

2017 | MAGAZÍN ZDRAVOTNÍHO KLAUNA



Humorin

VELKÁ VIZITA

trochu jinak

RECEPT

ROMAN VANĚK
A JESTRA SVÍČKOVÁ

KLAUN

jako antropologická konstanta

KONÍČEK A POVOLÁNÍ JMÉNEM
NEMOCNICE

PSYCHOLOŽKA RADÍ
s přípravou na hospitalizaci

ONDŘEJ KLÍČ

„Pořád potřebuju, aby mě
někde něco tlačilo.“

HRA

na noční stolek
bludiště a hádanky





87
profesionálně
vyškolených
Zdravotních
klaunů

70
zdravotnických
zařízení

...
protože smích
pomáhá

Slovo úvodem



Vážené čtenářky a vážení čtenáři,

připravili jsme pro vás druhé číslo časopisu Zdravotních klaunů, v němž jsme oproti premiérovému číslu udělali pár změn. Nejvýraznější změnou je rozšíření obsahu určeného přímo dětem – čtyři stránky plné her, kvízů a zábavy. Účel a zaměření časopisu ale zůstává stále stejné: zkrátit vám dlouhou chvíli ve zdravotnických zařízeních a čekárnách, ale i doma, ať jste zdraví, nebo nemocní. A nejen zkrátit dlouhou chvíli, ale také nabídnout smysluplné a inspirativní čtení o zdraví, zdravotnictví a radosti ze života.

Kromě příběhu rodiny Hladíkových a rozhovoru s klaunem Ondřejem Klíčem vám nabídneme neotřelý pohled na nemocnice jako místa, která některé z nás inspirují k výběru povolání a mění náš pohled na život. A ponoukneme-li je, vyjevují nám také svůj skrytý komický potenciál.

Přejme si, abychom se na cokoli dokázali dívat s pochopením, nadějí a humorem – i sami na sebe. Tak jako to už šestnáctým rokem dělají Zdravotní klauni.

Kateřina Slámová Kubešová

ředitelka organizace Zdravotní klaun

Redakce

Lukáš Houdek
Kateřina Procházková
Klára Palečková

Grafika a sazba

Adéla Drgová

Fotografie

Martin Menšík
David Ševčík
Richard Fiala

Korektury

Jindřich Sláma

Vydavatel

Zdravotní klaun, o.p.s.
Hájkova 22, 130 00 Praha 3
IČ: 26547953

Číslo 3/2017

Registrace: MK ČR E 20587
Vychází: červenec 2017


Tisk zajišťuje

Česká mailingová společnost, s.r.o.
Masarykova 73/74
252 19 Rudná

Kontakt

Telefon: +420 222 713 416
E-mail: usmev@zdravotni-klaun.cz

 /zdravotniklaun

 /zdravotniklaunvideo

www.zdravotniklaun.cz

Obsah

- 4** **Nemocnice**
Kdo sem chodí do práce?
- 6** **Rozhovor**
Zdravotní klaun a vysokoškolský pedagog
Ondřej Klíč
- 10** **Móda**
Co se nejvíc hodí k červenému nosu
- 12** **Reportáž**
Klaunům v patách při velké vizitě
- 17** **Průvodce**
Jak se zbavit strachu z bílého pláště
- 18** **Hra**
Stolní hra do nemocnice i domů
- 20** **Příběh**
Radosti a strasti rodiny s nemocnými dětmi
- 26** **Recept**
Svíčkovou podle Romana Vaňka doporučuje
sestra Svíčková
- 28** **Povídka**
O zrcadle a o tom, kdo je ze všech
nejpomalejší
- 29** **Hudba**
Hiphopové okénko doktora Ucíka
- 30** **Věda**
Klauni očima antropologů
- 32** **Hřiště**
Dvoustrana bludišť, hlavolamů a hádanek

Jak se STÁT...

text a rozhovory: **Ivan Motyka, Klára Palečková** | foto: **Richard Fiala**

Když mluvíme o nemocnici, většinou nám vytane na mysl něco nepříjemného. Zdravotnická zařízení ale nejsou jen střediska nepříjemností a obav. Jsou to fascinující komplexy, kde je vše podřízeno jedinému cíli: zvítězit v boji nad chorobou. Pracují v nich odborníci, které toto prostředí oslovilo a kteří v jeho fungování vidí hluboký smysl. Podívejme se tedy chvíli na nemocnici očima těch, kteří sem chodí často a rádi – chodí sem totiž do práce. Co je k jejich volbě vedlo? A co když se stejné nadšení právě probouzí u některého z dnešních malých pacientů?

Čím jste chtěla být v dětství?

Sestřičkou. Nejdříve jsem navštěvovala kroužek „Mladý zdravotník“, který jsem později i vedla. Pak jsem začala jezdit jako zdravotník na tábory, a tím pádem byla volba jasná. Mým snem bylo být sestrou na dětském oddělení a pomáhat dětem. Po čtyřletém maturitním studiu jsem si při zaměstnání nejprve dodělala specializaci jako dětská sestra a následně intenzivní péči v pediatrii.

Jak jste se dostala na neurochirurgii?

Těsně po škole za mnou přišla kamarádka, že na neurochirurgii v Motole hledají sestry. Přijela jsem se podívat a už jsem tu zůstala. Tehdy to byla moje první návštěva na pracovišti a problematika oddělení mě nadchla. Ani po dvaceti letech bych neměnila.

Čím jste chtěl být v dětství?

Asi jsem vždycky chtěl být doktorem, už jako malý. Možná i astronautem nebo pilotem, ale nakonec zvítězila doktořina. V tomto směru mě ovlivnili tři lidé. Prvním byl děda, který se během své nemoci dostal prakticky do všech pražských nemocnic, kam jsem ho chodil navštěvovat. To prostředí se mi zalíbilo, všechen ten šrumeček, pacienti a sestřičky... Druhým je můj táta, za kterým jsem coby za praktickým lékařem chodil do služby. A třetím je profesor Novák, bývalý přednosta chirurgie na Bulovce, rodinný známý. Byl to starší pán se širokým rozhledem a vždycky jsem si říkal, že bych chtěl být doktorem jako on. Teď jsem doktorem už třináct let a celou tu dobu s výjimkou několika stáží pracuji na motolské pediatrii.

Jaká cesta vedla k vaší současné profesi?

Nejdřív člověk musí vědět, že to chce. Pak musí absolvovat studium, které je sice náročné, ale užil jsem si tam i spoustu legrace. Pak už to záleží jen na cílevědomosti. Když člověk chce a jde si za tím, tak to dopadne. Chodil jsem na 3. lékařskou fakultu, ale od začátku jsem inklinoval k dětské medicíně, což na naší fakultě moc nebylo. Ale zase to byla menší fakulta, měl jsem tam hodně kamarádů, chodil jsem tam rád a někdy mi ta studijní léta chybí.

Proč zrovna pediatrie?

Děti mám rád a dost si s nimi rozumím. Už jako student jsem jezdil na tábory jako vedoucí. První měsíc v Motole jsem strávil tím, že jsem s dětmi hrál karty, až mi to sestry rozmluvily, a musel jsem přejít z role táborového vedoucího do role lékaře. Nemám problém najít s dětmi společnou řeč. Možná jsem trochu dětinský (směje se).

Jak byste popsal svou práci?

Je náročná a zabere spoustu času. Noční služby vám rozhodí životní rytmus, takže jste druhý den hůře použitelný. Myslíte si, že na pediatrii pracujete s dětmi, ale vlastně pracujete s celou rodinou. Dítě je středobod a vy musíte pracovat komplexně se všemi rodinnými příslušníky. Někdy je to komunikačně náročné, což nás během studia moc neučili – jak sdělovat špatné zprávy celé rodině nebo jak správně komunikovat. V tomto má české zdravotnictví největší rezervy. Po odborné stránce a v oblasti přístrojového vybavení je to v pořádku, ale tyto věci by se člověk měl učit, protože to je to důležité, co pacient vnímá nejvíc.

Jak byste popsal svůj pracovní den?

Každý den začíná ranním hlášením, při němž se sejde celý kolektiv. Probírají se noví pacienti, přijatí předchozí den a noc, a záležitosti nadcházejícího dne. Někdy následuje odborný seminář, vizita či ambulance, přes den probíhají další vizity a konzília na jiných odděleních. Program se každý den trochu liší. Takhle to jde do čtyř hodin, kdy pracovní doba končí. Někdy mám ale službu, což mi docela vyhovuje. Mám totiž na starosti celou kliniku, takže se setkávám s různými nečekanými událostmi.

Čím byste chtěl být, kdybyste nebyl lékařem?

Chtěl bych být třeba hercem, to se mi líbí. Nebo možná vědcem mimo medicínské obory. Nebo spisovatelem či hudebním skladatelem, to jsou hezká povolání. Ale myslím si, že já jsem tak postavený, že jsem na tu medicínu musel jít.

... LÉKAŘEM?

MUDR.
JAKUB ZIEG
lékař na Pediatrické klinice
FN Motol v Praze





**IVANA
VARVAŘOVSKÁ**
staniční sestra dětské
části Neurochirurgické
kliniky dětí a dospělých
FN Motol v Praze

... SESTROU?

Jak byste popsala svou práci?

Spadá pod mě celá problematika dětské části, tedy příjmy pacientů, obložnost lůžek, zajišťování materiálu, rozdělování směn sestřičkám. Ráno si od sestřiček převezmu hlášení o pacientech, poptám se, jak se mají, kdo přibyl nový. Pak je čas na ranní hlášení společně s lékaři, poté vesměs objednávat materiál, léky a vše potřebné. Každý den je jiný, dopředu nikdy nic nevíte. Abych nedělala jen administrativu, beru si občas služby jako sestřička u lůžka. Neztrácím pak s touhle prací kontakt a udržuji si znalosti nejen teoretické, ale i praktické. V naší práci jde hlavně o jednání s lidmi – jak s dětmi, tak s jejich doprovodem. Rodiče jsou ve stresu, mají nemocné děti a tady se na ně vyčrlí mnoho informací. Občas jsme pro rodiče, kteří mají nějaký problém a potřebují vyslechnout a podat pomocnou ruku, takový hromosvod.

Čím byste chtěla být, kdybyste nebyla zdravotní sestrou?

Já jsem skutečně o jiné volbě nepřemýšlela. Nic jiného bych dělat nechtěla a vlastně ani nic jiného neumím. Proto si beru i služby – protože mě to baví. Práce je rozmanitá, každý den je jiný. Nikdy nevíte, jakou situaci bude potřeba řešit. Je to adrenalin.



**MIROSLAVA
ZEZULOVÁ**
herečka, pedagožka,
Zdravotní klaunka

Čím jste chtěla být v dětství?

Nejdříve baletkou, což se mi částečně splnilo. Pak samozřejmě učitelkou, doktorkou a taky pracovnící v zoo, která se stará o zvířata.

Kdy a jak vás napadlo stát se Zdravotní klaunkou?

Právě že nikdy. Přes tancování a pantomimu jsem se dostala k divadlu a jednou mi zavolal manžel kolegyně a kamarádky z divadla – dnes už kolega a kamarád Honza Hrubec – a oznámil mi, že mě přihlásil do konkurzu. Domluvili se prý se ženou, že bych se na to hodila. Já do té doby vůbec netušila, že nějaký Zdravotní klaun je.

Jaká byla další cesta?

Na konkurz jsem šla, aniž bych tušila, co mě tam čeká. A konkurz byl náročný, neskutečně zajímavý a objevný a nesmírně mě překvapil. Tam jsem si uvědomila, jak je důležité být sama sebou. Nebylo ani tak důležité, co mám za sebou, ale jestli se dovedu vcítit do situace, zda umím zareagovat a jsem schopná improvizovat. Vlastně jsem se tam dozvěděla i něco nového o sobě. A učím se stále dál na workshopech, které mi přinášejí nové dovednosti a za které jsem vděčná.

Jak byste popsala svou práci?

Zdravotní klaunkou jsem od roku 2009 a má práce mě doteď překvapuje – úplně vším. Každý okamžik je jiný. Stále se divím, kam až se dostaneme, co je ještě možné vymyslet. Nejenže mě něčím překvapí kolega, často překvapím i sama sebe. Navíc jsem nikdy nepoznala takovou spoustu šikovných, zábavných a vtipných, ale hlavně chytrých lidí. Říká se, že rozesmát a pobavit děti je snadné, ale je to právě naopak. Dítě je velký kritik a svojí okamžitou reakcí dá najevo zájem, či nezájem. Chce to nejen umět improvizovat, ale mít i pěvecké a pohybové vloh, empatii... Je to hodně věcí dohromady a těžko se to dá popsat. Většina z nás má další práci, většinou v divadlech nebo jako pedagogové. Ale když se ráno probudím a vím, že mě čeká klauniáda, vstává se mi jinak. Těším se. Víím, kam půjdu a s kým, a vždycky je to trochu jiné. Nejen kolegové, ale navštívím jiné děti než minule, takže jsem vždycky rozechvělá, co mě čeká. A strašně se na to těším, že zažiju něco jiného a pěkného. Když se převlékneme do kostýmu, nasadíme si nos a vyrážíme na oddělení... Chodíme po pokojích a klauniáda je z velké míry improvizace, nechystáme si nic dopředu, nic nezkušíme. Všechno se to odehraje tady a teď.

Čím byste chtěla být, kdybyste nebyla Zdravotní klaunkou?

Před taneční konzervatoří jsem vystudovala aranžérskou školu a nastavbu reklamní grafik, takže ráda kreslím. Kdybych tedy nebyla klaunkou, asi bych hrála v divadle, kde hraju už 25 let, učila bych děti tanec a k tomu asi to kreslení. Zdravotní klaun to ale asi všechno převálcoval. Všechno ostatní je hrozně pěkné a zajímavé, ale Zdravotní klaun je pro mě to pravé.

... KLAUNKOU?

ONDŘEJ KLÍČ

„PORÁD POTŘEBUJU, ABY MĚ NĚKDE NĚCO TLAČILO...“

Rozhovor o výhodách a nevýhodách nosu
a o tom, jaké to je, žít klaunský život.

Ondřej Klíč je Zdravotní klaun, herec, pedagog a hudebník. Jako klauna ho můžete potkat nejen v nemocnicích, ale třeba také v Divadle Bolka Polívky. Na brněnské JAMU učí tvorbu scénáře a Divadlo fórum a vede dramaturgicko-divadelní seminář. Se ženou, dvěma dětmi a svým klaunským alter egem Břetislavem Křečkem žije v Blansku.

ptal se: Lukáš Houdek | foto: Martin Menšík, Jiří Salík Sláma



Jak bys definoval klauna?

Můžu ze široka? Nevnímám ho úplně jako postavu. Klaun je podle mě stav, do kterého se člověk dostane, a v tom stavu je schopen vidět v jakékoliv věci nebo v jakékoliv situaci nějaká okna nebo prostor, jak ukázat na její směšnost a komičnost. To je pro mě klaun – člověk nebo bytost nebo stav, do kterého se dostaneš, abys viděl věc z více úhlů a dokázal poukázat na její komičnost, anebo někdy možná i na hloubku.

Nejsou potom zbytečné ty vnější atributy?

Kostým a takhle? Kostým pomáhá upozornit, že bude něco jinak, že se bude pracovat klaunsky. Kostým je podle mě vstupenka, uzavření smlouvy s publikem a divákem, že teď se bude hrát a bude se existovat takhle, klaunsky. A zároveň samozřejmě někdy kostým může být vtipný, může pomoci. Je to upřesnění žánru, v jakém se potkáme.

Jaká cesta vede ke klaunovi? Jak se klaun v člověku narodí?

Pro klid člověka, který chce dělat klauna, je dobré si uvědomit, že to je proces dlouhodobý. Že to může trvat několik let, než zažije klid v klaunování. Pak máš pocit, že máš tolik zachytných bodů, že už nemusíš trpět trémou nebo pochybnostmi. Možností, jak tu cestu začít, je několik. Jedna je od vnějších věcí. Najdeš si pár vnějších znaků – v řeči, v chůzi, možná

i ten kostým –, které ti pomáhají k tomu, že se začneš cítit dobře. Mně třeba hodně pomáhala změna řeči, že jsem si udělal předkus nebo šišlání, a to mně rozlilo po těle ten pocit klaunství. Pak od té vnější věci jdeš hloub a hloub a ten stav se ti navozuje snáz. Pak také sledování svých vlastních nedostatků nebo nedokonalostí, jejich zveličování a užívání si jich. Máš radost, že pro klaunskou práci máš dostatek nedostatků, abys měl dostatek problémů, které musíš řešit.

„PRO KLAUNSKOU PRÁCI POTŘEBUJĚŠ DOSTATEK NEDOSTATKŮ.“

Jaké jsou tvoje osobní nedostatky, jejichž dostatek si užíváš?

I když to tak nevypadá, jsem trochu puntičkář. Chci mít věci brzy hotové. Když se začne něco dělat, tak už chci rychle vidět výsledek, což se samozřejmě nedaří, protože existuje hodně překážek, a to mě rozčiluje. Netrpělivost přináší právě tahle úskalí a můžu si s ní hrát. Když jsem klaun, který je ve dvojici šéfem, tak je tam jakási panovačnost a touha mít věci pod kontrolou. A když jsem ten hloupý klaun, august, tak mám opravdu dlouhý čas, než věci pochopím. Něco se řekne a mně trvá dlouho, než mi všechny neurony spojí, o co v té situaci jde. Mám také vášeň pro anarchii pod dohledem, pro vzpouru – touhu bouřit se proti autoritě, ale zároveň, když ta autorita houkne, se schoulit do koutku a dál nebojovat a počkat si zase, až vznikne prostor.

„MÁM VÁŠEŇ PRO ANARCHII POD DOHLEDEM.“

ONDŘEJ



KLÍČ



HEREC



KLAUN

Jaký máš vztah k problémům v civilním a v klaunském životě?

V civilním životě mě strašně štvou. Možná jsem to zdědil po babičce, která mi vždycky vypráví, kolik bylo na statku práce. Měla na den rozplánovaných deset věcí, které potřebovala stihnout, a ve chvíli, kdy se zlomila motyka nebo byla tupá pila nebo se šprajcla kráva ve vchodě, ji to strašně vytáčelo. Když narazíš na problém v životě, začneš být netrpělivý a už ho chceš mít za sebou. Tím, jak ho chceš zahodit, tak spískáš nějakou věc, něco rozbiješ... Mně se to skutečně děje v životě, jak ty problémy chci řešit rychle, tak kupím další a další, až se to nabalí, že buď vybuchnu, nebo to musím začít rozmotávat. Naopak v klaunovi si někdy říkám, jestli těch problémů není málo, protože jako klaun problémy vítám. Ale pak se vždycky uklidním tím, že když budu jenom pozorovat věci, vždycky se najde něco, co může být problém. Tam zase mám detektivní touhu problémy najít a poznat a dávám si na ně čas.

Objevíš někdy v civilním životě problém, který tě rozčílí, a zároveň si řekneš...

... to by se mi hodilo do klauna? To je pro mě úlevné. Od té doby, co klauna dělám, si vždycky, když narazím na problém, říkám: Hele, nehodilo by se tohle do divadla? Nehodilo by se to do klaunování? Tohle je fakt natolik komplikovaný, že bych chtěl, aby se to někde zahrálo... A nemusel bych to vymyslet, protože to přišlo samo. My s Míšou Chovancem (*Zdravotní klaun a herec, pozn. red.*) máme takovou teorii: Jsou lidé, kteří umí využívat postavu klauna, aby byli vtipní, a pak jsou lidé, kteří žijí klaunský život, což znamená, že ať chceš, nebo nechceš, tak se ti lidi smějou.

Smějí se lidi s klaunem, nebo klaunovi?

My teď s Michalem děláme s Bolkem Polívkou (*představení Šašek a syn mělo premiéru 25. 2. 2017, pozn. red.*). On má žánr komedie a klaunství za těch skoro padesát let dokonale zmáklý a přesně to dávkuje tak, aby se diváci někdy smáli jemu a pak aby se smáli s ním. Někdy sdělí divákům, že se taky baví nebo že ho samotného překvapilo, co vymyslel za fór, a takzvaně se odprdne, ale já mám pocit, že on to dělá úplně vědomě. Že teď je potřeba se odprdnout a ukázat: Hele, tohle opravdu pobavilo i mě, takže se smějeme spolu. I v nemocnici to dost často používám, taky si překlíkávám mezi tím, že teď jsem klaun, jenom v postavě, a dělám vše s takovou vážností, že jsem komický, ale někdy mám pocit, že teď je lepší vystoupit a přiznat: Hele, já jsem Ondra Klíč, který tady hraje Břětu, podívejme se spolu, co ta postava dělá, a zasmějme se tomu spolu.

Naučili jste se během zkoušení s Bolkem Polívkou něco, co vás překvapilo?

Prakticky jsem se naučil, že když stojím na jevišti, tak se otáčím za tou rukou, která umožní kratší vzdálenost, nebo že si беру věci tou rukou, která je dál od diváka (*směje se*). Já vím, že to tak je, ale mně přišlo směšné, že nás na to vždycky znova musí upozorňovat.

Co pro klauna znamená jeho maska – nos? Je potřeba?

Pro nás klauny je nos spouštěč. Opravdu božská maska. Když cítím, jak se mi zařezává do nosu, ovlivňuje celé moje tělo. Určitě na to existuje nějaká herecká teorie kostýmu nebo něčeho, že to, co tě fyzicky

někam tlačí, tak ti spouští ten stav, tu roli. Ve chvíli, kdy odložím nos, tak co bude to, co někde tlačí? Možná natolik silná představa, tak silná koncentrace, že si člověk dokáže rozlít po těle pocit klaunství, které tě vlastně zaplaví celého... Protože když tě to nezaplaví celého, vypadáš do nějakého civilu, do pochyb, do organizátora zábavy. V divadle s Bolkem máme místo nosu líčení a já, protože jsem takový tlustší, mám vycpávky v tvářích a ony mě opravdu do těch tváří tlačí. Takže jsem ještě nedozrál do toho bez nosu. Pořád potřebuju, aby mě někde něco tlačilo. Ale tlačí to už zevnitř, takže jsem dál (*směje se*).

Musím se zeptat na Michala Chovance neboli Čeňka Žouželíka, což je tvůj kolega zdravotněklaunský i divadelněklaunský. Jaká je s ním spolupráce?

Nevím, jestli to byla náhoda, ale nějak jsme prostě u sebe skončili. Spojuje nás silná touha klaunství zkoumat vědecky. A vědecky můžeme klauna zkoumat jenom tak, že budeme dělat klaunská představení nebo klaunovat v nemocnici. A je zvláštní, že mezi našimi charaktery zeje obrovská propast v tom, jak vnímáme svět. My se s Míšou máme rádi, ale zároveň jsme na sebe furt naštvaní. A tohle naše škorpení a permanentní nespokojenost s charakterem toho druhého nás zároveň spojují a zároveň nám umožňují existovat spolu jako klauni. Nevím, co on vykládá o mně v rozhovorech (*směje se*), ale pracuji s ním strašně rád. Ani jeden z nás není typický herec nebo typické „něco jiného“, ale klaunství je naše řemeslo, které jsme díky Zdravotnímu klaunovi našli. A vlastně i tápání do té doby „na co se hodím v životě“ se tady nějak spojilo.

„KLAUN POSLOUCHÁ JINAČÍMA UJÍMA. EXISTUJE S ČLOVĚKEM JINAČÍM ZPŮSOBEM.“



BUDOUCÍ PODPRIMÁŘ ČENĚK ŽOUŽELÍK

Už se o vás někdy psalo v tisku?

Pomínu-li dnešní drobnou zmínku, tak dosud ani moc ne. Možná v zahraničních tiscích, ale ty já vůbec nezvládám sledovat. Rád bych však zmínil, že se o mě připravuje krásný obsáhlý článek v magazínu, který už několik let plánuji vydávat. A samozřejmě se tam o svém kolegovi Břětovi také hodlám zmínit.

Jaké to je, když o sobě čtete v magazínu?

Je příjemné být takto slavný a skrze fotku se dívat zpřímá do očí lidí, co to zrovna čtou (tedy vlastně i sobě), ale skromnost mi nedovoluje se tím zde ani kdekoliv jinde příliš pyšnit. I přesto mám svou skromnost ze všech svých vlastností nejraději.

Co byste chtěl přes magazín vzkázat MUDr. Křečkoví?

Ahóř Břěto! Vidíš mě? Tady Čeněk v tisku.

Je pro Zdravotního klauna vždycky důležité rozesmát?

Někdy na pokoji zjistíš, že zakázka od diváka je jiná než být pobaven. Někdy zakázka zní: „Chci si povykládat.“ A někdy: „Chci si někoho poslechnout.“ Jindy: „Chci někoho vidět.“ A někdy zase: „Chci jen s někým být na pokoji.“ Jsou oddělení – třeba psychiatrie nebo i geriatric – kde cítím, že poptávka je po něčem jiném. Že smích není na prvním místě. A nemyslím si, že bychom pak simulovali roli psychologa nebo sociálního pracovníka. Protože klaun přeci jen poslouchá jinačím ušima, existuje s tím člověkem jinačím způsobem.

Jsi zapojený i do projektů Zdravotních klaunů, které nejsou omezeny jen na nemocniční pokoje a chodby. Děláš Cirkus Paciento, Přezůvky a Kutálku...

Kutálka je pozoruhodná tím, že je celá postavená na hudbě. Je určená postiženým dětem a skoro bych ji popsal jako takový klaunský minimalismus. Čím míň toho děláš, tím je to lepší. A jsou i jiné reakce. Je to v jistém smyslu hledání, a tím je to zajímavé. Přezůvky jsou projekt, který musím vždycky rozdýchávat, i jeho přípravu. Jak už ale jednou překročíš práh a začneš tam fungovat, tak zase zjistíš, že je to víc... to je právě těžké, jak to říct... víc obyčejné nebo víc živé, víc normální, než jak tvoje představa předjímá. Ale před Přezůvkami vždycky cítím napětí. Je to přeci jen návštěva v rodině, dost často jsou ty děti už dlouhodobě nemocné, takže nevíš, co se bude odehrávat.

A Cirkus Paciento?

Cirkusy mě baví tím, že hledáš, v čem můžou děti, které jsou třeba po nemoci nebo jsou právě nemocné, vyniknout. To všechno kolem je super, ale když se nám podaří najít něco, v čem to děcko zazáří na pódiu, tak je splněno. To je pro mě gró toho cirkusu. Vždycky hledáš, v čem to děcko může zprostředkovat umělecký zážitek ostatním.

Jsi také otec, brzy dvojnásobný (nyní již skutečně dvojnásobný, pozn. red.), změnilo to nějak tvůj vztah k práci?

Mnohem svobodněji a lépe se mi klaunuje pro miminka. Tyhle malé děti do jednoho roku pro mě vždycky byly tajemství, záhada. A teď, když vidím, jak Zina prudce mění nálady, jak to, že brečí, nemusí znamenat jenom tragédii, a zároveň to, že se směje, nemusí znamenat žádnou výhru, tak to mě nějak uvolnilo. Zaprvé si to tak neberu a zadruhé jsem našel spoustu her, které maličké děti baví. Protože se Zinou si pořád hrajeme – co s tím malým dítětem chceš dělat kromě přebalování a krmení? Tak třiadvacet zbylých hodin je hra.



Celý rozhovor na www.zdravotniklaun.cz

Kromě pravidelných návštěv v nemocnicích je Ondřej zapojen i v **DALŠÍCH PROJEKTECH...**



CIRKUS PACIENTO

Program je určený dlouhodobě nemocným dětem. Zdravotní klauni je denně navštěvují v nemocnicích či léčebnách a učí je cirkusové dovednosti. Tří- až čtyřdenní přípravy vrcholí vystoupením pro rodiče, personál a další dětské diváky.



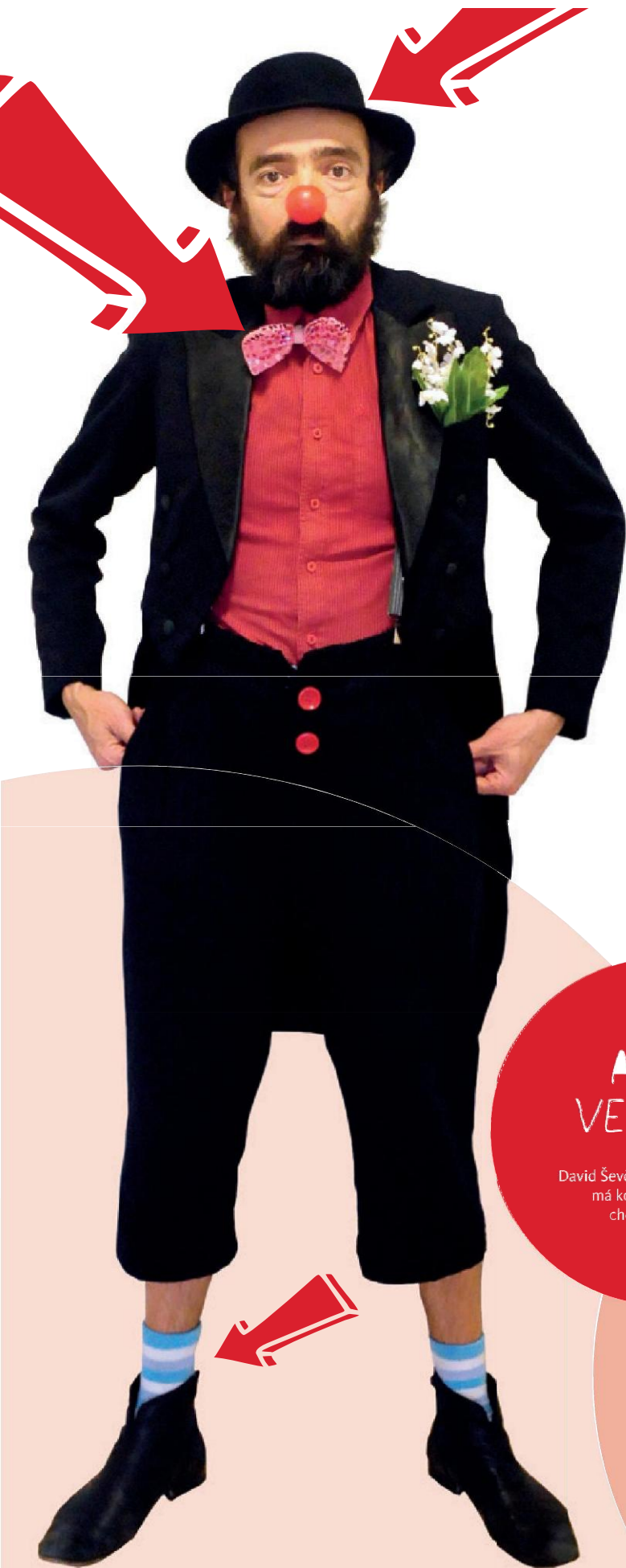
PŘEZŮVKY MÁME

V rámci projektu Přezůvky máme navštěvují Zdravotní klauni těžce nemocné děti u nich doma. Během předem domluvené návštěvy tak přinášejí nejen radost dětem, ale také oporu jejich rodičům.



KUTÁLKA

Kutálka je speciální představení pro děti s kombinovaným postižením, které spojuje jednoduchý příběh kočujících muzikantů s hudbou a dalšími akustickými a taktilními vjemy.



Módní policie

text: Beata Rajská, Kateřina Procházková | foto: Ondřej Pýcha, archiv ZK

Já vím, módní policie... Tu moc v oblíbě nemám. Ale s radostí se této role pro Zdravotního klauna chopím.

Mám to nastavené trochu jinak. Ano, módu mám ráda. Moc ráda! Je to moje práce, můj koníček, můj život. Ale vím, že to není vše a že je spousta důležitějších věcí na světě.

Zrovna včera jsem se vracela s manželem domů a vzpomínala na rodinu – rodiče, děti, vnučku – a v ten moment jsem nevědomky sepjala ruce a řekla: „Panebože, děkuji za vše, co mám!“ A je jedno, komu děkujete, protože život je tak křehký...

Poté co jsem si prohlédla fotky a přečetla příběhy Zdravotních klaunů, jsem ráda, že jsou. Že dokáží dávat naději zapomenat. Víte, kromě jiného mám vystudovanou historii a jedna moje kolegyně mi na přednášce vykládala o koncentračním táboře v Ravensbrücku, kde jedna z vězenkyň vydávala módní listy. Chápete?! V tom všem zlu kreslila modely a dávala ostatním sílu zapomenout. Až později jsem pochopila, že právě ona dokázala „rozdělovat“ radost v té beznaději.

A za to děkuji i Zdravotním klaunům.

Beata Rajská

ALOIS
VEMENO

David Ševčík alias Alois Vemeno má kostým, ve kterém chodí za seniory.

HODNOCENÍ:

Jo, jo, tady to mladý muž Alois Vemeno vychytal! **Oblek s klopami** z měkčené umělé kůže, **pérka (boty) s proužkovanými ponožkami** a veselý **tralaláček** nebo buřinka. Nezapomněl na **motýla** pod krkem, který outfitu dodává švihácký vzhled. A pozor! Za povšimnutí stojí ještě zvýšený pas kalhot a s košilí sladěné **knoflíčky** na tříčtvrtáčkách. Píšu 1 (jednička s motýlkem)!



BEATA RAJSKÁ
Módní návrhářka

V módní branži se pohybuje od roku 1997, v roce 2001 založila společnost Beata Rajská – design s.r.o. Své kolekce představovala také v zahraničí, mj. na módních přehlídkách v Moskvě, Varšavě, Berlíně, Londýně nebo Torontě. Navrhovala i šaty pro soutěže Miss České republiky a modely, ve kterých vítězky reprezentovaly Českou republiku na mezinárodních soutěžích krásy. Rodačka ze Slovenska je absolventkou Střední průmyslové školy oděvní v Trenčíně a Filozofické fakulty University Komenského v Bratislavě. Od roku 2009 je členkou správní rady Nadace Archa Chantal. Pokud zrovna nekreslí, ráda čte.



HODNOCENÍ:

Sestra Libuška primářova asi tihne k extravaganci, neboť i **čepec** sestřičky nasazuje značně kreativně. Super **šatičky** – puntíčky a **trikolora** pod krkem. Trikolora, ale v jiných odstínech v kapsičce kabátku, dodává outfitu vzlet a rozevlátost. Jen **kabelu** bych vyměnila za menší, ovšem pokud si Libuška nosí velké svačiny, tak souhlas.

Píšu 1 (jednička s beruškou)!

LIBUŠE PRIMÁŘOVA

Martina Foretová Pavlunová alias sestra Libuše primářova má kostým, ve kterém chodí za dětmi.



Tuhle část klaunské návštěvy ještě dětská pacienta nevidí. Jakmile ale budou ti vcelku nenápadní návštěvníci vpuštěni na oddělení, začnou se dítě nečekané věci.



1



Jedna se Zuzanou se v šatně proměnili v doktora Květoslava Hrdličku a sestru Žofii Užvaněnou a vyrážejí za dětmi. Nejdřív se ovšem samozřejmě zastaví za zdravotnickým personálem. Pane doktore, opatrně! To, o co se opíráte, není dětská postýlka...



VELKÁ VIZITA



3

A jsme na prvním pokoji. Hrdličkovi spadl klobouk a místo něj si v nastalém zmatku nasadil na hlavu misku s nakrájenými jablky. Slečnu, které miska patří, to ale podle všeho příliš netrápí.





ANEŽ KDYŽ VÁS NA POKOJI NAVŠTIVÍ ZDRAVOTNÍ KLAUNI

Krajskou nemocnici Tomáše Bati ve Zlíně navštěvují Zdravotní klauni pravidelně každou středu. Kromě doktora Květoslava Hrdličky (občanským jménem Jan Šprynar) a vrchní sestry Žofie Užvaněné (Zuzana Vodičková) se na jejich chodbách můžete setkat ještě s dalšími třemi členy klaunského týmu pro Olomoucký a Zlínský kraj. Zlínská nemocnice je přitom jen jedním z více než šedesáti zdravotnických zařízení po celé republice, kam Zdravotní klauni pravidelně docházejí.

Vraťme se ale do Zlína, kde klauni už pomalu tisknou zvonek dětského oddělení. Jsou dva, jak je při běžných klaunských návštěvách zvykem, a děti budou navštěvovat postupně po pokojích. Nepřinášejí totiž klasické představení. Jejich návštěva je šitá na míru každému, s kým se na oddělení setkají, a kromě výrazných klaunských postav, prověřených mnoha dílnami a bezpočtem návštěv, ji charakterizuje velká míra komediální improvizace. Jakkoliv jsou tu hlavně kvůli dětem, rozhodně nepřehlížejí ani rodiče či zdravotnický personál.

A proč stylizované bílé pláště a „doktorská“ jména? Ke svým lékařským a sestřičkovským vzorům vzhlížejí Zdravotní klauni s respektem, zároveň ale hledají to, co může být i v nemocničním prostředí (a někdy dokonce pouze v něm) zdrojem radosti a smíchu. Protože smích pomáhá a protože i nemocné děti jsou především děti. Ale fotograf už poprvé mačká spoušť...

text: Ivan Motyka | foto: David Ševčík



Užvaněné se z kabelky vysypala rtěnka a Hrdlička si ji spletl s baterkami do televizního ovladače, do kterého se ovšem rtěnka ne a ne vejít. Když mu sestra vysvětlila, jak se rtěnka používá, neváhal ji zvidavý lékař vyzkoušet. Na závěr Žofii za krásné vysvětlení galantně políbil ruku.

Cestou na další oddělení se naše vizita zastavila na chodbě k malému oddělení. Hrdlička právě nabízí Vilémovi, že mu z poličky podá knihu přání a stížností. Zdali byla zaznamenána nějaká stížnost, nevíme, ale v chlapcově i Hrdličkově tváři čtete spíše spokojenost.





Žofie: „Ukažte Kubovi, jak si správní gentlemani podávají ruce.“

6

Do Jakubova pokoje se Hrdličkovi podařilo vejít až napopatnácté. Užvaněná po něm přítom nežádala žádné divy – chtěla jen, aby způsobně počkal, až ho zavolá. Konečně se tedy hoši mohou důstojně pozdravit.



7



Na dalším pokoji se právě propouští. Žofie Užvaněná v rámci propouštěcí procedury vyzve Hrdličku, aby s odcházejícím Tomem změřil síly. Hrdlička to bere doslova a chystá se zápas v páce. Přípravné masáže přihlíží roztomilé štěňátko, ale během utkání už se nikdo s nikým nemazlí. Květoslav H. skončil na podlaze a Tom... nejspíš doma.



11



8

Květoš: „To je jak ledová plocha, toto...“



Vizita se nevyhnula ani jednotce intenzivní péče. Lékař se sestrou chtěli s personálem oslavit čerstvý mistrovský titul oblíbeného hokejového týmu a vyspali přítom na stůl sušenky. Hrdlička ale vše pečlivě vyjedl, zametl a vytřel desinfekcí...



... a mohlo se vyrazit na pokoj za přítomnou maminkou a slečnou. Inspirován časopisem na nočním stolku předvádí právě doktor na poněkud zaskočené sestře Užvaněné, jak získat ženu v době kamenné.



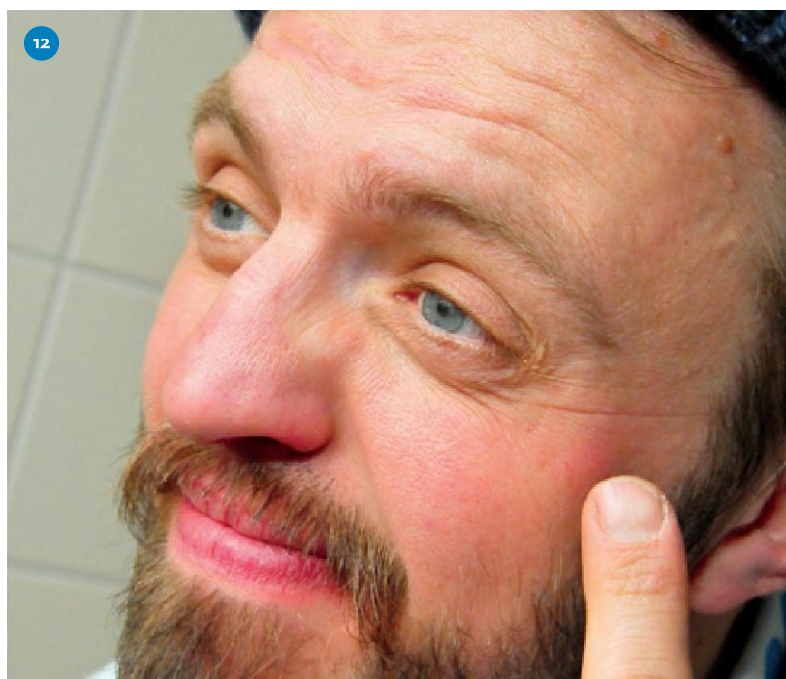
Mezi pavilony nemocnice se klaunská vizita přesouvá zásadně pěšky, ačkoliv se to z této fotografie možná nezdá.



Tříhodinová velká vizita zanechává viditelné stopy – nejen v podobě úsměvu na dětských tvářích. Tato rýha na tváři neomylně prozrazuje Zdravotního klauna po „směně“.



Návštěva je téměř u konce, zbývá rozloučení se sestřičkami a lékaři. Hrdlička se sice Užvaněné pletl celou dobu pod nohy, ale na téhle fotce to skoro vypadá, jako by na pana doktora žártil.





Zaměřeno na sestru **Žofii!**

text: **Ivan Motyka** | foto: **David Ševčík**

Kdybychom si od sestry Žofie Užvaněné odmysleli všechno, co podléhá klaunské hyperbole, zůstala by nám Zuzana Vodičková. Zdravotní klaunkou je už osmým rokem a kromě tohoto povolání pracuje jako učitelka v mateřské škole. Se svými kolegy z olomouckého týmu – kromě Květoše Hrdličky mezi ně patří ještě doktor Krkavec, sestřičky Jiřina Zvadlá a Libuška – se pravidelně objevuje v nemocnicích ve Zlíně, Olomouci, Přerově, Prostějově, Šternberku a Kroměříži. Osobitý šarm své klaunské postavy uplatňuje nejen při pravidelných návštěvách, ale i v rámci dalších klaunských projektů. Díky hudebnímu talentu působí v Kutálce, metodická a didaktická zkušenost z práce s dětmi se jí pro změnu hodí v Cirkusu Paciento (více informací o těchto projektech najdete na straně 9).

Když Zuzana neučí, neklaunuje nebo netráví čas s rodinou, většinou hraje a vyučuje improvizací divadlo. Je také jednou z akterek a iniciátorek vzniku nového divadla improvizace ODVAZ v Ostravě. A co mají společného se Žofií? Kromě výšky a velkých očí také zálibu v hudbě, tanci a slovních hříčkách. K tomu všemu připočteme ještě krotitelský talent, ať už se jedná o třídu dětí ve školce, nebo jednoho doktora Hrdličku. I mezi klauny ovšem platí, že co se škádlívá, to se rádo mívá, a právě z odlišností mezi klaunskými postavami se často rodí humor. Doplňme ještě, že základy veškeré klaunské interakce tvoří hra – souvislost s pedagogickou prací s dětmi a improvizací divadlem je zřejmá. Shrňme to tedy: Zuzka je především hravá...

SESTRA ŽOFIE UŽVANĚNÁ

Co máte na nemocničním prostředí nejraději?

Je to dezinfekce. Její vůně, parfém parfémů, láska na celý život.

Je na vašem příjmení něco pravdy?

Jsem asi trochu upovídaná, ráda mluvím, miluji věty rozvité, rozhodně mám svá oblíbená témata, nadšeně se ujímám komunikace prakticky s kýmkoliv... Ale že bych byla vysloveně UŽVANĚNÁ? Ne, to si nemyslím.

Proč máte tak velké oči?

Velké znamená krásné? DĚKUJI. :)

Co na kolegovi Hrdličkovi nejvíce obdivujete?

Pan doktor Květoslav Hrdlička je vynikající kolega! Je mým vzorem především v oblasti životosprávy: Denně dělá 100 kliků bez viditelných následků, je schopen maximálního sebeovládání, nepije, nekouří, zdravě se stravuje a přes všechny své četné pády je schopen vždy znovu stát a jít dál! Nebojím se říct, že je to muž.

Zlobí vás na něm naopak něco?

Zdravě se stravuje, takže má problémy s plynatostí...

HOSPITALIZACE

pohledem psycholožky Mgr. Zuzany Kocábové

Zuzana Kocábová vystudovala psychologii na Filozofické fakultě Masarykovy univerzity v Brně a nyní pokračuje v doktorandském studijním programu na Fakultě sociálních studií téže univerzity. Od roku 2009 pracuje ve FN Motol, kde se věnuje zejména dětem před a po transplantaci ledviny a vede Oddělení klinické psychologie.

ptal se: **Lukáš Houdek** | foto: **archiv**

Trávíme-li s dětmi čas v nemocnici nebo se na hospitalizaci teprve připravujeme, jistě se to nějak odrazí na jejich i naší psychice. S případnými otázkami, obavami či pocitem nejistoty nám může poradit odborník – psycholog. Primářce Oddělení klinické psychologie v pražské Fakultní nemocnici Motol jsme položili šest otázek.



1

Nakolik je přítomnost rodiče u hospitalizovaného dítěte důležitá?

Ve většině případů představují rodiče pro děti velmi důležitý zdroj podpory, ať už jsou s dítětem hospitalizováni, nebo docházejí na návštěvy. Zejména pro mladší děti představuje pobyt v neznámém prostředí, s neznámými lidmi a v režimu, na který nejsou zvyklé, velkou zátěž, a pomůže, když mají někoho známého u sebe jako podporu.

2

Jak sám sebe, své dítě a zbytek rodiny psychicky připravit na hospitalizaci?

Asi se nedá předpokládat, že někdo půjde do nemocnice s velkým nadšením. Radostně přicházejících dětí a rodičů je spíše méně. Obvyklou reakcí je nejistota a obavy – ze zákroku nebo z výsledku vyšetření. Pomůže však, když všichni zúčastnění rozumí tomu, proč je hospitalizace důležitá, a rodiče jsou schopni dítěti úměrně jeho věku tyto důvody vysvětlit. Rodiče by neměli dítěti lhát a slibovat v dobré víře něco, o čem vědí, že je nereálné. Vhodnější je dítě ujistit, že budou s ním a podpoří ho. Vyplatí se také nezapomenout na oblíbenou hračku nebo na něco, co dítěti pomůže pobyt v rámci možností zpříjemnit. U starších dětí je významný i kontakt s kamarády, což dost usnadnil rozvoj internetu. Rodiče by také neměli zapomenout na sebe a měli by se zamyslet, co může hospitalizaci usnadnit jim. Může to být kontakt s partnerem nebo notebook.

3

Lze během hospitalizace požádat o návštěvu psychologa?

Ano. Prostřednictvím ošetřujícího lékaře může rodič požádat o zprostředkování kontaktu s psychologem nejen pro dítě, ale i pro sebe. Na některých odděleních působí psychologové jako stabilní součást týmu, na jiná docházíme na vyžádání lékaře konziliárně. Je však možné, že dostupnost psychologické péče se bude v rámci jednotlivých nemocnic lišit.

Jak může rodič u svého dítěte omezit strach z lékařského prostředí a bílých plášťů?

Jak jsem již zmínila, hlavně omezit vlastní strach. Také je žádoucí děti lékařem nestrašit. Například věta „Pokud budeš zlobit, přijde pan doktor a dá ti injekci“ se v dlouhodobém horizontu dost neosvědčuje.

4

6

Jak s dětmi mluvit o plánovaném vyšetření, kontrole, převazu nebo odběru krve, když lze předpokládat, že se zákrok neobejde bez bolesti?

Důležité je nelhat a neslibovat, že se vše obejde bez bolesti. Ujistit dítě, že zákrok půjde zvládnout a že to podle nich dokáže. A hlavně uklidnit sebe. Nebo se o to alespoň pokusit, ač je to někdy těžké. Ale pokud dítě vidí dospělého propadajícího panice při pohledu na jehlu, tak jen těžko můžeme očekávat, že zvládne odběr krve v klidu.

Existuje nějaký návod, jak se vypořádat s pocitem bezmoci, když mé dítě během zákroku či léčby trpí?

Sto procentně ochránit někoho blízkého před těžkostmi a bolestí, ať už v nemocnici nebo mimo ni, opravdu nelze. Pak se často cítíme bezmocní a bezradní. Ale při hospitalizaci nebo vyšetření má každý zúčastněný svůj nezastupitelný „úkol“. U rodičů je tímto úkolem emoční podpora. Rodič (nebo jiná blízká osoba) nemusí být přítomen stále a při všem, ale musí „být“. V tomto ohledu hraje nezastupitelnou roli, v níž ho nemůže nikdo nahradit. A to není zrovna málo. Co se samotných dětí týká, doporučuje se co nejvíce je zapojit. Dítě si těžko samo udělá endoskopii nebo odebere krev, ale některé se dokážou dobře zapojit například do přípravy na odběry nebo do ošetření po nich. Velmi však záleží na konkrétní situaci. K uvolnění napětí a zmírnění úzkosti před zákrokem dobře pomáhá i odvedení pozornosti. V tomto kontextu se u řady dětí skvěle uplatní právě klauni, jejichž přítomnost na pokoji nelze přehlédnout a k odvedení pozornosti poslouží báječně.

5

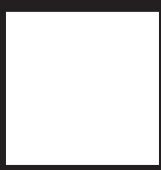
NEMOCNICE

				3	4		
--	--	--	--	---	---	--	--

2



2 Za oknem se ob...
na laně jako ak...
se naděješ, je ča...



1

1 Den začíná vizitou!
Než si doktoři a doktorky všechno
změří a zapíší, stojíš jedno kolo.



Start!

3 K obědu je dneska tvoje oblíbené jídlo,
bramborová kaše s mrkví. Dvakrát si
přidáš! Vrať se o dvě políčka zpátky.

Milí hráči! Ke hře budete potřebovat hrací kostku a figurky. Místo figurek můžete použít něco, co leží na nočním stolku — stopku od jablka, zmačkaný kousek papírku... Pak se připravte na start a můžete začít házet. Ať vám dnešní den pěkně uteče!



5

objeví nenadálý host, umývač oken. Visí
robot. Chvíli se s tebou zapovídá a než
as oběda. Přesuň se na políčko číslo 3.



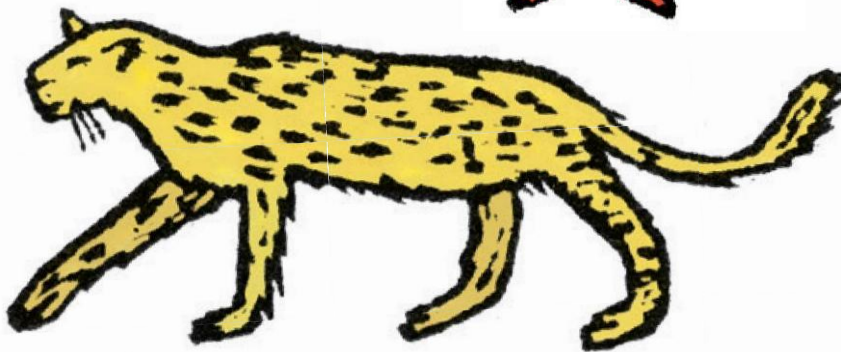
5 Na chodbě potkáš neznámou holku
v pyžamu. Zastav se, než najdeš
odpověď na její hádanku!

Patří ti to,
ale tvoji přátelé
to používají
víc než ty.
Víš, co to je?



Klaun tě vždy
pošťouchne o tři
políčka dopředu!

Kam zmizela druhá ponožka?
Přesuň se s figurkou na místo,
kde ji najdeš.



4

Odpoledne si dáš malý šlofik. Zdá se ti, že do nemocnice
přišel leopard a chodí po chodbách. Házej kostkou,
dokud nepadne šestka. Ta tě ze sna určitě probudí!

6

Cíl!





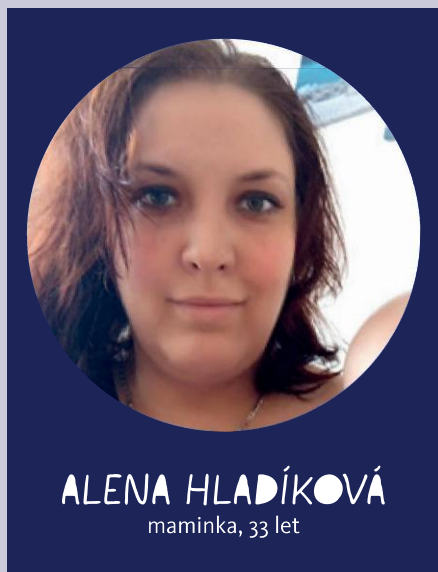
„DĚTI JSOU TI, KDO STÍM BOJUJÍ, TO ONY MUSÍ TRPĚT A MAMINKY MUSÍ POMOCT. TU TÍHU A BOLEST NEMŮŽEME VZÍT NA SEBE. ALE MUSÍME TU PRO NĚ BÝT, I KDYBYCHOM PADALY ÚNAVOU. NESPAVOST, ZVRACENÍ, PLÁČ... PROSTĚ JEDETE NA MILION PROCENT A JEŠTĚ SE VĚNUJETE DALŠÍM DVĚMA DĚTEM.“

text: Kateřina Procházková, Alena Hladíková | foto: archiv rodiny Hladíkových

Příběh

rodiny Hladíkových

Vážně nemocné dítě, to je život naruby. Rodičům a nejbližším to přináší velkou bolest, trápení, bezmoc, nový středobod vesmíru a změnu priorit. Najednou nezáleží na tom, jaké máte auto – stojí-li totiž měsíce na parkovišti před nemocnicí, je to jedno. Jaká maminka vám ale asi otevře dveře v rodině, jejichž jedno dítě trpí vážným diabetem a celiakií, druhé má Downův syndrom, třetí leukemii a o čtvrté přišli?



ALENA HLADÍKOVÁ

Alena je krásná a energická mladá žena s jiskrami v očích, manželka devětatřicetiletého Jaroslava, maminka devítileté Andrejky, pětileté Nikolky a dvouletého Davidka.

Když bylo paní Aleně deset let, její rodiče se rozvedli. V sedmnácti letech ji rakovina připravila o tatínka. V témže roce potkala svého stávajícího muže, a jak se ukázalo později, parťáka i pro ty nejtěžší chvíle. Nejprve chtěla být zdravotní sestrou, ale po zážitcích s nemocným tatínkem si tuto cestu rozmyslela. Sen stát se kadeřnicí zmařil atopický ekzém. Kam by premiantku hotelové školy dovedly studijní kroky dál, už nezjistila, protože z existenčních důvodů musela nastoupit do práce. Místo našla za pultem videopůjčovny, kde ji každodenní kontakt s lidmi velice uspokojoval. S manželem si užívali příjemné chvílky s milovanými psy a na výletech do přírody. Zanedlouho se jim však narodila první dcera a začal boj se zlomyslným osudem.

„KDYŽ UŽ MÁM POCIT, ŽE JE TO NEÚNOSNÉ, ŘEKNU SI:
UKLIDNI SE A SNAŽ SE DÁL!“

ANDREA

Jako první se nám v roce 2008 narodila Andrejka. Všechno probíhalo zcela v pořádku, a tak jsme si řekli, že jí pořídíme sourozence.

NENAROZENÝ SYN

Celé těhotenství nám říkali, že to bude holčička, a tak jsme se těšili, že bude mít Andrea sestřičku na hraní. Při kontrolním ultrazvuku, již v plánovaném termínu porodu, jsme se dověděli, že to bude kluk. Kvůli rekonstrukci na oddělení mne poslali domů, protože se miminku ještě nechtělo na svět. Bylo mi dobře, a proto jsme s malou vyrazily na Mikuláše, ale tam jsem z ničeho nic přestala cítit pohyby miminka. Rychle jsme se proto vrátily do nemocnice, kde už bohužel zjistili, že miminku přestalo být srdíčko, načež jsem prodělala porod mrtvého syna. Vnímala jsem to jako katastrofu, ale zároveň jsem si říkala: „Je tu Andrejka, musíš tu být pro ni!“ Trvalo mi ale dlouho, než jsem se s tím smířila.

NIKOLKA

Psycholožka mi doporučila, abych co nejdříve znovu otěhotněla. Později jsme si tedy řekli, že už se „to“ nemůže podruhé opakovat, a když jsem byla psychicky připravená, zkusili jsme to znovu. Již za pár měsíců jsem měla pozitivní test. Byla jsem sledovaná jako Pentagon – každý týden kontroly a ultrazvuky, dělalo se vše.

Protože se lékařům nelíbily ozvy a paní doktorka, která mi měla píchnout epidural, nemohla přijít, proběhl porod císařským řezem pod celkovou narkózou. Když jsem se probrala, sháněla jsem se po miminku. Řekli mi jen, že je to dcera a vše je v pořádku, ale dál to nikdo nekomentoval. Ostatním maminkám nosili děti přebalít a vykoupat, a já ji tři dny od porodu neviděla. I manželovi ji ukázali jen zahalenou v dece. Tak jsem vyrazila za paní doktorkou s tím, že se potřebuju na rovinu dovědět, co se děje. Že už jsem něco zažila a nehodlám žít v nejistotě. Odvedla si mne na lékařský pokoj a zeptala se, jestli vím něco o downech.

A tak jsem se sesypala po druhé. Vlastně jsem zkolabovala. Celé těhotenství bez problémů, krevní testy v pořádku... Dostala jsem strach, že mne zavrhne rodina a opustí manžel, a otázky, zda si ji nechat, nebo ne. V nemocnici mi rovnou doporučili kojenecký ústav v Podolí i s informací, kolik se tam platí. Také mi přinesli brožurku o problémech dětí s Downovým syndromem – že častěji onemocní, jsou mentálně retardované atd. –, jako by mě odrazovali. Manžel i rodina mě však stoprocentně podpořili a my jsme si ji nechali. Ale já bych si ji nechala tak jako tak... Někteří lidé vidí downíky jako ostudu a hanbu, ale je to moje dítě a já nechci celý život myslet na to, že je někde zavřená. Jako miminko byla milionová, nebrečela a pořád se usmívala. Teď je to obtížnější. Nemluví, bývá protivná, vzteká se, ale když pak přijde, aby se se mnou pomazlila a pohlédla mě... Je to boj, ale taky láska, takže je to takové vyrovnané.



ANDREJKA
nejstarší dcera, 9 let



NIKOLKA
prostřední dcera, 5 let

ANDREJKA

Když měla Andrejka kolem čtyř let, začala v létě na chalupě hodně pít, i dva litry naráz. Jednoho dne začala zvracet a byla bílá jako stěna. Okamžitě jsme ji vzali k obvodní lékařce, která nás hned po prvním testu poslala do nemocnice, kde jí diagnostikovali diabetes. Pobyt v nemocnici se protáhl na dva týdny, během nichž jedna kanyla střídala druhou. Zcela přestala komunikovat a odmítala návštěvy. Bylo to úplně jiné dítě! Byla v šoku, ale nebrečela. Den D přišel, když jsme se to musely naučit samy. A bylo toho tolik! Nejen píchání inzulínu, ale také nové stravování. Sestra nás učila, kolik má co jednotek sacharidů a jak vše vážit a měřit. Když jsme vše vstřebaly, pustili nás na zkoušku domů. Bála jsem se, protože nevládnutí situace může vyústit v omdlávání, ale i kóma a smrt. A tak statečně pícháme do rukou, paží i nohou (do bříška nechce). Aby toho nebylo málo, o pár měsíců později dceři zjistili celiakii, kterou zdědila po mně. Bylo mi jí strašně líto. Nejdříve se musela vzdát sladkostí a teď ještě všeho, co obsahuje lepek. Když holky spaly, já po nocích na internetu hledala nejbližší obchody a nejlepší recepty. Naučila jsem se i bezlepkově péct. Dnes už vše zvládáme a Andrejka si sama umí i píchat prstík. Učíme se také klasické injekce, ale je malinká, a tak má všude modřiny. Hodně se o sebe bojí – stavy, kdy jí bylo špatně, ji vystrašily. Říká: „Mami, ty nevíš, jaký je to pocit klepat se.“ Ano, to ona to prožívá, já ji jenom sleduju. Musí o všem hodně přemýšlet a hodně plánovat. Když chce jít sportovat, ví, kdy se musí najíst, kdy si píchnout a podobně.

NIKOLKA

Před pár měsíci jsme se rozhodli dát Nikolku do školy, aby byla mezi dětmi. Mnohá zařízení se ji zdráhala vzít, ale nakonec ji přijali do speciální školky v Ládví (v Praze, pozn. red.), kde to s ní opravdu umí! Jsem ráda, že je tam mezi vrstevníky. Zpočátku jsem se bála, jak na ni bude společnost reagovat – při pohledu na ni nebo až bude vydávat ty typické zvuky. A ano, najdou se tací, kteří koukají stylem „ehm, co to máte v tom kočárku?“, ale obecně to probíhá bez problémů. Nejvíce mne to ale překvapilo u lékaře, který se mne jako první zeptal, proč jsem si „to“ nenechala vzít.

DAVÍDEK

Když byla Nikolka větší, rozhodli jsme se jí pořídit mentálního „tahouna“. Zanedlouho se zadařilo a všichni jsme se moc těšili na přírůstek. Nemusím zmiňovat, že jsem byla pod maximálním dohledem.



„NEDÁVNO JSEM PRO NĚCO MUSELA ZABĚHNOUT DO KRÁMU – PO DEVÍTI MĚSÍCÍCH DOMA JSEM MĚLA DESET MINUT VENKU JEN PRO SEBE! SLEDOVALA JSEM LIDI, JAK SE HÁDAJÍ O MALÍČKOSTI. TO JÁ UŽ NEMÁM. DŘÍV JSEM SE ZLOBILA, KDYŽ DĚTI VYLILY MLÉKO. DNES UŽ TO NEŘEŠÍM, I KDYBY SE V TOM UMYLY!“

NIKOLKA

Andrea měla v září nastoupit do první třídy, a tak jsme si užívali poslední hezké letní dny na chalupě. Nikolce se ale začalo dělat špatně – nespala, plakala a dostala průjem. Rovnou jsme tedy vyrazili na Bulovku, kde ji celou noc zavodňovali. Plenka však zůstávala suchá. Ráno se vzbudila oteklá jako pučmeloun, protože v ní všechna voda zůstávala. Převezli nás do Motola, kde zjistili, že má tzv. hemolyticko-uremický syndrom, který napadá ledviny. Kardiochirurg jí rychle zavedl centrální do hlavních dutých žil a 24 hodin jí tam pak zaváděli léky na ledviny. Čekali, zda začne čůrat, a pak že rozhodnou co dál. Hledalo se, kde nastala chyba, a já jsem se obviňovala. Po výtěru se zjistilo, že se nakazila bakterií E.coli. Hygiena v celé domácnosti však nezjistila žádnou příčinu. Nicméně ledviny se nerozběhly, a proto ji vzali na ARO a napojili na dialýzu. Nejhorší bylo, že jsem tam nemohla být s ní. Koukala jsem přes sklo, jak je jí zle, jak je opuchlá... Dveře se pořád otevíraly a zavíraly, poslouchala jsem, jak tam brečí, a chtěla ty dveře rozrazit! Byla přikurtovaná, miliony hadiček, centrální, dialýza, hrozně dýchala, klepala se, ale poslali nás domů, jen s jejími náušničkami. Večer volali, že jí začaly selhávat ledviny a dostala celkovou sepsi. Museli ji uvést do umělého spánku a napojit na plicní ventilaci.

Takhle to šlo týden, jednu noc dokonce naznačili, že to buď přežije, nebo ne. Celé noci jsem brečela, že potřebuju být u ní, že mě tam potřebuje. Nakonec zabrala antibiotika. Strávily jsme spolu měsíc na JIP, zatímco manžel obstarával prvačku Andreu, která nás chodila navštěvovat do nemocnice.

DAVÍDEK

Když se holkám narodil zdravý bráška, byla jsem odhodlaná a nadšená máma. Přestože šel císařem a já se nemohla téměř ani otočit, už druhý den jsem se za ním sama dobelhala. Pořád jsem mu počítala prstíčky. Doma už to tak růžové nebylo. Nikolka si nemohla zvyknout, bylo to pro ni něco nového. Ale teď je to paráda! Je mu rok a tři čtvrtě, jsou na podobné mentální úrovni a jsou to prostě parťáci! Bylo nám krásně, plánovali jsme si chatu, výlety, procházky, těšili se na jaro.

Jak se blížily Davídkovy první narozeniny, přišel čas roční zdravotní prohlídky, na níž paní doktorka jen konstatovala, že je zdravý jako buk a že nám svým zdravím vynahradí vše špatné, co se stalo.

Jako hrdá matka jsem na Davídkovy narozeniny udělala dort a jali jsme se slavit. Typické letní angíny dětí jsme zvládali s přehledem a bílou barvu v jeho obličejí jsem přikládala dlouhému pobytu doma. Říkala jsem si, že na chatě chytí zdravou barvu a bude dobře. Nebylo.

Vyžadoval si mne, chtěl nosit, stále plakal, v noci se budil, nechtěl jíst. Znejistěla jsem. Když se mu začaly objevovat modřinky,

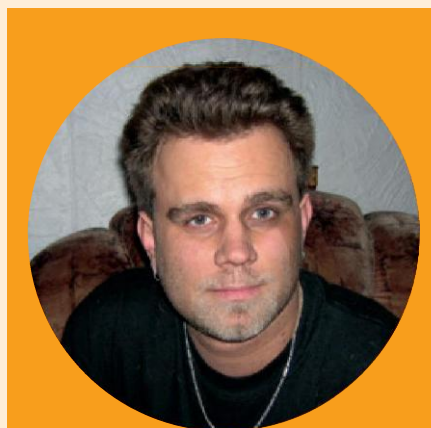


nečekali jsme a vyrazili na pohotovost. „Myslím, že má leukemii,“ řekla jsem manželovi při čekání na sanitku do Motola.

Hlavou se mi hned začaly honit myšlenky, co bude dál – jestli to přežije, jak dlouho to bude trvat, co s holkama... Víte, že leukemie existuje, ale co přesně to je, do hloubky nevíte.

Následná vyšetření byla hrozná. Nesla jsem ho na ošetřovnu, kde mu dali premedikaci. Byl celý „oblby“, nic neviděl, necítil, nechápal. Čekala jsem na pokoji a poslouchala, jak brečí, poslouchala jiné děti, jak naříkají, a začala brečet taky.

Druhý den nám to potvrdili. Zjistili, že z mnoha druhů leukemie má Davídek typ ALL – akutní lymfoblastickou. Přinesli milion papírů, které informují o nemoci – co bude následovat, jaký je léčebný plán, jaká existují rizika. Vše jsme museli podepsat, já i manžel. Pak přišel stav „chci všechno vědět“. Ale to nejde. Nejde říct: „Má leukemii a za rok to bude tak a tak.“ Otázky však měli všichni, proto jsem všechny informace líčila manželovi, mamce, tchyni. Byla jsem vyčerpaná vysvětlováním. Při každé operaci jsme podepisovali protokoly, že souhlasíme s možnými následky, i když jsme třeba nechťeli – věřili jsme doktorům. Nikdo nám ale na začátku nemohl říct, jak to dopadne a co bude. Každé tělo je originál, každý to snáší jinak, roli hraje věk, své dělá i psychika. My zůstali v nemocnici rok. S dcerami zůstal doma manžel a zvládal to skvěle.



JAROSLAV HLADÍK
tátínek, 39 let



DAVÍDEK

Poté co Davídek dostal první chemoterapie, nás pustili domů. Na začátku se držel, ale poznamenaly ho kortikoidy, které ovlivňují psychiku. Začal brečet, přestal chodit a bylo mu strašně špatně, ale zvládli jsme to doma. Druhý blok chemoterapií byl jako na houpačce. Teď už nás čeká blok poslední, ovšem má to háček. V některých zemích Evropy probíhá léčba se stejným protokolem jako v Motole, a aby se zjistilo, zda je léčba dostačující, či ne, podepisuje se souhlas s randomizací, což může průběh léčby změnit. Na začátku jsme dali souhlas s tím, že by mohl mít o jednu terapii méně. To se zaznamenalo do centrálního počítače a ten náhodně, aniž by znal rodinu či věk, později určil, že dávku neubrali, ale naopak přidali dalších deset dávek tzv. onkasparu, který má zapříčinit, že se nemoc nevrátí. Je to chemoterapie, která však neníčí buňky, ale nějakou bílkovinu. Nemuseli jsme s tím souhlasit, ale souhlasili. Za deset let se všechny výsledky vyhodnotí – může to pomoci v léčbě dalších dětí a já budu vědět, že jsme udělali maximum.

V NOUZI POZNÁJ PŘÍTELE

Je to těžké. Mamka bydlí daleko a jako zdravotní sestra navíc pracuje od nevidím do nevidím. Manželovi rodiče jsou již v důchodovém věku, ale přesto chodí do práce, aby nám finančně pomohli, když holky potřebují nové boty a podobně. Ale nechceme je přetěžovat, také potřebují zasloužený odpočinek. To, že manžel zůstal na čas doma, byla prostě existenční nutnost, leč finančně náročná. Naštěstí fungují nejrůznější organizace a instituce, které nám pomohly, maminky a přátelé nevyjímaje. Donedávna jsme totiž v pěti bydleli v bytě 1+1, kde se navíc objevily plísně, které pro Davídku, tehdy téměř bez imunity, znamenaly smrtelné nebezpečí. Městská část nám naštěstí pomohla sehnat nový byt a odpustila tříměsíční nájemné po dobu rekonstrukce, což byla obrovská pomoc a úleva.





CHYBÍ SAMOTA I SPOLEČNOST

Mnoho lidí říká: „Vy jste tak statečná rodina! Ty jsi tak silná žena!“ Ale vždy to tak není. Jsem utahaná, je mi špatně, Davídkovi je špatně, nechodí, nehraje si, a když vidím tu zvadlou dušičku, semele mne to.

Občas si říkám, jak by bylo fajn mít kouzelný prstýnek a na jeden den být někde sama, v tichu, protože i když manžel vezme Andreu někam ven, ostatní dvě děti mi vždy „zůstanou na krku“. Je tedy paradox, že nejvíc mi chybí sociální kontakt. Tři čtvrtě roku jsem byla zavřená v bytě, Davídek nesměl kvůli imunitě ven, nikdo nesměl k nám. Za tu dobu jsem šla jen asi třikrát vyzvednout Andrejku ze školy. Možná to tedy bude znít divně, ale do toho Motola se občas vlastně těším.



NEMOCNICE MOTOL – PŘÁTELTVÍ, POCHOPENÍ A ZDRAVOTNÍ KLAUNI

V Motole s ostatními zažíváme společné starosti, bolesti i smutek. Když někomu dítě zemře a vidíte ty maminky, úplně vás to zdrtí. Naopak ale máte radost, když se některé děti vyléčí, a jste šťastní s nimi. Je to taková druhá rodina, přátelé. S maminkami si popovídáme, nikdo na nás nekouká jako na ty „divné“, když hlídáme stravu a nosíme roušku. A co teprve když přijdou Zdravotní klauni! Ať už s kačenou na hlavě, nebo pískacím prasátkem, jdeme do kolen. Celé prostředí se najednou změní, přijdeme na jiné myšlenky a odreagujeme se. Klauni tam nebyli jen pro děti, ale i pro nás maminky. Smály jsme se, až jsme brečely, a ten pocit v nás zůstal dlouho. Vždy jsem se těšila na středy, kdy měli klauni přijít. Ještě cennější ale bylo, když přišli na Silvestra. Vážím si toho, že tam chodí, přestože mají svou práci a své rodiny. Přijdou, aby nás rozesmáli a rozptýlili nebo oddálili chmurné myšlenky, které míváme.

S klauny se ale setkaly všechny mé děti, nejen Davídek. Nikolka během pobytu na ARO, kde ležela s kolapsem ledvin, a Andrea při jednom z vyšetření na celiakii. Ona sice měla nějaká sedativa, tak toho moc nevnímala, já se ale smála na celé kolo! Často se s nimi potkáváme i na ambulanci a to je báječné zpeštění!

„DUŠE ČLOVĚKA NENÍ PŘIPRAVENÁ, ŽE BY TO MOHLO DOPADNOUT ŠPATNĚ. V HLAVĚ VŠAK PŘIPRAVENI BÝT MUSÍTE.“

ZÁVĚREM

Další dítě už kvůli mému zdravotnímu stavu mít nemůžeme, ale hlavně už nechceme riskovat. Chodili jsme k lékařům, prošli genetickými testy, já i manžel jsme zdraví, nikdy jsme neužívali drogy. Ano, ptali jsme se „proč?!“, ale nezbyl nám jiný závěr, než že to tak prostě mělo být. Nikdo ale neví, co nás ještě čeká. Andrea bude mít cukrovku a celiakii celý život. Nikolce už 21. chromozom také nikdo neodpáře, ovšem šance, že se Davídek vyléčí a bude žít plnohodnotný život, tu je. My i on se budeme bát asi celý život, ale těším se, až začne chodit do školky a hrát si jako jiné děti. Věřím, že my všichni budeme jednou zase normálně žít jako jiné rodiny!



Sestra **Svíčková** doporučuje recept Romana Vaňka

Vítáme vás u vaření se Zdravotními klauny! Věděli jste, že mnoho z nich má k jídlu a vaření tak kladný vztah, že se touto vášní inspirovali i při výběru svých klaunských jmen? Teď vám proto prozradí svůj univerzální návod, jak být skvělými kuchaři!



ROMAN VANĚK

Popularizátor oboru gastronomie, autor kuchařek, tvůrce internetových pořadů o gastronomii a zakladatel Pražského kulinařského institutu, který nabízí kuchařské kurzy pro odborníky i laiky. Známy je také díky vlastním internetovým pořadům Jídlo s.r.o. a Peklo na talíři, v nichž poukazuje na úroveň české gastronomie a stolování. S manželkou Janou vychovává dcery Terezu a Kateřinu.

Jak jistě víte, strava má být **Karla LAHODNÁ** a sestra **PESTRÁ**. Důrazně se nedoporučují sestra **NOUZOVÁ** řešení, která se tváří jako doktorka **NEŠKODNÁ**, ale přitom by z jejich požití mohla být nejedna vrcholová sestra **PATÁLIE**. Základ tvoří kvalitní suroviny, ať už je doveze doktor **TRAKTOR**, nebo doktor **PARNÍK**. Zelenina musí být sestra **ZÁŘIVÁ**, Květa **STONEČKOVÁ**, krásně sestra **OLEJNÍČKOVÁ** a samý doktor **VITAMÍN**. Kapusta jediná sestra **HLÁVKOVÁ**. Z dýně bereme nejlépe druh sestra **GIGANTY**, ale pozor, žádná nesmí být na poklep sestra **DUTÁ!** Ideální dodavatel zeleniny je samozřejmě váš známý doktor **ZAHRADNÍČEK**.

A ovoce? Limetka musí být správně sestra **KYSELÁ**, broskev jemňoučce sestřička **CHLUPATÁ** a krásně zralá. Jen tak se vám na stůl dostane doslova sestra **VITAMÍNOVÁ** bomba!

Omáčky. Ať už tradiční sestra **SVÍČKOVÁ**, či oblíbená Jožina **RAJSKÁ**, aby byla vrchní sestra **VÝBORNÁ**, musí být v první řadě sestra **HUSTÁ!** Ohledně masa zase pozor, aby to zakoupené nebyl nějaký doktor **ŤUHÝK!** Ideálně když vám ho doveze rovnou sám doktor **HAJNÝ**.

Pak už servírujte s klidným svědomím bez ohledu na to, zda je na menu španělský pan **PTÁČEK**, doktor Kája **BAŽANT**, paní sestra **BAŽANTOVÁ** (pardon, koroptev), či tihnete ke staročeské klasice, jako je doktor **VEMENO**, doktor **VOHÁNKÁ** nebo doktor **HUBA**. Ale pozor, do hrnce nepatří doktor **KRKAVEC** ani doktor **KŘEČEK!** Příloha. Ta by měla být s masem a omáčkou vždy vhodně vrchní sestra **SLADĚNA** – nabízí se knedlík, docent doktor **SUCHAR**, doktor **HOUSKA** či příloha jaksi Antonie **TOPINKOVÁ**.

Za zmínku stojí také kuchyňské náčiní. Důležitá je sestra **POŘÁDNÁ** kudla, žádná doktorka **PRUŽNÁ** a sestra Anděla **TUPÁ** kudlička, to by byla veškerá snaha Carmen **MARNÁ**. Stejně tak sestra **PRKENNÁ** krájecí podložka – alias doktor **PRKNO** či prkénko – by měla být kvalitní dřevěná, nejlépe sestra **DUBOVÁ**. Servírujeme zásadně na talíř vyleštěný a doktor **HORKÝ!**

Nezapomeňme, že na závěr každého menu patří dezert! Může to být chuťovka lehká až Heda **PIŠINGROVÁ**, sestra **SLADĚNÁ** jako Alfréd **CUMEL**, každopádně vždy chuťově sestra **PLNÁ!**

A jaké jsou atributy té nejlepší kuchařky? Rozhodně není Olina **BLÁHOVÁ**, sestra **PRUDKÁ** ani sestra **UŽVANĚNÁ** a už vůbec ne sestra **VYKULENÁ**. Naopak by měla být doktorka profesorka **CHYTRÁ** a sestra **NĚŽNÁ!**

A nejlepší kuchař? Do své práce dává doktor René **SRDÍČKO**, rozhodně je doktor **PĚKNÝ** a pro svou práci doslova doktor **HOŘÍ!**



SESTRA
SVÍČKOVÁ

Jak často si dopřejete svíčkovou?

Třeba jednou za měsíc. Ale v restauraci. I když se trochu bojím, že bude tvrdá. Já jsem totiž taky někdy natvrdlá. Přesto mám radost, že i přes mírnou uleženost jsem pořád k sežrán!

Která lehčí jídla máte ráda?

Míchaná vajíčka na cibulce. Taková ta mírně tekutá, po těch se můžu tlouct!

Které jídlo považujete za nejrychlejší na přípravu?

Všechna, která udělá někdo jiný.

A příkladem přesně takového kuchaře je rozhodně **ROMAN VANĚK**, který se s vámi podělí o svůj recept na pořádné jídlo – národem milovanou tradiční svíčkovou, která voní i z obrázku!



HOVĚZÍ SVÍČKOVÁ S KARLOVARSKÝM KNEDLÍKEM

POSTUP NA SVÍČKOVOU:

Špek nakrájíme na špalíčky široké 0,5 cm a dlouhé 4 cm a vložíme je na 15 minut do mrazáku. Koření a bylinky pevně zavážeme do gázy nebo plátýnka. Mrkev, celer a petržel nakrájíme na kostičky o hraně 1 cm. Cibuli nakrájíme nahrubo. Jablko oloupeme a dužninu nakrájíme na kostky o hraně 1 cm. V maso na několika místech úzkým nožem prořízneme kapsy a vsuneme do nich namražené špalíčky špeku. Maso důkladně osolíme a ze všech stran opepříme čerstvě mletým pepřem.

V kastrolu na větším ohni rozpálíme sádlo a maso na něm opečeme ze všech stran dohněda. Maso vyndáme na čistý talíř. Snížíme oheň pod polovinu, do kastrolu přidáme máslo a případně špek, který zbyl ze špikování masa. Přidáme mrkev, celer a petržel a za častého míchání je orestujeme dozlatova. Přidáme cibuli a také ji orestujeme dozlatova. Přidáme jablko a i to orestujeme dozlatova. Často mícháme. Vsypane cukr, zamícháme a necháme ho rozpustit. Přidáme hořčici a pytlíček koření. Promícháme. Přilijeme ocet a necháme ho zcela vyvařit, takže na dně kastrolu zbude opět jen tuk, žádná tekutina. Zalijeme vínem, které necháme odvařit na polovinu objemu. Vložíme maso a zalijeme ho horkou vodou tak, aby bylo téměř ponořené. Přidáme lžičku soli. Přivedeme k varu, stáhneme oheň na minimum, přiklopíme poklicí a necháme pomalu dusit 2,5 hodiny nebo až bude maso zcela měkké. Poté vyjeme sáček s kořením a maso a uložíme ho stranou na teplé místo.

Na jemném struhadle nastrouháme kůru z poloviny omytého citronu (pouze žlutou vrstvu) a přidáme ji do omáčky společně s jížkou. Promícháme, přivedeme k varu, stáhneme oheň pod třetinu a vaříme 15 minut.

Třetinu zeleniny z omáčky odebereme plochým sítkem a vyhodíme. Do omáčky přilijeme smetanu, zbylou zeleninu v omáčce rozmixujeme dohladka a přepasírujeme přes jemné síto do čistého kastrolu. Omáčku dochuťme solí a trochou citronové šťávy a zamícháme. Maso nakrájíme na plátky a prohřejeme v hotové omáčce. Podáváme s brusinkovou marmeládou.

POSTUP NA KNEDLÍKY:

Rohlíky nakrájíme na kostky o hraně 1 cm. Vejce rozdělíme na bílky a žloutky – z bílků ušleháme tuhý sníh, žloutky lehce prošleháme s mlékem. V rendlíku rozpustíme máslo. V míse smícháme rohlíky, mléko se žloutky, rozpuštěné máslo a petržel, přidáme sůl, muškátový oříšek a dvě špetky čerstvě mletého pepře. Zamícháme. Postupně opatrně vmícháme sníh z bílků. Připravenou hmotu položíme na potravinářskou fólii, pevně zabalíme do tvaru bonbonu a poté do ještě jedné vrstvy fólie. Vložíme do vroucí vody a vaříme 25 minut. Hotový knedlík vybalíme z fólie, necháme 3 minuty odpočinout a nakrájíme na plátky silně 1,5 cm.

SUROVINY NA SVÍČKOVOU:

100 g špeku
6 bobkových listů
10 kuliček nového koření
10 kuliček černého pepře
1 větvička čerstvého rozmarýnu
5 snítek čerstvého tymiánu
250 g oloupané mrkve
200 g oloupaného celeru
200 g oloupané petržele
300 g oloupané cibule
200 g jablek zbavených jádřinců
1,2 kg loupané hovězí plece
sůl, pepř
1,5 lžičce sádla
60 g másla
100 g cukru krupice
2 lžičce plnotučné hořčice
100 ml octa
150 ml suchého bílého vína
1 citron
3 lžičky jíšky
250 ml smetany, min. 31%

SUROVINY NA KNEDLÍKY:

20 starších rohlíků
5 vajec
500 ml mléka
100 g másla
1 lžička soli
¼ lžičky nastrouhaného muškátového oříšku
sůl, pepř
4 lžičce nasekané plocholisté petržele

POTŘEBUJEME:

gázu nebo čisté bílé plátýnko, kuchyňský provázek, tyčový mixér, cedník

VAŘÍ SE 3 HODINY A NASYTÍ 6-8 LIDÍ!

TIPY:

Maso na začátku po prošpikování můžete svázat kuchyňským provázkem, abyste mu dali tvar válečku a v talíři nakonec vypadalo lépe. | S namraženým špekem se během špikování masa lépe pracuje. | Pokud zavážete koření a bylinky do gázy, budou se vám lépe vyndávat z omáčky a nebudete je muset lovit jednotlivě. | Nebojte se třetinu zeleniny před mixováním vyhodit. Ve svém celém množství předala omáčce svou chuť, ale kdybyste do omáčky zamixovali zeleninu všechnu, výsledná chuť by byla příliš zeleninová a omáčka zbytečně hustá. | Použijte čerstvou tučnou smetanu – nízkotučná 12% smetana se v omáčce srazí. | Z citronu nastrouhejte jen žlutou část kůry, bílá je hořká. | Loupanou hovězí plec lze nahradit hovězím válečkem. Můžete také použít srnčí nebo jelení kýtu – v tom případě přidejte do sáčku s bylinkami a kořením 3-4 kuličky jalovce. | Chcete-li omáčku silnější, použijte místo vody hovězí vývar. | Svíčková chutná nejlépe až druhý den. | Než začnete rohlíky krájet, zbavte je máku. | Sníh z bílků vmíchejte po částech a opatrně, aby bílek nespadol. | Těsto na knedlík zabalte do dalšího kusu potravinářské fólie proto, abyste měli jistotu, že během vaření nevyteče. | Hotový knedlík můžete zamrazit. Hotový knedlík ohřejete jednoduše v kastrolu s trochou vroucí vody na pařáčku pod pokličkou.



text: Kateřina Procházková, Roman Vaněk | foto: repro z knihy Velká kuchařka Čech a Moravy, archiv ZK

Povídka Zrcadlo

Život nám občas postaví do cesty osobu, o které si říkáme, že už nemůže být odlišnější než my sami. V přátelství to může být obohacující a v manželství vyčerpávající; v zaměstnání katastrofa, obzvláště když jeden z oně dvojice je nadřizený a druhý podřízený.

Zajímavou sondu do tohoto druhu vztahů zažívají zdravotní klauni velice často. Tak třeba dvě letité klaunské kolegyně Hanka a Katka. V civilu jsou si podobné jako vejce vejci, jeden by skoro řekl, že jsou to sestry. Ale jakmile si oblečou klaunský kostým a nasadí červený nos, stanou se z nich doktorka Bohumila Hrabalová a zdravotní sestra Anastázie Neškodná. A ty jsou si rázem podobné asi jako voda a oheň.

Tak například... Hrabalová je stále plná energie a chvíli nepostojí. Neškodná stojí tam, kde jí postavíš, a přitom vždycky překáží. Hrabalová je komunikativní, otevřená a společenská osoba, která rozmluví i kámen. Neškodná omezuje svou slovní zásobu na „Dobrý den“ (používá zásadně při odchodu) a „Jo“, což je její jediná reakce nejen na otázky, ale i na věty oznamovací a zvolací. Hrabalová chytí letící míč i poslepu a levačkou. Neškodná nejen že letící míč nechytí, ale dokáže ruce nastavit tak, že se jí míč odrazí nejdříve do obličeje a následně zasáhne nejdražší předmět v místnosti.

Sami vidíte, že spolupráce těchto dvou žen je potenciálně přinejmenším složitá.

Jednoho dne se tento potenciál rozvinul do neobvyklých výšin. Vizita na dětském oddělení se nekonečně protahuje – tu nemůže Hrabalová Neškodnou dostat na pokoj, pak jí zase nemůže dostat z pokoje ven. Tu se jí Neškodná zamkne ve skříni, pak spolu dvacet minut vyhazují jediný papírek do odpadkového koše... a NEVYHODÍ HO!

Přesto se doktorka statečně drží. Do konce vizity už zbývají poslední dvě pacientky na jednotce intenzivní péče – Pavlínka a Raduška. Hrabalová se zastavuje na chodbě před JIP. Otáčí se na Neškodnou a pokládá jí ruce na ramena v konejšivém gestu. „Domluvme se. Tentokrát zůstanete stát ve dveřích a nebudete dělat vůbec nic. Ano?“ „Jo.“

Potěšeně otevírá velké posuvné skleněné dveře s nadějí, že se tentokrát dostane i na nějakou tu doktorínu. První kroky do pokoje, děvčata radostně vzhlížejí ke dveřím a Hrabalová otevírá náruč k srdečnému pozdravu: „Dobrý...“ Hňác. Neškodná v závěsu za Hrabalovou vstupuje do pokoje. „Ne, sestřič, to jsme si asi nerozuměly. Vy zůstanete ve dveřích.“ „Jo.“ Odvádí Neškodnou zpět, otáčí se, otevírá náruč: „Dobr...“ Hňác hňác. Děvčata se uchechtou. „Nene, sestřič! My jsme si SLÍBILY, že počkáte v těch dveřích, pamatujete?“

„Jo.“ Odvádí ji, otáčí se, povoluje tuhnoucí úsměv, otevírá náruč a... Hňác hňác hňác. „Hrrrrrrrrrrr,“ vydává hrdelní zvuk dlouho potlačovaného vzteku. Raduška vyprskne, Pavlínka se škodolibě culí. Hrabalová se v rostoucím zoufalství rozhlíží po pokoji. Někde tu musí být něco, čím Neškodnou zastaví... A náhle to spatří! Nad umyvadlem visí festovní, metr široké zrcadlo. Neváhá, přiskakuje a snímá ho ze zdi. Výhružně se otáčí k Neškodné a přibližujíc se k ní zlověstným hlasem odsekává: „Vy tady teď přede všemi mně i sama sobě budete přísahat, že zůstanete stát v těch dveřích!“ Zamíří na ni zrcadlem. „Jo.“ Hrabalová povoluje zařaté svaly, odvádí Neškodnou na místo a téměř rozjařeně míří zpět k umyvadlu. Pověsit a šup vyšetřovat.

Škrrrr. Jezdí po zdi rámem zrcadla. Děvčata ji zvědavě sledují. Neškodná sebou škuब्ne. Hrabalová přísně: „Klid, sestřič. Jen nemůžu najít ten hřebíček. Hlavně se nehýbejte.“ Škrrrr škrrrr. Děvčata se uchechtávají. Neškodná přešlapuje. Hrabalová už nervózně: „Já to zvládnou, sestřič. Hlavně se NEHÝBEJTE!“ Otáčí zrcadlo ze všech stran. Škrrrr škrrrr škrrrr. Děvčata se chechtají. Kroky. Hodně kroků. Ale Neškodná je nehybná. Tak co je? Sousedící sesterna za prosklenou stěnou se začíná plnit – primář, staniční sestra, lékaři... ŠKRRRR. Hrabalová zoufale jezdí rámem zrcadla po celé stěně pokoje a bledne v obličeji. „NEJDE TO!“

Hrabalová přisedá do podřepu, tiskne zrcadlo k hrudi a špičkovým krokem proklouzává mezi Raduščinu a Pavlínčinu postel. Tam je totiž ze sesterny nejméně vidět. „Tsst! Neškodná!“ volá polohlasně zpoza postele, „pojdte sem!“ Neškodná stojí a potutelně se usmívá věříc, že je to zkouška. „Sakra, ženská, pojdte sem!“ Děvčata prskají smíchy. Neškodná se dme pýchou nad svou výdrží a vědoucně pokyvuje. „Aaaaarrrrrrgh!“ Zvuk dlouho potlačovaného pološlenství. Hrabalová rezignovaně otáčí zrcadlo na sebe: „Tímto ruším přísahu sestry Neškodné a přísahám, že se jí nic nestane, když vejde do tohoto pokoje.“ Neviditelná pouta rázem povolují, Neškodná se přískokem dostává za Raduščinu pelest vedle Hrabalové. „Musíme to někam schovat, jasný?“ „Jo.“

Vtom se otevírají dveře. Staniční. Obě se vymrští. Hrabalová si zrcadlo zasouvá mezi kolena.

Staniční sestra žoviálně: „Aaaa, paní doktorko! Copak tady dneska máme?“ Neškodná: „Zrca...“ Hňác na nohu. Hrabalová zkoprněle: „NIC!“ Děvčata se dusí smíchy. Staniční ohlásí velkou vizitu a odchází. Hrabalová: „To jste se najednou rozkecala, Neškodná! Pomozte mi radši někam schovat ten krám!“

Pohyb na sesterně, vizita se šikuje. Hrabalová hystericky: „Neškodná, dejte to NĚKAM!!!“ Neškodná bere zrcadlo a cpe ho do postele Radušce. „NĚKAM JINAM, PROBOHA!“ Neškodná bere zrcadlo a cpe ho do postele Pavlínce. „JEŽÍŠMARJÁ, TO NEMŮŽETE JEDNOU ZAPOJIT HLAVU?“ Neškodná se sklání a hlavou strká zrcadlo pod Pavlínčinu peřinu. „ZAPOJTE MOZEK!“

Neškodná se zaráží. Hrabalová propadá panice a začíná hledat místo, kam schová sama sebe. Neškodné se pomalu rozjasňuje tvář. Vyráží směr umyvadlo. Hrabalová skáče šipku pod Raduščinu postel. Neškodná vymršťuje ruce do vzduchu a jediným plyným pohybem zavěšuje zrcadlo na zeď nad umyvadlem.

Bouřlivý potlesk. Děvčata šílí. Hrabalová vykukuje. Před umyvadlem stojí blažená Neškodná a koupe se v moři úspěchu a slávy.

Hrabalová se hrabe zpod postele: „No no, zas to nepřehánějme. Nešlo o život, že.“ Postaví se vedle stále blažené Neškodné. Na chodbě už čeká vizita. Hrabalová opět seriózně směrem k děvčatům: „Takže všechno v pořádku, děvčata, brzy domů. Na shledanou.“ Otáčí se k odchodu a... PRÁSK. Hlavou přímo do prosklených dveří, za kterými na ni už spořádaně čeká její věrná společnice Neškodná.

Autorka: Hana Strnadová (alias Bohumila Hrabalová), psáno pro Humorín



SESTRA
 ANASTÁZIE
 NEŠKODNÁ

Kdyby vás MUDr.
 Hrabalová opět
 požádala, abyste
 zůstala za dveřmi,
 udělala byste to?
 Jo.

Jakl dlouho vám
 většinou trvá
 vyhodit papírek do
 odpadkového koše?
 No...

Když se něco slíbí,
 má se to i dodržet?
 Jo.



V souvislosti se Zdravotními klauny se často mluví o improvizaci a schopnosti reagovat na neobvyklé situace. Jedna taková nastala, když Saša, chlapec, kterého klauni v plzeňské fakultní nemocnici navštěvovali několik let, dospěl a přecházel z dětského oddělení na dospělé. Na rozloučenou a na cestu do dospělosti mu plzeňský klaunský tým pod taktovkou doktora Herberta Učíka (civilním jménem Jakub Doubrava) a doktora Těhly (Petr Vydarený) nahrál a slavnostně předal (foto nahoře) CD Nikdy neříkej nikdy, kombinující hiphopové rytmy, kytarové riffy a nekompromisní texty. Požádali jsme Jakuba, aby jeden text napsal také pro náš magazín. Kdo by si chtěl Kubovy houpavé verše zadeklamovat a má někoho po ruce, může ho požádat o beatboxerský doprovod podle autora originálního notového zápisu níže.



DOKTOR HERBERT UČÍK

Kde v těle sídlí literární talent?

Jsou to jakési „uz linky“, malá centra na různých místech těla. Říká se jim Lymphogranulla poens či poetica.

Jaký je váš oblíbený rytmus?

Rytmus dechu, rytmus srdce, střídání dne i noci, rytmus cyklu ročních období, rytmus střídavý i stejnosměrný. Zkrátka rytmus univerza.

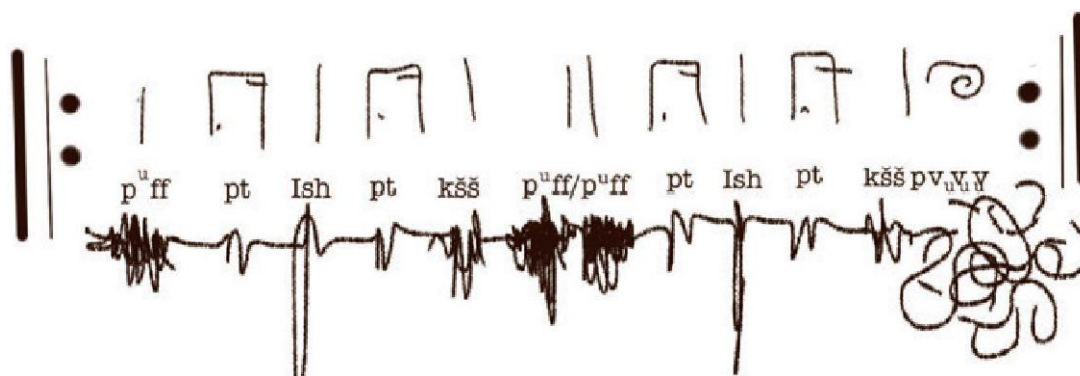
Které slovo se podle vás do poezie vůbec nehodí?

V současné době probíhá výzkum sloužící k vytvoření univerzálního antipoetického lexikonu. Už teď se proslychá, že nepřipustné bude např. slovo poezie či slovní spojení „v současné době probíhá výzkum“.

Písnička

JOU JOU JOU

autor textu a notace: Jakub Doubrava | foto: archiv ZK



1. Joujoujou! Jdu do toho hrou, celou osobou,
ne pouhou osovou osnovou, s veškerou brvou,
na prvou, druhou, se ROZ houpnout!

2. Joujoujou! Mír, pokoj na pokoji všem!
Jsme jeden velkej klan, a kdo to nepobral,
se dávno ztratil, asi nepobral, však stejně neprohrál.

Protože

3. Joujoujou! Jeden nos, tělo & hlas,
každěj zvlášť jsme jeden z nás!
My zas & čas, emoce zní jak struna, vlas...

4. Joujoujou! Tohle je naše mise životní,
jsme jeden Welkej Klan zdravotní,
a že mi „u“ teď z toho slova vypadlo?
Tohle je víc než divadlo!
Víc než „u“klonit se je znovu do toho jít
a klaunem být!

Následuje rozcvička:

PŘEDklaunem
ZAklaunem (nikdo nesmí stát!)
VYklaunit! (kliku chytit akorát!)
Uklaunit se
(vejít, jen to ne...
POklauní!!!)

Filozofie, antropologie a...



KLAUN?

Kromě výzkumů přímých účinků klaunování na fyzický a psychický stav pacientů se řada vědeckých badatelů věnuje hloubkové analýze postavy klauna a humoru jako takového. Zkusili jste si někdy položit otázku, co je to vtip? A proč je pro člověka tak přirozené, důležité a léčivé se smát?

1 OSVOBOZUJÍCÍ SMÍCH

Dá se vůbec popsat, co je vlastně vtipné? Možná nejlépe se definici vtipu přiblížila britská antropoložka Mary Douglasová. Ta jej charakterizuje jako situaci, v níž jsou převráceny běžné vztahy, a my si tak uvědomujeme, že žádné standardní uspořádání věcí není nevyhnutelné. Jednoduše řečeno: Smích je vlastně úlevné osvobození od něčeho, co bereme zcela vážně. Jako antropoložka ale Douglasová samozřejmě chápe, že vnímání vtipnosti určité situace není univerzální a že se v různých kulturách a sociálních podmínkách liší. Nám by třeba sotva přišel humorný zvyk Kagurů házet exkrementy na svoje bratrance.

Viděno očima českého filozofa Radka Chlupa je možné vtip srovnat s určitou formou rituálu. Jádrem rituálu je totiž konfrontace základních kategorií společnosti s něčím, co stojí zcela mimo ně – s chaosem, antistrukturou, nicotou. Děje se tak na hraničním území, na pomezí všech struktur (viz pohled Victora Turnera níže), kde se otevírá prostor umožňující tyto kategorie změnit, vylepšit, obrodit. Vtip dělá v podstatě to samé – přechodně rozvrací platné vztahy a hierarchie, což ústí ve výbuch smíchu, tj. chaotické síly, která jako by za běžných okolností byla z našich životů vytlačena. A smích je osvobozující zejména v tom, že dokáže zrušit všechny rozdíly mezi účastníky vtipu a jakýmsi zvláštním způsobem je propojit v jedné nerozlišené sounáležitosti. Všichni pak známe pocit projasnění a uvolnění, který za takovým výbuchem smíchu následuje.

3 CHAOS, ŘÁD A PROSTŘEDNÍCI

Setkání s nemocí je pro většinu lidí setkáním právě s oním chaosem, jenž se objevuje při rozpadu struktur, o které se člověk do té doby opíral. Raviv vidí esenci práce zdravotních klaunů v tom, že dokážou být prostředníky mezi tímto chaosem a řádem. Podle Raviva má každý člověk určitou sebeléčebnou kapacitu, jejíž bránu otevírá humor a fantazie. Zdravotní klaun je tu od toho, aby člověka provedl na cestě k této bráně. Po sdílení takového zážitku může pak pacient vidět svou situaci z jiné perspektivy, z níž se zdá méně úzkostná.

Jak bychom tedy mohli shrnout význam humoru v našem životě? Žít v řádu je nezbytné. Setkávat se s chaosem je nevyhnutelné. Podle britského antropologa Victora Turnera musí každý řád být dokonce zakotven v chaosu a musí se s ním periodicky konfrontovat, aby se nerozpadl. Tuto konfrontaci nám umožňuje právě humor. A navíc způsobem, který je více než dobře snesitelný. Slovy již zmiňovaného filozofa Chlupa: „Nicota ve vtipu pouze chvilkově probleskne, a to způsobem, který je zábavný a hravý. Proto lze setkání s ní vydržet.“ Průvodci při těchto zvláštních, radostných a osvobozujících setkáních mohou být právě zdravotní klauni.

2 ZE STŘEDOVĚKÉHO KARNEVALU DO MODERNÍ NEMOCNICE

Není tedy náhodou, že humor a vtipkování byly a jsou součástí mnoha rituálů. V evropské tradici bychom mohli za tento typ rituálů označit středověké a renesanční karnevaly. Klaun byl při těchto oslavách dominantní figurou, protipólem krále, kontrastem k veškeré hierarchii a řádu dané doby. Lidé středověku žili jakoby ve dvou světech – ve světě každodenní reality a ve světě karnevalů. Díky tomu mohla být ventilována touha běžných lidí osvobodit se od náboženské nebo politické ideologie, a tím udržována stabilita ve společnosti.

Paralely mezi touto klaunskou tradicí a současnou praxí zdravotních klaunů zkoumá izraelský klaun a divadelní teoretik Amnon Raviv. Zdravotní klauni jsou stále vnímáni jako archetypální postavy pohybující se na hraně reality a imaginace. Jenže zdravotní klauni nevytvářejí izolovaný svět karnevalové zábavy, jako tomu bylo ve středověku, ale naopak ho propojují s běžným životem. Přinášejí smích, veselí, úlevu a fantazii do míst, která jsou pro tyto účely na první povrchní pohled nejméně vhodná – do nemocnic, v nichž vládne pevný řád a hierarchie a kde se člověk často potkává s bolestí, osaměním a nejistotou.

„VTIP PŘECHODNĚ ROZVRACÍ PLATNÉ VZTAHY A HIERARCHIE. DŮSLEDKEM ČEHOŽ JE VÝBUCH SMÍCHU.“

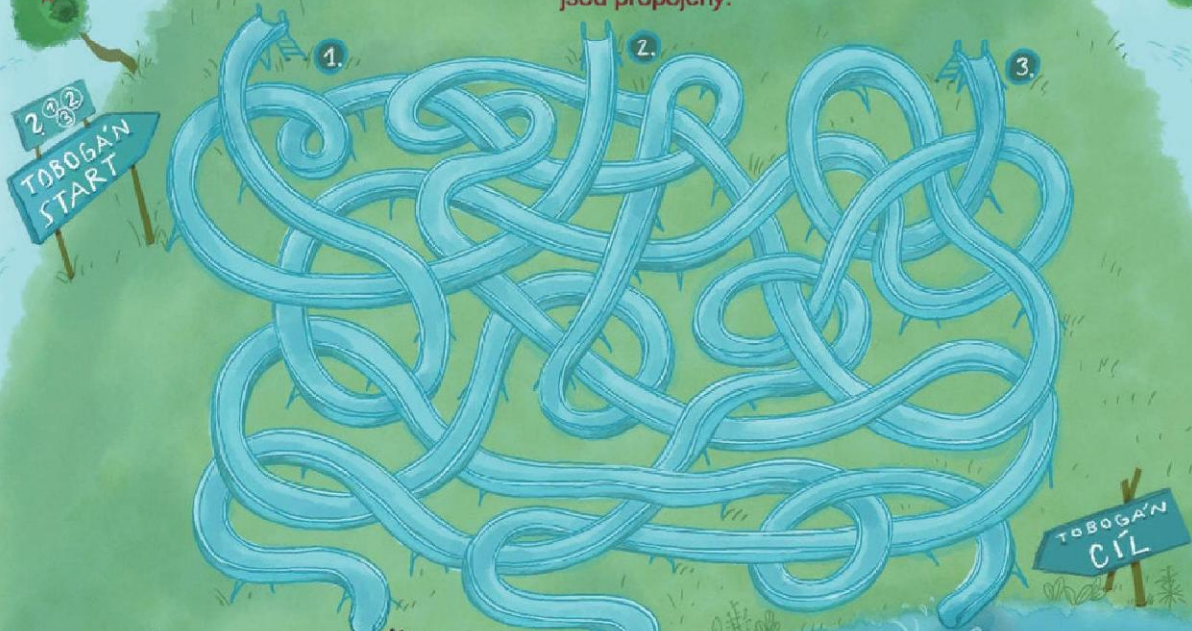
Bludištarium

V BLUDIŠTÁRIU NA VÁS ČEKAJÍ TŘI BLUDIŠTĚ. JEDNO V DOMĚ, DRUHÉ V KORUNÁCH STROMŮ
A VE TŘETÍM SE PROJEDETE NA TOBOGÁNU

DŮM - dostaňte se pomocí schodišť a průchodů na terasu, kde na vás čeká výborný dort. Průchody se stejným písmenem jsou propojeny. Zábradlí znamená, že se musíte vrátit a zkusit jinou cestu.



STROMOVÉ BLUDIŠTĚ - pomocí děr v keři a stromech se dostaňte ke znaku srdce, kde na vás čeká skvělá houpačka. Díry se stejným znakem jsou propojeny.



TOBOGÁN - zvolte správnou cestu do rybníka a osvězte se koupelí. Pozor na bláto a mravence!



Luštěnka

V TAJENCE DOPLŇTE KONEC VTIPU -

Proč klauni, když startují auto, nechávají otevřené dveře?

Aby mohl _____

PRVNÍ ČÁST TAJENKY

DRUHÁ ČÁST TAJENKY

1. LÉTAJÍCÍ BAREVNÝ HMYZ
 2. OPAK DNE
 3. PRUHOVANÁ KOČKOVITÁ SELMA
 4. NOČNÍ PTAČEK
 5. HUDEBNÍ STRUNNÝ NÁSTROJ

Lápkové hlavolamy

SMETÍ



LOPATKA

ZÁPALKY ZNÁZORŇUJÍ
LOPATKU NA SMETÍ.

Přesuňte **DVĚ** zápalky tak, aby smetí, které leží vedle, bylo na lopatce.

DVA TROJÚ- HELNÍKY



Ze **ČTYŘ** zápalek vytvořte dva trojúhelníky.

Kvíz s autobusem



AUTOBUS

Pečlivě si prohlédněte autobus a odpovězte na následující otázku: Na kterou stranu autobus jede (případně se bude rozjíždět)?

Řešení luštěnky, hlavolamu a kvízu naleznete na internetových stránkách
www.zdravotniklaun.cz

ŠKODA

DĚKUJEME ZA 15 LET PODPORY!



SIMPLY CLEVER



text: Alena Seoud | foto: Škoda Auto, a.s.

Partneři nejen na cestách

ŠKODA AUTO patří k tradičním podporovatelům organizace Zdravotní klaun – spolupráce započala již v roce 2002 a pestře polepené škodovky s klaunskou posádkou tak na silnicích potkáváme patnáctým rokem!

Každý den se na cesty mezi 64 nemocnic a 7 domovů důchodců vydává čtveřice vozů ŠKODA, aby dovezla další dávku povzbuzení, laskavé útěchy i radosti tam, kde je jí nejvíce třeba. Mladoboleslavská automobilka je hlavním partnerem organizace Zdravotní klaun od roku 2002 a vedle vozidel každoročně přispívá i finančně. V roce 2016 to bylo 400.000 Kč, letos se Zdravotní klauni mohou těšit na ještě vyšší podporu. „Společenská odpovědnost má v naší firemní politice své pevné místo a konkrétně v oblasti péče o děti jsem přesvědčen o tom, že pomáháme opravdu na správném místě,“ říká Bohdan Wojnar, člen představenstva ŠKODA AUTO za oblast řízení lidských zdrojů.

Za celou dobu spolupráce najely vozy ŠKODA v rukou Zdravotních klaunů přes 2 miliony kilometrů bez problémů a nehod, aktuálně klauni užívají trojici prostorných kombi řady OCTAVIA a jeden vůz RAPID, ve všech případech s úsporným vznětovým motorem.

ŠKODA AUTO má program společenské odpovědnosti postaven na čtyřech prioritách – podporuje projekty péče o děti, v oblasti technického vzdělávání, bezbariérové mobility a dopravní bezpečnosti, k čemuž se přidávají programy namířené na podporu regionů, v nichž má v ČR automobilka své výrobní závody.



Zajímavosti

text: Kateřina Hájková | foto: archiv ZK

SPORT NEJEN PRO ZDRAVÍ...

... ale i pro dobrou věc

Na závodech RunCzech se Zdravotního klauna rozhodli podpořit běžci ze všech koutů České republiky i ze zahraničí. Poznáte je snadno – běží v puntíkatých dresech, s červeným noselem a samozřejmě s úsměvem. Všem děkujeme a do dalších závodů přejeme rychlé nohy.



GERIATRIE

Humor pro dříve narozené

Stále větší oblibě se Zdravotní klauni těší u seniorů. V letošním roce jsme se proto rozhodli rozšířit nabídku programů a domovy pokojného stáří v Praze a Brně navštíví klaunské Varieté. Naši variétní umělci předvedou svá nejlepší čísla, o hudební doprovod se postará živá skupina a nově vzniklý klaunský pěvecký sbor. Věříme, že v budoucnu se dočkají i zařízení v dalších městech ČR.



AMNON RAVIV, PH.D.

Není doktor jako doktor

Naši kancelář navštívil Amnon Raviv, izraelský zdravotní klaun, vysokoškolský pedagog a první nositel titulu Ph.D. ve zdravotněklaunských vědách. Se svými českými kolegy se podělil o zkušenosti z organizace Dream Doctors, která inspirovala vznik programu NOS! (Na operační sál!).



ADVENTNÍ KONCERT

Podpora prostřednictvím televizní obrazovky

K naší velké radosti jsme se stali jednou z neziskových organizací, které se Česká televize rozhodla podpořit v rámci svých adventních koncertů. Kouzelnou atmosféru zlaté adventní neděle si v kostele sv. Mikuláše v Praze vychutnali zástupci naší organizace i samotní klauni. Za projevenou podporu všem ještě jednou děkujeme!



TURNÉ PLNÉ SMÍCHU

Podruhé!

Zdravotní klauni se znovu rozjeli do nemocnic, které z kapacitních důvodů nemůžeme navštěvovat pravidelně, aby potěšili tamější pacienty malé i větší, seniory, rodinné příslušníky a nemocniční personál. Během čtyřdenního turné navštívili osm míst a vykouzlili na mnoha tvářích bezpočet úsměvů.



Máme nos na dobré lidi!

Pomáháme dětem v nemocnicích zapomenout na bolest a strach. Už více než 15 let vnášíme radost a smích do jejich životů.

A co Vy?

Lenka 31 let
přispívá od roku 2012

**Přidejte se
k dobrým lidem!**

Pošlete dar na
účet veřejné sbírky
20202020/0600



nebo zadejte online platbu na
www.zdravotniklaun.cz



Jana, 36 let, zdravotní klaunkou od roku 2001



Honza, 40 let, zdravotním klaunem od roku 2005



**ZDRAVOTNÍ
KLAUN**



Helena, 43 let, zdravotní klaunkou od roku 2008