



ČELADENSKÁ FONTÁNA

ZPRAVODAJ

REHABILITAČNÍHO CENTRA ČELADNÁ



Foto: Milena Vaculová

02 Noha v souvislostech

v RC Čeladná proběhl odborný kurz se zaměřením na lidskou nohu

03 Představujeme
jednotlivá oddělení a staniční sestry

08 Sezóna otevřena.
Svobodně. Radostně

20 Setkání s paní Úžasnou
rozhovor s Denisou Halašovou

30 TV Ondřejka slaví
10 let od zahájení vysílání

Noha v souvislostech

Jan Neuwirth

V Rehabilitačním centru Čeladná proběhl ve dnech 18. a 25. 5. 2023 odborný kurz zaměřený na „lidskou nohu“.

Pod vedením zkušené fyzioterapeutky Mgr. Veroniky Kristkové z Fyziobeskyd s. r. o. a její asistentky Bc. Veroniky Šnellyové si naši fyzioterapeuti a ergoterapeuti v celkem osmi vyučovacích hodinách rozdělených do dvou dnů osvěžili či doplnili vědomosti týkající se této problematiky.

V teoretické části jsme si zopakovali anatomii, fyziologii a patofyziologii nohy.

Praktická část se věnovala diagnostice s možností využití podoskopu a terapeutických postupů u nejčastějších diagnóz postihujících lidskou nohu – jako například tak zvaný hallux valgus (vbočený palec), plantární fasciitida (bolest paty způsobená zánětem fascie na plosce chodidla), plochonoží a další. Vše bylo doplněno praktickými radami ohledně výběru vhodné obuvi či možností využití nejrůznějších kompenzačních pomůcek. ■



Nahore: Teoretická část odborného kurzu se zaměřovala na anatomii, fyziologii a patofyziologii lidské nohy. **Uprostřed:** Ukázka využití podoskopu k diagnostice a k terapeutickým postupům u nejčastějších onemocnění nohy. **Dole vlevo:** Práce s chodidlem s využitím actiballu – speciálního masážního míčku s výstupky. **Dole vpravo:** Problémy nohy souvisejí s celým tělem, a proto se do rehabilitačního cvičení zařazují také cviky ke zlepšení stability pánve a kyčle.

Představujeme

jednotlivá oddělení RC Čeladná a jejich staniční sestry

Andrea Anderle Adamová

Tímto článkem pokračujeme v celkem sedmidílném seriálu, ve kterém čtenářům postupně představujeme práci jednotlivých oddělení očima jejich vedoucích, staničních sester. V našem centru jsou, na rozdíl od nemocnic, všechna oddělení rehabilitační, ale přece se od sebe liší. Pro pacienty nejviditelnějším rozlišením jsou léčebné domy, ve kterých působí. V léčebných domech Kněhyně, Dr. May, Dr. Storch II a Polárka je oddělení jen jedno a každé vede jedna staniční sestra. V největším Léčebném domě Dr. Storch I jsou oddělení tři (A, B, C, stejně jako počet hlavních podlaží domu) a tři staniční sestry. O pacienty v LD Ondřejka se starají staniční sestry dvou oddělení LD Dr. Storch I (A a C). Všem sedmi staničním sestram postupně pokládáme tři stejné otázky.

I Kdo je staniční sestra?

Kromě toho, že vede zdravotnický, ošetrovatelský a pomocný personál svého oddělení, pro pacienty je to v první řadě zdravotní sestra, které se dovolají, když si potřebují domluvit termín nástupu, druh ubytování nebo další podrobnosti ke svému pobytu. A tak je to hned po kolegyních v telefonní ústředně první člověk, se kterým se pacienti seznámí ještě před svým nástupem k léčbě.

Tým staničních sester vede **hlavní sestra Zdeňka Kišová, MBA**, která je členkou nejužšího vedení a je přímo podřízena řediteli rehabilitačního centra. Zeptali jsme se jí proto, jaké všechny povinnosti, dovednosti a vlastnosti má mít staniční sestra a co považuje v jejich práci za nejtěžší.

I Co musí umět?

„Staniční sestra obecně musí mít organizační schopnosti a umět plánovat chod oddělení. Zodpovídá za kvalitu ošetrovatelské péče na svém oddělení, dodržování BOZP, hygieny – s tím je spojená i kontrolní činnost. Musí mít dobré odborné znalosti. Dbá na hospodárnost – aby například zbytečně neexspirovala léčiva, neplytvalo se zdravotnickým materiálem. Dbá na dodržování etických norem ve vztahu k pacientům i kolektivu.

Důležitá je schopnost udržovat na oddělení přátelské vztahy, ale zároveň si udržet patřičnou autoritu.

Mnohdy musí usměrnit emoce na oddělení, ale zároveň by měla umět se svých pracovníků také zastat. Toto považuji asi za nejtěžší na práci staniční sestry, protože ona je součástí vedení, ale zároveň nejbližší spolupracuje s jednotlivými pracovníky a s celým

kolektivem svého oddělení. Musí mnohdy balancovat mezi oběma stranami, ale musí mít na paměti, že patří k managementu a jejím úkolem je hájit zájem organizace.“

I Co dělá?

Běžně prováděné činnosti: komunikace s pacienty, administrace potřebných údajů v informačním systému, rozpis termínů nástupu pacientů k léčbě, zajišťování obsazenosti jednotlivých pokojů a lůžek, komunikace se zdravotnickým personálem nemocnic při domluvě přímých překladů, vedení a motivování pracovníků svého oddělení, účast na vizitách lékaře oddělení, komunikace s pracovníky oddělení rehabilitace a s vedoucími ostatních úseků, rozpis služeb a směn pracovníků oddělení, sledování stavu léků a jejich objednávání, sledování zásob zdravotnického a úklidového materiálu a jeho objednávání, zajišťování, případně provádění pravidelných školení, zaškolování nových pracovníků, zajišťování revizí, případně oprav zdravotnických přístrojů a zařízení.

V předchozím čísle jsme se mimo jiné věnovali proměně léčebného domu Polárka, a proto jsme jako první oslovili její staniční sestru Stanislavu Česlarovou. Druhé pokračování bude z Kněhyně, protože je nejstarším rehabilitačním oddělením, které fungovalo už za doby bývalé nemocnice. (A jestli vám někdy vrtala hlavou logika předchozího označování oddělení rehabilitačního centra R1 až R8, vězte, že toto pořadí určovala postupná přeměna jiných oddělení na rehabilitační. Proto měla Kněhyně označení R1.) ■

Díl druhý

Monika Mladěnková:

Kněhyně je malé, klidné až rodinné oddělení



Monika Mladěnková nastoupila 1. září 1989 jako ošetrovatelka do tehdejší nemocnice po ukončení studia na gymnáziu. Zdravotní školu poté vystudovala dálkově. Začínala na gynekologicko-porodnickém oddělení, po první mateřské dovolené pracovala na interně. Na gynekologické oddělení – operační sál se vrátila po druhé mateřské dovolené, kde byla na pozici anesteziologické sestry. Po vzniku Beskydského rehabilitačního centra v Čeladné pracovala postupně ve všech léčebných domech, mimo LD Golf. Do léčebného domu Kněhyně nastoupila po narození svého třetího dítěte a od roku 2017 je zde staniční sestrou.

1) Co Vám v práci dělá největší radost?

Největší radost asi jako každému, kdo působí v oblasti pomáhajících profesí, jakou je i zdravotnictví, je pomoc druhým. Když pacienti odcházejí po pobytu u nás takzvaně „po svých“, je to pro mě, a troufám si říci, že i pro mé kolegyně, ta největší odměna a také radost z práce. Práce ve zdravotnictví je podle mě nejen práce jako taková, ale i poslání. Bez srdíčka by totiž neměla úplně smysl a nemohla by se vykonávat nikdy kvalitně. Když se pacientům daří, jsou v pohodě a s úsměvem na tváři nám poděkují za péči, je to pro mě ta nejlepší odměna. Mnohdy se na nás přijdou podívat a pozdravit nás bývalí klienti a v tu chvíli vím, že naše práce má smysl.

Samozřejmě aby toto všechno fungovalo, je velice důležité mít dobrý kolektiv a vztahy v něm. Na Kněhyni ho máme skvělý, navzájem si pomáháme, můžeme se na sebe spolehnout a také výborně vycházíme s naší lékařkou, kterou

je paní doktorka Mazgajová. O tom, že kolektiv funguje, svědčí i fakt, že se s námi rádi vídají naši bývalí spolupracovníci a kolegové, mohu namátkou jmenovat pana doktora Veličku či bývalou staniční sestru paní Evu Parmovou, je jich samozřejmě více. Dokonce si od roku 2009 vedeme kroniku našeho oddělení, kam dáváme fotografie z našich společných setkání, výletů apod.

Pro někoho to mohou být jen malé radosti, ale pro mě znamená velmi mnoho.

2) Co je nejtěžší na práci staniční sestry?

Staniční sestra je takový „styčný bod“ mezi kolegy na pracovišti, klienty lázeňského domu a managementem rehabilitačního centra. Určitě nejtěžší na každé práci s lidmi je vybalancovat komunikaci a vztahy mezi všemi těmito subjekty k jejich spokojenosti a to je mnohdy poměrně náročný úkol. Mám ráda určitý řád, což je pro tuto práci důležité, ať je to v držování nastavených pravidel, či stanovených směrnic.



Léčebný dům Kněhyně naposledy prošel rekonstrukcí v letech 2013–2014. Je jednou z prvních budov původních Lázní Skalka z roku 1898.

Mám ráda, když na pracovišti panuje přátelská atmosféra mezi mnou a kolegy, nicméně musím mít jako nadřízená i určitý respekt. Je důležité plnit úkoly managementu, ale zároveň je potřeba předkládat nadřízeným i problémy a přání svých podřízených a řešit je. Mnohdy je poměrně složité v tomto najít kompromis a určitou rovnováhu.

Náročný byl i přechod na nový informační systém, kdy jsem se musela nejen já, ale i ostatní kolegové naučit spoustu nových věcí. Systém nebyl dokonalý a bylo potřeba vychytat hodně nesrovnalostí. Z počátku jsem věnovala hodně času doladování aplikací nebo vysvětlováním práce v „Laurinu“ ostatním kolegům. V současné době již funguje téměř bez větších problémů a zjednodušuje nám práci.

Neméně důležitá je komunikace s pacienty – klienty rehabilitačního centra. Každý má své potřeby, bolístky a přání a někdy není stoprocentně možné všem vyjít vstříc. V tuto chvíli se musím stát manažerem a psychologem zároveň. Manažerem, abych dokázala správně ubytovat klienty podle jejich přání a diagnózy. S kapacitou LD Kněhyně, kdy máme k dispozici 27 lůžek – z toho jsou dva apartmány a tři jednolůžkové pokoje –, to je někdy téměř kouzelnický počín. A psychologem, abych jim zdůvodnila nabídku



jiné varianty, než kterou požadují. Stává se, že v některých případech je klient s jinou variantou ubytování nakonec spokojenější než s tou, kterou chtěl původně, z čehož mám vždy radost.

3) V čem se Vaše oddělení odlišuje od ostatních? Na co jste hrdá?

Léčebný dům Kněhyně je jedna z nejstarších budov původních lázní – hotel Skalka, který byl postaven v roce 1898. V době, kdy tady byla nemocnice, se zde nacházelo dětské oddělení, poté rehabilitace. Řekla bych, že LD Kněhyně je malé, klidné až rodinné oddělení. Pacienti se sem rádi vracejí možná i z toho důvodu, že tady není takový ruch, čas tady plyne v poklidu,

není zde velký spěch. Toto vše, společně s kvalitní rehabilitační péčí, která je nabízena nejen v LD Kněhyně, ale i v ostatních léčebných domech, přispívá ke zdárnému léčení nejen těla, ale i ducha, což je velmi důležité. Jsem hrdá na všechny své kolegy a kolegyně, kteří tomuto pomáhají svojí pečlivou prací, profesionálním, ale i lidským přístupem.

Poslední rekonstrukce tohoto objektu proběhla v letech 2013–2014 a v blízkém období nás čeká poměrně velká změna. Chystá se celková přestavba původní budovy a směrem do parku bude přistavena zcela nová část. V přízemí původního domu pak budou pouze rehabilitace, léčebné procedury a jídelna. V nové části se pak budou nacházet nové jednolůžkové pokoje, o které klienti projevují vždy největší zájem. Bude rozšířeno a upraveno i zázemí pro personál, jako například nové šatny, sprchy, toalety, denní místnost atd. Pěkné a moderní pracovní prostředí je neméně důležité pro radost z práce. Věřím, že i když část krásně zeleného parku ustoupí nové budově, budou všichni s touto změnou spokojeni, jak my – personál –, tak naši budoucí klienti. ■



Nahoře: Většina pokojů v LD Kněhyně je dvoulůžkových s vlastním sociálním zařízením. **Dole:** Pohled z parku na hotel Skalka na dobové pohlednici.



Nahoře: Jednolůžkový apartmán s vlastním sociálním zařízením je u pacientů velice oblíbený a žádaný.
Dole: Klidnou a rodinnou atmosféru lze zažít také při společném stolování v útulné jídelně.





Nahoře: Fotografie z kroniky oddělení Kněhyně svědčí o tom, že společná setkávání současných zaměstnanců s těmi bývalými jsou pro všechny zdrojem radosti. A nejen to – ochota k výměně zkušeností je charakteristická pro dobré kolektivy a vyzrálé osobnosti. Kde jinde by mělo mezigenerační sdílení fungovat lépe než ve zdravotnickém zařízení, ve kterém je péče o pacienty na prvním místě?

Dole: Štědrý večer v rehabilitačním centru? I ten umíme pro pacienty Kněhyně uspořádat tak, že si ho užijí se vším všudy.



Sezóna otevřena. Svobodně. Radostně

Otevření sezóny 2023 přilákalo do Rehabilitačního centra Čeladná mimořádný počet návštěvníků

Letošní účast byla ze všech čtyř dosud proběhlých ročníků (2018, 2019, 2022 a 2023) jednoznačně největší. Většinu míst na lavičkách kolem Lázeňského náměstí, pod stanem na ploše i u stolů před kavárnou obsadili návštěvníci ještě před odpoledním začátkem programu. A jistě mnohým z nich vytanulo na mysli, že svoboda setkávání bez jakýchkoliv omezení není samozřejmostí a že je třeba si jí – po dvou letech bez kulturních akcí – náležitě vážit a také si tu radost vychutnat.

Andrea Anderle Adamová, David Věžník



Na snímku z dronu Jiřího Matýska máme celou scénu „Otevření“ jako na dlani. Zleva skákací hrad a malování na obličeje, uprostřed náměstí velký stan se stoly a lavičkami, dva zelené stánky s občerstvením, obě zahrádky pod slunečníky a lavičky obsazené. A samozřejmě úplně vpravo před zábradlím pódium i s dostatečně velkým „parketem“ před kašnou.

Na sobotu 20. května 2023 byla předpověď počasí vcelku příznivá – polojasno a teploty kolem dvacítky. Když uvážíme, že v předchozích dnech bylo v Beskydech zataženo, vytrvale pršelo a teploty klesaly hluboko pod průměr, byla nakonec realita vyloženě skvělá. Slunce sice čekalo za mraky až na odpolední zahájení, ale jinak bylo vcelku příjemně. A pozdější krátké spršky si většina diváků snad ani nevšimla.

I v tomto roce se mohli pořadatelé se zajištěním programové náplně a organizace Otevření sezóny spolehnout na zkušené pracovníky ostravské agentury Silver B. C. Tradčním podporovatelem kulturních akcí rehabilitačního centra je také obec Čeladná. Letos kromě finančního příspěvku poskytla vysílací čas Čeladenského miniexpresu v TV Polar lákavé pozvánce se záběry z uplynulých let. Několikrát akci také avizovala na obecním facebooku. Pro občany okolních obcí byl kulturní program další čeladenskou akcí pod širým nebem, hned po Vítání jara a Stavění májky, které se uskutečnily u Památníku Josefa Kaluse. Minimálně část programu si nenechalo ujít také mnoho našich pacientů.

OBČERSTVENÍ NA JEDNIČKU

Všichni zaměstnanci dostali předem poukázky na dvě jídla a dva nápoje zdarma v průběhu akce, ale pravda je, že ve zdravotnickém zařízení, jako je to naše, nikdy nemohou přijít všichni. Část z nich musí být v práci nebo je směna v ten den ještě čeká. Program nemohli sledovat ani kolegyně a kolegové ze stravovacího úseku, kteří kompletně nachystali občerstvení ve dvou venkovních stáncích, v restauraci a v kavárně

- 1: Ještě před oficiálním zahájením programu ve tři hodiny odpoledne se místa pod stanem zaplnila návštěvníky.
- 2: Kolegové Jaroslav Kozel a Kristián Lokaj se činili při čepování piva.
- 3: Šéfkuchař Martin Lekač ráno uvařil guláš a od odpoledne až do večera opékal v jednom ze stánků klobásy.



1



2



3

(a kteří samozřejmě zajišťovali také běžné stravování všech pacientů v léčebných domech). Tereza Šenková, vedoucí Apartmánového domu Lara, restaurace a obchodu, upřesnila: „Porci guláše jsme vydali 339, klobás 373, hranolků 125, piva ve stáncích 789 a zákusků jsme prodali všech 250 kusů.

Chtěla bych touto cestou poděkovat paní Helence Langrové, především za její pomoc při přípravě a veškerou podporu. Je to člověk, na kterého se mohu vždy spolehnout. Paní Magdě Maralíkové děkuji za vysoké pracovní nasazení při chystání a organizaci celé akce, za skvělou spolupráci a také za její pečlivost. Šéfkuchaři Martinu Lekačovi za jeho kulinářské umění (uvařil mimo jiné guláš) a celému týmu kuchyně. Velké poděkování patří všem, kteří jakkoli přiložili ruku k dílu, a přispěli tak ke zdárnému průběhu celé akce. Velmi si vážím všech pracovníků ve svém týmu, spolupráce s nimi je vždy na kolegiální úrovni a vládne přátelská atmosféra.“

PODĚKOVÁNÍ S PŘEKVAPENÍM

Zahájení programu se tradičně ujal ředitel rehabilitačního centra Milan Bajgar. Přivítal návštěvníky, připomněl některé události ze vzdálenější i nedávné historie lázní a zaměstnancům poděkoval za jejich práci v uplynulém roce. To, že poděkování tentokrát obdrží také on sám, se do poslední chvíle podařilo utajit. Proto byl mimořádně překvapený, když si slovo vzala jedna z lékařek Martina Chudobová a zdržela ho před pódiem ve chvíli, kdy se chystal odejít.

1: Dort s věnováním a další dárky dostal ředitel rehabilitačního centra Milan Bajgar jako poděkování od zaměstnanců.

2: Předávání se účastnily kolegyně z několika úseků, které se na tomto překvapení podílely. Zleva Lucie Mohwinkel (marketing), Tereza Šenková (vedoucí restaurace a kavárny), Blanka Ochmanová (marketing), lékařka Renata Vítková a hlavní sestra Zdeňka Kišová.

3: Nemohl chybět přípitek, vpravo další z lékařek rehabilitačního centra Martina Chudobová.



1



2



3



4

Ředitelskou zálibu ve sladkostech určitě vrchovatě uspokojil velký dort, který dostal, navíc s dekorací ve stylu nedávných změn grafických symbolů centra. Došlo i na poděkování s přípitkem a na další drobné dárky k jeho nedávným narozeninám. Gratulantek bylo víc a zastupovaly různé pracovní kolektivy, jak se při takové příležitosti sluší. A je úplně v pořádku, že i muži se občas dojmou...

ŠKOLNÍ PĚVECKÝ SBOR NADCHNUL

Prvního vystoupení se zhostil Školní pěvecký sbor ZŠ Čeladná pod taktovkou svého vedoucího a učitele Lukáše Kováře. Sbor sice existuje teprve první školní rok, ale úspěšných vystupování má za sebou už několik. Také v rehabilitačním centru si děti vysloužily velký potlesk po každé skladbě, ať už to byla Uhlířova a Svěrákova Chválím tě, země má nebo Jožin z bažin Ivana Mládka a jeho Banjo Bandu. I z fotografií je patrné, že děti si zpěv (a vlastně i pozornost publika) docela užívaly a měly z něj radost. A ta je, jak víme, nakažlivá. Na úvod byl tento sbor výbornou volbou.

PROLÉZACÍ HRAD NEMOHL CHYBĚT

Zout si boty a zmizet v útrobách hradu, tomu při pohledu na rozjařené děti těžko odolává i dospělý a jistě by si leckterý z nich vyměnil místo se svým dítětem. Před hradem bylo stále plno. Hned naproti se pod stanem dalo pořídit super „tetování“ nebo si nechat namalovat na obličej nějaký obrázek či dekoraci. Děcka si zkušeně vybírala z tlustých katalogových knih ten svůj vytoužený a ještě nakonec prošla „výstupní kontrolou“ před



5



6

4: Velká očekávání, hodně těšení a trochu trémy před vystoupením byly na dětech z pěveckého sboru Základní školy v Čeladné dobře vidět.

5: Na pódiu převedly děti soustředěný a krásný výkon, který se dočkal zaslouženého potlesku.

6: Bludiště ve skákačím hradu bylo jako vždy velkým lákadlem.

zrcátkem. „Může to tak být?“ ptala se docela vážně malující děvčata a jejich malí zákazníci jim také s vážnými tvářemi odpovídali: „Ano, může...“ a odcházeli viditelně pyšně a spokojeni s výsledkem.

I „PRAKTIČI“ JAKO VŽDYCKY

„Praktik People, zavedená kapela praktických lékařů“, jak bylo uvedeno na plakátech, je u nás zavedená hned dvojím způsobem. Tito hrající lékaři dosud vystoupili na každém našem Otevření sezóny. A navíc k nám jezdí i na Silvestra, kdy hrají v restauraci U Sestřiček pro radost návštěvníkům tradičně humorných vlastivědných přednášek. Představují se vždycky přitažlivým repertoárem od folku přes country až po zlidovělé písničky dvojice Suchý–Šlitr a divadla Semafor. Pětičlenná sestava hraje a zpívá ve složení Martina Chudobová, Pavel Mucha, Zdeněk Šimek, Petr Štichauer a Jaroslav Samek. Předvedli očekávaný výkon a mnozí diváci si s nimi rádi zazpívali. A proč se jmenují Praktik People? První čtyři ze jmenovaných jsou totiž opravdu v civilním povolání praktickými lékaři a vystupují hlavně pro zábavu. Jaroslav Samek nemá k medicíně také daleko, je zástupcem firmy zabývající se prodejem zdravotnické techniky.

JAN MAY A BOŽENA MAYOVÁ

Malý výlet do roku 1902, který je rokem založení Lázní Skalka, připravil pro návštěvníky Evžen Truppar, moderátor a herec Slezského divadla v Opavě. Ti, kteří sledují činnost našeho centra dlouhodobě, vědí, že klademe velký důraz na propojení historie a současnosti, pokud jde například o osobnosti, které vývoj lázní ovlivnily. Letos

1, 2: Malování na obličej a nezbytná, velice vážná „výstupní kontrola“ před zrcátkem, zda se obrázek povedl podle představ. Maminky pomáhají vybírat.
3: Skupina Praktik People, zleva Petr Štichauer, Jaroslav Samek, Zdeněk Šimek, Martina Chudobová a Pavel Mucha. Jako vždy výborní.





4

se hrané vstupy zaměřily na manželskou dvojici zakladatele lázní, jejich ředitele a lékaře Jana Maye (1869–1931) a jeho ženy Boženy (1873–1953). Role Boženy se ujala Martina Chudobová a vžila se do ní tak, že diváci byli napjatí, jak to dopadne. Jan May a o rok mladší Boženin bratr Bohumil Müller se znali z doby svých medicínských studií na Karlo-Ferdinandově univerzitě v Praze, a tak seznámení Jana a Boženy Müllerové nebylo vůbec náhodné. Byli jsme svědky jejího emotivního vzpomínání na rok 1895, kdy se přestěhovali do Ostravy, hornického města tehdy plného prachu a kouře. Pro mladou ženu zvyklou na Prahu s bohatým společenským a kulturním životem to musel být šok. O rok později přivedla na svět prvního syna Oldřicha, mladší Jan se narodil v roce 1898.

Z rozhovoru obou manželů jsme se dozvěděli mnohem více, například to, že Jan May začínal jako závodní lékař pro 2 500 horníků dolu Ignat a k tomu byl obecním lékařem v Čertově Lhotce. Kde že to bylo? V dnešních Mariánských Horách, které se staly městem (v roce 1907) též zásluhou tohoto podnikavého pána. V roce 1902 se počíná jejich činnost v lázních a Bohumil Müller se zde stává „ordinujícím lékařem“. V roce 1906 postihuje rodinu tragédie – na spálu umírá desetiletý Oldřich, manželka se hroutí a odjíždí k rodičům zpátky do Prahy. Osmiletého Jana se na nějakou dobu ujímá jeho teta v Turnově. Rokem 1908 končí působení Jana Maye i jeho švagra v Lázních Skalka, v roce 1909 odjíždějí definitivně z Ostravska a vracejí se do Prahy.



5



6

4, 7: Zakladatel lázní Skalka lékař Jan May a jeho manželka Božena v podání Evžena Trupara a Marty Chudobové. Do svých rolí se obdivuhodně vžili a jejich manželská výměna názorů diváky zaujala, pobavila a připomněla jim kousek historie lázní a Mariánských Hor.
5: Božena Mayová
6: Jan May v sokolském kroji v době svého působení v Mariánských Horách.

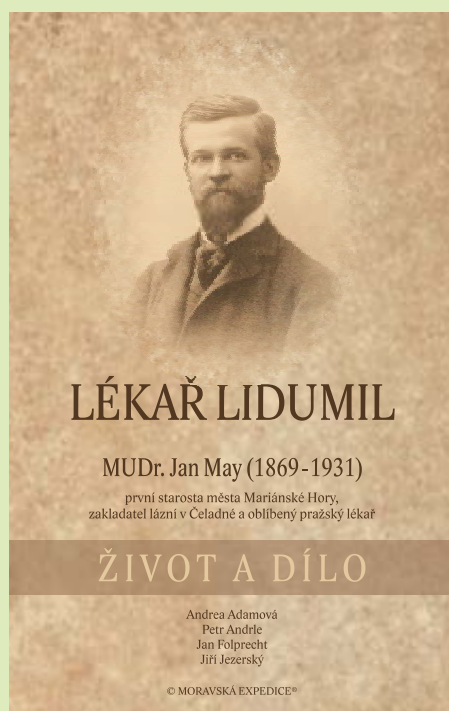


7

Jejich životy ale touto změnou zdaleka neskončily a vystoupení manželské dvojice rovněž pokračovalo. My jsme vybrali jen některé události z hraných vstupů, které zahrnovaly několik málo let života manželů Mayových. Jak to bylo dál? To se můžete dozvědět v publikaci *Lékař Lidumil*, ze které autor scénáře čerpal. Kniha Andrey Adamové, Petra Anderleho, Jana Folprechta a Jiřího Jezerského vyšla v roce 2009 v nákladu 1 000 kusů a posledních sto je v prodeji v Galerii malířů Beskyd v areálu rehabilitačního centra.

Obou protagonistů hraných scének jsme se zeptali na jejich vztah k osobnostem, které ono odpoledne ztvárnili.

V knize „Lékař Lidumil“ je vloženo DVD s názvem „Splněný sen doktora Maye“ s 20minutovým filmem, který souhrnně představuje rehabilitační péči a další ubytovací a wellness služby centra.



Evžen Trupar své pocity shrnul následovně:

„Postava dr. Maye přede mnou vyrostla díky Vaší nadčasové knize doslova jako živá. Je obdivuhodné, kolik informací jste byli schopni dát dohromady a čtivě skloubit... Vlastně jste nás příjemně ‚donutili‘ jet na Mikulandskou do Prahy a do kostela v Mariánských Horách, z čehož obojího byly krásné zážitky.

Samozřejmě setkání s doktorem Mayem je jen impresionistický dotyk pozoruhodné a vzácné osobnosti lékaře a vlastně úspěšného buditele a politika. Takový lékařský Radegast, který umí zbavit bolesti i útěšným slovem. Byl si vědom toho, že lidem nesmíte brát duchovní pocit boha, nemluvě o tom, že bez farnosti by asi nemohly být MH městem. A doslova i pro mne dnes ten kostel vyrostl desetinásobně v porovnání s tehdejší dobou a jejími možnostmi. S tou závisí i osočováním provázejícími zrod každého díla, které potom další v pohodě užívají.

Určitě si myslím, že tu nabídku do Ostravy vzal proto, aby začali svůj život nezávisle na rodině a asi i poručníkování. To jsem tak pojal s Martinou, opravdu si myslím, že v tom nic jiného nebylo. Protože ta bída, do které manželku přivedl... Muselo to být proti Praze i Turnovu velmi, velmi ubohé.

Jako divadelníka mne zaujalo jeho politické působení ve smyslu, že uměl ocitovat protivníkům i jejich vlastní slova po letech, což svědčí i o jeho umění naslouchat jiným. Naslouchat i protinázorům a uložit je v paměti bez dnešní techniky reprodukční, klobouk dolů. Jinak si myslím, že doma byl despota. Všechno zde muselo být podle něho, protože byl prostě nejchytřejší. Ale vůbec to nemyslím ve zlém. Lidé nechtějí přemýšlet, chtějí být vedeni a prostě potřebují vůdce a to on byl.

Věděl, že pacienti sice potřebují soucit, ale zároveň pevnou ruku. A že jim nesmí brát naději, kterou dává mnohým modlitba. Že jej potom všechno zlomilo a vlastně opět začal od nuly v Praze, to je jen další důkaz jeho nezlomného ducha. Vždy si to připomenu i ve chvílích vlastní lenosti. Osvětím přežili ti, kteří stále dodržovali svůj rituál povinností, včetně modlitby poděkování za dary, které nám Bůh poskytuje. Až děsivé, ale filozoficky pravdivé, že přes to beznadějně všechno dokázali jakoby říct životu ANO.

Symbolem dr. Maye pro mě zůstává v kostele obraz archanděla Michaela, který on koupil, asi i symbolicky, pro tento chrám. Jakoby v tom smyslu, že Michael váží duše při posledním soudu. Nemluvě o jeho jménu, které volně v překladu znamená KDO JE JAKO BŮH. Možná to tak cítil, a proto mě ten obraz v souvislosti s ním tak zaujal. Jako jeho poselství dál i rozloučení s Ostravou a vším kolem.

Přiznám se, že se mi tentokrát do Čeladné zoufale nechtělo, mám toho v této sezóně opravdu hodně. Ale taky mne to doslova symbolicky více než jen zaujalo a vlastně i potěšilo. A pohltilo. A přineslo mnoho dobrého. Takže DÍKY – je to díky Vaší práci, které si velmi vážím a kterou oceňuji.

(A taky protože můj otec se vrátil do zničené Opavy v roce 1945 těsně po osvobození. Z Nezamyslic, kde vystavěl dům s ordinací a lékárnou a byl známým i oblíbeným lékařem, když předtím musel z Opavy po záboru v 1939 odejít a všechno tam nechat. Všechno budoval znovu a soudruzi mu všechno sebrali, dům, ordinaci, praxi. Nikdy jsem ho neslyšel si stěžovat, taky nás bylo pět a maminka prostě zlatíčko, pořád cítím ten dluh vůči nim.)“

Martina Chudobová doplnila:

„Přemýšleli jsme během zimních měsíců s Evženem Truparem, koho ztvárníme na letošním zahájení sezony RC, abychom všechny hosty zase tak trochu poučili a také pobavili. Evžena doslova uchvátila postava doktora Maye s jeho bohatým a pohnutým životem. Poslal mi dokonce z Prahy fotku jeho pamětní desky v Mikulandské ulici se zprávou: ‚Budeš hrát paní Boženu Mayovou, byla tak trochu hysterická – to Ti půjde.‘

Musím sebekriticky říci, že ačkoliv vidím často podobiznu dr. Maye na logu rehabilitačního centra, věděla jsem o něm dosud jen velmi málo a o jeho ženě vlastně vůbec nic. Jsem moc ráda, že jsem to napravila a alespoň na chvíli jsem se mohla vžít do její postavy. Byla to určitě velmi statečná i moudrá žena. Následovala svého muže za jeho prací, i když začátky pro ni byly jistě těžké. Ocitla se v naprosto cizím kraji, ve srovnání s prosluněnou a kulturní Prahou se jí Ostrava jevila jako špinavá, dusivá, plná bídy a utrpení. Přesto však stála po boku svého muže, podporovala ho v jeho aktivitách, starala se o rodinu, zakládala různé spolky na podporu žen a dětí, cvičila v Sokolu a o vznik lázní na Čeladné se vlastně zasloužila hlavně ona. Představuji si ji jako ženu na jedné straně silnou, ambiciózní, aktivní, s velkým sociálním cítěním, na druhou stranu jako velmi citlivou a zranitelnou duši, která, přestože pomáhala tolika lidem, cítila se mnohdy osamocena.

A tak si říkám, co by si paní Boženka asi myslela, kdyby se sem mohla alespoň na chvíli vrátit. Podle všeho se tady na Čeladné cítila šťastně a já tomu věřím, protože tento pocit máme my dvě společně. Prošla by se pomalu krásným ‚lázeňským‘ parkem plným jarních květů, kolem jezírka a kolem kapličky, prohlédla by si sochy, pozdravila by se s pacienty a pak by si dala něco dobrého v kavárně. Seděla by pod slunečníkem, zhluboka dýchala svěží vzduch a dívala by se na zelenající se hory. Bylo by jí lehce a vesele u srdce, protože by věděla, že její dílo žije nadále a přináší pomoc, radost a štěstí potřebným tak, jak si to přála.“

I JAK ŠEL ČAS

Trochu si můžeme zavzpomínat také na předchozí akce. Jak už jsme uvedli, pokaždé stála část hudebního programu na bedrech skupiny Praktik People. První zahájení v roce 2018 jsme pojali jako „Zlatá šedesátá“ a mnozí dosud vzpomínáme na skvělé večerní vystoupení skupiny ABBA CZ. V tom roce bylo dosud nejlepší, doslova letní počasí, a to má na pěkné vzpomínky samozřejmě také vliv. V roce 2019 jsme přivítali skupiny Pangea – The Beatles Revival Band a Rolling Stones Revival Brno a opět se tančilo před pódiem. Pak nastala nikým nevíтанá dvouletá pauza a teprve vloni jsme se k „otevření“ mohli vrátit. Slavili jsme současně druhou úspěšně obhájenou akreditaci

a večerní program zajistila skupina Foxy Hunters z Ostravy. Předvedla hudební show složenou z coververzí hitů populární hudby, ale tehdy byla velká zima, a tak do konce vydrželi jen tančící a otužilí návštěvníci. A letos?

MARTIN CHODÚR – VELKÝ HLAS

„Nikdy nezapomenu, odkud jsem vzešel a že má úloha tady je zpívat! Děkuji Vám za podporu!“ To jsou úvodní slova na facebookové stránce tohoto zpěváka s talentem od Boha a s mimořádně tvárným vokálem. Letos byl „hlavní hvězdou“ programu a této role se zhostil způsobem odpovídajícím svému prohlášení. Na klávesy ho doprovázel Ivo Morys a na příčnou flétnu Adéla



Švanová. V průvodním slově nezapomněl připomenout, že to má v Čeladné rád, a zmínil se také o tom, že svého času bydlel přímo na Lázeňském náměstí v jednom z apartmánů AD Lara. Svoje vystoupení také předem několikrát oznamoval na svém facebooku, a to ještě v době, kdy jsme ani celý program sami detailně neznali. Martin Chodúr byl bezesporu největším „lákadlem“ letošního ročníku a oprávněně. Z jeho interpretace písní velkých hlasů, jakými disponovali či disponují Karel Gott, Frank Sinatra nebo Tom Jones, a z povídání o nich bylo znát, že zpívání pro něj není práce, ale poslání, kterému dává vše, co v něm je. A přitom zůstává skromný. Diváci ocenili jeho vystoupení mohutným potleskem, vyžádali si mimořádný přídavek a po koncertě i desítky společných fotek.

MOŽNÁ SE OBJEVÍ I MASARYK?

Ano, i letos se, podobně jako v předchozích letech, TGM objevil ve slušivé uniformě a divákům připomněl mimo jiné pražskou etapu života Jana Maye. Pamětní deska věnovaná pacienty je na domě stále, a přežila tedy bezmála 100 let a několik režimů. (Poznámka: Tímto posíláme pozdravy do Cholína naší milé pacientce a pozorné čtenářce Jiřině Mayové, manželce vnuka doktora Maye. Její rodině dodnes patří dům v Mikulandské ulici, na němž ona zmiňovaná pamětní deska visí.)

Zdá se, že už máme vytvořenou novodobou „masarykovskou tradici“, protože jeho představiteli Jindřichu Vaňkovi (jinak manažerovi pořádající agentury Silver B. C.) to v prvorepublikové uniformě mimořádně sluší a u nás nevynechá příležitost k jejímu „vynesení“. A navíc – jeho podoba s „originálem“ je nesporná, a tak byl po vystoupení velkým lákadlem při pořizování společných fotografií. Také proto, že přijel na krásném historickém exempláři motocyklu značky NSU s nepřeslechnutelným motorem. Pro fanoušky motorek dodáváme, že šlo o model NSU QUICK 98 o objemu 98 cm³ z roku 1952. Tento kus vznikl v rámci rychle zavedené poválečné výroby v Německu, kde továrna NSU obnovila výrobu tohoto stroje, započatou v roce 1936.

Skutečnou Masarykovu návštěvu připomínáme v areálu jeho bustou, umístěnou vedle vstupního vestibulu v budově Léčebného domu Dr. May s tímto doprovodným textem: „Tomáš Garrigue Masaryk (7. března 1850, Hodonín – 14. září 1937, Lány) navštívil Lázně Skalka se svou manželkou Charlottou a s dcerami Alicí a Olgou. Poté si prohlédli léčebnu Parmovice v Kunčicích pod Ondřejníkem. Průvodcem jim tehdy byl vedoucí lékař lázní MUDr. Berthold Storch (1867–1942), po němž je dnes pojmenován jeden z léčebných domů v parku rehabilitačního centra. Autorem kopie busty je akademický sochař Zdeněk Jalůvka z Frenštátu pod Radhoštěm.“

Pro úplnost dodáváme, že v roce 1909 zakoupilo Lázně Skalka Báňské společenstvo ostravsko karvinských báňských podniků a ředitelem byl jmenován lékař Berthold Storch, který se specializoval na plicní choroby horníků.

A jak svůj herecký výkon a celé Otevření sezóny 2023 hodnotí

1, 2, 3: Zpěvák *Martina Chodúra* doprovodila na příčnou flétnu *Adéla Švanová* a na klávesy *Ivo Morys*.



1



2



3



4

sám **Jindřich Vaněk**? Na náš dotaz odpověděl těmito slovy:

„Letošní ročník byl obzvlášť povedený, a to nejen programem, ale také historicky nejvyšším počtem návštěvníků, kteří se akce zúčastnili. Zahájení sezóny v Rehabilitačním centru Čeladná jsme organizovali již počtvrté v řadě a jsme rádi, že se tato událost stala oblíbenou jak mezi klienty lázní, tak mezi širokou veřejností. Na letošní ročník si Masaryk dokonce nechal ušít novou uniformu a těší se na příští rok, kdy ji zase bude moci obléknout do milé lázeňské společnosti. Děkujeme panu řediteli RC Čeladná Milanu Bajgarovi, že můžeme být součástí této akce. Na závěr mi dovoluete pozvat vás všechny na další příjemný kulturní svátek – festival Ladná Čeladná, který se v této malebné obci koná 4. a 5. srpna.“

I OLYMPIC REVIVAL

Jak už naznačil jeden z odstavců výše, v seznamu účinkujících na Otevření sezóny má každoročně své pevné místo nějaký ten revival. Důvod je prostý – už od prvního ročníku si nešlo nevšimnout, že právě tato část programu patří mezi ty nejoblíbenější. Stačí dvě tři písně a návštěvníci si nejen notují s vystupujícími, ale mnozí se rovnou i radostně vrhají na „parket“, tedy pod pódium, často odhazují berle a roztáčejí své kyčle, kolena a jiné klouby, třeba čerstvě zrehabilitované.

Letos padla volba na Olympic revival. A vůbec nevadilo, že originální kapela ještě stále funguje (loni oslavila neuvěřitelných 60 let na scéně!), a „revivalovat“ (tedy oživovat) ji není potřeba. Čtveřice pánů k nám přijela až z Mladé Boleslavi a svou předlohu měla



5

4: Příjezd T. G. Masaryka

na motocyklu z 50. let minulého století byl nepřeslechnutelný a okamžitě vzbudil zájem diváků. 5: Podoba Jindřicha Vaňka s prvním československým prezidentem je nepřehlédnutelná. Na svoje letošní vystoupení si dokonce nechal ušít novou uniformu na míru. 6: Po pozdravení návštěvníků čekala na prezidenta řada diváků s prosbou o společnou fotografii.



6

nastudovanou pečlivě. Zpěvák ostatně prozradil, že společně hrají už také dvě dekády. Potvrdili tak slova, která mají uvedená na svých webových stránkách olympicrevival.cz: „U revivalu je důležité přiblížit se co nejvíce originálu. My dbáme na přesná tempa, přesné frázování zpěvu, dbáme na celkový zvuk kapely, aby byl co nejbližší podobný originálu. Jsme jen čtyři, tak jako Olympic. U nás zpívá sólový kytarista, tak jako u originálu.“

„Počkejte, ještě nás budete prosit, abychom zpomalili,“ pronesl „Petr Janda“, když na úvod setu skupina odehrála pár volnějších písní jako *Dávno*, *Osmý den*, *Okno mé lásky* nebo *Snad jsem to zavinil já* a on viděl, že lidi by raději slyšeli něco svižnějšího. Jejich přání jim s kolegy splnil záhy a „napumpoval“ do nich nesmrtelné rokenrolové pecky *Želva*, *Jako za mlada*, *Dynamit*, *Kanagom*, *Dej mi víc své lásky* a celou řadu dalších. Návštěvníci řádili, seč jim nohy stačily, až do okamžiku, kdy z reproduktorů zazněla nezaměnitelná slova „Skončili jsme, jasná zpráva“, která nemilosrdně naznačila, že se blíží nejen konec koncertu revivalu, ale celého letošního Otevření sezóny.

NA SHLEDANOU ZA ROK

Když jsme procházeli kolem velkého stanu a dolétaly k nám útržky hovorů od skupinek přátel a známých, kteří se dobře bavili, měli jsme radost. Docela obyčejnou radost, že jsou lidé rádi spolu a že se u nás mohli při této příležitosti potkat. A proto je naše přání jasné: na shledanou za rok!

Kdybyste si chtěli tyto radostné chvíle připomenout, vězte, že v průběhu celé akce nezaháleli dva kameramani naší TV Ondřejka a že na videu už pracují. Najdete ho jako všechna ostatní na oficiálním YouTube kanálu rehabilitačního centra a samozřejmě ho zařadíme i do televizního vysílání. ■

1, 2, 3: Během vystoupení skupiny Olympic revival se setmělo a prostor před podiem zaplnili tanečníci. **4:** Věříme, že za rok přijde stejně tolik diváků jako letos. Fotografie v článku: Autoři a Stanislava Slováková





4

ZA PODPORY
OBCE ČELADNÁ 

**FESTIVAL
PRO CELOU
RODINU**

Ladná Čeladná

4.-5. 8. 2023

pátek 4. srpna:
BÁRA POLÁKOVÁ DĚDA MLÁDEK ILLEGAL BAND
EMMA SMETANA & JORDAN HAJ
MARIO ŠEPAROVÍČ & BAND DOCUKU

sobota 5. srpna:
RICHARD MÜLLER KAŠPÁREK V ROHLÍKU
LAURA A JEJÍ TYGŘI PAVEL ČADEK
CIRCUS BROTHERS PESHATA
TANEČNÍ WORKSHOP PRO DĚTI S JAKUBEM MAZŮCHEM
DIVADELNÍ PŘEDSTAVENÍ TVOŘIVÉ DÍLNY HRY A DALŠÍ

 ladnanceladna
ladnanceladna.cz








Setkání s paní Úžasnou

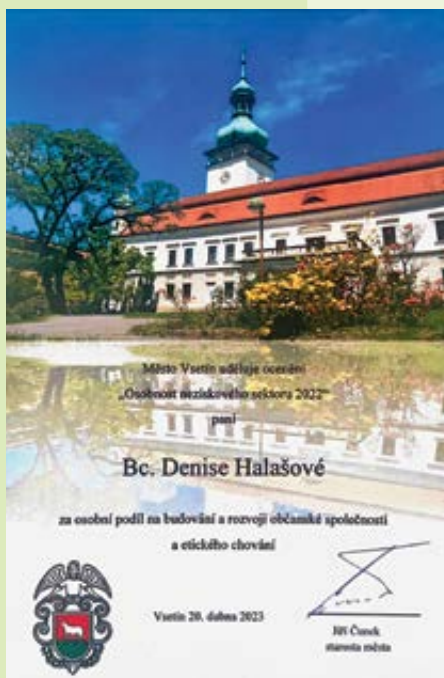
Andrea Anderle Adamová

Ve čtyři odpoledne jsou v kavárně Lara všechny stolky obsazené a jejich osazenstvo je v družném hovoru. Jen u posledního sedí jedna žena sama, a tak zamířím rovnou k ní. „Paní Denisa Halašová?“ „Ano.“ „Ráda Vás poznávám, děkuji, že jste přišla...“ Paní Denisu jsem předtím nikdy neviděla. Setkání jsme si domluvily telefonicky a v tu chvíli ještě netuším, že se mi při jejím vyprávění „ztratí“ bezmála tři hodiny, když budu s úžasem poslouchat líčení o jejím životě, a porozumíme si natolik, že kvůli našemu rozhovoru oželí svou večeři.

Musím ale začít od začátku. Domácí řád rehabilitačního centra umožňuje pacientům odjet v průběhu léčby jen ve výjimečných případech, a to samozřejmě jen se souhlasem jejich ošetřujícího lékaře. Pro paní Denisu Halašovou byla tímto pádným důvodem účast na slavnostním převzetí ocenění „Osobnost neziskového sektoru“, které jí „za osobní podíl na budování a rozvoji občanské společnosti a etického chování“ udělilo město Vsetín. Jako omluvenku pro odjezd na slavnost do Vsetína předložila paní Denisa kopii této listiny. Díky staniční sestře Růženě Rožnovské se listina dostala i do oddělení rozvoje a marketingu a vypadala jako lákavý námět pro zpracování rozhovoru do časopisu. Pak už jen stačilo zjistit, jestli je paní Denisa ochotná podělit se o to, za jakou činnost se jí ocenění dostalo. Souhlasila, a tak jsme se sešly. Moje první otázka byla nasnadě:

Paní Deniso, jaké Vaše činnosti se skrývají za „budováním a rozvojem občanské společnosti a etického chování“?

Město Vsetín organizuje setkání zástupců neziskových organizací každý rok a také tak vyjadřuje



Ocenění „Osobnost neziskového sektoru 2022“ udělené radními města Vsetín

dlouhodobou podporu jejich práci. Já jsem byla nominována ve dvou oblastech svého působení – za práci hlavní vedoucí skautského střediska ve Vsetíně a za dobrovolnickou spolupráci s Diakonií Vsetín.

Skautkou jsem celý život, s manželem Františkem máme tři děti a dvě z nich jsou také skauti. V Černošicích u Prahy jsem už jako středoškolačka vedla oddíl

světlušek. Naše setkání dnes (Poznámka: bylo to 24. dubna 2023) je pro skauty v celosvětově nejvýznamnější den – svátek má náš patron svatý Jiří. Ten je pro nás symbolem odvahy a statečnosti, protože se postavil zlu a vyhrál souboj s drakem.

Ale jak jste se dostala do Prahy, když jste se narodila a žijete na Moravě?

Zajímala mě mimo jiné grafika a vystudovala jsem polygrafii na tehdy jediné škole tohoto zaměření v Česku – Střední průmyslové škole grafické v Hellichově ulici. Posledních 30 let ale žiji v Huslenkách a ve Vsetíně máme s manželem 20 let firmu, většinu času působící na Horním městě, to je místní část Vsetína. Ke grafice jsem si přidala ještě marketing a novinářinu. Manžel je hlavně stavař a já jsem potřebovala vědět, jak firmu propagovat, jak nabízet naši práci a jak pečovat o zaměstnance i zákazníky. Ve firmě jsem byla také účetní a personalistka, a tak jsem se před deseti lety přihlásila ke studiu Marketingových komunikací na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně. Na naši firmu jsem si vypracovávala všechny seminárky do školy, včetně závěrečné bakalářské

práce, ve které jsem analyzovala firemní data za posledních šest let. To byla výborná a cenná zkušenost, hodně jsem se naučila. A tak jsem od té doby také manažerkou marketingu. Zavedli jsme v minulosti vnitřní management kvality podle normy ISO 9001, poskládali jsme stabilní tým cca 20 zaměstnanců a nastavili jsme jejich zastupitelnost. Neděláme velké stavební akce, ale „běžné“ věci – řemesla, řešíme opravy, poruchy. Občas stavíme dům na klíč, ale to je spíš výjimka. Manžel dělá také revize plynových zařízení a tlakových nádob, nedávno byl proto také ve vašem zdravotnickém zařízení jako revizní technik.

Jak jste na tom se zaměstnanci? Máte dost kvalifikovaných lidí?

Situace u nás je stejná jako v celém Česku. Mít dobré a kvalifikované zaměstnance je výhra. Mrzí mě, že poctivé řemeslo mladí lidé nechtějí pořádně dělat. Rodiče je přihlásí na odborné učiliště, ale když jim nabízíme praxi u nás, nikdo se nehlásí. Raději zůstanou na praxi ve školních dílnách, ale tam se naučí jen přesně definované práce, třeba vyměnit umyvadlo. Pořádný řemeslník ale musí přijít na místo, zjistit, co tomu chybí, vymyslet řešení a pak teprve problém řešit a tu práci udělat. Bez této praxe se uplatnit nemůžou, ale ono je to ani nebaví. Ve vesnicích už mizí generace lidí, kteří to uměli, a na jejich místo nikdo nepřichází. My máme tolik požadavků, že by to bez promyšlené organizace vůbec nešlo.

Všimla jsem si, že Vaše firma DAF INNOVA nabízí široké spektrum služeb od vodoinstalatérství, plynoinstalatérství, topenářství po stavební činnosti, ale má také grafické studio. To je, předpokládám, Vaše parketa?

Ano, to jste odhadla správně. A právě s mou „grafickou výbavou“ souvisí moje práce pro vsetínskou Diakonii. Například jsem jí před mnoha lety pomohla



Denisa Halašová si odskočila na slavnostní předání ocenění „Osobnost neziskového sektoru 2022“ města Vsetína z rehabilitačního pobytu v Čeladné. Převzala ho z rukou starosty města Jiřího Čunka (uprostřed). Foto: Michal Horský

pochopit, že nástroj, jako je Facebook může velmi efektivně pomoci při zvýšení povědomí o jejich práci se zacílením na jejich uživatele, ale i podporovatele. Oni se tohoto druhu prezentace báli, ale zbytečně. Dnes je to jejich hlavní linie, kterou o sobě dávají vědět, a mají bezmála 2 000 sledujících. Jako rodina se také rádi aktivně zapojujeme do každoroční aukce uměleckých předmětů, dražitelem je vždy nějaká známá osobnost a výtěžek jde do sbírky. Je to vždy společenská událost pro celé město a okolí, takže je snadné pomáhat zrovna tímto způsobem. Také jsem se podílela na některých jejich publikacích jako grafik – vydali jsme spolu např. drobnou publikaci *Slovíčko nakonec* s úžasnými fotografiemi předního fotografa Roberta Goláně, kterého jsem pro tento projekt získala, nebo velice pestrou a zajímavou publikaci *Jako doma*, která je jakousi příručkou pro tvůrce domovů pro seniory. Je tam velmi podrobně popsáno, jak a kde budovat domy, ve kterých by se naši „staříčci“ mohli cítit pohodlně, šťastně a spokojeně, ačkoliv opustili své dosavadní domovy. Když sleduji, jak se vsetínská Diakonie již 20 let stará o prostředí svých služeb, je to

velmi inspirativní – například dům pro osoby s Alzheimerovou chorobou zařídili starými věcmi z dob mládí uživatelů Domova, které jim mohou připadat povědomě, přívětivě, bezpečně – jako prostředí, ve kterém byli doma.

Vaše grafické studio též kompletně zpracovává Zpravodaj obce Huslenky. To je tedy realizace Vaší novinářské vášně?

Novinářské dovednosti mám nejspíš dílem po mamince. Maminka vystudovala polygrafii na Slovensku a donedávna byla tisková mluvčí Charity Olomoucké diecéze. Je novinářka a korektorka. I mě psaní baví. Hodí se mi k němu i má roční praxe v Lidových novinách, kam jsem šla hned po střední škole.

Nevím, jestli to je vinou nových technologií, nebo rychlou dobou, ale lidé obecně ztrácejí schopnost napsat souvislý a smysluplný text „o něčem“. A to bohužel i ti, kteří to mají v popisu práce a umět by měli gramatiku i formální úpravu textu. Já jsem vděčná za každý příspěvek, který do zpravodaje dostanu, a nic neodmítám. Pomůžu a zpracuji ho tak, aby měl smysl a dobře se četl. Mám také výhodu,



Denisa Halašová na jedné ze skautských akcí v roli hlavní vedoucí střediska Vsetín

že i grafiku zpravodaje dělám sama, a tak si mohu s textem, obrázky i fotografiemi „pohrát“ tak, abych byla s výsledkem spokojená. Obecní zpravodaj takto zpracovávám už 18 let, tak snad jsou s mou prací zatím spokojeni (usmívá se).

(Poznámka: Vlastně jsme se v této chvíli zasmály obě dvě. Do té doby jsme si shodně myslely, že představujeme vzácnou výjimku v tom smyslu, že zároveň píšeme texty a vytváříme grafiku časopisu. A teď jsme se sešly na jednom místě dvě. S přípravou Čeladenské fontány postupují podobně jako paní Denisa se zpravodajem, napíšu text a vytvořím grafiku článku. Když jsem si ale později prošla letošní první číslo Zpravodaje obce Huslenky, našla jsem v něm ke dvacítce jmen autorů a autorek článků. Já jsem jich v březnovém čísle Fontány napočítala na dvojnásobném počtu stránek pět, a to bylo kvůli vyhodnocení fotosoutěže mimořádně více než obvykle. Fontáně by slušeli šikovní přispěvatelé, ale je těžké je najít...)

Vraťme se ale ještě k Vašemu působení ve skautu. Jak jste se stala hlavní vedoucí střediska?

K této práci mě vybídli přátelé. Vsetín je velké středisko a má také velkou spádovou oblast. Předchozí vedení postupně ztrácelo energii, vztahy se přetížily prací vyčerpávaly. Já jsem tam do roku 2015 nikoho neznala. Ale rozhodla jsem se tu výzvu přijmout a pomoci, udělala jsem si všechny kvalifikace a dala se do práce. Počet skautů roste potěšitelně v celém Česku, u nás jsme se v posledních letech rozrostli o dva vesnické oddíly, je nás nyní 370. Každoročně získáváme podporu města Vsetína i okolních vesnic i další granty na materiálové vybavení a máme kam jezdit. Děti jsou spokojené, když mohou vyrůstat ve skautu, to mě moc těší.

To jsou všechno činnosti zaměřené na pomoc lidem v různých oblastech. Můžete prozradit, s čím potřebujete zdravotně pomoci Vy od nás?

Už od 14 let mám vážné potíže s páteří, vypadalo to v jednu dobu, že už nebudu moci chodit. V Čeladné jsem už poněkolidkrát a vždycky říkám, že sem jedu rehabilitovat, ne do lázní. Potřebovala bych čtyři týdny pobytu, ne jen tři, ale vím, jak složité je vyhovět požadavkům na jednolůžkové pokoje. A já samostatné ubytování potřebuji, také kvůli vlastnímu přístroji na lymfodrenáž, který musím ke zmírnění otoků nohou používat nejlépe denně. Za Čeladnou jsem ráda i proto, že mám domov v dosahu a nemusím cestovat daleko.

Pokaždé si všímám změn, kterými centrum vylepšujete. Nová budova, jezírko, opečovávaný park, vlastní cukrárna, výstavy, tanečky... Velké projekty potřebují hodně energie, to je tady poznat. Ale vám stojí za to pečovat i o tu menšinu lidí, kteří jsou aktivní a využívají další nabízené činnosti. To se vám určitě vrátí, protože to budou tito pacienti, kteří vás doporučí dalším. Pokaždé se hlásím na bubínky, je to výborná relaxace. ►

Vsetín ocenil osobnosti neziskového sektoru

Vedení radnice dlouhodobě vyhlašuje „Osobnosti neziskového sektoru“ a držitele Ceny za firemní filantropii. Letos radní rozhodli o udělení celkem čtyř ocenění za rok 2022 v individuálních kategoriích a dvou ocenění v kategoriích firem. Jejich držitelé si pro cenu a také poděkování z úst nejvyšších představitelů města přišli ve čtvrtek 20. dubna do Mramorového sálu Zámku Vsetín.

„Vážím si toho, že se tady dnes setkávají ti, kteří nezištně pomáhají jiným, a také ti, kteří jako donátoři pomáhají právě těm, kteří pomáhají jiným. Každý z nás totiž někdy v životě potřebuje pomocnou ruku, a pokud ji nenachází, mívá to neblahé následky nejen pro něj, ale i pro jeho okolí,“ uvedl na úvod slavnostního večera starosta Jiří Čunek (KDU-ČSL) a dodal: *„My se tímto slavnostním setkáním nesnažíme dnes oceňované osobnosti neziskového sektoru a firemní filantropy stavět na piedestal kvůli nim samým, ale pro všechny ostatní. Právě proto, aby byli tím zářným příkladem pro celou společnost. Totiž lidé, kteří pro nikoho nikdy nic neudělali a nikdy nikomu nepomohli, by v nich měli vidět příklad a ten následovat. Jejich život se pak stane naplněnější, šťastnější a spokojenější. A tím se také i celá společnost promění k lepšímu a lépe se v ní bude žít.“*

Ocenění obdržely osobnosti z oblasti sociální (Anna Plášková, Jitka Sošátková); osobnost z oblasti sportu (Vladimír Hrbas) a osobnost z oblasti jiných obecně prospěšných aktivit (Denisa Halašová).



► I když letos jsem si potřebovala hlavně odpočinout a nabrat síly, na hudební večery jsem ani nešla. Předloni jsem měla těžký covid, celá firma byla v karanténě a čtyři jsme skončili v nemocnici. Měla jsem dlouho potom potíže s dýcháním a byla jsem kvůli tomu v lázních v Karlově Studánce. Inhalace jsem měla každý den, ty mi pomohly, ale o moje další, pohybové potíže se už nezajímali. Tady dostanu komplexní péči, individuální fyzioterapie je pro

mě nenahraditelná a vždycky mě posune dál.

Vzpomínám často na Lázně ve Vráži u Písku, kde jsem byla v 90. letech. Je to zařízení zaměřené na pacienty na vozíčku, s těžkými neurologickými nemocemi. Už tehdy předběhli svou dobu. Ubytování bylo na zámku, krásná kolonáda, park a také jedna úžasná procedura. Vlastně to trvalo celé dopoledne a říkali tomu „balneo“. Bylo to několik na sebe

Denisa Halašová

Od roku 2015 vede skautské středisko ve Vsetíně. Za dobu jejího působení došlo k významným změnám k lepšímu v oblasti personálního i materiálního zabezpečení. Náročné práci věnuje spoustu sil. Dokáže dobře komunikovat se všemi věkovými kategoriemi a získala si důvěru napříč všemi oddíly. V jiných oblastech se věnuje organizaci akcí pro veřejnost, přednášek, workshopů, sbírek a publikační činnosti, kde lze zmínit například spolupráci na vydání knihy Slovíčko nakonec nebo knihu Jako doma – praktická příručka pro zadavatele staveb domova pro seniory. Do výčtu aktivit lze přidat i propagační tvorbu pro festival Divadelní Vsetín. Denisa Halašová provází činnost Diakonie Vsetín od vzniku a posunula její práci v různých oblastech. Činorodostí a nápaditostí přispívá k dobrému žití lidí ve Vsetíně i okolí. Z tiskové zprávy 21. 4. 2023 (Text Michal Horský; www.mestovsetin.cz)

navazujících procedur na jednom místě, od koupele přes masáž, cvičení v bazénu po finální zábal s teplou rašelinou. To jsem jinde nezažila, vycházela jsem pokaždé odtamtud jako znovuzrozená.

Vážení čtenáři, už jistě tušíte, proč jsem paní Denisu Halašovou nazvala paní Úžasnou. A to bohužel nemůžu slovy zprostředkovat energii, která z ní vyzařuje. Tolik nezištné práce pro druhé nemá za sebou hned tak každý. Při jejích zdravotních omezeních, o kterých mluví jen s viditelným ostychem, to je skoro zázrak. Zázrak paní Úžasně. ■

P. S.: V červenci bude paní Halašová i s manželem na dovolené ve Skotsku, kde to mají moc rádi. Jedou do stejných míst už potřetí, a proto jsem ji poprosila o fotografii z jedné z předchozích cest.

Měníme se?

Seriál o marketingové strategii budování značky RC Čeladná

Andrea Anderle Adamová

Ano, měníme se. Jistota, že se mění časy i my sami, je už obsahem dávného latinského přísloví „Tempora mutantur...“ Zrovna tak se mění svět kolem nás a mění se i prostředí, ve kterém působí naše rehabilitační centrum. Na některé změny reagujeme a některým se snažíme předcházet. Naším hlavním cílem je být první volbou pro rehabilitační léčbu pacientů z Moravskoslezského, Olomouckého a Zlínského kraje a pro jejich praktické i odborné lékaře. Nyní přišel čas na změny v marketingové strategii, které nám na cestě k tomuto cíli pomohou ujit další symbolické kroky. Tento seriál článků v Čeladenské fontáně změny postupně představuje.

Díl šestý: Podle ovoce poznáte je...

Nové webové stránky jsou určitě tou nejviditelnější a nejslušivější změnou, a nejenom proto nový web www.rcceladna.cz připomínáme opakovaně. Ve stejném vizuálním duchu se proměnily také naše příspěvky na facebooku a změnu v designu časem čeká i úvodní vizitka na našem kanále YouTube. A co dalšího se na poli marketingu událo od konce března?

I CO VÁS ZAJÍMÁ?

Březen 2023: V minulém čísle jsme slíbili, že přiblížíme čtenářům, jak využijeme platformu SmartEmailing k hromadné komunikaci s novými klienty. To jsou ti, kteří svůj e-mail zaregistrovali k odběru novinek z našeho centra. Za první tři měsíce od spuštění nového webu jich tak učinilo 120. Systém máme nastavený tak, aby po vyplnění e-mailu dostal nově zaregistrovaný klient obratem „uvítací“ zprávu s poděkováním. Každá z těchto aktivně zaregistrovaných osob je pro nás cenná, protože si přeje dostávat zprávy o tom, co je u nás nového. Takový zájem těší každou firmu a nejenom je tomu u našeho zdravotnického zařízení. Takto získané e-maily se evidují v samostatném seznamu, a tak je velmi jednoduché s touto pro nás významnou skupinou dále samostatně komunikovat.

A to jsme také učinili. Sestavili jsme jednoduchý dotazník se sedmi otázkami a spolu se zprávou s předmětem „Co Vás zajímá?“ jsme prvních 120 klientů vyzvali k jeho vyplnění. Výhodou je, že dotazník je sestavený přímo v aplikaci SmartEmailing a vyhodnocení odpovědí provádí program automaticky. Můžeme tak tento postup jednoduše kdykoliv zopakovat s dalšími nově získanými kontakty.

I BYL TO FOFR

Na vyplnění dotazníku jsme nechali 2 týdny, ale jak se ukázalo, byla tato lhůta zbytečně dlouhá. Do několika hodin po obdržení e-mailu odpovědělo na otázky v dotazníku 20 klientů, čímž jsme už první den získali statisticky významný vzorek (16 % z oslovených).

Nakonec se počet odpovědí zastavil na čísle 33, tedy přes 25 % oslovených. To je u akcí podobného typu mimořádně velká úspěšnost a my s takto získanými daty můžeme dále s radostí pracovat jako s reprezentativními. Pro úplnost musíme dodat, že jako odměnu za vyplnění dotazníku mohli klienti využít dva vstupy do wellness bazénu Lara zdarma (v období od dubna do konce května). Tuto možnost ale využilo jen několik respondentů, a tak odměna určitě nebyla tím hlavním důvodem k jejich aktivitě.

I NA CO JSME SE PTALI?

V první řadě nás zajímalo, z jakého kraje respondenti jsou. Poloha Čeladné je výhodná v tom, že to k nám není daleko ani ze sousedních krajů Olomouckého a Zlínského, a tak jsme byli na bydliště klientů zvědaví.

První otázka zněla: „**Ve kterém kraji žijete?**“

Zastoupení bylo následující, v závorce je uveden počet odpovědí: Moravskoslezský (9x), Jihomoravský (8x), Zlínský (5x), Olomoucký (4x), Vysočina (2x), Jiný (5x). Překvapivě odpovídalo více klientů ze vzdálenějšího Jihomoravského kraje.

Na otázku „**Byl/a jste v Čeladné osobně?**“ odpovědělo 17 klientů „Ne“, to je přes 50 % – potěšitelný výsledek a potenciální budoucí návštěvníci.

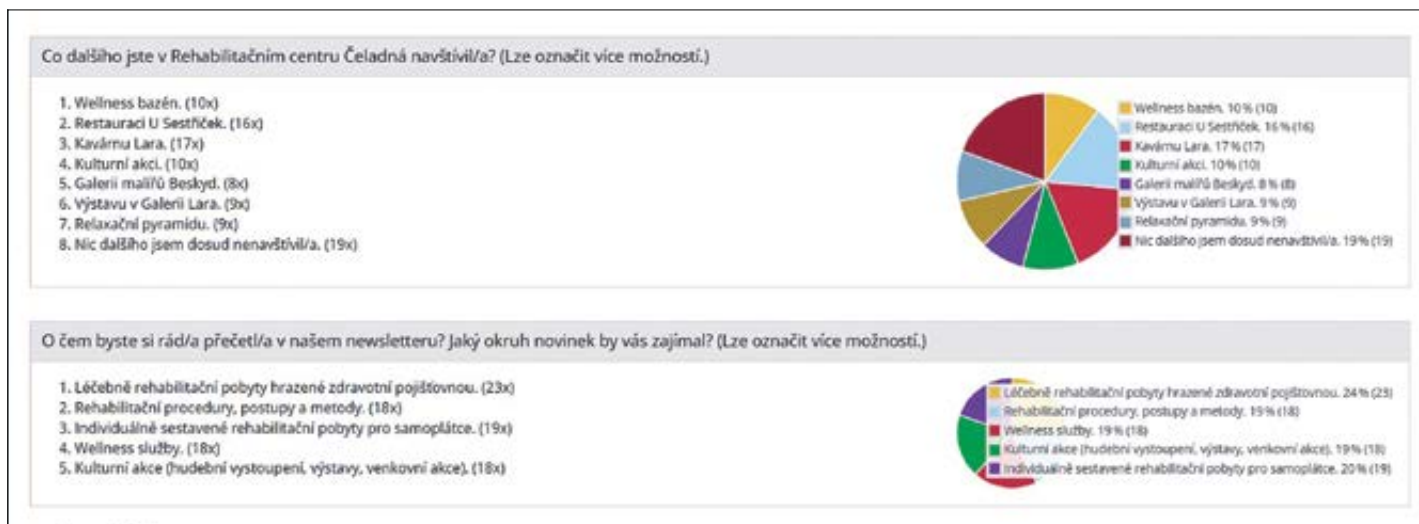
Podobný výsledek (přes 50 % odpovědi „Ne“) jsme zjistili také u odpovědí na další otázky, zda byli nebo budou našimi pacienty, klienty na jiném druhu pobytu, nebo pacienty v ambulanci.

Z pohledu zaměření našich budoucích aktivit, pokud jde o druh zveřejňovaných informací, pro nás byly nejhodnotnější odpovědi na otázku:

„**O čem byste si rád/a přečetl/a v našem newsletteru? Jaký okruh novinek by vás zajímal? (Lze označit více možností.)**“ Na výběr měli respondenti tyto:

- Léčebně rehabilitační pobyty hrazené zdravotní pojišťovnou. (23x)
- Rehabilitační procedury, postupy a metody. (18x)
- Individuálně sestavené rehabilitační pobyty pro samoplátce. (19x)
- Wellness služby. (18x)
- Kulturní akce (hudební vystoupení, výstavy, venkovní akce). (18x)

Čísla v závorce uvádějí počet klientů, kteří danou možnost vybrali. Naše respondenty zajímají téměř srovnatelně všechna navržená témata, máme se tedy co činit. :-)



Výhodou SmartEmailingu je též automatické vyhodnocování dotazníkových kampaní. Na obrázku je grafické znázornění rozložení odpovědí na dvě otázky.

I JAK JSME SI VEDLI NA PORTÁLU IDNES

Banner odkazující na článek s názvem *Rehabilitační centrum Čeladná – v objetí Beskyd se léčí tělo i duše* se jako komerční text zobrazoval na zpravodajských portálech iDNES a Lidovky.cz v období od 1. do 25. února 2023. Zveřejnění jsme načasovali tak, aby navazovalo na spuštění nových webových stránek. „Jste vy nebo někdo z vašich blízkých po zranění či operaci? Chcete se rychle vrátit do běžného života? Co takhle prožít rehabilitaci v srdci Beskyd? V Rehabilitačním centru Čeladná totiž neuzdravují jen ruce fyzioterapeutů a rehabilitační procedury, ale také příroda.“ To jsou úvodní slova, kterými jsme „lákali“ čtenáře k rozkliknutí banneru a přečtení dalšího textu.

Poskytovatel této služby nám garantoval v uvedeném období 500 000 zobrazení a to bylo dokonce o 606 impresí překročeno (ve vyhodnocení se pojem impresie používá pro sjednaný počet zobrazení). Účinnost různých reklamních sdělení se v internetovém marketingu vyjadřuje termínem CTR (zkratka je z anglického click-through rate), který vyjadřuje míru prokliku a uvádí se v procentech. Je to poměr mezi počtem kliknutí na upoutávku a celkovým počtem zobrazení

vynásobený stem. Pro klasické bannery, jímž bylo naše sdělení, se uvádí CTR v rozmezí 0,06–0,2 %. My jsme dosáhli CTR 0,092 %, lze tedy tuto kampaň považovat za úspěšnou. Za celé období na text kliklo 461 uživatelů, to znamená, že denně si průměrně náš text přečetlo 17 osob. To je slušný výsledek. Článek zůstává ještě dalších 12 měsíců na portálu iDNES a je dohledatelný přes Google a Seznam.

I ARCHIV FONTÁNY NA WEBU

Duben 2023: Podařilo se dotáhnout systém umístění všech dosud vydaných čísel Čeladenské fontány do archivu, který je nyní přístupný z hlavní stránky webu (O nás – Časopis Čeladenská fontána). Takový archiv časopisu ve formátu pdf může být dobrou pomůckou pro návštěvníky našich stránek při vyhledávání informací nebo témat, o nichž jsme v minulosti psali. Z toho důvodu je na stejném místě umístěn také dokument s názvem ANOTACE. V podrobné anotaci obsahu časopisů lze vyhledávat například zadáním určitého klíčového slova, po jehož zobrazení jsou zároveň viditelná příslušná čísla časopisů.



Archiv všech dosud vydaných čísel Čeladenské fontány ve formátu pdf je přístupný z hlavní stránky webu (O nás – Časopis Čeladenská fontána). K vyhledávání informací nebo témat, o nichž jsme v minulosti psali, slouží dokument s názvem Anotace, který obsahuje přehled článků a klíčových slov jednotlivě v každém čísle.

K čemu může být takové vyhledávání dobré? Nové webové stránky jsou koncipované tak, aby byly přehledné a ke každému tématu obsahovaly

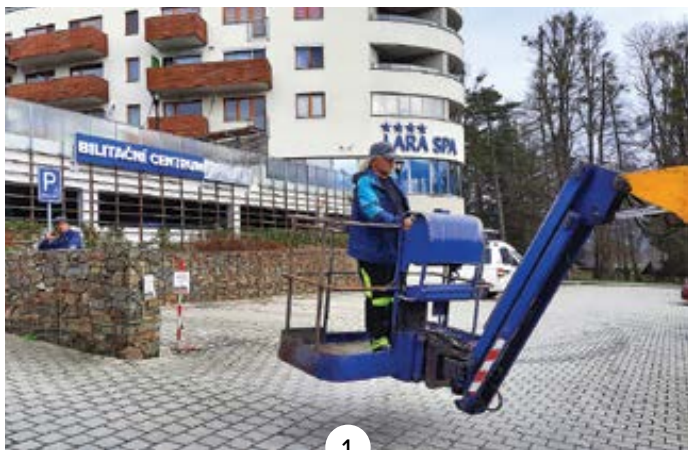


základní a nejvíce vyhledávané informace. Přejete-li si ale přečíst více třeba o fyzioterapii, našem hlavním oboru, zadejte v anotaci toto slovo do vyhledávání pomocí nástroje lupa. A ejhle – zjistíte, že jsme o ní psali v číslech 2, 3/2020; 4, 5/2017; 4/2012. Tyto časopisy si najdete v archivu a podívejte se do nich. Samozřejmě že také obor fyzioterapie se vyvíjí, ale obecné principy, na kterých je postaven, se nemění. O těch zpravidla píšeme, a tak vůbec nevádí, když je časopis staršího data. Můžete se snadno přesvědčit. Do anotace budeme přidávat obsah každého dalšího nového čísla, aktuálně jsou v ní tedy podchycené obsahy celkem patnácti ročníků a 99 čísel. A to je „poklad“, který nyní zpřístupňujeme zdarma, stejně jako od roku 2009 celý náklad časopisů v tištěné podobě.

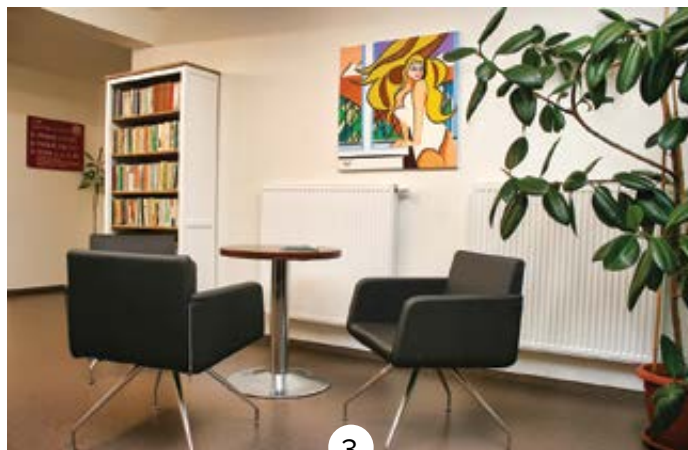
I SVÍTÍCÍ NÁPIS A LOGA

Fotografka Milena Vaculová pro nás zachytila nový vzhled vyhlídkové věže, na které jsou nově umístěna svítící loga místo původní zkratky BRC. Název jsme od ledna změnili na Rehabilitační centrum Čeladná. Na úvodní straně časopisu je také vidět nový, v noci svítící panel s názvem. My jsme se náhodou ocitli na parkovišti v průběhu přípravné fáze, o čemž svědčí fotografie. Montáž nebyla vůbec jednoduchá...

Na vyhlídkové věži vedle vstupní cesty do areálu rehabilitačního centra jsou umístěna nová, v noci svítící loga. Foto: M. Vaculová



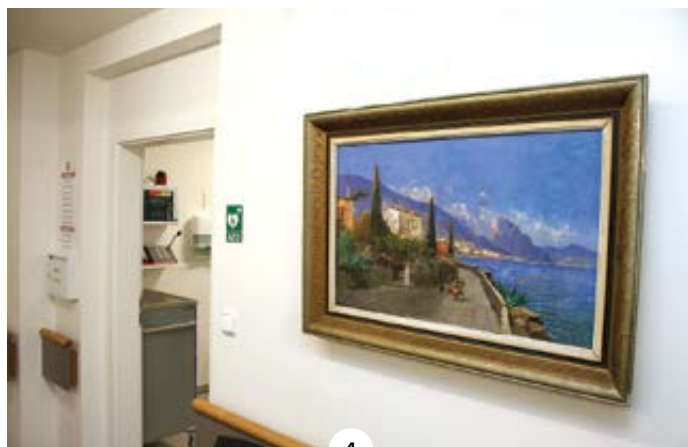
1



3



2



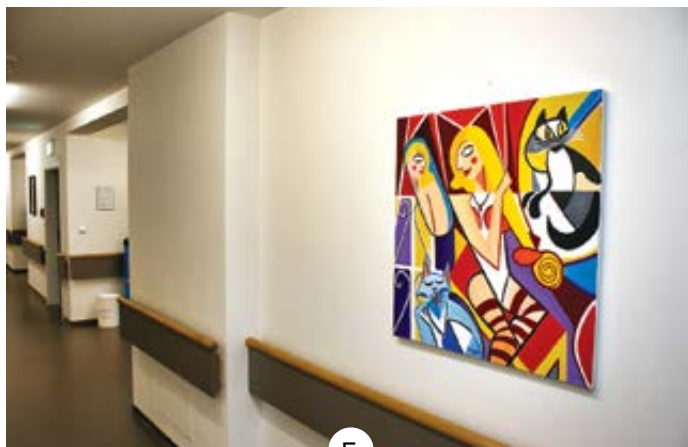
4

1 PÉČE O KULTURU PROSTŘEDÍ

Květen 2023: Málokoho by při pohledu na nové originály obrazů umístěných na chodbách Léčebného domu Dr. Storch II napadlo, že se jedná o marketingovou strategii. Ale ono se to tak může docela jednoduše brát. Jaký jiný by měl mít marketing cíl než různými prostředky vytvářet co nejpříznivější podmínky pro klienty? Úsilí o to, aby se u nás cítili dobře, může mít podobu také volně přístupných uměleckých děl. Ať už to jsou sochy v parku, originály vystavené v našich dvou galeriích, nebo nejnověji další umělecká díla v novém léčebném domě. Na chodbách najdete jak „modernu“, tak klasičtější kusy, a tak si každý může sám vybrat, s jakým druhem umění jeho vkus více rezonuje.

1 BRAND TABLE

Červen 2023: Na Lázeňském náměstí proběhla výměna reklamního panelu s orientační mapou. Jako poslední položka v legendě objektů na mapě se zařadila Pokora, a to je pro naše rehabilitační centrum, jeho služby i klienty docela přiléhavý symbol cesty ke zdraví. Více o tomto objektu prozradit zatím nemůžeme, jen to, že se na něj těšíme. Viditelné výstupy nové marketingové strategie se tímto přiblížily ke svému dokončení.



5



6

1, 2: Montáž nápisu s novým názvem Rehabilitační centrum Čeladná se protáhla na několik dní. **3, 4, 5:** Ve vstupním vestibulu a na chodbách Léčebného domu Dr. Storch II jsou nově umístěny originály výtvarných děl. **6:** Hrnečku, vař! Pro suvenýr v podobě hrnku s novým grafickým designem se můžete zastavit v našem obchodě. O návrhy a realizaci se postarali v grafickém studiu UPGRADE.



I ROZCESTÍ JEN ZDÁNLIVÉ

V promyšlení strategie marketingových postupů stojíme symbolicky na novém začátku, i když na jiné úrovni. Obecně existují dvě oblasti, kam je možné směřovat „péči o zákazníka/klienta/pacienta“. První je oslovení potenciálních zákazníků a jejich získání, druhou oblastí je péče o ty, kteří se již v minulosti klienty stali. Každá z oblastí má svá specifika a také se liší komunikační nástroje i jejich obsah. Pro naše centrum a jeho zaměstnance je typická dlouhodobá snaha o získání důvěry klientů individuálním přístupem a komplexními službami. Jednoduše nám jde o to, aby pacienti od nás po úspěšné rehabilitaci odjížděli spokojení a v lepším zdravotním stavu. Právě tyto spokojení pacienti nám naši péči mohou vrátit – a vracejí – tím, že naše služby doporučují dalším ve

svém okolí. A jak víme, stále platí, že nejlepší je ústní doporučení od někoho, komu důvěřujeme.

Pro práci v oblasti získávání nových klientů máme nyní v rukách nové komunikační nástroje. A je nyní na rozhodnutí vedení, v jakém poměru se budeme klientům ve dvou uvedených oblastech věnovat.

To je rozcestí jen symbolické, protože nejlepší je vydat se oběma cestami najednou. V marketingu to je nejprozíravější postup.

Tímto číslem končíme seriál o marketingové strategii budování značky RC Čeladná a děkujeme čtenářům za pozornost. Samozřejmě tím nekončí naše snaha nechat vás trochu nahlížet do zákulisí marketingových činností. Můžete se začít těšit na další „ovoce“.



Nahoře: Také s tímto motivem v hlavičce e-mailu se mohou setkat klienti, kteří svou adresu zaregistrovali na www.rcceladna.cz k odběru novinek. **Dole:** Tuto novou a přehlednou mapu areálu najdete na „brand tabuli“ vlevo u vstupu na Lázeňské náměstí.

Novinky v TV Ondřejka: videa ve výrobě a velké změny na obzoru

David Věžník



První verzi vysílání programu s názvem Televize Ondřejka jsme spustili v únoru 2013. V téže době jsme také všechen televizní materiál začali zveřejňovat na vlastním YouTube kanále www.youtube.com/rehabilitacnicentrum. Nyní má vysílání TV Ondřejka čtyři různě

tematicky zaměřené programové bloky. Každý trvá bezmála tři hodiny a opakuje se 24 hodin v různé dny. Na internetu máme trvale zveřejněno celkem 186 videí. V blocích TV Ondřejka je jejich počet nižší, protože neaktuální snímky (například pozvánky na výstavy v Galerii Lara) z programu vysílání po ukončení akcí vyřazujeme. V této pravidelné rubrice představujeme nové přírůstky ve videografii i další změny ve vysílání.

I Tři videa ve výrobě

V minulém čísle jsme vás lákali na dvě vznikající videa – představení elektroléčebného přístroje Super Inductive System (SIS) z dílny vedoucího fyzioterapeuta Honzy Neuwirtha a nahlédnutí pod ruce našich cukrářek v režii Jirky Matýska.

To, že občas zklame technika, se stane. Nečekali jsme ale, že se to tentokrát sejde tak nešťastně a kvůli tomu zatím nemáme hotový ani jeden klip. Nezbyvá nám tedy než poprosit vás, naše diváky a divačky, o strpení. Honza podruhé (a s lepším mikrofonom) natočil povídání o SIS s vedoucí wellness služeb Dobroslavou Havránkovou. Jirka dokončil 2minutový „Sladký život v Rehabilitačním centru Čeladná“, brzo video zveřejníme. Věříme, že to čekání bude stát za to také u zbývajících dvou.

Mezitím se stihlo v našem centru ještě uskutečnit Otevření sezóny. Psanou reportáž najdete na jiných stránkách tohoto čísla, tu televizní pro vás horlivě stříhá moje maličkost. V příštím čísle si tak s největší pravděpodobností budete moci přečíst i o té.

I Televizní vysílání čekají velké změny

A jak píšeme jinde v tomto čísle, TV Ondřejka letos slaví kulaté výročí deseti let od zahájení vysílání. K pomyslným narozeninám jsme dostali nejen nové přírůstky do technického vybavení (podrobně o nich mluvím ve svém vzpomínání na straně 40), ale také příslib velkých změn.

Společnost e-Datavision.cz dokončila novou verzi programu Datavision, který vysílání televize zajišťuje. Slibujeme si od ní přehlednější menu, intuitivnější ovládání a pár „fičurek“, které by měly naši práci usnadnit.

A jednodušší podobu bude mít s největší pravděpodobností i samotný program. O finální podobě ještě jednáme, už teď ale můžeme prozradit, že stávající čtyři bloky s největší pravděpodobností nahradí jeden jediný, ve kterém budou všechna videa vysílána bez

ohledu na 24hodinové ohraničení. To by mělo zaručit to, že pokud se k našemu vysílání můžete dostat pouze v určitou dobu, měli byste pokaždé vidět něco jiného.

Program zpestří také dva nové segmenty (v prostředí Datavisionu se jim říká Prezence). První bude nabízet živé záběry webkamer zejména z významných vrcholů Beskyd, druhý bude lákat na výlety po nejbližším okolí areálu. Oba byly v době uzávěrky těsně před dokončením, takže i v tomto případě se dá očekávat, že v příštím vydání vám budeme moci představit jejich už spuštěnou verzi.

I Info kanál

Vysílání našeho druhého televizního programu s názvem Info kanál jsme zahájili v lednu 2019. Tento program zobrazuje texty a fotografie, které stručně představují naše služby a různé aktuální informace. Program má pět základních okruhů témat, která jsou vizuálně odlišena různě barevnými lištami: Informace o léčbě v BRC (tmavě modrá), nabídka služeb wellness centra Lara (oranžová), restaurace U Sestřiček (světle modrá), pozvánka do Galerie malířů Beskyd (rezavě hnědá) a kulturní nabídka (zelená). Fotografie a texty se obměňují po několika sekundách.

Na obrazovce Info kanálu se trvale zobrazuje aktuální čas, datum a jmeniny. Pravidelně se také načítá místní předpověď počasí na dva dny a na nejbližších několik hodin. Zobrazuje se také několik nejbližších kulturních akcí (dva hudební pořady každý týden v úterý a v pátek) včetně vlastivědné přednášky poslední čtvrtky v měsíci. Hlavní výhodou tohoto kanálu je okamžitá možnost změny obsahu. Nejaktuálnější jsou textové informace v dolní liště a pacientům je doporučujeme sledovat denně.

Vysílání Info kanálu nemusí složitě vyhledávat mezi ostatními programy, zobrazí se jim automaticky po každém zapnutí televize v pokoji.

TV Ondřejka slaví 10 let

První videa jsme pro naše pacienty odvysílali v únoru 2013

Andrea Anderle Adamová

Zdá se to neuvěřitelné, ale je to tak. Vysílání naší vnitřní televize Ondřejka letos v únoru dovršilo 10 let od zahájení provozu. A to je docela vhodný důvod k tomu, abychom si zavzpomínali a připomněli něco z našich začátků. Sice neslavíme sedmdesátku jako Česká televize, ale troufám si tvrdit, že za tu uplynulou dekádu jsme ušli hodně dlouhou cestu. A vlastně vysíláme stejně dlouhou dobu, po kterou běží veřejnoprávní ČT Art.

Až do loňského prosince jsme s mými dvěma kolegy Jiřím Matýskem a Davidem Věžníkem tvořili sehraný tříčlenný tým, a proto jsem je poprosila, aby se oba vrátili v myšlenkách zpátky do uplynulých let a ke svému podílu na tvorbě videí pro vysílání Ondřejky. Vzpomínky Jirky a Davida najdete na dalších stránkách, ty moje na následujících řádcích.

I VLASTNÍ TELEVIZE

Nezpomenu si přesně, kdo první a kdy přišel s myšlenkou na vlastní televizní vysílání pro pacienty. Zřejmě to vyplynulo z některé porady vedení, ale ke mně se ta zpráva dostala později a docela neočekávaně. Technologii nastavili pracovníci firmy Eutel a jednoho dne za mnou přišel do kanceláře tehdejší provozní náměstek Luboš Machálka s tím, že je hotovo a můžeme spustit vysílání do pokojů pacientů. A že mám něco vymyslet. To bylo hodně překvapivé, ale zároveň zavazující – dostala jsem takovou důvěru v oblasti, které jsem se předtím až na jednu výjimku nevěnovala. A tak jsem se do toho pustila. Šlo vlastně o práci ve třech různých oblastech a o jejich koordinaci. Tou první bylo nalezení a využití vhodné technologie vysílání – ta už tedy nastavená byla. Druhá oblast spočívala ve vytvoření koncepce programu a třetí byla samotná „výroba“ našeho vlastního obsahu. Od začátku bylo jasné, že profesionální výrobu videí nebudeme hlavně z finančních důvodů příliš využívat a že se proto budeme muset naučit hodně věcí dělat sami.



PROGRAM VYSÍLÁNÍ TV ONDŘEJKA

Jednotlivé pořady v každém programovém bloku se opakují ve stejném pořadí 24 hodin.

1. programový blok

(modrý; neděle, středa)

KDO JSME A CO DĚLÁME?

Krátké dokumenty o RC a práci zdravotníků
Ukázky léčby a procedur
Důvěrné hovory: rozhovory se známými osobnostmi, našimi klienty; pozvánky

2. programový blok

(červený; pondělí, čtvrtek)

CO JEŠTĚ DĚLÁME?

Zajímavosti z našeho centra
Nabídky pro volný čas, pozvánky a reportáže

3. programový blok (zelený; úterý, pátek)

KDE SE NACHÁZÍTE?

Z historie i současnosti regionu
Zajímavosti o Čeladné a okolních obcích
Osobnosti, události, pozvánky

4. programový blok (fialový; sobota)

CO SE U NÁS DĚLO A DĚJE?

Pozvánky na kulturní akce
Co stojí za to připomenout
aneb To nejlepší z filmového archivu RC

I SEZNÁMENÍ S TECHNOLOGIÍ

Několikrát jsem se sešla s panem Bittnerem z Eutelu. Byl neskutečně trpělivý a na počítači v naší ústředně, odkud se videa vysílala, mi ukázal základy. Tedy hlavně to, jak se spouští program, ve kterém se videa budou vysílat, a jak se vytvoří jejich seznam a pořadí (playlist). Ten byl nastaven tak, aby se videa ve stejném pořadí opakovala 24 hodin. Tento systém byl velmi spolehlivý, problém nastal jen tehdy, když vypadl proud. Počítač se musel restartovat a program znovu spustit, to se ale záhy naučily kolegyně v ústředně. Jejich pomoc jsme potřebovali i během dalších let, kdy jsme už měli videí víc, a proto jsme vytvořili více seznamů, mezi kterými se přepínalo vždy v 7 hodin ráno. S novým videem se tedy vždy muselo zajít do ústředny, nahrát ho do počítače a zařadit ho na příslušné místo v programu.

Zahájení vysílání jsme oznámili v našem časopise Čeladenská fontána 2/2013 takto: „*Od 1. února 2013 je možné v televizích, umístěných v pokojích pacientů, v kavárně Lara a v restauraci U Sestřiček sledovat pod číslem 1 zkušební provoz televizního informačního kanálu BRC, který dostal název TELEVIZE ONDŘEJKA. Proč rozšiřujeme už tak dost velkou televizní nabídku o program, který vytváříme a sestavujeme sami? Důvodů je několik. Především chceme nabídnout informace o nás, našich službách a o tom, co se u nás právě děje zajímavého, co nejpohodlnějším a nejdostupnějším způsobem. A to zejména těm pacientům, kteří jsou upoutáni na lůžko a sledování televize je často jejich jedinou zábavou. Výhodou vlastního programu je také to, že informace do něj vybíráme sami. A tak jsme se rozhodli zaměřit naše vysílání výhradně pozitivně, protože negativní zprávy se dají najít všude jinde. Získat nebo vyrobit takové dokumenty ale není vůbec snadné a vyžaduje to mimo jiné spoustu času. A proto se zatím ve zkušebním provozu stále opakuje jen několik programů: 20minutový film o BRC Splněný sen doktora Maye, měsíční přehled kulturních programů v restauraci U Sestřiček a pozvánka na relaxační bubnování. Brzy přidáme další dokumenty a kratší videa.*“

I SPLNĚNÝ SEN DOKTORA MAYE

Práci scenáristky a režisérky jsem si poprvé vyzkoušela už dříve v roce 2009, když jsme se rozhodli vložit do připravované knihy *Lékař lidumil* (píšeme o ní podrobněji v článku o Otevření sezóny na straně 14) DVD s filmem o tehdejší Beskydském rehabilitačním centru a o jeho službách. Pan ředitel Bajgar souhlasil, film jsme nazvali *Splněný sen doktora Maye* a na jeho zpracování jsme se domluvili s manželi Alešem a Alenou Sýkorovými, kteří měli vlastní video-studio v Krnově. Na tehdejší dobu měli velmi dobré technické vybavení, od kamer až po programové vybavení střížny. Jeden z autorů knihy Petr Anderle s nimi spolupracoval již dříve na několika projektech

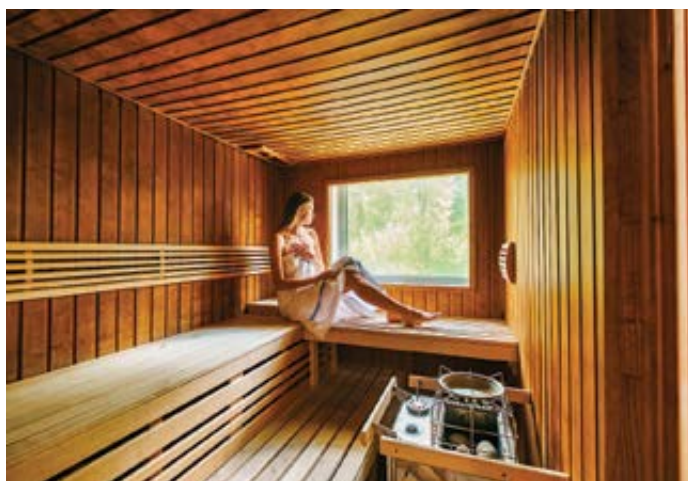


Páteř prvního vysílání TV Ondřejka tvořil film „Splněný sen doktora Maye“, který představoval mimo jiné wellness služby v nově otevřeném Apartmánovém domě Lara.

v Jeseníkách, proto padla volba na tuto dvojici, i když bydleli trochu dál. Přijeli k nám natáčet několikrát a vždy jsem domlouvala předem v jednotlivých odděleních, kam a co přijdeme natáčet. Někdy to pro mě bylo docela krušné. V centru jsem pracovala teprve rok a všechny detaily chodu jsem ještě neznala. Scénář jsem napsala tak, aby film zachytil cestu pacienta od jeho přijetí přes procedury až po možnosti kulturního vyžití během pobytu. Nechyběla samozřejmě informace o Polariu a také o provozu penzionu Jurášek, který jsme tehdy měli v pronájmu. Ubytování v Apartmánovém domě Lara, jeho wellness centru a kavárně jsme také ve filmu věnovali velkou pozornost. Lara se slavnostně otvírala 30. listopadu 2007 a wellness služby jsme tehdy propagovali mnoha různými způsoby.

I HISTORKA Z NATÁČENÍ

K natáčení v Laře mám v paměti nesmazatelně uloženou jednu historku, která sice není vůbec úsměvná, ale docela dobře ilustruje obtíže kameramanské profese. V ten den přijeli Sýkorovi se dvěma kamerami, abychom co nejlépe využili jejich čas. Aleš odešel



Sauna wellness centra má výhled do parku. I ten jsme do filmu natočili, ale v ochlazovací místnosti se nám tolik nedařilo...

natáčet do jiné budovy a já jsem Alenu doprovázela při natáčení masáží, u bazénu a také v sauně. Vy, kteří naši saunu znáte, víte, že to je poměrně malý prostor. Potírnu s výhledem do parku jsme natočily docela snadno, ale ochlazovací bazének se nám stále nechtěl vejít do záběru. Ve snaze získat větší odstup Alena zacouvala s kamerou na rameni do sprchového koutu a ve chvíli, kdy se po záběru narovnávala, zavádila o páku sprchy... Osprchovala v okamžiku nejen sebe, ale důkladně také kameru. Ani v jedné z nás by se v tu chvíli krve nedořezal. S natáčením byl konec, Alena jen rychle kameru vypnula. Sehnaly jsme suché oblečení a čekaly, až se Aleš objeví. Věděly jsme, že je na svou techniku mimořádně opatrný, a tohle vypadalo na drahý průšvih. Když jsme se sešli, byl úplně v šoku, ani kameru nezkusil znovu zapnout a hned odjeli domů. Vysoušení pár dní trvalo, ale stačilo to a kamera poškozená nebyla. Hodně se mi ulevilo, když mi to zatelefonovali. Kdykoliv jsem v sauně, vždycky si vzpomenu na tohle nedobrovolné sprchování s dobrým koncem...

Když jsem později hledala spolupracovnice pro televizní práce, bylo mi jasné, že to musí být někdo v místě, abychom mohli reagovat co nejpružněji. Jednu z posledních sekvencí DVD *Splněný sen...*, ve které pan ředitel zve diváky k návštěvě našeho centra, jsme se rozhodli natočit na Lázeňském náměstí. Předpokladem bylo co nejlepší počasí... a v tom byl právě problém vzdálenosti. Ráno to vypadalo pěkně, zavolala jsem do Krnova, aby přijeli, ale za dvě hodiny bylo po sluníčku. Nakonec se pozvánku natočit podařilo, ale letecké záběry čeladenského údolí a Beskyd použili Sýkorovi z jiné zakázky. Na vyhlídkový let počasí v době natáčení nebylo.

I PRVNÍ VIDEO

Úplně první video na YouTube jsme vytvořili přímo na podnět pana ředitele a je to dvouminutový dokument o Polariu. Natáčeli ho Sýkorovi a účinky mrazu vysvětluje tehdejší primář Zdeněk Klimeš. Zveřejnili jsme ho v únoru 2013 a ve statistice počtu zhlédnutí mělo na konci letošního června bezmála 2 500 přehrání. Se *Splněným snem...* tvořilo video *Polarium – celotělová chladová terapie* základ vysílání, ke kterému před začátkem každého nového měsíce přibyla videopozvánka na všechny kulturní programy. (Tyto pozvánky jsme zrušili až s nástupem covidu. Po znovuzahájení kulturních programů jsme je nahradili zobrazováním kalendáře akcí stahovaného z Googlu do programu mladšího Info kanálu.)

Se Sýkorovými jsme ještě natočili medailonek herce Ladislava Freje, rozhovor s popularizátorem zdravé výživy profesorem Rajko Dolečkem a jedno z posledních veřejných vystoupení herečky Květy Fialové. Besedu s ní jsme natáčeli v restauraci U Sestřiček v prosinci 2014 a společně s Dobrou Havránkovou jsme s paní Květou strávily celý půlden. Před mýma

očima se proměnila z hodně zmatené paní v Paní Herečku, když přešla ze „zákulisí“ salonku před diváky do restaurace. Podala naprosto profesionální výkon a ještě po skončení programu rozdávala podpisy a fotografovala se s každým, kdo za ní s tou prosbou přišel. (Netušily jsme, že se u ní již projevují příznaky Alzheimerovy choroby, od ledna 2015 už nevystupovala.) Nezapomenu ani na jeden z těchto dokumentů.

Natáčení s Rajko Dolečkem, který byl naším pravidelným pacientem, jsme pojali jako rozhovor. Šlo v něm o vysvětlení zásad zdravé výživy u pacientů se sníženou pohyblivostí po operaci nebo úrazu. Profesor byl tak zaujat svým oborem a vysvětlováním, že bylo velmi těžké ho přerušit další předem domluvenou otázkou. A tak jsem se snažila za každou cenu



S herečkou Květou Fialovou jsem na konci roku 2014 strávila společně s kolegyní Dobrou Havránkovou půl dne a zažila jsem též její neuvěřitelnou proměnu, když vešla před diváky v restauraci U Sestřiček.

udržet pozornost, občas přikyvovat a zachovat klid při vzrůstajících obavách, že v průběhu jeho líčení „ztratím nit“. Na stole před námi jsme měli připravené mísy s různou zeleninou a s ovocem, pan profesor je bral do ruky a vysvětloval, k čemu je který druh nejlepší. Ale právě v tom zápalu vzal do ruky papriku a mluvil o zelí, okurku zaměnil za mrkev... To byl pak oříšek při střihu videa se zvukem. Také zkracování záznamu na přijatelnou délku nám dalo zabrat, protože souvisle mluvil skoro dvě hodiny. Výsledné video má necelých 15 minut...

I ČELADENSKÝ TANEC

Vlastní televizní vysílání bylo v době našich začátků běžné spíše v hotelech, a tak jsem přemýšlela, jak sdělit náš záměr a TV Ondřejku představit divákům. Se Sýkorovými jsme k tomu účelu vytvořili krátké video s vysvětlujícím textem. Nechtěli jsme běžící text „rušit“ komentářem, napadlo nás tedy pokusit se najít vhodnou hudbu, která by se k našemu zdravotnickému zařízení hodila. Hledaná skladba měla zároveň vyhovovat odhadovanému hudebnímu vkusu našich

pacientů, ctít tradici našeho kraje a pokrýt čas něco přes dvě minuty. Zdálo se mi to jako neřešitelný rébus. Jak to v životě chodívá, když tu myšlenku vyšlete a vyhlížíte odpověď, tak dřív nebo později „něco“ přijde. A ke mně jednoho dne přišel při poslechu klasiky v rádiu „Čeladenský tanec“. Je všeobecně známo, že rodák z nedalekých Hukvald Leoš Janáček napsal komplet skladeb s názvem *Lašské tance*, ve kterém se inspiroval lidovou hudbou svého rodného kraje. Ale nejspíš jen hudebníci či muzikologové dokážou těchto šest tanců vyjmenovat: *Starodávny I., Požehnaný, Dymák, Starodávny II., Čeladenský, Pilky*. V rozsáhlém Janáčkově díle najdete jenom pár dalších skladeb s názvem odvozeným od názvu obce. A tak máme být na co hrdí. *Čeladenský* je svižný tanec se snadno zapamatovatelnou melodií. Už víte, jakou má TV Ondřejka znělku?



Pan profesor Rajko Doleček (vlevo) k nám na kratší rehabilitační pobyty jezdil pravidelně. Rozhovor o zásadách zdravé výživy pro pacienty se sníženou pohyblivostí jsme s ním natáčeli v roce 2014. Fotografie je z roku 2017, kdy se při obědě setkal s ředitelem centra Milanem Bajgarem a s jeho izraelským přítelem Peterem Bachrachem (vpravo).

I LOGO TV ONDŘEJKA

S logem to bylo tak: nejprve jsme uvažovali jen o variantě na modrém pozadí, která by byla vhodná na bílý podklad pro tisk letáku. V té době jsme potřebovali především o vysílání informovat co nejvíce pacientů. Toto logo pro nás navrhl grafik v bruntálské tiskárně APRO, která se roky stará o kvalitní tisk časopisu. Kolegové pak ale přišli s nápadem umístit logo přímo do našich videí, do levého horního rohu, podobně jako to dělá například Česká televize. Poprosili jsme tedy ještě o inverzní variantu loga. A tak naše autorská videa poznáte snadno podle loga Ondřejky v levém horním rohu obrazovky.

I STRATEGIE A DRAMATURGIE VYSÍLÁNÍ

Videa nám během let utěšeně přibývala a my jsme je přidávali do seznamu vysílané „smyčky“. Tím se také prodlužovala doba, za kterou se všechna zařazená videa přehrála. Systém pak začal zase od začátku a vysílání probíhalo nepřetržitě 24 hodin denně.

Původní délka smyčky byla brzo kolem 120 minut, ale postupně se prodloužila až na dvojnásobek. Už jsme nemohli předpokládat, že by některý z diváků vydržel sledovat vysílání od začátku do konce. A docela často jsme se setkávali s dotazem, v kolik hodin se bude některé z videí vysílat. Tyto dotazy se týkaly například unikátního filmu *O starých Starých Hamrech*, k jehož zařazení do našeho vysílání jsme vyjednali souhlas se společností Telepace, která ho vyrobila. Jedná se o záběry údolí Ostravice a Starých Hamer před jeho zatopením přehradou Šance a ukázky původních řemesel. Na takový dotaz jsme pochopitelně nemohli odpovědět.

Promýšleli jsme tedy jinou strategii vysílání, která by umožnila vysílat kratší smyčky. Nakonec jsme se rozhodli rozdělit videa do čtyř přibližně dvouhodinových smyček podle jejich obsahu a ty vysílat v různé dny. Tento systém rozdělení podle témat funguje spolehlivě až dosud. Můžeme tak nová videa zařazovat podle témat, která zachycují, a třeba odpovědět na otázku pacientovi, který den se daný dokument vysílá.

Čtyři tematické okruhy odpovídají svým obsahem na otázky „*Kdo jsme a co děláme?*“ (léčba, procedury apod.), „*Co ještě děláme?*“ (volný čas, reportáže), „*Kde se nacházíte?*“ (historie a současnost regionu) a „*Co se u nás dělo a děje?*“ (pozvánky a to nejlepší z našeho archivu).

I JIRKA MATÝSEK

Jirku jsem znala jako zdravotníka, jako šikovného a tvořivého fotografa jsem ho zaregistrovala, když v roce 2011 vyhrál ve fotosoutěži *Lázeňská stopa* kategorii *Voda* se snímkem leknínu na vodní hladině. Vítězné obrázky jsme s kolegyní Alenou Jančurovou nechali vyrobit na plátna a uspořádali jsme s nimi jednu z prvních výstav v Galerii Lara v únoru 2012. Po skončení výstavy jsme všechny fotografie postupně umístili do pokojů v léčebných domech. Bude tam někde mezi nimi určitě i Jirkův leknín. Dalšíh ročníků soutěže se už neúčastnil, protože jsme ho natrvalo nominovali mezi porotce této soutěže. Logicky byl Jirka první, kdo mě napadl jako možný spolupracovník při tvorbě videí. A to jsem netušila, že mají dokonce doma kameru. Ke spolupráci jiného druhu (a k přátelství) nás přivedla záliba v bubnování – oba jsme se zúčastnili kurzu pro lektory. A proto jsme oba zachyceni na prvním „amatérském“ videu na našem YouTube kanále z února 2013. To video natočil fotoaparát náš velký pomocník, pacient Josef Konečný (jehož mnohé fotografie najdete v knihách o Beskydech). Film má nevalnou technickou kvalitu, ale i tak má bezmála tisícovku zhlédnutí. Je na něm totiž Nela Franková, nevidomá dívka známá z akce *Světlo pro Světlušku*, již rehabilitační pobyt poskytlo naše centrum jako dar i její mamince. V televizi ho dávno nevysíláme, ale jako pozvánka na nové relaxační bubnování sloužil tento snímek dobře.

I DAVID VĚŽNÍK

O bubínkách se zmiňuji, protože nám do cesty přivedly dalšího spolupracovníka. Možná jste si všimli velké červeno-žluté mandaly, která visí v tělocvičně Beta. Je bubenická a pro naše relaxační bubnování ji nakreslila Marta Havranová, která pracovala jako kuchařka v bývalé nemocnici. Seznámila jsem se s ní jako s naší pacientkou. V penzi se začala kreslení mandal více věnovat. Její výstavu *Když z nebe padaly... mandaly* jsme v Galerii Lara uspořádali o Vánocích 2014 a uváděla ji moje tehdejší kolegyně Lenka Machálková. Nemohlo to být jinak, než že jsme na zahájení výstavy bubnovali a do bubenické skupiny jsme pozvali také muzikoterapeuta Reného Gavla-se a pacienty ze skupinek. Kdo ale bude natáčet vernisáž, když oba s Jirkou bubnujeme? A tak jsme natáčením pověřili Davida, který už rok předtím začal namlouvat k videím komentáře. Reportáž z vernisáže mandal je jeho prvním „autorským“ videem na našem YouTube kanále. Natočil ho, sestříhal, napsal a namluvil komentář. Ideální kolega... Také všechny další komentáře našich videí jsou namluvené jeho hlasem a věřím, že zase začnou přibývat další. David je zkrátka nepostradatelný „univerzál“, který kromě natáčení a střihání ovládá také psaný a mluvený projev, o čemž se dá přesvědčit u každého videa a v článcích našeho časopisu.

I POZORUHODNÁ VIDEO

Stávající skladbu vysílaných videí uvádí tabulka s rámcovým programem vysílání (na straně 30).

O YouTube kanálu rehabilitačního centra se zmiňuji hlavně proto, že na něm najdete všechna dosud vyrobená videa, zatímco v televizním vysílání je jich daleko méně. A navíc TV Ondřejka mohou sledovat jen pacienti a klienti během svého pobytu, protože jde o vnitřní televizní okruh. Chcete-li si tedy udělat představu o tom, co vše jsme za dobu existence naší televize vytvořili, podívejte se na YouTube. Představujeme například práci zdravotních sester během denní a noční směny, práci fyzioterapeutů, terapii v Polariu, cvičení čchi-kung, akupunkturu a celostní terapii. Ve čtyřdílném seriálu jsme zachytili proměny lázeňského parku za doprovodu krajinářského architekta. Byli jsme s kamerami také u toho, když se sázel strom Lidumil a Buk svobody. V Galerii Lara jsme natáčeli některé vernisáže výstav, a tak máme například zachycenou atmosféru také loňské, v pořadí sté výstavy od otevření galerie.

Mimořádně technicky náročné bylo zpracování časosběrného videa z výstavy Léčebného domu Dr. Storch II, protože jsme měli k dispozici přes 15 000 fotografií. Záběry pořizovala několikrát denně kamera

umístěná na střeše spodní budovy během 13 měsíců stavby. Výsledkem je dokument *Dva roky v devíti minutách*.

Nejvyšší počet zhlédnutí mají videa na téma rehabilitace kolene (brzo dovrší 100 000 přehrání), kyčle a po operaci páteře, na která odkazujeme přímo z našich webových stránek. Jsou unikátní tím, že je původně pro odborné semináře kompletně připravili a natočili naši fyzioterapeuti. Pro televizní vysílání jsme k nim doplnili úvodní fotografie, komentář a hudbu.

A tak bych mohla jmenovat další a další dokumenty.

I ZMĚNY TECHNOLOGIE

V roce 2019 jsme od společnosti e-Datavision.cz dostali nabídku na vytvoření druhého televizního Info kanálu. Současně s jeho spuštěním se změnila také technologie vysílání TV Ondřejka. Od té doby skladbu vysílání (jednotlivé playlisty) sestavujeme ve speciálním programu Datavisionu a videa se do něj načítají z našeho YouTube kanálu. Jak se časem ukázalo, není tento způsob přenosu spolehlivý, protože s rozvojem technologií se mění také podmínky přehrávání videí z YouTube. V praxi to znamená, že často dochází k výpadkům vysílání nebo k zastavení přehrávání videa na vložené reklamě. V posledním roce se některá videa přehrávala dokonce bez hudby, přestože všechny použité skladby jsme opatřovali samozřejmě legálně – buď zakoupením licence, nebo stažením z dostupných oficiálních zdrojů. Také používáme hudbu, kterou její autoři poskytují k podobnému užití zdarma.

Naštěstí se blýská na lepší časy a Datavision připravuje přechod na jiný systém spočívající v přehrávání videí ze speciálního interního serveru. Doufejme, že to bude brzo a spolehlivost vysílání pomocí nové technologie bude stoprocentní.

I PŘÁNÍ DO DALŠÍ DESÍTKY

Za uplynulých deset let jsem od našich pacientů obdržela mnoho pochvalných reakcí, které se týkaly obsahu i formy vysílání naší televize. Velmi mě to těší a jsem hrdá na to, že se nám společně s kolegy dařilo naplňovat cíle, které jsme definovali na začátku naší „televizní cesty“: *Nabídnout informace o nás, našich službách a o tom, co se u nás právě děje zajímavého, co nejpohodlnějším a nejdostupnějším způsobem. A to zejména těm pacientům, kteří jsou upoutáni na lůžko a sledování televize je často jejich jedinou zábavou. Výhodou vlastního programu je také to, že informace do něj vybíráme sami. A tak jsme se rozhodli zaměřit naše vysílání výhradně pozitivně...*

Televizi Ondřejka přeji spokojené diváky a hodně aktuálních a pozitivních námětů i do dalšího desetiletí jejího vysílání. A budu ráda, když naši případní nastupci v budoucnu k naší promyšlené práci přistoupí s úctou a na náš odkaz navážou svědomitě. ■

Programy TV Ondřejka a Info kanál lze sledovat pod čísly 1 a 2 v televizích v pokojích léčebných domů v hlavním areálu rehabilitačního centra a v LD Polárka.



Nahoře: Besedu s Květou Fialovou jsme v prosinci 2014 zorganizovali jako vánoční dárek pro zaměstnance a pacienty rehabilitačního centra. Manželé Sýkorovi natáčeli na dvě kamery a toto video má dodnes trvalé přírůstky zhlédnutí na našem YouTube kanále. V programu TV Ondřejka ho vysíláme v sobotu. **Dole:** Kamera TV Ondřejka (na stativu) zachytila také atmosféru vernisáže 100. výstavy v Galerii Lara v červnu 2022. Obrazy kytic vystavovala Anna Borská (vlevo) a vyprodala téměř všechny. Tato výstava byla nejúspěšnější – co do prodeje výtvarných děl – od zahájení výstav v roce 2011. Foto: Josef Konečný



Mých deset let s TV Ondřejka

Jiří Matýsek

V rehabilitačním centru pracuju již osmnáct let. Není to málo. V průběhu nich jsem zažil léta rozkvětu i léta, kdy naopak bylo v BRCu poněkud hůře, a taky chvíle, kdy jsem uvažoval, že půjdu zase o dům dále. Byly to doby, kdy jsem si připadal jako „holka pro všechno“, což se o zdravotních sestřích (i těch mužského pohlaví) říká často. Pak třeba přišlo jaro nebo se prostě něco podařilo a já zase pocítil, že mě s BRCem něco pojí. A deset let je jedno velké pouto s mým zaměstnavatelem a vlastně i mým „dítětem“ TV Ondřejka.

Začátek a účel TV Ondřejka se v našich informačních materiálech skloňuje jako jeden z mimoléčebných prostředků pro pohodu našich pacientů (nebo, chcete-li, klientů). Vždy jsem byl celkem tvůrčí povaha, holt jsem levák a navíc rak, takže k tomu mám prý hodně předpokladů. Po příchodu do BRCu jsem si ostatně pořídil první digitální fotoaparát a zkoušel fotit, takže když se konal první ročník fotosoutěže Lázeňská stopa, poslal jsem do něj své, tuším, dva snímky. No, kupodivu jsem se nějak umístil, a tak se poprvé dostal do kontaktu s nerehabilitačním a neošetřovatelským oborem u nás.

I ZAČÍNÁME TÍM NEJTĚŽŠÍM

Pak vyšlo první číslo našeho firemního časopisu Fontána. A hned v něm byla soutěž o návrh jeho loga. Můj design sice neuspěl, ale asi jsem na sebe trochu upozornil. Už si nevzpomínám, jak to bylo, ale nějak jsem se dozvěděl o chystaném záměru vysílat v areálu smyčku videí s honosným názvem TV Ondřejka. Otázka byla jen obsah vysílání. V areálu se již dříve konaly kulturní akce pro pacienty, ČT natočila jeden z dílů cyklu *Náš venkov* právě z BRCu, po několika letech tu dokonce Video-Foto Studio Láryšov natáčelo promo film pro potřeby centra. Někjaké první materiály pro naši TV tedy byly již hotové, ale co dále? Věděl jsem, že můj bratr vlastní starší videokameru značky Sony, ještě na pásek, nicméně již připojitelnou k PC. Řekl jsem si, že tedy zkusím natočit vernisáž v Galerii Lara. Byla to, myslím, druhá, nebo třetí výstava. Autorem byl pan Kulich, vášnivý golfista. Natočil jsem záznam... a teprve poté začal v odborných knihách i na internetu hledat, jak se vlastně točí reportáž. Vyčetl jsem, že to je vlastně to nejtěžší, čemu se při videotvorbě mohu začít věnovat.

Zaznamenávat totiž to, co se již znovu neodehraje, okamžiky, které už se nezopakují, a vy tak máte jen jeden pokus, to je opravdu škola jak pro kameramana, tak vlastně i střiháče (ano, ten si láme hlavu nad tím, co tedy nakonec vybere a co naopak skončí na pomyslné podlaze střizny). No, výsledek z mého



*Jiří Matýsek tvoří videa pro TV Ondřejka od jejich úplných počátků v roce 2013. Stále se stejnou nápaditostí a zápalem.
Foto: Stanislava Slovácová*

dnešního pohledu není žádný majstrštyk, ale je to prvotina a na tu se nezapomíná.

I HLEDÁME PĚKNÝ HLAS

Tímto videem jsem se de facto stal jedním z tvůrců vysílání. S Andreou Adamovou a Alenou Jančurovou jsme začínali vymýšlet, co dále. Vzpomínám si, že TV měla dokonce i svého maskota veverku Ondřejku (ta se do vysílání nikdy nedostala). Tvořili jsme krátké videopozvánky k různým akcím v RC, přelomový spot byl pak ten, do kterého jsme na naší telefonní ústředně, ze které se vysílalo, natáčeli i dodatečný komentář. Jako hlas naší televize byla zvolena naše ergoterapeutka Darča (tehdy ještě Tomicová). Bylo to v dobách, kdy jsme měli k dispozici nahrávací mikrofon k webové kameře. Darča tehdy viděla v počítači videosekvenci textu, který četla. Zkoušelo se několik verzí projevu a nakonec jsme vybrali jednu.

I KŘEST KNIHY JAKO DALŠÍ KROK

Dalším videooprojektem, který TV Ondřejka posunul dále, byl křest knihy *Cestami lesními od Lysé až po Radhošť* Petra Andrlého. Natáčelo se v restauraci

U Sestřiček. V té době tam bylo ještě vestavěné verandové patro, ze kterého se daly pořizovat záběry z nadhledu, a my jsme už měli naši služební kameru Canon (slouží mimochodem dodnes). Toto video získalo poprvé komentář od „profíka“ – přes kamaráda jsem se dostal k jinému, o němž jsem věděl, že na vysoké škole mluvil v rádiu.

Tak do našeho týmu přibyl David Věžník, který kromě komentářů v současnosti stojí i za kamerou a pro TV Ondřejka i střihá. Později jsme se navíc naučili synchronizaci dvou a více kamer, takže se nám daří dělat videa, která nejsou až tak strnulá.

I ROK S ČELADENSKÝMI ZVONY

Nejdelší natáčení (přesahující rok) si vyžádalo zřejmě video o nových čeladenských zvonech. Prvotní záměr jsme sice nedodrželi – rozhodně to nebyl film jen o přivezení nových zvonů do čeladenského kostela. Jak často se totiž dostanete k výměně zvonů, eventuálně do věže kostela ke zvonům? Chtěli jsme, aby náš snímek tuto událost zdokumentoval a třeba za pár let i připomínal. Vzpomínám si, jak jsem hledal s kamerou a stativem v okolí všechna místa, odkud je vidět na kostel, natáčel mraky nad kostelem a podobně. Výsledek měl pak premiéru před tvůrci zvonů, zástupci obce a dalšími lidmi, promítal se tehdy ve zrekonstruované restauraci U Sestřiček na plátno.

A tenkrát jsem byl mile překvapen i pozitivním přijetím. Video se pak dostalo do každé domácnosti v Čeladné, výrobu DVD s filmem si zaplatila obec. A tak i TV Ondřejka vydělala peníze pro rehabilitační centrum.

I SNÍDALI JSME S NOVOU

S naší kamerou jsem byl později i během natáčení Snídaně s Novou. Ta se předtáčela a vše mělo vypadat jako přímý přenos, proto jsme toto museli udržet v tajnosti. A naše video vzniklo jen jako úvod oněch vstupů Novy.

I ZKOUŠÍME TRIKOVÉ ZÁBĚRY

TV Ondřejka si vyzkoušela i trikové záběry. Ty jsou k vidění v krátké sekvenci ve videopozvánce do Galerie malířů Beskyd. Tam byl záměr ten, že se nám prostor galerie postupně zaplní lidmi. Těmi byli naši tehdejší pacienti a kolegyně Ludmila Šigutová se synem. Poprvé jsem si vyzkoušel práci „režiséra“ a nebylo to tak snadné, jak to vypadalo. Těžko se mi vysvětlovalo všem lidem v záběru, co potřebuji.

Na Ondřejce, jak někdy naši telce familiárně říkáme, jsme si zkusili i přímé přenosy. V době jejího TV pravěku jsme přenášeli video z konferenční místnosti pomocí kamery, která zde byla pevně umístěna a pohled z ní mohli sledovat pacienti na svých televizích na pokojích. Šlo tehdy o jednu z pravidelných vlastivědných přednášek Petra Andrlého, bylo to v podstatě něco podobného, jako jsou dnes webové přenosy panoramatických kamer z našich hor, jen se zvukem.



Z vernisáže výstavy Václava Kulicha s názvem „Doteky golfu v anglickém parku“ v létě 2011 vytvořil Jiří Matýsek první opravdovou reportáž pro TV Ondřejka. Zleva Petr Anderle, Václav Kulich, Milan Bajgar a Pavla Bajgarová.

I PRVNÍ PŘÍMÝ PŘENOS

A druhý takový přenos se uskutečnil na FB stránce našeho centra. To jsme poprvé online losovali vítěze divácké ceny Lázeňské stopy. Zde se také (ač ne trikem) objevila losující ruka tehdejší kolegyně z marketingu Jany Ožanové.

Odbornými videi v naší TV zaměřenými na různou problematiku rehabilitace se zapojili i naši fyzioterapeuti pod vedením Dobrosłavy Havráňkové a nyní Jana Neuwirtha, ten je jejich tvůrcem. Některé vznikly jako videopodklady jejich přednášek na různých vzdělávacích akcích. Kolega David je pouze doprovodil komentářem a hudbou, a tak se s nimi můžete setkat i na našem YT kanále.

I KDY SE TO BUDE VYSÍLAT?

Často se mě spolupracovníci nebo diváci naší televize ptají, kdy bude které video k dispozici na YT nebo ve vysílání. Hodně často říkám: „Nevím, snad do měsíce.“ O složitosti vybrat potřebné záběry z těch hodin natočeného materiálu jsem už psal, ale dále je nutné vybrat vhodnou podkresovou hudbu, pak se



Záběry do filmu „Nové zvony pro Čeladnou“ se sbíraly více než rok. Kromě videí obsahuje film také unikátní fotografie, například z odlévání zvonů. Foto: Jaroslav Kozel

také většinou musí vytvořit a napsat komentář. To je právě práce Davida, má o hudbě velký přehled. Snaží se především najít vhodnou legální hudbu, která ale bude zadarmo a bude umístitelná i na YT (tam po letech publikování videí čelíme změnám podmínek – snad umělá inteligence označuje naše videa jako výdělečná, a hudbu vypíná).

I DOPLŇUJEME TECHNICKÉ VYBAVENÍ

Po celou dobu naší práce se snažíme vytvářet z mála co nejlepší kvalitu. K základním dvěma kamerám a stativu přibyly různé stabilizátory (ty jsem si dokoupil sám), po prvotním vyzkoušení dronu s Tomášem Bajgarem jsem si základní model pořídil do výbavy také a myslím, že i ten může naše videa zatraktivnit.

A nejsou to jen hmotné prostředky k natáčení, i naše „střížny“ se proměňují. Začínali jsme na základním programu Microsoft Movie Maker (v něm jsme stříhali i video o zvonech). Poté, co jsme přikoupili druhou kameru, už bylo třeba něco lepšího, a tak jsme pořídili program Sony Vegas. Na něm stříháme dodnes, ale protože vývoj ve videotvorbě jde dále, poohlídíme se už po softwaru zvaném Davinci Resolve. V základní verzi je zadarmo, ale tato verze dokáže mnoho efektů z programů za tisíce. Jen práce na něm je kapku složitější, takže když zrovna netočíme a nestříháme, učím se s ním pracovat.

I CO BYCH SI PŘÁL?

Díky práci na videích RC jsem se mohl i blíže poznat se zaměstnanci na různých odděleních, nahlédnout i pod ruce jejich práce. Pořád toužím, abychom v RC pracovali více jako tým a spolupracovali a nehráli si občas jen na svém písečku. Věřím, že pak by naše práce měla ještě větší efekt a byla i mnohem snazší. Vždy když si v některé naší televizi v práci pustím

Ondřejku, vzpomenu si při jejím sledování i na některé kolegy, kteří již nejsou mezi námi. Na některé budovy, které už v areálu nevidíme (komín kotelny, původní garáže na místě, kde dnes stojí Lara, starou podobu LD Dr. Maye).

I CO SE ZACHYTÍ, UŽ SE NEPUSTÍ

Mnohdy slyším, že v TV Ondřejka jsou videa zastaralá, neaktuální. Ano, za těch deset let se jich hodně stalo vlastně archivními. Je na nich však vidět, jaký kus cesty za tu dobu RC udělalo. Co se změnilo, kolik lidí se na péči o naše pacienty prostřídalo. U videofilmu je, stejně jako u fotografie, kouzelné to, že co se zachytí, už se nepustí. Všechny ty okamžiky zůstávají. Buďte tedy prosím shovívaví, když uvidíte video s fyzioterapeuty anebo sestrami a marně v něm budete hledat zrovna ty svoje. Před těmi deseti lety mě nenapadlo, že mi TV Ondřejka tak přiroste k srdci. Zažil jsem její začátky, vývoj a snad budu zažít i budoucnost. Plány na videa se stále rodí, jejich realizace je však v dnešní době závislá i na čase a možnostech tvůrců.

I PROSÍM O SPOLUPRÁCI

Televizi Ondřejka bych chtěl do další desetiletky vysílání popřát spokojené diváky. To je klišé, které používají i známé celebrity, když nějakému komerčnímu kanálu přejí k výročí vysílání. Já to však myslím tak, jak jsem to napsal. Popřál bych jí i tvůrčí tým, který nezhodí tu dosavadní snahu přinášet našim klientům ne jen zdraví fyzické, ale i duševní pohodu a třeba i trochu ponaučení.

A vás, mí kolegové, poprosím předem o spolupráci, až se někdy třeba naskytne možnost natočit i něco o vaší práci. Tu děláte dobře a je dobré o ní dát vědět světu. Třeba jako naposledy, když jsme natáčeli v cukrárně. Ale o tom zase někdy příště...



Unikátní snímek z Otevření sezóny 2023, na kterém jsou zachyceni všichni tři z původního týmu TV Ondřejka. Zleva Andrea Anderle Adamová, Jiří Matýšek a David Věžník. Dva pracují a třetí se směje. :-) Foto: Stanislava Slovácová



Nahore: Ze křtu knihy „Cestami Lesními od Lysé až po Radhošť“ v prosinci 2013 máme video natočené už tehdy novou služební kamerou Canon. Kniha se křtila vodou z beskydských pramenů a její vydání podpořilo rehabilitační centrum. Foto: Petr Kasal
Dole: „Snídaně s Novou“ se u nás natáčela v roce 2014. S kamerou jsme byli u toho a k záznamu Snídaně jsme natočili úvodní videa. Zleva moderátor Petr Říbal a naše fyzioterapeutka Anna Biolková, která v pořadu představovala různorodou náplň práce svojí profesí.



Vzhůru do další dekády

David Věžník

V jednom ze starších čísel Čeladenské fontány je uveřejněný text, ve kterém jsem krátce představil sám sebe i počátky mé spolupráce s tehdejším Beskydským rehabilitačním centrem, potažmo s TV Ondřejkou. Vzpomínal jsem, že poprvé se naše cesty prořaly, když jsem v prosinci roku 2014 kolegovi Jirkovi namluvil komentář do jeho reportáže z vernisáže výstavy mandal Marty Havranové.

Ono to ale nakonec bylo trochu jinak. Až když jsem se na video podíval na našem kanále YouTube, zjistil jsem, že jsem ho sám i natáčel. Jirka byl totiž tehdy členem bubenického orchestru, který vernisáž doprovázel. Jak ten čas letí a jak umí rozostřovat vzpomínky – v té době už běželo ve vysílání televize hned několik reportáží s mým komentářem. Ten první jsem namluvil dokonce rok před tím, byl jsem tak u TV Ondřejka vlastně skoro od začátku.

Až při sledování svého prvního kameramanského počínu se mi začalo vybavovat, jak se mi trásla ruka a jak jsem se celou dobu strachoval, že udělám jednu z nejčastějších kameramanských chyb. To je ta, že tlačítko pro nahrávání zmáčknete mimoděk jedenkrát navíc, takže ve chvíli, kdy si myslíte, že natáčíte, je nahrávání vypnuté, a v okamžiku, kdy „odpočíváte“, natáčíte zároveň své nohy.

Tehdy jsem tu chybu neudělal, ale za těch deset let se to, přiznávám, párkrát stalo. V tu chvíli jsem rád, že se při střihání můžu opřít o materiál, který natočil Jirka. Poměrně krátce po mém zapracování totiž vedení pořídilo druhou kameru Canon a my jsme tak mohli každou událost zachytit ze dvou úhlů. Jirka postupně začal zapojovat i svůj telefon, takže někdy jsme ty pohledy měli tři. Ve „střížně“ (stříháme samozřejmě na počítači – používáme k tomu program Sony Vegas) je s tím sice o to více práce, ale myslím, že výsledné snímky získaly díky dvojím (či trojím) záběrům na dynamice. A to i přes to, že se nám nikdy nepodařilo ty kamery nějak barevně sladit.

Já jsem za tu možnost ale byl vždycky rád. Stejně tak jsem vděčný i vedení Rehabilitačního centra Čeladná za to, že můžu mít „v dlouhodobé výpůjčce“ nejen tu kameru, ale nově taky třeba audio set značky Behringer sestávající z externí zvukové karty, kondenzátorového mikrofonu a sluchátek. Věřím, že i diváci si všimli, že moje komentáře díky tomu znějí lépe. A brzy budou lépe i vypadat – nejnovějším přírůstkem do televizní techniky je totiž dvojice softbox světel, kterými si můžeme přisvítit scénu.



David Věžník pilně natáčel i letošní „Otevření sezóny“ a v těchto dnech pracuje na jeho stříhu. Sledujte náš YouTube kanál!
Foto: Stanislava Slovácová

A co se mi vybaví, když se řekne 10 let TV Ondřejky? Pro mě to byly hlavně reportáže z vernisáží v Galerii Lara. Bavilo mě natáčet ta milá setkání amatérských (a „amatérských“) umělců a umělkyň s jejich příznivci – mnohokrát jsem se za kamerou jen stěžl bránit dojetí nebo naopak smíchu. A velmi často mi bylo líto, že musím utíkat na vlak do Ostravy, abych se dostal domů. Třeba když si v listopadu roku 2015 pozvala Pavla Rechtenbergová na zahájení své výstavy Jarmilu Ručkovou, která to na svůj akordeon rozjela tak, že se skupinkou návštěvníků končili... bůhví kdy! A bavilo mě i povídání s Janou Roubínkovou o cvičení čchi-kung anebo s doktorkou Renatou Vítkovou o akupunkturu. A myslím, že nejen zahrádkáře a lesníky zaujala minisérie o proměnách parku, kterou jsme natáčeli se zahradním architektem Zdeňkem Strnadelem. A folklórní soubory na náměstí! A křty knih o Beskydech! A Poselství Libušky Rečkové! A Otevření sezóny! A...

Takže díky za to všechno a vzhůru do další dekády!



Nahoře: David Věžník natáčel video z vernisáže výstavy mandal Marty Havranové v prosinci 2014. Jirka Matýsek byl tehdy členem bubenické skupiny BRC Drums, která vernisáž doprovázela. Zleva muzikoterapeut René Gavlas, Daniel Haas, Adam Švrček, Andrea Anderle Adamová, Šárka Carbolová a Jiří Matýsek. **Dole:** Video o cvičení čchi-kung jsme natočili v roce 2019 s terapeutkou Janou Roubínkovou (uprostřed).



360 bubeníků šlo pouští

Andrea Anderle Adamová

Skupinové relaxační bubnování nabízíme našim pacientům a klientům jednou týdně jako možnost využít odpolední volno neobvyklým způsobem. Předcházelo tomu několikaměsíční školení budoucích lektorů z řad zaměstnanců, které vedl mistr bicích nástrojů, muzikoterapeut a vedoucí kapely Jumping Drums Ivo Batoušek z Olomouce.

Jednoduchý koncept je založen na hraní podle značek, které jsou rozepsané do „taktů“ a řádek. Rytmus se dá také zapamatovat pomocí krátkých říkanek. Jedna z nich je například „vel-bloud jde pou-ští“, jiná zase „ko-za je-de, ko-za jde“. Každá slabika znamená jeden úder do bubínku. V obou případech se střídají dva až tři druhy různě znějících úderů. Je to snadno zapamatovatelné a za chvíli zvládne bubnovat každý. Celkem máme k dispozici deset malých bubnů djembe a skupinky probíhají pod vedením jednoho z našich dvou lektorů – Šárky Carbolové nebo Jirky Matýska.

I STŘÍDÁNÍ RUKOU

Koncept, který pro nás vytvořil Ivo, spočívá v tom, že se při bubnování pravidelně střídá pravá a levá ruka. Toto záměrné střídání zlepšuje jemnou motoriku a má také celkový terapeutický účinek vlivem vibrací, které procházejí celým tělem. Zároveň dochází ke koordinaci činnosti pravé a levé mozkové hemisféry, která je například snižena při některých nervových onemocněních. Bubnování také rozvíjí představivost. Skupinového bubnování se může zúčastnit maximálně 10 osob, je totiž nutné, aby měl každý svůj bubínek. Lektori používají vlastní, větší buben s hlubším a silnějším zvukem, aby mohli hraní usměrňovat. Pro některé pacienty může být ovládání bubnu kvůli pohybovým omezením příliš náročné, proto máme k dispozici i jiné nástroje – různé paličky, chrastítka, malý bubínek a trianl. „Bubnovat“ se dá i na vlastní tělo, nejlépe vsedě na stehna.

I SLIBNÉ STATISTIKY

S bubnováním jsme začali na jaře 2012, a protože zájemců rok od roku přibývalo, vedeme si od začátku roku 2015 statistiku počtu účastníků jednotlivých skupinek a součty za celý rok. Jsou to pozoruhodná čísla: 2015: celkem 276 účastníků; 2016 – 357; 2017 – 323; 2018 – 389; 2019 – 382. V roce 2020 nám do organizace bubnování už zasáhla virová nákaza, a tak se naše sčítání úplně zastavilo v době jarních zákazů a znovu skončilo ve druhé půlce října. I tak si mezitím

ve skupinkách zabubnovalo 196 pacientů a klientů RC. V roce 2021 jsme ze stejných důvodů začali znovu bubnovat až v květnu a tentokrát si až do konce prosince zabubnovalo 212 účastníků. Bubnovat celý rok, a ne jen 7 měsíců, zřejmě bychom se v tom roce přiblížili rekordní účasti.

V roce 2022 se počet bubeníků zastavil na úctyhodném čísle 360. Z toho je vidět, že pacienti jsou za jakoukoliv odpolední aktivitu vděční. Někdy se přihlásí jen několik účastníků, jindy je plno. Záleží to hodně na tom, jak ti, kteří bubnování zažili „na vlastní kůži“, inspirují svým nadšeným vyprávěním další, aby to zkusili. Proto jsou většinou skupinky naplněny po určitých vlnách podle toho, jak se pacienti mění. Letos do konce června prošlo skupinkami 180 bubeníků, a tak věříme, že máme znovu nakročeno k pěkné účasti.

I RADOST JAKO BONUS

Zaručeným bonusem při účasti na bubnování je radost. Soustředění se na zvládnutí hry jednoduchých rytmů a zároveň úsilí o sjednocení v rytmu s dalšími účastníky skupinky vymaže pro tu chvíli všechny další myšlenky. A právě proto působí bubnování tak relaxačně – na hodinu zavede každého do úplně jiného světa, kde se radost ze zvládnutí něčeho nového násobí s radostí těch druhých. A radost s dobrou náladou je, jak víme, významným urychlovačem uzdravování i dobré imunity.

Vážení a milí pacienti, vyzkoušejte relaxační bubnování, pokud si přejete zažít popisovanou radost. Stojí to za to a navíc se dozvíte, jak se bubnuje „vel-bloud jde pou-ští“. Naše pozvání může samozřejmě přijmout kterýkoliv ze zaměstnanců RC Čeladná, lektori ho rádi do skupinky zařadí.

Bubnování probíhá každý čtvrtek od 15.15 hodin a trvá zhruba hodinu. Přihlásit se je třeba předem na časování v Léčebném domě Dr. Storch I. ■

Neodolatelný Jan Satina

Andrea Anderle Adamová

Za dobu uplynulých 12 let, po kterou Okrašlovací spolek Rozhledna organizuje vlastivědné přednášky pro pacienty rehabilitačního centra, členy spolku a veřejnost, se nikdy nestalo, že by byl osobně přítomen člověk, o kterém přednáška byla. Je to vcelku pochopitelné, protože většinou tyto osobnosti působily v dávnější době a nejsou již mezi námi.



Na snímku je **Jan Satina** (* 1941; vlevo; vpravo přednášející Petr Anderle), legendární beskydský horal, malíř, řezbář a mistr dalších devíti řemesel, jehož osobní účast byla pro dvě desítky účastníků přednášky nezapomenutelnou výjimkou. Nezapomenutelnou hlavně proto, že Jan Satina překypuje energií a jeho věk by mu nikdo nehádal. Je také skvělý vypravěč, a z květnového setkání s ním se tak stala událost plná jeho osobitého humoru, životního nadhledu a také básniček jeho „tětušky“ Františky Pituchové. Samozřejmě je recitoval v originálním nářečí typickém pro oblast Starých Hamer a Ostravice, kde celý život žije.

Na přednášku jsme měli připravenou prezentaci o jeho díle, ale také o jeho tatínkovi Janu Satinovi starším (1895–1951). Ten pracoval ve „vlněné fabrice“ v Místku, jako horník v Ostravě, v železárnách Ferrum ve Frýdlantu nad Ostravicí a také jako tajemník a kronikář obecního úřadu ve Starých Hamrech. Měl těžký život, typický pro tehdejší dobu, a protože si přál, aby jeho děti poznaly, jak žil, sepsal pro ně knihu, ve které zachytil hlavní události svého života. Tu jsme měli k dispozici celou a úryvky z ní jsme zařadili do prezentace. Je to čtení velmi poučné, a tak jsme celou prezentaci poslali dodatečně všem, kteří o ni projeví zájem.

S Honzou Satinou jsme se jen těžko loučili. ■

ABECEDA BESKYD

Tématem přednášek Okrašlovacího spolku Rozhledna na rok 2023 jsou osudy význačných jedinců, kteří se narodili v Beskydech nebo se zasloužili o jejich popularizaci a rozvoj. Tyto osobnosti (zejména pak málo známé) budou součástí obsahu zamýšlené knihy ABECEDA BESKYD, jejíž vydání plánuje spolek na květen 2024. Půjde o značně rozsáhlý slovník mužů a žen, o nichž se často mnoho neví, někdy jich bude v přednášce zařazeno více.

Přednášky se konají jednou za měsíc (zpravidla poslední čtvrtek) v salonku Apartmánového domu Lara od 18.30 hod., přednáší historik a spisovatel Petr Anderle.

Jste srdečně zváni na program přednášek v dalších měsících:

29. června 2023 – Leopold Parma, učitel a malíř

27. července 2023 – Josef Dvorský, učitel popravený za války

31. srpna 2023 – Vladimír Řezníček, bojovník proti fašismu

21. září 2023 – Zdeněk Bár, básník a spisovatel

26. října 2023 – Valentin Strnadel, spisovatel

30. listopadu 2023 – Rafael Kubelík, hudebník světového jména

31. prosince 2023 – Františka Pituchová, lidová básnířka, silvestrovská přednáška od 17 hod.



Alena Mixová:

„Nikdy není pozdě splnit si své sny“

Andrea Anderle Adamová

Už dlouho se nestalo, aby celou kavárnu Lara a přilehlé prostory zaplnili do posledního místečka hosté vernisáže výstavy obrazů v galerii. V neděli 18. června 2023 k tomu došlo díky Aleně Mixové, která si tím zároveň splnila svůj sen. Jaký?

BLUE MOON

Učitelka matematiky a hudební výchovy na základní škole Alena Mixová už od mládí ráda malovala, ale až po odchodu do důchodu se mohla této zálibě začít věnovat naplno. A naplno jí propadla. Absolvovala kurzy pro dospělé Viridian v Ostravě a ve studiu pokračovala na Lidové konzervatoři, kterou v minulém roce absolvovala kolekcí obrazů s názvem *Inspirace hudbou*. Svou výstavu v Galerii Lara nazvala podle jednoho z „hudebních“ obrazů *Blue Moon*. Motivy jejích obrazů odrážejí kromě hudby její další lásky – krajinu, květiny a stromy.

HUDEBNÍ VERNISÁŽ

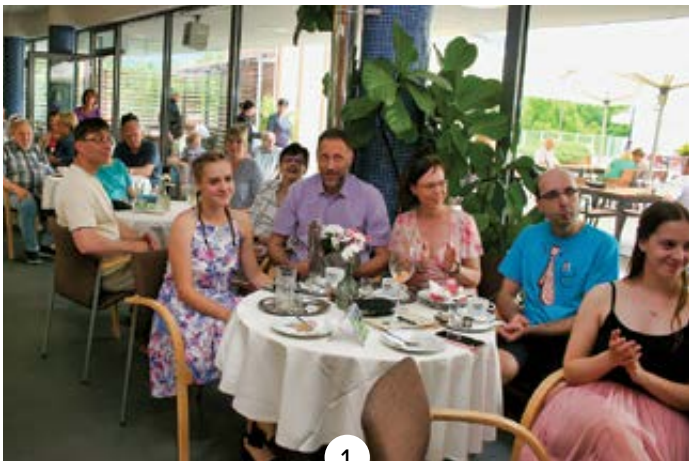
Skvěle hudební byla také samotná vernisáž. Na klavír hrál manžel paní Aleny František Mixa. Ten je hudebním režisérem Českého rozhlasu v Ostravě, kde ho kolegové označují za matematika s hudebním srdcem. Kromě toho vyučoval až do důchodu hudebně teoretické obory na Janáčkově konzervatoři a v současnosti hraje na klavír ve swingové kapele Jerryho Erbena, kterého dobře známe z pravidelných vystoupení v naší restauraci U Sestřiček. Jerry na vernisáži rád zazpíval a s dalšími třemi členy rodiny Mixových se společně postarali o příjemné chvíle. Devítiletý vnuk Mikuláš zahrál na trubku za doprovodu své maminky Julie skladbu *Léto* a syn Přemysl Mixa „tvrdil muziku“ hrou na basu.

Chcete-li se podívat, kam Alena Mixová na své výtvarné cestě došla, v galerii je kromě dalších výtvarných děl ke zhlédnutí také její šestidílná absolventská kolekce. Výstava potrvá až do 26. července 2023.

Galerie Lara je otevřena každý den od 9 do 20.30 hodin a je volně přístupná z recepce Apartmánového domu Lara.



Nahoře: Paní Alena Mixová (vlevo) se naplno oddala malování až po odchodu do důchodu. Vernisáž si nenechali ujít mnozí její přátelé a členové rodiny. **Dole:** Devítiletý Mikuláš Mixa zahrál babičce na trubku pod „odborným dohledem“ svého dědečka Františka Mixy (vlevo) a Jaroslava Erbena, který vystoupení všech hudebníků uváděl.



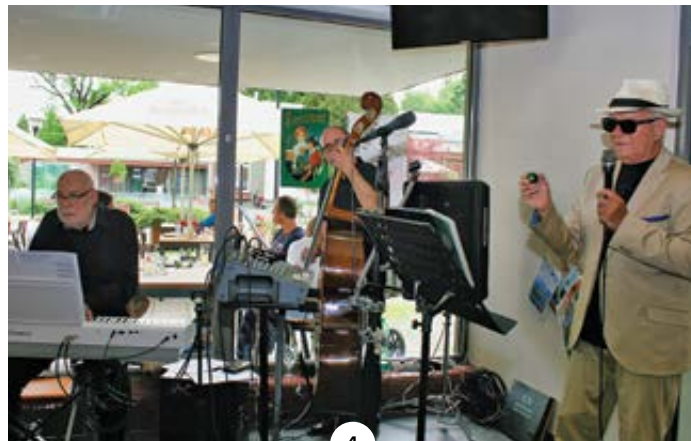
1



2



3



4



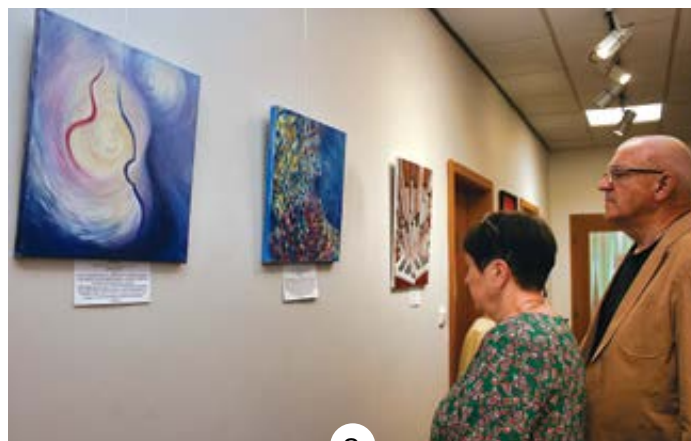
5



6



7



8

1, 2: Na vernisáž se přišlo podívat přes 40 hostů. **3:** Mikuláše Mixu doprovodila na klavír jeho maminka Julie Mixová.

4: V příležitostném triu nemohl chybět ani syn Přemysl Mixu, který své dva kolegy doprovodil na basu.

5-8: I přes malé prostory galerie měli všichni účastníci vernisáže dost času na prohlídku vystavených děl i na malé občerstvení. Obrazy s delším textem popisků jsou z absolventské kolekce *Inspirace hudbou*. (Fota na této a předchozí straně: Jiří Matýšek)

Splněné přání: Vyhlídkový let

Romana Konečná, Milan Svoboda

Jak to všechno bylo? V loňském roce jsme si, mimo jiné, udělali v průběhu rehabilitačního pobytu výlet na letiště ve Frýdlantu nad Ostravicí. Přijeli jsme, když zrovna skládali a uklízeli letadla do „futrálů“ (větroně), jiná do hangáru. Bylo to velice zajímavé. Jako vždy jsem pořídila velké množství fotografií a také videozáznam vzletání i přistávání některých letadel. Dokonce mi nabídli a dovolili vyjít na ochoz řídicí věže, odkud jsem měla krásný výhled a měla jsem vše jako na dlani. Byla jsem šťastná a plná nevšedních dojmů.

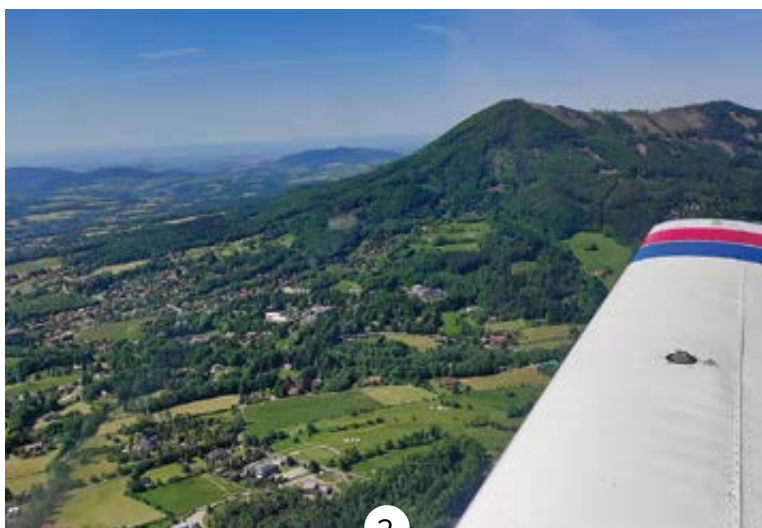
Přítel, když viděl můj zájem o vše, mne nakonec překvapil pozváním na vyhlídkový let v příštím roce (tedy letos, 2023). Udělal mi tím velkou radost a začala jsem se těšit. Především proto, že jsem zatím nikdy letadlem neletěla a nezažila ten pocit vznášejících se ptáků a možnost vidět vše z této ptačí perspektivy.

Na léčení do RC Čeladná jsme letos nastoupili 2. května. Počasí z počátku nebylo tak příznivé, abychom o vyhlídkovém letu vůbec uvažovali. Přáli jsme si a věřili, že se to do konce pobytu určitě podaří. Po trvale nepříznivém a deštivém počasí byla předpověď na poslední květnový víkend slibná. A skutečně bylo krásně slunečno i docela teplo. Když jsme však zavolali na letiště, sdělili nám, že se zatím nelétá, protože travnatá vzletová a přistávací dráha je po deštích rozměklá a musí dostatečně vyschnout, aby se zpevnil povrch. Trochu nás to zklamalo, ale po celý následující týden bylo krásně a slunečno, a naděje se nám vrátila.

V sobotu 3. června přišla ta správná chvíle, konečně jsme se dočkali. Po odsouhlasení letu jsme se vydali na letiště. Předtím jsme si ještě sehnali dalšího cestujícího, abychom v letounu zaplnili všechna místa a náklady na let byly na jednotlivce výhodnější.

Ve 14.30 odstartovalo s naší posádkou čtyřmístné jednomotorové letadlo ZLÍN Z-43 po travnaté startovací ploše letiště Frýdlant nad Ostravicí směrem k horskému masivu Ondřejník.

Pravotočivý okruh nad letištěm pokračoval letem v koridoru mezi Ondřejníkem s nejvyšším vrcholem Skalkou a protilehlými kopci Podbeskydské pahorkatiny lemované Smrkem a Malou a Velkou Stolovou směrem na Frenštát pod Radhoštěm.



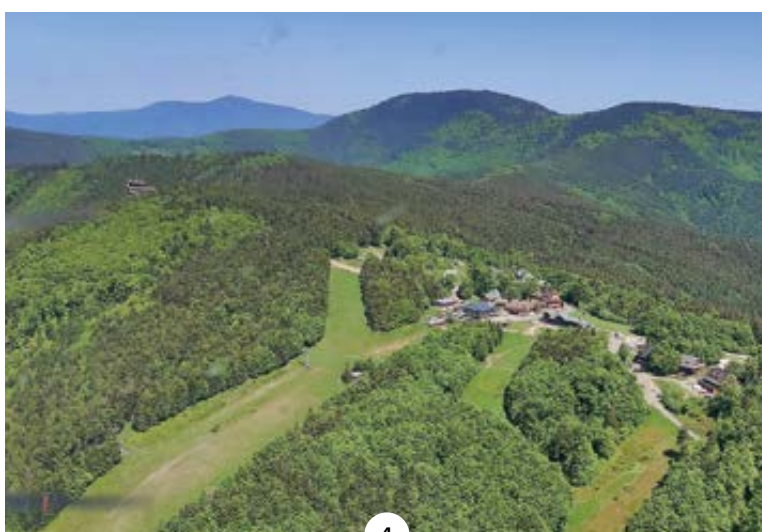
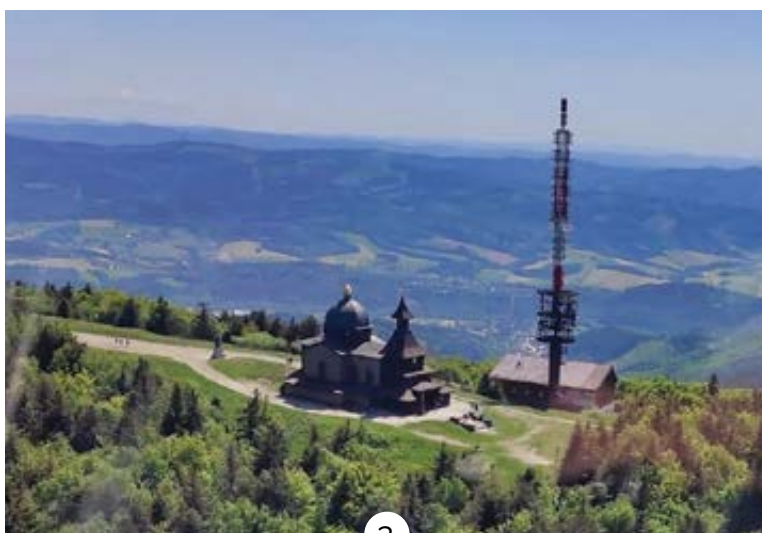
1 – Romana Konečná u připraveného letadla před startem 30minutového vyhlídkového letu z letiště ve Frýdlantu nad Ostravicí.
2 – Areál čeladenského golfového hřiště prozrazují žluté „skvrny“ pískových bankrů. V jeho bezprostřední blízkosti (těsně před křídlem uprostřed) je vidět léčebný dům Polárka, kterému svítí nová zelená střecha, dobře patrná je též přistávací lůžková část. V horní části je masiv Ondřejníku a jeho nejvyšší vrchol Skalka (vlevo). Na úpatí Skalky pod lesem jsou oba Léčebné domy Storch I a II, tvořící písmeno L.

Výhledem z kabiny vpravo se nám naskytl úžasný pohled na rozsáhlý areál golfového hřiště, ke kterému byl ze severozápadu přilepen léčebný dům Polárka se svou zelenou střechou a nově přistavěnou lůžkovou částí. O kousek dál, pod úpatím vrcholu Skalka, se z lesa vynořily oba pavilony léčebných domů Storch. Měli jsme pocit, jako by nám z oken mávali spolupacienti. ;-)

Levotočivá otočka s blízkým přeletem Radhoště se sochou Radegasta a s televizním vysílačem směrem ke skiareálu na Pustevnách. Zde se nám v plné své kráse ukázala Stezka Valaška – chodník mezi korunami stromů. (Byli jsme rádi, že ji můžeme vidět alespoň takto z výšky, neboť počasí doposud nepřálo, abychom se na ni vydali v rámci středních výletů, které RC Čeladná pořádá.)

Následoval průlet mezi Malou a Velkou Stolovou vlevo a Kněhyní vpravo a zamířili jsme k Lysé hoře. Vpravo se otevřel výhled na přehradu Šance, nad kterou jsme udělali malý vyhlídkový okruh, a pak jsme se vrátili zpět na trasu k Lysé hoře. Nad ní jsme proletěli v blízkém dohledu na televizní vysílač a zamířili směrem na Frýdek-Místek.

Pravotočivým okruhem jsme přeletěli nad městem a následně jsme odletěli k východnímu úpatí Ondřejníku. Nízkým přeletem nad západními lokalitami Frýdlantu nad Ostravicí se letadlo levotočivou zatáčkou nasměrovalo do osy přistávací dráhy a po půlhodině letu za krásného počasí bezpečně dosedlo na zem. Byl to nádherný a nezapomenutelný zážitek, být tak blízko všem těm vysokým kopcům, všem stavbám na nich. Vidět z takové výšky domy, silnice, rehabilitační centrum, rozlehlé golfové hřiště a další zajímavosti. Vše tak maličké... Člověk nevěděl, kam se dívat dříve. A to vše díky skvělému, mladému a pohodovému pilotovi, který byl po celou dobu soustředěný a zachovával klid, i když to s námi při silném větru pěkně „házelo“. Užili jsme si to plnými doušky a můžeme jen doporučit všem další příjemný let a šťastný návrat na „zem“. ■



3 – Známa silueta kaple sv. Cyrila a Metoděje, která je nejvýše položenou církevní stavbou na našem území. Dobře vidět je i sousost těchto věrozvěstů vytvořené Albinem Poláškem a blízký televizní vysílač. **4** – Areál Pusteven s vyhlášenými stavbami Libušín a Maměnka od architekta Dušana Jurkoviče, více vlevo je vidět horní část visuté stezky Valaška, která se pro turisty otevřela v roce 2018. **5** – Ve vyhlídkovém letu nemohla chybět „návštěva“ královny Beskyd Lysé hory.

Poznámka šéfredaktorky: S pravidelnou účastnicí naší fotosoutěže Lázeňská stopa paní Romanou Konečnou a s jejím přítelem Milanem Svobodou se znám už řadu let. Kvůli své nemoci se k nám oba jezdí léčit pravidelně. Několikrát jsme se během těch let setkali osobně a vážím si jich obou pro pozitivní přístup k životu, nikdy si nestěžují. Pan Milan s sebou vždy přiveze kytaru a ve vestibulu Léčebného domu Dr. Storch a to během jejich pobytu pravidelně ožívá hudbou a zpěvem za účasti mnoha pacientů, vděčných za podvečerní přátelská setkání. Oni si prostě život umí užívat a nacházejí si k tomu vždycky nové a nové důvody. A to stojí za sdílení...

Žaneta Škodáková: Rok 2012

Poznámka šéfredaktorky: S paní Žanetou se znám stejně dlouho, jak dlouho ona jezdí na rehabilitaci sem k nám, tedy bezmála 15 let. Nešlo si dost dobře nevšimnout její protézy, ale asi neuhodnete, kdy to bylo. Poprvé mě tato energická rusovláska zaujala svým radostným tancem a veselostí na jednom z hudebních programů v restauraci U Sestřiček. Při jiné příležitosti jsme si popovídaly o její práci hotelové recepční a od té doby si ji pamatuji jako ženu s úžasným smyslem pro humor a vůlí k životu přes všechny překážky a různá omezení. Ty dovede brát s obdivuhodným nadhledem a často si dělá legraci sama ze sebe, o čemž svědčí mimo jiné i její příspěvky na facebooku. A tak, když jsme se potkaly vloni a sešly se na kávu probrat novinky, napadlo mě nabídnout jí větší prostor v našem časopise. Potěšilo ji to a po návratu domů se do tohoto úkolu vrhla s vervou sobě vlastní. Její první příspěvek s názvem Bazén vyšel v poslední loňské Fontáně, druhé Tanečky letos v březnu a ohlasy na ně mě utvrdily v tom, že jsme získali šikovnou „dopisovatelku“. Přinášíme tedy její v pořadí třetí povídku.

2012. Obyčejné číslo? Datum? Neskutečný rok? Ano. Pro mě osobní bod zlomu, kdy jsem uvěřila, že možné je všechno. Vstupenka do kvalitnějšího života. Bylo to 12 let po mém zmrtvýchvstání. Doba, která je údajně nutná pro zpracování traumatu. Nevím, jestli jsem to svoje trauma v té době skutečně odložila, ale rozhodně se můj život začal ubírat novým směrem. V mých milovaných lázních už jsem zase trávila léto zmiňovaného roku a seznámila se s jejími dvěma dalšími návštěvníky.

Žena, o šest let starší a tisíce světelných let vnímavější, ve mně uviděla nejen vtipnou spolubydlící, ale někoho, komu se teď dlouho nedařilo jen proto, že v sebe nevěřil. Že neposouval své hranice a nechtěl lézt z ulity, kde mu sice nebylo dobře, ale bylo to přece jen známé, byť nepohodlné prostředí.

Byla první, kdo vyslovil: „Chytrá jsi dost, jen ti nesedlo školství.“ A našla učební metodu, jak mě o tom přesvědčit. Nikdo se mému konečnému výsledku po jejím kurzu s názvem Feuersteinovo instrumentální obohacování, který to dokazoval, nedivil víc než já. Protože já samu sebe zařadila mezi hloupé jen proto, že mi nešly rovnice, gramatika a to, co po mně chtěla škola. A na kurzu jsem poslední náročnou správně vyplněnou stránku instrumentu odevzdala nejrychleji ze skupiny.

Ona byla první, kdo řekl: „Vybarvi mandaly a nehodnoť to. Nic není špatně. Neboj se.“ A já se nebála. Maluji dodnes.

Po prvních našich e-mailech mi rozkazovacím tónem napsala: „Kup si okamžitě blok a piš.“

Já se tehdy moc smála, protože jsem netušila, že vidí mé skutečné touhy, možnosti a potřeby víc

než já. Byla první skoro ve všem, do čeho mne s laskavostí mámy uvedla. Musela cítit, jak moc její péči potřebuji, protože další tři roky za mnou jezdila z Kladna do Ostravy, až si ji její přátelé dobírali, že tam má milenkou. Vedly jsme dlouhé diskuze o životě a já pocítila, jaké to je, když ve vás někdo věří, když vás vidí líp než vy, vnímá vaše plusy a minusy a učí vás mezi tím balancovat. Povídala mi o psychologii, filozofii, ezoterice, učila mne vnímat umění, svět, lidi z různých, nečekaných úhlů. Cítila jsem, že duševně rostu, a byla vděčná za její vtip, moudrost a chuť to se mnou sdílet.

Druhou osobou byl muž, šedesátník, ovšem s kondicí a tělem čtyřicátníka. Když viděl, že buď ležím na pokoji v posteli nebo sedím v kavárně, velmi opatrně řekl, že když se nezačnu hýbat, čeká mě tloustnutí, bolesti a deprese. Tyto tři stavy jsem znala až příliš dobře na to, abych mu odporovala. Začalo mě zajímat, co mi vůbec pohyb může přinést, a jeho kondice pro mne byla velkým vzorem. Donesl mi trekové hole a několikrát denně jsme obešli maličký areál lázní, tak akorát, abych se nezadýchala a bavilo mě to. Nepřeháním, když napíšu, že trasa od zadní budovy Storch k Laře pro mne byla dlouhá. Je jasné, že vyjít z areálu nepřicházelo v úvahu. Aspoň v tu moji, protože jednou po večeri mě Jana s Jirkou chytli každý za jednu ruku a že se jdeme kousíček projít. Při společném povídání cesta ubíhala a já byla moc překvapená, když se před námi zjevila restaurace hotelu Maralák, kterou jsem znala jen z vyprávění, jak tam spolupacienti chodili na procházky. Šťastně a současně znaveně jsem usedla na židli a netušila, kde vezmu sílu dojít zpátky. Musela jsem na to i vypadat, protože Jirka s Janou vymysleli speciální pochod a zpěv,

abych nemyslela na své vyčerpání a bolesti. Zpívala jsem jako o život, jako o nohy z olova, jako o štěstí z výkonu, jako o hrůzu, jestli se ráno ještě postavím.

Cesta tam i zpět měřila dohromady 5 km. Do té doby nejvíc, co jsem po amputaci levé nohy ušla. Jen člověk s bolestí nohou ví, jak je někdy těžkých pár metrů, natož tohle.

Druhý den ráno na mě čekal bazén. Že jsem tam skoro nedošla, ani nemusím psát. Napíšu jen, že bolesti byly takové, že celou proceduru jsem schovaná pod vodou brečela. Sestra, která mě po vynoření uviděla, okamžitě sehnala někoho, kdo mne namasíroval a protáhl zubožené svaly. A mi to došlo. Jestli se někde můžu rozchodit, rozhybat, tak je to tady. Byla to má velká šance a já ji nepustila. Je to 11 let a já pořád ráda chodím. Když mám na krokoměru 8 000 kroků, má rodina se směje, zda jsem byla na Sibíři. A já se směju taky, protože endorfiny jsou fantastický legální fet. Pravidelný pohyb mi naprosto změnil život. Ta hrdost, když si já s postižením nohou vyberu tu delší trasu, protože můžu.

Protože se mnou byli ve správný okamžik ti správní lidé. Protože ve mně někdo věřil. Protože mi dali čas a energii, protože mohli a chtěli... a já se začala vidět jejich očima.

Já nevím, jestli osud, život, Bůh... mi je poslal do cesty. Rozhodně to byl někdo moudrý a laskavý a já dodnes děkuju, že tu pro mě byli. Takhle podle mě vypadá dobro.

Nikdy nevíme, co nám další život přinese, a to i tehdy, když nevěříme, že se něco vůbec může změnit... ■



Žaneta Škodáková: „Nikdy nevíme, co nám další život přinese, a to i tehdy, když nevěříme, že se něco vůbec může změnit...“

Pacient je vždy v centru dění

Pacient je vždy v centru dění, RC Čeladná toto krédo zcela naplňuje. Strávil jsem zde 3 týdny léčebného pobytu, který se mnou vykomunikovala (včetně dřívějšího nástupu) staniční sestra paní Anna Mičková k mé spokojenosti. V den nástupu se mi věnovala sestra Radka Vávrová. Zavedla mne na pokoj a seznámila mě s mým spolubydlícím. Měl jsem pokoj v přízemí pavilonu Dr. Storch II, ukázala mi i místo pro zaparkování auta. Sdělila mi časy ke stravování, nasměrovala mne k jídelně a zázemí, kde budou poskytovány procedury.

Vstupní lékařskou prohlídku se mnou udělala paní MUDr. Michaela Plucnarová. Za své lékařské praxe jsem absolvoval řadu prohlídek a vstupních vyšetření. Nevzpomínám si na tak důkladnou a zevrubnou. Paní doktorka byla vždy ochotná k případné konzultaci.

Rozsah procedur byl velmi široký a jejich časování na sebe navazovalo. Začátky byly přesné, jejich délka zcela vyčerpávající. Personál vstřícný, odborně zdatný, trpělivý. Za všechny bych rád vyjádřil poděkování panu Mgr. Aleši Pospíšilovi, jehož rady si rád odnáším s sebou. Rotoped, ribstůl i čocku máme doma. Tak příjemně teplé bazény však nikoliv.

Stravování bylo kvalitní a pestré, za dobu pobytu se jídla neopakovala. Obsluha v jídelně příjemná.

Pobyt na pavilonu Dr. Storch II neměl chybu. Úklid, vytápění i funkční sprchy komfort jen podtrhovaly.

V celém areálu oceňuji čistotu a zachování horského charakteru, který není narušený anglickým trávníkem, květy macešek, aster a tulipánů.

Mnou vše výše uvedené zcela jistě přispělo k tomu, že odcházím nejen spokojený, ale i se zlepšením svého zdravotního stavu. (Zákl. dg: Sequester ve výši obratle L3 s drážděním míšních kořenů L3-5 vpravo).

Zdravotní stav bude vyžadovat trpělivost a cvičení řádově měsíce. Při nástupu do rehabilitačního centra jsem chodil do schodů s oporou a přinožováním. Nyní zvládám plynulou chůzi po schodech i v lehkém poklusu.

Děkuji Vám moc všem. **Prim. MUDr. Michal Fabrický, MBA**

(Z veřejně přístupné recenze na www.firmy.cz; Rehabilitační centrum Čeladná; 4. dubna 2023)

Čas od času nás zaujme nějaký text, o němž si říkáme, že by bylo dobře, kdyby si ho přečetli i ostatní. Takže „čteme pro vás“. Nedávno nás zaujala kniha, která je svým způsobem také „o nás“. Vyšla pod názvem **Potměchuť** a jako svou prvotinu ji napsala divadelní a filmová herečka **Kristýna Frejová**. Sdílí v ní svoje vzpomínky, úvahy a zážitky z průběhu sedmidenního terapeutického pobytu ve tmě, který absolvovala ve vile Mátma v Rehabilitačním centru Čeladná. Protože se často setkáváme s dotazy, jaké to ve tmě je a jak pobyt probíhá, rozhodli jsme se na tuto knihu upozornit. A rozhodně nejen proto...

POTMĚCHUŤ

Zápisky ze světla i ze tmy

Andrea Anderle Adamová

S paní Kristýnou Frejovou jsme se letmo pozdravily, když přijela vyzvednout tatínka Ladislava Freje na konci jeho rehabilitačního pobytu v našem centru. (Poznámka: O setkání s Ladislavem Frejem jsme psali v minulém vydání Čeladenské fontány. Najdete ho ve formátu pdf na našem webu www.rcceladna.cz/casopis-celadenska-fontana.) Věděla jsem, že u nás byla několikrát a že také absolvovala pobyt ve tmě. Ale až psycholog Andy Urbiš mě upozornil, že svoje zážitky zpracovala knižně.

Kniha s přílehlavě víceznačným názvem *Potměchuť* vyšla v nakladatelství CPress a je k dostání na internetu. Přečetla jsem ji za jedno odpoledne a jedním dechem. Od mého vlastního sedmidenního pobytu ve vile Mátma uplynulo sice už 13 let, ale některé zážitky mi při čtení knihy vytanuly stejně živě, jako by to bylo včera. Shodný obsah některých prožitků je jedním z fenoménů tmy, jiné

zážitky jsou samozřejmě naprosto individuální.

O tom by mohl hodně vyprávět psycholog, opatrovník a průvodce terapií Andrew Urbiš. Není proto divu, že byl jedním z účastníků křtu autorčiny publikace v neobvyklém

prostoru s názvem Pracovna na pražském Žižkově. Poprosila jsem Kristýnu o fotografie ze křtu, protože šlo o mimořádnou událost a zároveň o její knižní prvotinu.

Dle mého názoru je kniha po literární stránce výborná. Text je upřímný a otevřený, a tak se dozvíte hodně o vnitřním životě Kristýny, ale také o její mamince Věře Galatíkové nebo o jejím vztahu k dceři Ráchel. Není to vždy veselé čtení, protože ve tmě se vynořují také naše vztahy k blízkým a jejich případné peripetie.

Knihu ráda doporučuji k přečtení každému. Ať se při pomyšlení na sedm dnů strávených ve tmě otřesete odporem, nebo si na svůj vlastní pobyt ve tmě zavzpomínáte jako na dny odpočinku, spánku a rozjímání, na které není na světle tolik času...

Anebo jen ze zvědavosti, jaké to v té tmě vlastně je a co o tom Kristýna Frejová napsala. ■



„Můžete v absolutní tmě vidět vlastní duši? Bez cenzury, poutavě, svižně, dramaticky a s humorem, který miluju od našeho prvního setkání. Taková je Kristýna, tak i píše. Kniha mě vcucla a vyplivla řádně emočně vyštavenou až s poslední stránkou. Je to skvělá jízda různými dimenzemi, která mi učarovala formou i obsahem. Přestože jsem s nadsázkou ráda poštuchovala, že bych se radši vydala na týden k moři nebo na hory než se nechat zavřít do temné boudy, začíná mě svédit myšlenka, že je mnohem větší dobrodružství najít to moře a slunce a hlavně klid v sobě. Musí to být skvělé, musí to být těžké, mám pocit, že mě to jen tak neobejde. Děkuju, Týnko.“ Petra Hřebíčková ■



„Cestu ke světlu, humor, harmonii a sebedřívjetí mnohdy objevíme na místech, kde bychom to čekali nejméně. Herečka Kristýna Frejová ji našla v absolutní temnotě. Pomocí terapie tmou se rozhodla zpracovat smrt své matky Věry Galatíkové, vztah k otci Ladislavu Frejovi i ke své dceři. Směs vzpomínek, úvah a autentických deníkových zápisků vám osvětlí proces sebezpoznávání a přiblíží život ve slavné herecké rodině. Tuhle literární skládačku tvoří dílky sebe sama nahmatané ve tmě.

Kristýna Frejová je česká filmová a divadelní herečka a pedagožka herectví. Narodila se v Praze v herecké rodině. Po absolutoriu na DAMU prošla několika pražskými divadelními scénami, např. Divadlo Bez zábradlí, Labyrint, Rokoko ad. Nejvýraznějším angažmá bylo Švandovo divadlo. Od roku 2015 je „na volné noze“, věnuje se seriálové a filmové tvorbě, hostuje v Divadle Verze, Divadle v Rytířské, divadle Kalich a Divadle Ungelt, učí herectví na VOŠ v Praze, pravidelně pořádá herecké workshopy. Kniha Potměchuť je jejím literárním debutem.“ (www.cpress.cz)



Nahoře: Herečka a pedagožka Kristýna Frejová si zvolila ke slavnostnímu křtu své první knihy s názvem *Potměchuť* prostor Pracovny na pražském Žižkově. **Dole:** Křest moderoval redaktor České televize Lukáš Španihel (uprostřed). Hostem křtu byl rovněž Andrew A. Urbíš (vlevo), psycholog Rehabilitačního centra Čeladná, celostní terapeut, průvodce a „opatrovník“ klientů v průběhu jejich pobytu ve tmě, který zpravidla trvá sedm dní. (Foto: Soukromý archiv Kristýny Frejové a Andrewa A. Urbíše)

POZVÁNÍ K SESTŘIČKÁM



Jako tradičně připravil šéfkuchař restaurace U Sestřiček Martin Lekač na období od letošního jara do podzimu nový jídelníček. Záležet si na něm dal jako vždycky a vyladoval ho určitě celou zimu. Přijďte se přesvědčit, jak se mu nová jídla povedla! Počkáte-li si na pěkné počasí, nenajdete navíc v Čeladné klidnější zahrádku – je obklopená zelení a uprostřed jemně zurčí voda z fontánky. A než vám přinesou jídlo, můžete si jako bonus vychutnat výhled na protější beskydské vrcholy.

V létě dává hodně návštěvníků přednost lehkým salátům. Dali byste si například salát z římských listů s grilovaným kuřecím prsem, se zauzenou majonézou s krutony a sýrem Sklepník? Pro vegetariány máme v nabídce cuketové placky na směsi listových salátů s grilovanými rajčaty a limetkovým dresinkem (1). Kdo chce zůstat u klasiky, může vsadit na vepřový řízek z kotlety s lehkým bramborovým salátem (2), grilovanou vepřovou panenku s bylinkovým máslem a s bramborovou kaší (3) nebo si dát hovězí krk na medvědím česneku a majoránce s karlovarským knedlíkem. Jste srdečně zváni.



KONTAKT: Restaurace U Sestřiček

Rehabilitační centrum Čeladná
739 12 Čeladná 42. Tel.: 552 533 224;
www.restauraceusestricek.cz

Otevírací doba: Po, St, Čt, So, Ne 10–20 hod.,
Út, Pá 10–21 hod.

Čeladenská FONTÁNA

Nepravidelný zpravodaj Rehabilitačního centra Čeladná. Vychází od roku 2009.

Šéfredaktorka: Mgr. Andrea Anderle Adamová.

Redakční rada: Zdeňka Kišová, MBA, Bc. Jan Neuwirth, Ing. Blanka Ochmanová.

Grafická úprava: A. Anderle Adamová. Jazyková korektura: Bc. David Věžník. Tisk: ME® a René Daubner – APRO Bruntál.

Adresa redakce: RC Čeladná, 739 12 Čeladná 42.

Toto číslo vyšlo v červenci 2023 v nákladu 1 000 výtisků.