

Světový den Červeného kříže 2021

Světovým dnem Červeného kříže a Červeného půlměsíce je 8. květen – výroční den narození zakladatele Červeného kříže Henri Jeana Dunanta. Letos si, vlivem pandemie Covidu-19, již podruhé nemůžeme tento den připomenout slavnostním shromážděním, což ale nic nemění na jeho významu. Světový den ČK&ČP oslavou statečnosti a práce všech členů, dobrovolníků a zaměstnanců Červeného kříže, jejichž služba lidem zachraňuje životy nebo lidské životy mění k lepšímu, připomenutím našeho závazku vůči lidstvu – být současně aktéry lokálními i mezinárodními, nezávislími a neutrálními a být vždy všude a pro všechny.

Jak víme, je Světový den ČK&ČP těsně spojen s našimi předchůdci – byl v rámci celého hnutí Červeného kříže a Červeného půlměsíce zaveden po 2. světové válce podle československé tradice Dnů míru Československého červeného kříže, kterými si Československo začalo právě před 100 lety, v roce 1921, připomínat památku obětí válek.

Letošní rok je také rokem 120. výročí, kdy byla poprvé udělena Nobelova cena za mír – právě zakladateli Červeného kříže – za jeho úsilí při humanizaci válek. Ve spojitosti s Červeným křížem byla udělena ještě třikrát – v letech 1917, 1944, a to Mezinárodnímu výboru Červeného kříže za jeho účinnou pomoc obětem obou světových válek, a v roce 1963 – s Mezinárodním výborem ČK ji společně získala dnešní Mezinárodní federace společností ČK&ČP. Spojitost Červeného kříže a míru je vyjádřena již v prvním ze základních principů ČK&ČP,

principu Humanity a státy – smluvní strany Ženevských úmluv tuto spojitost opakovaně svými rezolucemi potvrdily.

Mottem letošního Světového dne je *Together we are #Unstoppable – Společně jsme nezastavitelní*. Má symbolizovat fakt, že v terénu je pod vlajkou Červeného kříže ve 192 zemích každodenně přítomno 12,2 milionů členů, zaměstnanců a dobrovolníků, kteří se v duchu principu Humanity rozhodli bez ohledu na obtíže a rizika předcházet nebo alespoň mírnit lidské utrpení ve všech jeho formách – poskytováním zdravotní či psychosociální pomoci, výukou první pomoci, předáváním

musíme uvědomovat její dlouhodobý nebezpečný potenciál a neopakovat loňské chyby, kdy jsme rychle zapomněli na nutná opatření. Chovejme se rozumně. Jen tak můžeme zabránit zbytečným ztrátám na životech a umožnit našim dětem normální život.

Očkování je zásadním nástrojem, který může pandemii zkrotit a Červený kříž ve všech zemích vyzývá obyvatelstvo, aby se nechalo naočkovat. Kromě nutnosti vysvětlovat potřebnost očkování je dalším problémem to, že bohužel v řadě zemí neexistuje rovný přístup k vakcíně a také ne všechny státy světa mají stejnou



možnost ji získat, na což nedávno upozornili ve společném prohlášení prezidenti Mezinárodní federace ČK&ČP a Mezinárodního výboru ČK – Francesco Rocca a Peter Maurer. Riskantní je nedostupnost vakcíny v lidnatých oblastech – např. v Africe, která získala jen 1 % dávek vakcín ve světovém měřítku, ačkoli v ní žije 14 % populace. Šíření viru v početné populaci totiž působí vznik většího počtu jeho muta-

ci. Věříme, že Červený kříž přispěje k vyřešení i této otázky.

informací o prevenci nemocí, připravenosti na katastrofy a války, sociálními a dalšími aktivitami – nestranně, bez ohledu na příslušnost potřebného člověka k národu, rase, náboženství, sociální skupině či politickému názoru a neutrálně – bez ohledu na vojenské či politické preference okolí.

Loňský rok i letošní rok je významně poznamenán pandemií Covidu-19, při které se významně zapojil právě Červený kříž ve všech 192 zemích svého působení. I dnes, když se zdá, že epidemie slábne, si

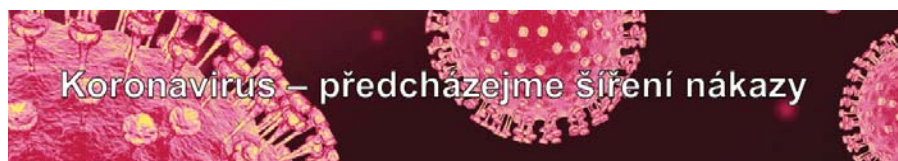
možnost ji získat, na což nedávno upozornili ve společném prohlášení prezidenti Mezinárodní federace ČK&ČP a Mezinárodního výboru ČK – Francesco Rocca a Peter Maurer. Riskantní je nedostupnost vakcíny v lidnatých oblastech – např. v Africe, která získala jen 1 % dávek vakcín ve světovém měřítku, ačkoli v ní žije 14 % populace. Šíření viru v početné populaci totiž působí vznik většího počtu jeho muta-

Světový den ČK&ČP je příležitostí, abychom poděkovali všem, kdo nás, ať již v činnosti „proticovidové“ nebo „běžné“, která samozřejmě pokračuje, podpořili – svým osobním nasazením, podporou či darem. Nebylo jich málo a jsme rádi, že demonstrovali solidaritu, díky níž naše organizace v 19. století vznikla.

Doc. Dr. Marek Jukl, prezident ČČK ■



AKTUALITY - INFORMACE



Uvědomujme si stále nebezpečí covid-19 a řídme se opatřeními Ministerstva zdravotnictví, ale také obecnými hygienickými doporučeními - dbejme všichni dále zásad osobní hygieny (mytí rukou!) a omezme možné kontakty s nakažou, roušky či respirátory nosme tam, kde je to povinné, ale i jindy, např. ve společnosti více lidí.

Pobývejme hodně na čerstvém vzduchu a v místnostech často větrejme. Podstupujme předepsaná testování. Chovejme se rozumně, riziko je tu stále s námi. Nevěřte dezinformacím zpochybňujícím očkování. **Mezinárodní federace ČK&ČP jednoznačně podpořila co nejširší vakcinaci** proti COVID-19.

Je to zásadní opatření ke zvládnutí této pandemie. Je nutné lidem poskytnout důvěryhodné informace. ČČK se do očkování sám aktivně zapojil již počátkem roku a **vyzývá**, aby se každý zaregistroval do systému rezervací k očkování. Očkováním chráníte sebe i druhé. Díky zlepšení epidemické situace jsme 30.4.2021 mohli ukončit pomoc ve zdravotnických zařízeních. Nadále se věnujeme očkování, ať již vlastními týmy, nebo pomocí v očkovacích centrech. Naše Oblastní spolky ČČK se také podílejí na testování.

GIVT.CZ: Český červený kříž neziskovou organizací týdne

Znáte GIVT.CZ? Je to nástroj, jak při nákupu nevyvalozit ani korunu navíc, a přesto přispět na dobrou věc některé z organizací, které jsou na GIVT.CZ zaregistrovány. Je jí také Český červený kříž a (některé) naše oblastní spolky. Pro týden 3.-9. května 2021 se GIVT.CZ rozhodl vybrat právě Český červený kříž za neziskovou organizací týdne, což znamená, že v tomto týdnu jsme získali dvojnásobný příspěvek!

Takoví jsme - národ neviditelných hrdinů

Jsme národ neviditelných hrdinů a země láskyplných bojovnic. Češi jsou lepší, než si o sobě myslí: skoro 3 miliony lidí se v roce 2019 aktivně zapojily do neziskové činnosti, přes 4 miliony lidí ve stejném roce přispěly na dobročinnost finančně.



Startuje kampaň Takoví jsme - takovijisme.cz.

Na webu takovijisme.cz popisuje historii a současný stav neziskového sektoru v Česku. Na jednom místě jsou vůbec poprvé přehledně soustředěná nejnovější data a statistiky o počtu a druhu „neziskovek“ v Česku. Prostřednictvím webu se navíc každý může zapojit do dobrovolnické činnosti.

Kampaň Takoví jsme propojuje desítky neziskovek nejrůznějších zaměření. V první fázi kampaně odhalí příběhy sedmadvaceti z nich. Už teď se ale zapojují další organizace a spolky. Kampaň ukazuje jejich práci, pestrost i historii.

První „neziskovky“ zapojené do kampaně: Sokol, Dobrovolní hasiči, Klub českých turistů, Svaz českých lyžařů, Český svaz ledního hokeje, Skaut, Český červený kříž, který nečeká, až pomůže někdo jiný, Horská služba, Amnesty International, Člověk v tísni, Transparency International, Slovo 21, Arnika, Aperio, Elpida, Agentura pro rozvoj Broumovska, Post Bellum, Meta, Cirk La Putyka, Pestrá, Nový prostor, Demagog.cz, Zachraň jídlo, Zdravotní klaun, Cesta domů a Nadace Via.

Kampaň Takoví jsme byla zahájena 28. 4. 2021 a vyvrcholí 17. 11. 2021.

Respirátory pro Slovenský červený kříž

I Slovenský červený kříž je zapojen do boje s pandemií Covid-19. Proto jsou pro jeho personál potřebné ochranné pomůcky, mezi něž patří i respirátory. Celkem 8.064 respirátorů třídy FFP 2, které věnovala firma Good Mask, přepravil Ústřední krizový tým ČČK a předal je na 8.4.2021 na státní hranici pracovníkům Slovenského červeného kříže.



Připravil: Doc. Dr. Marek Jukl a Úřad ČČK

TELEGRAFICKY ZE SVĚTA ČERVENÉHO KŘÍŽE



- 19. 05. 2021 - **Ženeva/Svět:** MVČK, Blaise Matuidi a reklamní agentura Saatchi&Saatchi dnes zahajují kampaň za zvýšení povědomí o zásadní roli zdravotníků a nutnosti jejich ochrany. B. Matuidi se připojil i proto, že jemu nejdražší země - Konžská demokratická republika - byla jedním z míst s největším počtem incidentů

proti zdravotníkům. Chirurgové, nemocniční personál nebo zdravotní sestry - ti všichni by měli mít stejnou popularitu a podporu jako my fotbalisté, řekl B. Matuidi.

- 19. 05. 2021 - **Izrael a okupovaná území:** MVČK: intenzivní boje v blízkosti nemocnic v Gaze poškozují zdravotnickou infrastrukturu.



Zdravotníci jsou zraněni. Několik přístupových cest k hlavním nemocnicím je zničeno, to ztěžuje možnost sanitkám dostat se s pacienty do nemocnic. Tým MVČK mimo jiné dodal zdravotnictví v Gaze nosítka, nemocniční postele a zdravotnický materiál pro 150 těžce raněných pacientů při současných nepokojích.

- 11. 05. 2021 - **Izrael a okupovaná území:** Mezinárodní výbor ČK vede dialog se všemi stranami ozbrojeného konfliktu a Palestinským ČP a Společností Davidovy hvězdy, partnery v Hnutí ČK&ČP. Bojujícím stranám připomíná povinnost respektovat pravidla vedení boje, tj. zejména - zákaz přímých a nerozlišujících útoků na civilisty, zákaz útoků nerespektujících zásadu přiměřenosti, povinnost preventivních opatření k omezení civilních ztrát. MVČK znovu připomněl nutnost zajištění rychlého, bezpečného a ničím nepodmíněného pohybu sanitek a zdravotnického personálu národních společností. Přístup lidí k potřebné zdravotní péči je zcela zásadní.
- 10. 05. 2021 - **Izrael a okupovaná území:** MVČK hlásí další obtížnou noc v Jeruzalémě, jihu Izraele a v Gaze. Palestinský ČP v noci ošetřil 200 raněných a 88 převezl do nemocnic. Připomíná bezpečnostním silám, že užití zbraní musí být v souladu s právem, zejména musí být použit nejmenší stupeň síly nutný k obnovení práva. Zdůrazňuje povinnost zajistit volný průjezd ambulancí.
- 04. 05. 2021 - **Ženeva/Svět:** Zdravotníci jsou chráněni, aby se dostalo zdravotní péče nemocným a raněným. Přesto na ně dochází k útokům. Jak se změnila situace za pět let od přijetí rezoluce RB OSN č. 2286 přijaté na základě dat MVČK, který za tři roky 2013-2015 zaznamenal celkem 2400 útoků na zdravotníky, nemocné a zdravotnická zařízení. Jak jsou dodržována pravidla mezinárodního humanitárního práva, za jejichž naplňování odpovídají ti, kteří je stanovili, tedy všechny státy světa? Za pět let od přijetí rezoluce zaznamenal MVČK celkem 3780 útoků, došlo k nim průměrně ve 33 zemích každý rok. Dvě třetiny z nich se odehrály v Africe a na Blízkém Východě. Nejvíce útoků bylo zaznamenáno v Afghánistánu, Konžské demokratické republice, v Izraeli a okupovaných územích a v Sýrii. Plyne

odtud, že počet útoků se v zásadě po přijetí rezoluce nezměnil, byť je počet útoků cca o 50 ročně nižší.



- 01. 05. 2021 - **Indie:** Týmy indického ČK reagují na současnou smrtící vlnu Covid-19, v nejvyšší míře pomáhají těm nejzranitelnějším. Za okamžitou reakci poděkoval prezident MF ČK&ČP F. Rocca.



- 27. 04. 2021 - **Ženeva:** Válka ve městech: starý problém, který žádá nová řešení - MVČK na svém blogu publikuje k tomuto tématu nový post: lurl.cz/@urbanwarfare



- 25. 04. 2021 - **Jemen:** MVČK ve spolupráci s Jemským ČP poskytl nouzové potravinové balíčky (á 25 kg) a základní potřeby pro domácnost 245 lidem, které střelba vyhnala z jejich domů v Daar Saad (oblast Aden).



- 20. 04. 2021 - **Afghánistán:** MF ČK&ČP vyzývá k neodkladné humanitární akci, která může odvrátit prohloubení krize v Afghánistánu, kde již třetina obyvatel nemá vinou zhoršujícího se sucha dostatek potravy. Jde o nejhorší sucha v dekadě – 13,1 mil. lidí strádá nedostatkem potravin. Nejhůře postiženým oblastem Badghis, Baghlan a Faryab pomáhá Afghánský ČP za asistence Federace.
- 18. 04. 2021 - **Kolumbie:** Viceprezident MVČK G. Carbonnier přicestoval do Kolumbie, aby se v poli seznámil se situací v regionu hraničícím s Venezuelou a vedl rozhovory v Bogotě ohledně osudu 120.000 osob, které zůstávají «zmizelé» v důsledku protražovaného kolumbijského vnitrostátního konfliktu. Jejich osudu je věnována výstava fotografií MVČK, kterou viceprezident otevřel.



- 09. 04. 2021 - **Gambie:** Díky Ústřednímu krizovému týmu ČČK získal Gambijský červený kříž ozonizér, který je užitečným prostředkem k desinfekci prostor, zejména v boji s Covid-19.



- 03. 04. 2021 - **Etiopie:** Mezi Marsabit a Laisamis byl při návratu do Keni neznámými ozbrojenci napaden konvoj čtyř nákladních aut MVČK, které dovezly urgentní humanitární pomoc do Etiopie. Řidič byl při útoku zraněn. V oblasti je MVČK přítomen od r. 1973.
- 01. 04. 2021 - **Myanmar:** Dva měsíce po vojenském převratu hlásí MFČK&ČP nárůst násilí a počtu obětí mezi obyvatelstvem a varuje před prohlubující se humanitární krizí. Došlo zde k rozsáhlému výpadku zdravotních služeb, Myanmarský ČK zůstal jednou je z několika organizací,

>>>

kteří je schopna pomáhat napříč zemí – zřídil 246 míst, kde poskytuje první pomoc a působí v nich přes 2.000 jeho příslušníků a operuje 142 sanitkami. Byly však zaznamenány případy protiprávního zadržení nebo zranění zdravotníků ČK a poškození sanitek či jiného zařízení ČK. To označil A. Matheou, regionální ředitel

MFČK&ČP pro Asii a Tichomoří, za zcela nepřijatelné, neboť zdravotníkům musí být zajištěn neomezený přístup k nemocným a raněným.

- 31. 03. 2021 - **Ženeva/Svět:** Bude mít mezinárodní právo instrument pro pandemii? Mezinárodní federace ČK&ČP podpořila záměr WHO připravit mezinárodní smlouvu, která

by po zkušenostech s nedostatky se zvládním pandemie covid-19 upravila oblast předcházení pandemiím i jejich zvládní. Půjde o oblast prevence, varování, zvyšování odolnosti, koordinaci reakce na pandemii a další.

Připravil: Doc. Dr. Marek Jukl ■

Z ČINNOSTI KOLEKTIVNÍCH ČLENŮ ČČK

2021 - MEZINÁRODNÍ ROK JESKYNÍ A KRASU

Mezinárodní rok jeskyní a krasu (IYCK) je iniciativou Mezinárodní speleologické unie (UIS). UIS je celosvětová organizace, která se věnuje průzkumu, dokumentaci, studiu a ochraně jeskyní a krasu prostřednictvím mezinárodní spolupráce. UIS se skládá z 54 členských států, které podporují Mezinárodní rok jeskyní a krasu. Českou republiku v UIS zastupuje Česká speleologická společnost.

„POZNÁVAT, ROZUMĚT A CHRÁNIT“ je hlavním mottem Mezinárodního roku jeskyní a krasu.

Mezi hlavní cíle Mezinárodního roku patří zejména:

- zlepšit veřejné povědomí o tom, jak se jeskyně a kras dotýkají každodenního života miliard lidí
- podporovat význam jeskyní a krasu prostřednictvím udržitelného rozvoje, zejména pokud jde o kvalitu a kvantitu vody, zemědělství, geoturistiku či ekoturistiku a přírodní a kulturní dědictví

- ukazovat, nakolik je studium a řádné hospodaření s jeskyněmi a krasem rozhodující pro globální ekonomiku a životní prostředí
- budovat celosvětovou vzdělávací kapacitu prostřednictvím aktivit zaměřených na vědu o jeskynních a krasových jevech
- podporovat povědomí o interdisciplinární povaze věd a managementu v oblasti jeskynních a krasových jevů a zdůraznit, jak budou v budoucím výzkumu, vzdělávání a ochraně životního prostředí potřebné interakce mezi různými oblastmi vědy a managementu.

- navázat trvalá partnerství s cílem zajistit, aby tyto činnosti, cíle a úspěchy pokračovaly i v budoucnu, až skončí Mezinárodní rok jeskyní a krasu

Kromě členských států UIS se na podpoře Mezinárodního roku jeskyní a krasu podílí desítky mezinárodních a národních organizací. Všechny podporující organizace, stejně jako úplné a aktuální informace o Mezinárodním roce jeskyní a krasu naleznete na oficiálním webu IYCK: www.iyck2021.org

Zdeněk Motyčka,

Česká speleologická společnost ■



OKÉNKO DO DĚTSKÉ ODBORNÉ LÉČEBNY V BUKOVANECH



Děti a obezita

Touto diagnózou trpí bohužel rok od roku stále více dětí. Obezitu můžeme definovat jako poruchu energetické bilance, při níž dochází k nadměrnému ukládání tukové tkáně v organismu. Příčiny obezity u dětí a mladistvých jsou v malém procentu důsledkem systémových onemocnění převážně nervového systému a systému žláz s vnitřní sekrecí. Daleko větší počet – uvádí se až 90 % - je však způsoben špatnou životosprávou, například přejídáním se, nadměrným příjmem sladkostí a současným nedostatkem pohybu dětí (internet, sledování TV apod.), který je příčinou nedostatečného výdeje přebytečných kalorií. Ke vzniku obe-

zity mohou přispívat vlivy dědičné, rodinné zvyky i nepříznivé faktory působící na dítě v duševní oblasti – v rodině, ve škole, také stresové vlivy jako například šikana, nevhodná kritika a další vlivy vedoucí k pocitu fyzické a hlavně psychické odloučenosti od okolí, které vedou k tomu, že dítě hledá sebeuspokojení v přejídání. Propletenc



těchto vlivů vede k tvorbě bludného kruhu, který je potřeba co nejdříve přetrnout.

Je nutno připomenout, že obézní dítě není jen „vysmívaný tlustoch“, ale vysoce potenciální nositel komplikací obezity v blízké i ve vzdálené budoucnosti jako je vysoký krevní tlak, cukrovka, onemocnění kloubů v důsledku jejich nadměrného zatěžování nadváhou i poruchami orgánů prakticky celého těla vedoucími k zpackanému životu v dospělosti, k invaliditě a často k předčasnému úmrtí. Přitom stačí udělat často jen „tak málo“ nebo pro někoho „tak moc“ a předejít tomu.

Především si musíme uvědomit, že každé dítě je vedeno svými dospělými předky, kteří musí nutně dítě vést ke správnému stravování a dostatku pohybu. Děti se na

>>>

rozdíl od některých dospělých hýbou rády, jen je třeba jim to umožnit. Podávání stravy od co nejdříve doby kojení po narození, přes stravu bohatou na bílkoviny dle správného poměru hlavních živin – bílkovin, cukrů a tuků v dětském věku – poměr se liší podle věku dítěte. Nadměrný přísun cukru nemusí být jen v pamlscích, ale v přílišném slazení tekutin od čaje přes různé přeslazené limonády, džusy, kofoly, apod. Samozřejmě ke správnému stravování patří i příjem vitamínů a dalších látek pomáhajících při ochraně proti nemocem. Denní rozdělení stravy do menších dávek je nejčastěji 5x denně pro prevenci obezity nezbytné.

V naší léčebně se zabýváme léčbou obézních dětí již několik let s různými výsledky. Nepříznivě působí pobyt doma po návratu z léčebny. Ještě se nám nestalo, aby se dítě po roce vrátilo k opakovanému pobytu a minimálně si udrželo váhu odpovídající věku při předcházejícím propuštění. Přes osvětlu rodičů a příbuzných, se kterými přicházíme do kontaktu, jsou tito doma „příliš hodní“ na to, aby nechali dítě se „trápit“ nebo mají na starost důležitější věci než zdraví svého dítěte. Naopak často se u nás během pobytu setkáváme s porozuměním samotných pacientů a s váhovými úbytky u všech obézních od několika kilogramů až po rekordmanky s úbytkem váhy i okolo 10 kg.

Délku pobytu v léčebně se snažíme udržet na osmi týdnech, což je maximum tolerované zdravotními pojišťovnami, přičemž sami bychom považovali za optimální až tříměsíční pobyt nebo opakování pobytu

dvakrát ročně. U mnoha pacientů dochází po návratu domů k původním zvyklostem i proto, že se jim rodina dostatečně nevěnuje v podpoře návyků, které si v léčebně osvojili. Máme zkušenosti, že naprostá většina dětí nové stravovací návyky bez námitek a odporu dodržuje a s chutí poznává něco nového, což je pro děti typické.

Pro konkrétní dokumentaci uvádíme našeho „rekordmana“ ve věku mladšího dorostence, který absolvoval pobyt, při němž dokázal zhubnout během 3 měsíců ze 162 kg na 146 kg – tedy přesně 16 kg. Po roce od propuštění při opětovném přijetí a zvažení na stejné váze dosáhl váhy 170 kg – tedy přírůstek 24 kg. Navíc je nově v dispenzární péči kardiologa pro problémy s krevním tlakem.

Pobyt v léčebně je založen na racionální stravě, pohybu a léčebné tělesné výchově, dále školní výuce, pravidelném denním režimu a kontrole příjmu potravy i psychologickému působení personálu. Dietní jídelní lístek je dostatečně pestrý, viz níže, pohybové aktivity prakticky normální jako v běžném životě. Velkou výhodou je, že v obci není prodejna potravin, což znemožňuje „nelegální“ příjem sladkostí. Stravování je 5x – 6x denně, nejsou povoleny přídavky. Dávky potravin jsou vypočítány dietní sestrou přesně dle tabulek. Nikdo z pacientů si zatím nestěžoval kvůli nedostatku jídla, zejména pro účast na dalších aktivitách v kolektivu nemají děti čas myslet na plný žaludek. Pravidelné vážení a sledování hodnoty BMI, která neobjektivněji zhodnocuje ze-

jména u větších dětí správný tabulkový poměr tělesné váhy a výšky vzhledem k věku dítěte, odchylky od normy a odstraňování těchto odchylek korekcemi během pobytu.

Pohybová aktivita není nadměrná, ale přiměřená věku. Kromě obecných provádíme i některé rehabilitační procedury specifické pro pacienty s obezitou, protože hlavní náplní činnosti naší léčebny je léčba pacientů s opakovanými a chronickými nemocemi dýchacích cest, u nichž jsou kromě obecných procedur i procedury specifické pro tuto onemocnění.

Souhrnem můžeme uvést, že největším problémem dlouhodobého efektu naší léčby není nic, co by nebylo řešitelné v domácích podmínkách. Je třeba jen navázat na režim v léčebně, dítě podporovat za samostatnou aktivitu a dostatečně chválit, nechat ho sportovat nebo alespoň cvičit ve škole a mít program, aby co nejméně vysedávalo doma.

Vhodné je pravidelné vážení alespoň 1x týdně, kontrola využití kapesného a po roce pobyt u nás zopakovat, abychom dětem obcerstvlili zapomenuté věci ze životosprávy a nabudili do další fáze hubnutí.

RODIČE UVĚDOMTE SI PROSÍM, ŽE HLAVNÍ TÍHA TRVALÉHO ÚČINKU LÉČBY A PŘEDEJITÍ MNOHA ZDRAVOTNÍCH POTÍŽÍ V CELÉM DALŠÍM ŽIVOTĚ VAŠEHO DÍTĚTE JE VE VAŠICH RUKOU.

*MUDr. Jiří Lázníčka,
lékař DOL Bukovany* ■



Z ČINNOSTI OS ČČK

Uklidili jsme město a posnídali férově!

Každý z nás se snaží o návrat k normálnímu životu, k takovému, který byl pro nás před pandemií samozřejmostí. Snažíme se využít každé možnosti, a když u toho můžeme být užiteční, o to je to lepší. Dvě takové příležitosti nám poskytlo Zdravé město Valašské Klobouky a naše MS ČČK Valašské Klobouky bylo u toho.

První akcí byla Férová snídaně. Druhá květnová sobota v posledních letech patřovala ve Valašských Kloboukách i v dalších městech České republiky Férové snídani. Akce na podporu spravedlivého obchodu a lokálních producentů měla loni nucenou covidovou pauzu, ale letos se vrátila v pozměněné podobě. V souladu s protiepidemickými nařízeními jsme nesnídali ve větším společenství, ale piknik si mohly uspořádat rodiny a nejbližší. My jsme posnídali v nádherné lokalitě Chráněné pří-

rodní rezervace Dobšena, na Návojských lůkách, ale i doma na zahradě. Piknikovali jsme na podporu pěstitelů ve světě, proto jsme si na snídani vzali s sebou fairtradové a lokální dobroty.



O týden později jsme opět vyrazili do přírody, tentokrát vyzbrojeni tak, abychom mohli bojovat s odpady, protože naše krásná krajina si s příchodem jara zaslouží očistu od nepořádku. Přidali jsme se k dobrovolnické akci Uklidme Valašské Klobouky, jelikož je pro nás samozřejmostí věnovat kousek svého volného času a třeba jen při procházce posbírat pár odpadků.

*Eva Fialová,
MS ČČK Valašské Klobouky* ■

M-72: Projekt, o kterém se hodně mluvilo

Asi jste zaznamenali, že na přelomu zimy a jara se ve veřejném prostoru hodně skloňovalo označení M-72, a to v souvislosti právě s námi. Na první pohled trochu technické označení může svádět k představě, že jde o nový typ obvazu nebo naopak o nějakou historickou zkratku. Protože šlo o opravdu rozsáhlý projekt ČČK, dovolím si popsat jeho základní fungování, přesah do dalších činností a také výhled do budoucnosti.

Cílem M-72 bylo pomoci nemocnicím, kterým v době vrcholící epidemie Covid-19 docházel personál schopný zajišťovat základní péči o pacienty na tzv. covidových lůžkách. Již od října 2020 jsme systematicky a celorepublikově školili dobrovolníky z řad veřejnosti, aby se mohli postarat o své blízké upoutané na lůžku, ale také o klienty pobytových zařízení nebo pacienty v nemocnicích. Netušili jsme, že za pár měsíců se právě tito dobrovolníci stanou společně s našimi členy hlavní silou, kterou vyšleme do nemocnic.

Byl to právě kurz ZMO (Základy moderního ošetrovatelství), který dal lidem základní znalosti a dovednosti. Do nemocnic jsme proto v rámci týmů mohli vyslat 388 dobrovolníků a další stovky byly připraveny v záloze. Avšak to samo o sobě nestačilo.

Nemocnice, které se od 14. února 2021 začaly o pomoc hlásit, byly rozprostřeny po celé republice, a proto jsme museli do naší nabízené pomoci zahrnout důležitý prvek - mobilitu (proto také písmeno "M"). V tu chvíli přišla ke slovu naše dlouhodobě podporovaná spolupráce s HZS, který zajistil většinu z 215 jízď a z 32.193 km. Na dru-

hou stranu i zde jsme narazili na hranice možností, a proto jsme do rozvozu dobrovolníků zapojili i car-sharingovou studentskou firmu Uniqway.

A co se týká samotné práce v nemocnicích? Představit si to můžete jednoduše tak, že každý třetí den vyrazilo z různých měst do 11 nemocnic a na 13 oddělení až 100 dobrovolníků rozdělených většinou do týmů (vedoucí plus tři), aby v nemocnici zajistili základní péči u lůžka (podobné práci sanitářů) v denní i noční směně (tedy nepřetržitý provoz), a to celkem po dobu 72 hodin. A za tři dny se tyto týmy vystřídalily s novými týmy. Je dobré zdůraznit, že dobrovolníci fungovali výhradně jako týmy, nikoliv jako jednotlivci, v tom byla hlavní přidaná hodnota pro nemocnice. Takto projekt M-72 běžel 75 dní bez přestávk.

vyžadoval otevřít "personální oddělení" (v budoucnu nám práci usnadní aplikace Sinch), protože komunikace s necelými čtyřmi sty dobrovolníky byla klíčová, stejně tak jako poskytování psychické podpory před a po každém proběhlém turnusu (pravidelný online debriefing).

Jsem hrdý na to, kolik oblastních spolků (více jak 20) a jednotlivců se zapojilo a že já i mí kolegové z Ústředního krizového týmu jsme se vždy setkali se vstřícností a pomocí u všech, které jsme při koordinaci potřebovali oslovit.

Znamená to, že projekt M-72 skončil? Formálně ano, a to k 30.4.2021, nicméně projekt neusnul, Nesmíme totiž podcenit přípravu na podzim (kdyby se situace opět zhoršila), a proto i přes léto budeme pracovat na vylepšení projektu, a tak se s některými z vás při mých cestách po regio-



A aby vše fungovalo, museli jsme také zřídit funkční štáb a dispečink, který po celou dobu nad všemi těmito procesy bděl a řešil v režimu 24/7 každý jednotlivý problém, který se objevil. Projekt také

nech určitě rád potkám a uvítám každou iniciativu a nápad, jak ve vašem regionu projekt M-72 vylepšit.

*Ing. Richard Smejkal,
Ph.D., velitel ÚKT ČČK* ■

Noc s Andersenem

Noc s Andersenem se uskutečnila v Novosedlicích poněkud v jiném duchu, než jak jsme zvyklí. Tento rok pod názvem „Pohádková procházka s Andersenem“.

Pomocí čerstvého vzduchu a moderní techniky jsme mohli "vytáhnout" rodiny a děti na krátkou procházku s trochou zábavy a poznání pohádkového světa.

Vše začínalo na startu, kde se mohli účastníci přihlásit pomocí QR kódu nebo webových stránek na formulář. Na samotné cestě pak čekalo účastníky 15 pohádkových otázek. Po odeslání formuláře následně čekala na děti odměna s certifikátem o absolvování této soutěže. Vše se konalo za přísných

hygienických opatřeních a v souladu s vládními restrikcemi. Dohromady si odměnu na našem výdejním okénku vyzvedlo 60 dětí.

Děkujeme tímto Obci Novosedlice za pomoc s realizací, kulturně-sportovní komisi a všem, kteří nám pomohli.

Jiří Herlitze, předseda MS ČČK NDP ■



HON NA ČARODĚJNICE

30. dubna a 1. května proběhla na Teplicku soutěž „Hon na čarodějnice“, které se dohromady zúčastnilo 423 dětí.

V Proboštově probíhala soutěž 30.4. od 12 do 19 hodin. Start byl u rybníku Jaroslav v Proboštově. Zde se děti zaregistrovaly do soutěže a absolvovaly 2 kilometry dlouhou trasu se dvanácti otázkami. Celá soutěž končila u výdejního okénka MS ČČK Novosedlice Dubí Proboštov, kde si děti pře-



vezly odměnu a průkaz lovce čarodějnic za absolvování této stezky. Akce se za celý den zúčastnilo 253 dětí. Celá soutěž probíhala v rámci všech vládních nařízení.

1.5. se tato akce uskutečnila pro město Hrob a obec Háj u Duchcova. Začátek trasy byl u hasičů v Hrobu a trasa, která končila u hasičů v Háji u Duchcova měla 4 kilometry. Na děti zde čekala navíc doplňková soutěž. Dohromady zde bylo 22 otázek. Děti, které se zúčastnily získaly stejně jako v Novosedlicích balíček plný dobrot. Soutěže se zde zúčastnilo 170 dětí.

Obě akce provázela také výstava 12 čarodějnic, které vyrobila místní podnikatelka z Novosedlic Květa Hájková.

Děkujeme všem dobrovolníkům, kteří na soutěži pomáhali a kteří jakkoliv přispěli k její realizaci. Soutěž realizovaly MS ČČK Novosedlice Dubí Proboštov a MS ČČK Hrob Osek Háj ve spolupráci s obcí Novosedlice, městem Hrob, obcí Háj u Duchcova, hasiči Hrob, hasiči Háj u Duchcova, kulturně-sportovní komise Novosedlice a kulturní komise Háj u Duchcova.



Soutěž podpořili – KOLOSHOP, BONEKA, NADAČNÍ FOND ALBERT, ALBERT ČESKÁ REPUBLIKA, OBEC NOVOSEDLICE, MĚSTO DUBÍ, MĚSTO HROB A OBEC HÁJ U DUCHCOVA

MS ČČK NDP Jiří Herlitzke a MS ČČK HOH David Kašpar ■

Velikonoce v Azylovém zařízení OS ČČK Zlín

Dne 1. 4. 2021 se v prostorách Azylovém zařízení, jenž zahrnuje tři služby, kterými jsou Noclehárna, Azylový dům a Nízkoprahové denní centrum, konal velikonoční den pro osoby bez přístřeší. Pracovníci Azylového zařízení pro uživatele přichystali veškerý výtvarný materiál a pomůcky, potřebné k vytváření velikonočních dekorací. Uživatelé Nízkoprahového denního centra měli možnost v době od 9-11 hod a poté od 13-15 hod navštívit prostory Nízkoprahového denního centra a vyrobit si zde svou vlastní dekoraci. Také pro uživatele Azylového domu byl ve společenské místnosti poskytnut plně vybavený stůl, kde si mohli své dekorace po celý den vyrábět. Uživatelé obou služeb měli k dispozici velikonoční šablony, barevné a krepové papíry, špejle, tempery, voskovky, fixy, štetce, tvrdé papíry, kartony a spoustu dalších pomůcek k náležité výrobě ozdob. A protože barvení vajíček je velikonoční tradicí, tak ani tahle činnost neminula naše uživatele a společně s pracovníky Azylového zaříze-



ní se podíleli na barvení vajíček, které se poté krátce zařadili k velikonoční výzdobě prostor Azylového zařízení a následně si na nich mohli pochutnat všichni uživatelé našich služeb. Pro všechny uživatele byly zároveň připraveny velikonoční balíčky plné sladkých i slaných lahůdek, které našemu zařízení poskytla Potravinová banka



ve Zlínském kraji, z. s. Uživatelé ve svých balíčcích mohli nalézt například oblíbené sušenky Oreo, Kinder čokoládové bonbony, masové paštiky, tyčinky, bonbony, osvěžující ovocné nápoje a mnoho dalších dobrot. Celkem pracovníci Azylového zařízení rozdali 30 kusů velikonočních balíčků, které vykouzlily úsměv na tváři obdarovaným. Závěrem bychom ještě jednou chtěli poděkovat za pomoc Potravinové bance

Zlínského kraje z. s., díky níž jsme mohli rozdávat radost a zpříjemnit prožití velikonočních svátků také lidem bez přístřeší.

Bc. Simona Mokořová,

Mgr. Pavlína Štachová,

Azylové zařízení OS ČČK Zlín ■

Činnost „šatníku“ v 1. čtvrtletí 2021

Náš spolek se snaží být prospěšný všem. V rámci svých aktivit poskytujeme osobám, které to opravdu potřebují a jsou v sociální tísní, nejen ošacení a obuv, ale i další drobné nezbytné věci do domácnosti. Vše pochází z darů na-



šich spoluobčanů. Za 1. čtvrtletí tohoto roku poskytovanou službu využilo téměř 800 klientů. Postupně rok od roku stoupá počet osob, kterým je potřeba v jejich tíživé životní situaci pomáhat.

Věra Sládková, DiS.,

ředitelka Ú OS ČČK Karlovy Vary ■

Dobrovolní hasiči z Velké Bíteše v sobotu pekli pro novoměstské zdravotníky štrůdly proti covidu

Dobrovolní hasiči z Velké Bíteše na Žďársku společně se členkami Českého červeného kříže z Velkého Meziříčí pro novoměstské zdravotníky v sobotu 20. března dopoledne pekli „štrůdly proti covidu“. S nápadem přišel organizační referent Sboru dobrovolných hasičů Velká Bíteš David Dvořáček, který sám pracuje jako záchranář-specialista ZZS Pardubického kraje, výjezdová základna Skuteč.

„Jako dobrovolní hasiči jsme se zapojili do zvládání následků pandemie covid-19. Ne každý má v současné době možnost nastoupit na výpomoc do nemocnic, kde je nyní situace více než kritická. Napadlo nás, že bychom doma upekli pár nohavic závinu a o víkend je do Nového Města přivezli. Touto cestou jsme chtěli vyjádřit

podporu a uznání všem, kteří pomáhají současnou situaci v ČR zvládnout,“ říká David Dvořáček.

Dobrovolní pekaři nakonec připravili balíčky se slaným a sladkým závinem, kávou nebo čajem a tabulkou čokolády.



Kromě štrůdlů to byly i dorty, svatební koláčky a bábovky. Celkem z Velké Bíteše a Velkého Meziříčí dobrovolní hasiči a zástupci Českého červeného kříže přivezli 10 krabic plných dobrot. Radost udělali zdravotníkům z celého interního oddělení, neurologie, gynekologicko-porodnického oddělení, dětského oddělení a na Urgentním příjmu.

*Mgr. Tamara Pecková Homolová,
tisková mluvčí Nemocnice
Nové Město na Moravě* ■

Sbírka potravin

Třetí sobotu v dubnu se karlovarský Červený kříž zúčastnil potravinové sbírky pro Karlovarský kraj, která byla organizována Potravinovou bankou. Mottem akce bylo „Sbírka potravin je dnem solidarity, při kterém může každý pomoci

tím nejjednodušším způsobem, darem trvanlivých potravin a drogerie.“ Jsme rádi, že i my jsme mohli přispět nákupem tohoto zboží, které o něco ulehčí zátěž, kterou sociálně znevýhodněné rodiny nesou.

*Věra Sládková, DiS.,
ředitelka Ú OS ČČK Karlovy Vary* ■



ČČK Zlín má svého anděla

Ředitelka Úřadu Oblastního spolku ČČK Zlín Mgr. Michaela Stýblová získala ocenění Zlínský anděl. Rada města Zlína uděluje každým rokem ocenění Zlínský anděl. Za rok 2020 ocenila 4 pracovníky v sociálních službách. Jednou z oceněných je i ředitelka ÚOS ČČK Zlín Mgr.

Michaela Stýblová. Navržena byla přímo pracovníky sociálního odboru Magistrátu města Zlína. Jakýkoliv požadavek na zajištění péče o klienty pro ni není nikdy problém, ať už se jedná o člověka nemožícího bez přístřeší nebo osamocenému seniora bez péče. Po vypuknutí pandemie

Covid-19 byla nápomocna Odboru sociálních věcí MMZ a do terénu okamžitě poskytla první dobrovolníky. Sama byla v tzv. první linii a zároveň koordinátorkou pomoci.

K udělenému ocenění jí gratulujeme.

*Anna Vaňáková,
předsedkyně OVR OS ČČK Zlín* ■