2023
- Kde: Klub pacientů Psychiatrické nemocnice Jihlava
- Výstava výtvarných počinů pracovních terapií Psychiatrické nemocnice Jihlava na téma vánočních oslav v různých zemích celého světa.

AKCE V PROSINCI

Každý čtvrtek

ON-LINE CAFÉ

**Kromě 15. prosince, kdy bude probíhat vánoční
večírek a kromě 29. prosince**

Udělejte si pohodlí, k tomu kávu, čaj, či jiný chutný nápoj a připojte se k nám na skype, na online „posezení“ od 10:00 hod.

**1. 12. 2022 čtvrtek – ON-LINE CAFÉ – cestování po
Evropě s p. Jakubíkem**

Pan Jakubík, cestovatel tělem i duší si pro vás připraví povídání o svém cestování po Evropě. Beseda bude probíhat online, v rámci On-line Café od 10:00 hod.

ZÁJEMCE PROSÍM O NAHLÁŠENÍ ÚČASTI DO 30. 11. 2022

6. 12. 2022 úterý – VÁNOČNÍ TRHY

Vánoční trhy nám letos dávají pěkně zabrat. Jelikož v Třebíči začínají otevírat stánky až 9. 12., vánoční trhy si proto projdeme v Jihlavě.

**7. 12. 2022 středa – BESEDA O CESTOVÁNÍ
s p. Bělohradským**

Tentokrát si popovídáme s p. Bělohradským o putování po jihozápadu Ameriky, především o přírodních krásách a parcích. Beseda bude probíhat online, přes skype, od 10:00 hod.

ZÁJEMCE PROSÍM O NAHLÁŠENÍ ÚČASTI DO 6. 12. 2022

**7. 12. 2022 středa – ONLINE BESEDA O ZDRAVÍ
S MUDr. PETEREM PITÁKEM**

Další beseda s p. doktorem Pitákem bude probíhat online, od 16:00 hod. Přednáška je v rámci série přednášek projektu se SZÚ na téma zdraví a prevence.

ZÁJEMCE PROSÍM O NAHLÁŠENÍ ÚČASTI DO 6. 12. 2022

14. 12. 2022 středa – PEČENÍ PERNÍČKŮ

Je to tradice, na kterou se vždy všichni moc těšíme. Upečeme si společně voňavé perníčky, poslechneme si u toho vánoční koledy a k občerstvení nebude chybět ani nějaký tradiční vánoční nápoj.

Akce se uskuteční od 10:00 hod. v TyfloCentru Jihlava, o.p.s., na Brtnické 15. Vezměte si s sebou podložku na válení těsta (kdo má) a váleček. Těsto na perníčky a vykrajovátka zajistíme.

ZÁJEMCE PROSÍM O NAHLÁŠENÍ ÚČASTI DO 12. 12. 2022

15. 12. 2022 čtvrtek – VÁNOČNÍ POSEZENÍ

Vážení a milí klienti a přátelé TyfloCentra Jihlava, je tu předvánoční období, a to je ten správný čas se na chvíli zastavit, sejít se a popovídat si v kolektivu příjemných lidí. Proto vás zveme na vánoční posezení, které se bude konat dne 15. 12. 2022 od 13:00 hod. v restauraci Gambrinus Street Jihlava, ulice Židovská 22.

Sraz v TyfloCentru na Brtnické 15 nejpozději ve 12:30 hod., poté společně vyrazíme do restaurace.

ZÁJEMCE PROSÍM O NAHLÁŠENÍ ÚČASTI DO 13. 12. 2022

BLAHOPŘÁNÍ

Všechno nejlepší přejeme těm, kteří slaví narozeniny
v měsíci prosinci

Regina Fialová

Miluše Chumanová

Miroslav Liml

Petr Matoušek

Marie Potůčková

Jiří Stejskal

Hana Kinzlová

Miluše Jandová

Milan Spáčil

Ivana Rytychová

Jana Teclová

K narozeninám je tu od nás na podporu Vašeho zdraví
jeden z nejnovějších vtipů. Neboť smích léčí 😊

Paní učitelka se po Vánocích ve škole ptá dětí: "Tak, děti, jaké jste k Vánocům dostaly dárky?"

Pepíček se přihlásí a odpoví: "Já dostal PSP."

Paní učitelka: "Jo aha, to je ta nová hra, Pepíčku?"

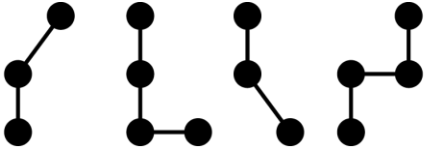
Pepíček odpoví: "Ne, to jsou ponožky, slipy a punčochy!"

DÁRCI A SPONZOŘI



Spolufinancováno
Evropskou unií


Kraj Vysočina

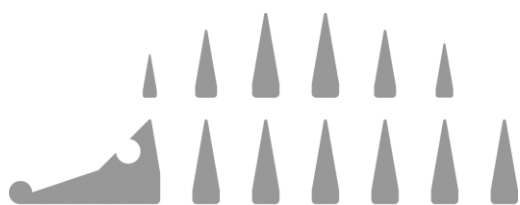

světluška



Nadační fond
Českého rozhlasu



VODÁRENSKÁ
AKCIOVÁ SPOLEČNOST, a. s.
divize Jihlava



Jihlava

ROBINSON
OSTROV ZÁBAVY



CHESTERTON[®]

Global Solutions, Local Service.



MINISTERSTVO PRÁCE
A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

datales

vývoj a prodej software

Bc. Tomáš Havlík

Časopis vydává:

TyfloCentrum Jihlava, o.p.s., Brtnická 15, 586 01 Jihlava

tel.: 724 865 566 nebo 774 064 330

e-mail: jihlava@tyflocentrumjihlava.cz

www.tyflocentrumjihlava.cz