

Pomoc má mnoho tváří

Magazín Diakonie ČCE | jaro 2022

Lenka Vašutová:

**Každá z maminek, které
v azylovém domě potkáváme,
nás naučí něčemu novému.**

- 2** **Zamyšlení**
Všechna tma jednou pomine a přijde ráno
- 3** **Rozhovor s kaplanem
Danielem Hellerem:**
I lidé s mentálním handicapem
mají spirituální potřeby
- 6** **Kampaň Stejná odměna** upozorňuje na nerovnosti
v odměnách v sociálních službách
- 8** **Reportáž:**
Příběhy, které rozplétají sociální
pracovnice v azylových domech
- 11** **Rozhovor s Pavlem Drdelem,**
autorem Postní kuchařky
- 13** **Uvařte si s námi** postní jídlo
- 14** **Diakonie se zapojila do pomoci lidem**
zasaženým válkou na Ukrajině

Pomoc má mnoho tváří

Magazín Diakonie ČCE pro zaměstnance i širokou veřejnost. Vychází 4x ročně.

Vydává Oddělení komunikace Diakonie ČCE, Belgická 22, 120 00 Praha 2, ok@diakonie.cz

Redakční rada: Vendula Janů, Ivo Mareš, Martina Pecinová, Adam Šůra, **grafická úprava**

a sazba: Tereza Savická, **foto:** K. Cudlín, P. Drdel, J. Šilar, archiv Diakonie, pixabay.com



Za monitoring médií děkujeme společnosti NEWTON Media.

Vážení a milí čtenáři,

těžko změřit hloubku úzkosti, která nás přepadla, když jsme se ono ráno dozvěděli, že v Evropě začala válka. Sice za hranicemi naší bezpečné a chráněné unie, ale přesto svým způsobem také u nás. Vždyť téměř každý má mezi známými či sousedy někoho z Ukrajiny, případně z Ruska. Obyčejní Rusové jsou mimochodem úplně stejně zděšení jako my. Z úzkosti mohou vzejít různé reakce. Vztek na agresora stejně jako na oběť. Snaha zavřít oči, tvářit se, že se nic neděje. Rezignovaný strach. My ale sledujeme něco jiného: obrovskou vlnu solidarity. Bezohledné agresí čelíme lidskostí. Není to důvod k sentimentu a už vůbec ne k sebeobdivu. Ale jedno si snad smíme uvědomit, totiž že čerpáme z našich nejhlubších tradic. Odvaha čelit lidskostí nenávisti a zlu, to není samozřejmost. Je to dobrá zvěst poprvé v plnosti vyslovená před dvěma tisíci lety. Je to poselství Velikonoc.

Inspirativní čtení vám přeje



Jan Soběslavský, ředitel Diakonie ČCE

VELIKONOČNÍ ZAMYŠLENÍ

Když bylo poledne, nastala tma po celé zemi až do tří hodin. O třetí hodině zvolal Ježíš mocným hlasem: „Eloi, Eloi, lema sabachtani?“, což přeloženo znamená: „Bože můj, Bože můj, proč jsi mě opustil?“ (Mk 15,33–34)

Tma po celé zemi od poledne do tří hodin. Mnozí vnímáme tmou, která nás obestřela spolu s pandemií nebo válkou na Ukrajině. Svět se změnil...

Čas lidí před Kristem prý byl čas těhotný očekáváním, že dobrý konec lidského příběhu bude realita. Špatné konce už trvaly moc dlouho. Na Velikonoce se to změnilo...

Ale co my po dvou tisících letech? Platí ten dobrý konec i pro nás? Jak nemáme

propadnout pocitu, že už zase nás Bůh opustil?

Všechna tma jednou pomine a přijde ráno. Dějiny neskončily na Velký pátek. Pohádky byly napsány s dobrým koncem, protože naše duše má naději zakořeněnou v sobě hlouběji, než bychom čekali. Naděje je důvěra v Boha, že mě neopouští. I když na mém kříži je někdy tak vzdálený, jako by na něm se mnou nevisel. A přece tam byl. Opuštěný a bezmocný. A třetího dne se objevil v zahradě za jasného rána a promluvil na mě. Kříže jsou jen křížovatky na cestě, nenechejme se jimi připravit o radost ze slunce nedělního rána.

■ **Juliana Hamariová**



S Danielem Hellerem o kaplanské službě v Diakonii

Kaplaní pracují v Diakonii už dlouho, ale neoficiálně a často i dobrovolnicky. To se má změnit. Do tří let chce mít Diakonie nejméně sedm kaplanů ve svém zaměstnaneckém stavu. O tom, co všechno takhle práce obnáší, jsme mluvili s [Danielem Hellerem](#) z [Diakonie Valašské Meziříčí](#).

V Diakonii působíte dlouhodobě. Jak k tomu došlo, že jste se stal kaplanem?

Práci v Diakonii jsem dostal za úkol od místního evangelického sboru, který si mě zvolil za faráře. Šlo o kontinuitu. Můj předchůdce se totiž v Diakonii angažoval, středisko ve Valašském Meziříčí s manželkou spoluzakládali.

Jak konkrétně jste začínal?

Setkáními se seniory jednou měsíčně, občasnými rozhovory se zaměstnanci, duchovním slovem na celostřediskových poradách, které se také konaly jednou za měsíc. To už je ale dávná minulost, protože mnohé se změnilo. Přibyly nové služby. Po

spojení s hospicem je středisko velký kolos a jsme tam také čtyři kaplaní. Dělíme si práci. Já se střídám s kolegyní Lenkou Freitingerovou v denním stacionáři pro seniory a ve službách pro lidi s mentálním postižením.

Co může duchovní nabídnout lidem s mentálním handicapem?

I lidé s mentálním handicapem mají spirituální potřeby. To říkám na základě dlouholeté zkušenosti práce s nimi. Mým úkolem je o těch potřebách přiměřeným způsobem komunikovat.

pokračování na další straně

Jak to probíhá?

U lidí s lehčím typem postižení někdy velmi napřímo. Třeba zazní otázka, jestli je peklo, nebo není a kdo se do něj dostane. Nebo se někdo táže, jestli ho má Bůh rád a jestli má rád i jiné klienty, kteří se třeba chovají nějak nevhodně. My bychom se takhle neptali, považujeme to za nevhodné. Přitom si podobné otázky v sobě neseme. Lidé s mentálním postižením se je nebojí vyslovit, pokud jim to jejich handicap umožňuje. A ptají se mě, co si o tom myslím.

A ti, kteří se vyslovit nemohou?

Mnozí mají rádi vyprávění příběhů, třeba s promítáním fotopříběhu. Většinou mají též rádi rituály spojené s písničkou, někdy i modlitbou, protože třeba dříve prošli nějakými církevními zařízeními, kde o ně pečovaly řeholní sestřičky a chodily s nimi do kostela. Někdy je však na nás, abychom vycítili, co jim vyhovuje, nebo po čem asi touží. Někteří klienti, když přijdou do kostela, začnou se kývat a smát. Je zřejmé, že je jim tam dobře. Nevíme proč a oni nám na to asi nikdy neodpoví, ale vidíme, že tam zřejmě nějaký spirituální svět bude, kterému nerozumíme.



Jak probíhá práce se seniory?

Ve stacionáři pro seniory se snažím dělat programy, které jsou na pomezí kultury a náboženství. Vracíme se také často do minulosti, protože pro seniory je důležitá reminiscenční terapie, vzpomínání, které navazuje na jejich vlastní zážitky. Vyprávíme si o tom, co bylo zvykem v jejich rodišti, v jejich generaci a v době jejich mládí i později. Většinou to vyústí v hodnotové povídání: o solidaritě, o manželství a rodině, o partnerství a přátelství apod. Do stacionáře



přichází senioři, kteří ještě žijí u svých rodin. Takže často probíráme témata mezigeneračních vztahů. Nebo si povídáme i o tom, co děje ve světě. Oni nabídnou svůj pohled, já zas svůj.

I lidé s mentálním
handicapem mají
spirituální potřeby.

Například?

Třeba když celou republiku ovládl strach z uprchlíků pocházejících z islámských zemí. Já se velmi varuju toho, abych

probíral nějaká stranicko-politická témata, ale nabídl jsem našim seniorům pohled z Německa. Máme družbu s některými německými luterskými sbory (farnostmi) v Bavorsku. Vyprávěli nám o tom, jak tam integrují velký počet uprchlíků. Tuhle zkušenost jsem mohl předat a rozptýlit nějaké přehnané obavy. Ale nepředstavujte si to jako nějaké intelektuální diskuze. Většinou začneme písničkou, nebo si promítneme pěkný obraz a na to navazujeme rozhovorem.

O jaké obrazy či písně se jedná?

Obrazy klidně moderní, ale málokdy abstraktní. Cítím, že pomáhá, když jsou tam nějaké postavy a mezi nimi nějaký vztah. A píseň? Nejvíc lidová. Mezi seniory se už objevují lidé, kteří mají své mládí spojené s Beatles, za deset let to třeba budou U2, nevím. Lidové písničky ale vedou. Nejen kvůli hudbě. Zpívá se v nich o nešťastné lásce, o tom, co se v životě povedlo nebo nepovedlo. To jsou témata, která nás zajímají.

Čtete také se seniory Bibli?

Při příležitostech křesťanských svátků – něco si k té četbě řekneme. Ale myslím, že cílem není nahrazovat návštěvu kostela.

pokračování na další straně

Je práce kaplana ekumenická?

Ano, pracuje přece s lidmi z různých církví i s těmi, kteří se k žádné církvi nehlásí. Kaplan si nesmí přihřívát svou církevní polívčičku. Spiritualitu lidí, se kterými pracuje, musí respektovat a navazovat na ni, pokud možno jí i rozumět. Proto by také měl mít teologické vzdělání, i když není farář.

A jaká by měla být jeho pozice v Diakonii? Jednu dobu jste byl členem dozorčí rady Diakonie Valašské Meziříčí. Dnes to nepovažujete za dobrý nápad.

Protože roli kaplana, jak ji na základě své zkušenosti chápu, vidím spíš v rozhovoru, v naslouchání, v duchovním doprovázení. Když však máte v Diakonii zároveň vlivnou funkci, očekávají od vás lidé, zejména zaměstnanci, se kterými mluvíte, že budete hájit jejich zájmy. To nedělá dobrotu. Váhám i v tom, jak moc výraznou zpětnou vazbu má kaplan dávat vedení. Minulá paní ředitelka střediska o to stála a myslím, že to bylo i užitečné. Ale kaplan nemá být mediátor, odborník na krizovou komunikaci a už vůbec ne aktivista. Já můžu mít svůj silný názor na to, co se ve středisku děje, a jestli nějaká rozhodnutí byla dobrá či špatná, ale mám si ho nechat pro sebe. Protože kdybych zasahoval do řešení provozních problémů,

nebo se dokonce stavěl na jednu stranu v nějakém sporu, bránilo by to otevřenému rozhovoru. Ale ještě k té pozici v Diakonii: přijde mi dobré, že jsme jako kaplani u uvádění nových zaměstnanců do práce ve středisku, když se připravují na Den Diakonie, kdy skládají slib související s hodnotami Diakonie. Máme možnost s každým hovořit a navázat kontakt. Uvažovali jsme i o tom, že kdyby na to kaplan měl čas, mohl by s novým zaměstnancem projít seznamovací „kolečko“ se službami ve středisku, a přitom by mohla mezi nimi vzklíčit důvěra.

A jak vidíte svou kaplanskou budoucnost?

Spolu s dalšími teď procházím kurzem, který má být v budoucnu podmínkou kaplanství v Diakonii. Dílem se učíme nové věci. Měli jsme teď třeba obsáhlou přednášku o tom, jak fungují sociální služby. Pro mě osobně byla velmi užitečná. Bylo to hodně výborně předaných informací. Částečně se kurz i na základě našich znalostí a zkušeností ještě upravuje, aby byl co nejlépe zacílený. Většina z nás účastníků totiž už dlouhodoběji kaplanskou zkušenost má. Já osobně bych rád v kaplanské práci v Diakonii pokračoval.

■ Ptal se Adam Šůra



Daniel Heller (1976) vystudoval evangelickou teologii. Než přišel do Valašského Meziříčí, působil jako duchovní v Pržně a též na Ukrajině, v obcích Bohemka a Veselínovka obydlených českými krajany. Dlouhodobě se podílí na vedení táborů v Bělči nad Orlicí určených pro děti s postižením, jejich rodiny a dobrovolníky. Kaplanem v Diakonii Valašské Meziříčí je dvanáct let.

Spravedlnost v odměňování

Na nerovné odměňování pracovníků v sociálních službách cílí kampaň Stejná Odměna. V Česku je zavedenou praxí, že pracovníci příspěvkových („státních“) organizací dostávají vyšší platy než pracovníci organizací neziskových („nestátních“). Kampaň žádá nápravu. Spojilo se v ní deset organizací. Vedle Diakonie ČCE je to například Slezská Diakonie, Charita, NADĚJE, či organizace Potravinové banky. Zapojit se lze na stejnaodmena.cz.



Benefiční vycházky po Praze

Parádní vycházky po hlavním městě vedené zajímavými průvodci připravili pracovníci speciální školy v Praze. Vstupné do vycházkové skupiny přispěje na rekonstrukci školy v ulici V Zápoří, která získá nejen nový plášť, ale také spoustu místa navíc. Díky tomu bude moci přijmout až dvojnásobný počet dětí, než je tomu nyní. Vycházky se konají na jaře a na začátku léta. Přihlásit se lze na webu: skolapraha.diakonie.cz/beneficni-prochazky

Klienti poděkovali zdravotníkům

Klienti i zaměstnanci sociálně terapeutické dílny Diakonie Rolnička poděkovali zdravotníkům za jejich nasazení ve složité době epidemie covid-19. Společně se složili na drobné dárky, kterými naplnili vlastnoručně ušité dárkové pytlíčky. Část z nich putovala do laboratoří SYNLAB Czech v Táboře a část sestřičkám do Domácí zdravotní péče Soběslav.



Pečovatelka roku

Po vynucené pauze se opět mohlo odehrát setkání oceněných pracovníků a pracovnic. Patronát po zesnulé Haně Maciuchové převzala známá herečka a vedoucí hudebně-dramatického oddělení Pražské konzervatoře Ilona Svobodová. Moderování se ujal rozhlasový i televizní profesionál Aleš Cibulka. Ocenění získala též řada zaměstnanců a zaměstnankyň Diakonie. Všem osobně poděkoval ministr práce a sociálních věcí Marian Jurečka.

Nahlížet pod povrch

Jaké příběhy rozplétají
sociální pracovníce
v azylových domech



Lenka Vašutová, paní Liběna a její syn Jirka

Bud' opustí svůj byt, nebo přijde o dítě, až se narodí. Takovému dilematu vystavili před sedmi lety úředníci paní Liběnu. Jinak to nešlo. Tehdy devětatřicetiletá žena přišla poprvé v životě do jiného stavu. Bydlela sice ve vlastním, ale bez elektřiny, s dluhy a obklopená muži bez domova. S péčí o dítě měla nulové zkušenosti. Prostředí, ve kterém se celý život pohybovala, nedávalo naději, že by starost o novorozence zvládla.

Mateřský instinkt nakonec zvítězil. Dva měsíce před porodem se paní Liběna svěřila do péče [azylového domu pro matky s dětmi](#), který v Litoměřicích provozuje Diakonie. A na plné obrátky se rozběhla intenzivní práce, která ukazuje, proč Diakonie azylové domy provozuje a jaký mají smysl.

Dobrá praxe

Šestiletý Jiřík o překot vypráví, jak se měl dnes ve školce. Konal se tam karneval. Jiřík šel za policistu. Ještě teď je navlečený do trička imitujícího policejní uniformu. Na otázku, co jinak ve školce dělají, začne klučina zapáleně vyjmenovávat názvy pravěkých ještěřů. Probírali dinosaury a ty on zbožňuje. Chodí do speciální školky pro „živější děti“. Do školy nastoupí až za rok. Získal odklad, který by měl strávit v přípravné třídě, aby si navykl na spořádanější školní prostředí. „Snad ho tam vezmou, mají jenom třicet volných míst,“ říká jeho maminka Liběna.

Se synem Jirkou a novým partnerem dnes obývá malý podnájem 1 + kk na kraji Litoměřic, kousek od velkého parku Mostná hora. Za plat uklízí v jedné z místních lékáren. Spolu s dávkami hmotné nouze, příspěvky na bydlení a přídavky na dítě jí to umožňuje samostatně žít a pečovat o syna. Když ho vyzvedne ze školky, nejvíc času s ním tráví venku, na dětských hřištích.

Když se ovšem paní Liběna do azylového domu Diakonie přistěhovala, nebyla na své dítě vůbec připravena. Normálně mívají maminky dlouho dopředu nakoupenou výbavičku. V sedmém měsíci těhotenství neměla paní Liběna nic. Nenavštěvovala gynekologa, v porodnici o ní nevěděli. Otec dítěte nepomáhal, s vlastními rodiči nebyla v kontaktu.

Pracovnice azylového domu jí rychle pomáhaly zařídit všechno potřebné. Aby nebyla na všechno sama, navštívily s ní i porodnici a nakonec to byly ony, kdo první viděly

narozeneho Jirku. Na svět se dostal císařským řezem. Z litoměřické porodnice ho okamžitě převezli do nemocnice v Ústí nad Labem kvůli podezření na vážnou srdeční vadu. K mamince se miminko vrátilo až za tři dny. Do té doby měla u sebe jen jeho fotku, kterou pracovnice azylového domu pořídily.

„Paní Liběna byla jedna z prvních, kterou jsme doprovázely během porodu,“ říká Lenka Vašutová, sociální pracovnice azylového domova. „Zavedli jsme to potom jako dobrou praxi,“ dodává. S litoměřickou porodnicí rozvinul domov blízkou spolupráci. Sociální pracovnice jsou maminkám k ruce, když s nimi lékaři sepisují porodopis. Má-li o to budoucí maminka zájem, může si prohlédnout porodní sály, aby si lépe dovedla představit, co ji čeká. Jedná se nejen o praktickou pomoc. „Byla to pro mě velká psychická podpora,“ vzpomíná paní Liběna.

Najít dost odvahy

Obvyklá doba pobytu v azylovém domě má podle zákona trvat rok. Lze ji i prodloužit. Smyslem azylových domů ale není poskytovat trvalé bydlení; jedná se o přechodnou pomoc v krizi. Má-li být účinná, vyžaduje to od pracovnic azylového domu umění rozplétat složitá zauzlení příběhů, kterými maminky v krizi procházejí.

Paní Liběna například potřebovala tak intenzivní míru podpory, že panovala nejistota, zda ji neprovází nějaký lehčí typ mentálního postižení. Všechno jí bylo potřeba ukazovat: hygienu o sebe i o dítě, vaření, praní prádla. Měla návyk hromadit věci, které našla na ulici, což dělávají bezdomovci. Jednou třeba přinesla do azylového domu pneumatiku.

Finanční gramotnost jí nic neříkala. Při své důvěřivosti byla zvyklá dát peníze každému, kdo jí o to požádal, když nějaké měla. Sama si přitom o pomoc říkala jen málo.

pokračování na další straně

Vyšetření však ukázalo, že mentálním postižením to není. Spíš nedostatkem běžných životních zkušeností, velkou důvěřivostí a plachostí. Ostatně dodnes působí paní Liběna velmi nesměle. Na rozdíl od syna Jirky, který pusu nezastaví, odpovídá tiše a v krátkých větách.

Kromě řady dovedností ji tedy bylo třeba naučit, aby si uměla říct o pomoc, a aby také víc rozlišovala v tom, komu bude důvěřovat a komu ne. Učila se rychle a zvládla toho dost na to, aby si mohla najít svůj vlastní podnájem.

V novém životním začátku paní Liběně pomohlo vlastnictví jejího původního bytu. Byl sice zdevastovaný, přesto o něj realitní kancelář projevila zájem. Z prodeje zaplatila dluhy a ještě jí zbylo na skromné vybavení nového domova. Pak ale přišlo to nejtěžší: najít dost odvahy znovu se postavit na vlastní nohy. V azylovém domě měla 24 hodin někoho, na koho se mohla obrátit. „Všichni se ke mně chovali dobře. Pomáhali mi. Tady se mi líbilo,“ říká.

Proto vznikl plán postupného přechodu z azylu do vlastního. I po přestěhování paní Liběna docházela jednou týdně do azylového domu na radu. Zároveň ji pracovnice domova s předstihem seznámili s kolegyněmi z organizace NADĚJE, konkrétně její sociálně aktivizační služby, která v Litoměřicích podporuje rodiny v nepříznivé sociální situaci. S těmi je paní Liběna v kontaktu dodnes.

Spolupráci různých organizací v Litoměřicích si Lenka Vašutová pochvaluje: „Máme tu

dobré komunitní plánování, navzájem se známe.“ Když nemůže Diakonie návazné služby nabídnout z vlastních zdrojů, ví, komu může klientku s důvěrou předat.

Týmová práce


Dnes už se s paní Liběnou vídá Lenka Vašutová jen občas. Tenhle příběh se vyvíjí dobře a rozplétat je třeba další. „*Musíme umět jít po povrch,“* říká Lenka Vašutová. Klientka například nepřijde na domluvenou schůzku, což je selhání a nespolehlivost za normálních okolností. Jenomže klientky azylového domu nežijí v normálních okolnostech. „*A my se ptáme, proč k tomu došlo. Protože je paní nespolehlivá? Nebo neumí hodiny a stydí se to přiznat? Nebo je nad její síly pochopit, na čem jsme se domluvily? A pokud ano, co můžeme udělat proto, aby se to změnilo k lepšímu?*“

Teprve když se pod povrch podaří nahlédnout, zjistí se, jestli lze klientce pomoci a vytrvalou podporou ji nasměřovat k samostatnějšímu životu, nebo jestli to možné není a je potřeba se s ní rozloučit. „*Každá z maminek, které tu potkáváme, nás naučí něčemu novému. Každá má svůj životní příběh. Asi to tak má být,“* říká Lenka Vašutová. Za svou práci s ženami v krizi získala letos ocenění Pečovatelka roku v kategorii sociální pracovník. Jak však zdůrazňuje, „*práce v domově je týmová, bez vzájemné podpory by nebyla možná.*“

■ Adam Šůra



Diakonie provozuje dohromady šest azylových domů. Vedle Litoměřic, Mostu, Vlašimí a Ostravy jsou to i dva v Praze. Čtyři z těchto pěti domů jsou určeny pro maminky s dětmi. Jeden přijímá i manžele či partnery maminek, nebo také jenom muže, kteří mají v péči dítě. A jeden z azylových domů je speciální. Sídlí na utajené adrese. Poskytuje totiž útočiště lidem, kteří se snaží vymanit z pracovního vykořisťování.



KURZY DIAKONICKÉ AKADEMIE

Z našich kurzů si odnesete
informace, profesní dovednosti,
chuť do práce a nové nápady.

Naši lektori jsou odborníci z praxe

se zkušenostmi z komerční i sociální sféry. Propojí vaše zážitky, příběhy a otázky s novými informacemi.

Jeden kurz = 10 až 12 účastníků.

To je ideální počet pro interaktivní a intenzivní zapojení.

Kurzy u nás jsou víc než jen POVINNÉ VZDĚLÁVÁNÍ.

To dokládají zpětné vazby od účastníků našich kurzů na stránkách www.diakonicka-akademie.cz.

V NABÍDCE MÁME TYTO OBLASTI: **soft skills** (manažerské kurzy, kurzy osobnostního rozvoje) | odborné kurzy **pro pracovníky v přímé práci** | speciální kurzy **pro sociální pracovníky** | **kulaté stoly** na různá témata pro sdílení dobré praxe

VYUŽIJTE NAŠE TIPY NA JARO:

Nauč se žít svůj vlastní život 13.5.2022

Víte, v jaké míře vás ovlivňují životní příběhy vašich klientů? Umíte si z nich vzít to dobré? Jak nahlédnout zátěž, kterou jste si nevědomě přivlastnili? Lektorkou je zkušená terapeutka Lenka Kohoutková.

Co všechno můžu dělat, aby mne záda tolik nebolela 2.6.2022

Zkušený fyzioterapeut František Vaňous pomůže bolestem zad předcházet. Provede vás cvičeními, která se hodí jak pro fyzicky náročnou práci s klienty, tak pro sedavá zaměstnání.

Arteterapie – zážitek tvoření (koláže) 10.6.2022

Zážitkový kurz vedený arteterapeutkou Kateřinou Moučkovou určený pro všechny, kteří potřebují aktivně relaxovat, tvořit a nabrat síly do další práce. Předpokladem účasti není výtvarný talent, ale ochota otevřít se novým přístupům a možnostem.

Všechny kurzy mají akreditaci MPSV.

Jsme tu pro vás

Diakonická akademie, Belgická 22, 120 000 Praha
www.diakonicka-akademie.cz, tel.: 733 167 715



DIAKONICKÁ AKADEMIE
VZDĚLÁVÁNÍ, KTERÉ MÁ SMYSL



Červená řepa po burgundsku nebo grilovaný květák spolu s kari omáčkou a směsí čerstvých bylinek. To je jenom ukázka z mnoha receptů Postní kuchařky, která vychází spolu se zahájením tradiční [Postní sbírky](#). Kuchařka nabídne originální recepty z domácích surovin, které si můžeme dopřát nejen o půstu, ale po celý rok. Jejich autorem je [kuchař Pavel Drdel](#), majitel strakonické restaurace Sůl a řepa a zároveň jeden z ambasadorů Postní sbírky.

Jak ses dostal k tomu, že jsi pro Diakonii napsal Postní kuchařku?

Diakonie mě loni oslovila, abych připravil šest postních receptů, které lidé dostali emailem, když darovali peníze do sbírky. A mě napadlo podpořit výtěžek Postní sbírky také tak, že jídla zařadím do menu své restaurace. Nakonec se mi pod rukama zrodilo těch postních receptů 45. Nápad je vydat knižně na sebe nenechal dlouho čekat. I za tím stáli lidé z Diakonie.

Jsi věřící?

Nejsem častý návštěvník bohoslužeb, ale věřící jsem. Snažím se chovat tak, abych si v nebi své místo zasloužil, a potkal tak své blízké, které už pár let nevidím. Víra mi navíc pomáhá překonávat i těžké překážky a věřím, že i tichá modlitba dokáže ochránit nejen mé blízké. Také miluji úžasnou atmosféru kostelů, která mě mnohdy donutí zastavit se.

Co pro tebe znamená půst? Praktikuješ jej ve vlastním životě?

Pro většinu z nás je postní období spojeno především s jarní očistou, pro mne však neznamená vzdát se jen masa. Jde také o skromnější přístup k jídlu během celého roku. Třeba i o Vánocích, kdy cítím, že je špatné mít plný stůl, přečpané břicho, když na druhé straně země nemají lidé co jíst. Půst pro mne taky znamená být šetrný nejen ke svému tělu, ale i k přírodě.

Recepty v kuchařce jsou založeny na místních surovinách, žádné avokádo, mango, exotické suroviny. Proč?

Zřejmě je to přirozeným vývojem, ale možná i tím, že stárnu a že mám k místům, kde žiju, mnohem větší vztah než před dvaceti lety. Raději budu pracovat se surovinami, které vyrostly v blízkém okolí než se surovinami, které se k nám musí dovážet z velké

dálky. Nejen že tak ulevím životnímu prostředí, ale podpořím i místní farmáře a zemědělce.

Vaříš tak i ve své restauraci?

Ano. A i když se v menu objevuje maso, na talíři má první místo především zelenina snad ve všech tradičních i netradičních podobách. V mém osobním životě se snažím masu co nejvíce vyhýbat především z důvodu nadprodukce a nemorálního chování k živým tvorům. Stále věřím, že se lidé vrátí zpět k tomu, jak to bylo dříve. Maso se na jídelníčku objevovalo jen zřídka.

Bylo to tak hned od začátku?

Když jsme restauraci otvírali, bál jsem se, jak by naši hosté reagovali na jídla, která jsou připravena z obyčejných surovin, jako je třeba mrkev, celer. A tak se v menu objevovaly suroviny jako třeba hovězí pupek z Namibie nebo chilská vepřová panenka. Na začátky restaurace tedy nejsem příliš hrdý. Po roce a půl jsme se ale vydali tou správnou cestou. Dnes už je většina surovin v naší kuchyni lokální nebo od malovýrobců z České republiky.



Co na to lidi v tvé restauraci?

Velká část hostů k nám dojíždí z celé republiky, což by bylo možné považovat za úspěch. Raději bych však, aby víc chodili místní. Ti na náš způsob nejsou připraveni. Dost často jsou rozčarováni z toho, že v menu nenajdou smažený sýr, řízek, steaky, hranolky... Já ale směr, kterým se ubíráme, měnit nechci. Tak uvidíme, co budoucnost přinese.

V kuchaře i v restauraci hodně využíváš nakládanou, fermentovanou a sušenou zeleninu a bylinky. Není to moc pracné? Budou si to lidi umět uvařit doma?

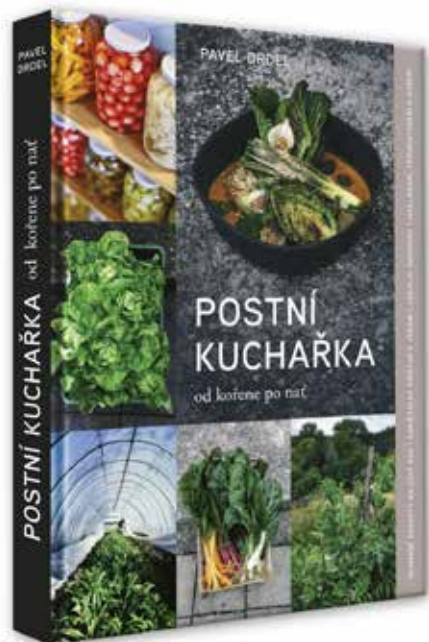
Nakládání, fermentování a takzvané zpracování od kořene po nať je skutečně hodně pracné, ale i v profesionální kuchyni jde

s provozem restaurace skloubit. Odměnou je pak nejen netradičně uložená zelenina, ale v případě fermentace plná vitamínů a probiotik. Kuchařka je připravena tak, aby si každý mohl jídla i nakládanou zeleninu snadno připravit v domácích podmínkách.

Vzdal ses autorského honoráře ve prospěch Postní sbírky, zároveň pomáháš i dětem tady u nás. Kde se to v tobě vzalo?

Myslím, že se s tím člověk narodí. Nemyslet na sebe a pomáhat druhým navíc patří k základní lidské výbavě. A protože za vznikem knihy stála Diakonie, nebylo se nad čím rozmýšlet.

■ Ptala se Ivana Dingová



*Chcete vyzkoušet recept
z Postní kuchařky?
Podívejte se na stranu 13!*

Postní sbírka 2022 je určená Ukrajině. Výtěžek pomůže lidem, které zasáhla ruská okupace země. Peníze použijeme na přímou pomoc uprchlíkům, kteří našli azyl v České republice, i na přímou pomoc Ukrajině.

www.postnibirka.cz

Chcete si pořídit Postní kuchařku? Objednat si ji můžete na webu

www.postnise.cz



Červená řepa po Burgundsku



4 porce



30 minut příprava
50 minut pečení
60 minut vaření



100 g oloupané cibule
8 malých oloupaných červených řep
4 střední mrkve
4 menší petržele
1 menší celer
2 žampiony portobello
olej na pečení
4 stroužky česneku
čerstvý tymián
3 bobkové listy
4 lžíce rajčatového protlaku
0,5 l zeleninového vývaru
0,25 l červeného vína
200 g malých žampionů
sůl
pepř
cukr
ocet

Cibuli nakrájíme najemno a necháme na rozpáleném oleji zesklivatět. Přidáme plátky česneku, tymián, bobkový list a na čtvrtky nakrájené řepy. Orestujeme společně s rajčatovým protlakem. Zalijeme červeným vínem, které necháme vydusit, aby veškerou chuť předalo řepě. Pak teprve přidáme zeleninový vývar. Dusíme doměkka. Dochutíme solí a pepřem.

Oloupanou mrkev a celer překrájíme na menší výseče, dáme na plech, pokapeme olejem, přidáme tymián, osolíme a dáme péct na 140 stupňů celsia do rozehřáté trouby na 40 – 50 minut. Krátce před dopečením přidáme k zelenině na plátky pokrájený žampion portobello.

V rendlíku smícháme cukr s octem, solí a vodou a připravíme si sladkokyselý nálev. Přidáme malé žampiony a 20 minut povaříme. Scedíme a nálev můžeme uchovat na příští vaření.

Na talíř servírujeme červenou řepu s omáčkou, upečenou mrkev, petržel, celer a portobello. Dozdobíme naloženými žampiony, které jídlu přidají příjemně nakyslou chuť.



Prosíme, modlete se za nás

POMOC UKRAJINĚ

Do týdne od zahájení ruské invaze vybraly české humanitární organizace na pomoc Ukrajině přes miliardu korun. Diakonie se na tom podílela stále rostoucí částkou pět a půl milionu korun. Naše pozornost se samozřejmě nejprve zaměřila na dvě ukrajinské organizace, se kterými dlouhodobě spolupracujeme.

Jedná se za prvé o Otcův dům, který provozuje v Kyjevě dětský domov a podporuje pěstounské rodiny. Děti z domova se do několika dní od zahájení ruského útoku na Ukrajinu podařilo evakuovat do bezpečí.

Druhá z organizací se jmenuje Dům milosrdenství. V Kyjevě pomáhá lidem bez domova. Oběma organizacím jsme poskytli rychlou finanční pomoc. Z Domu milosrdenství, nám vzkázali: *„Jsme všichni naživu, máme zde zásoby toho nejnutnějšího na týden. Modlíme se za vítězství a spravedlnost, neplánujeme opustit naše domovy a práci. Prosím, modlete se za nás.“*

Dále se Diakonie spolu se svým zřizovatelem, Českobratrskou církví evangelickou, začala připravovat na ubytování uprchlíků. Dochá-

zelo už k přijímání jednotlivců, počet lidí, zejména žen a dětí prchajících do bezpečí, ale dosahoval na začátku března k milionu. Pěstounské organizace nabízejí desítky škol a středisek Diakonie i sborů církve. Ubytovací aktivity společně koordinovala střediska Diakonie – Středisko celostátních programů a služeb a Středisko humanitární a rozvojové spolupráce.

Nejvíce práce ale bylo potřeba odvést na východních hranicích EU, kde bylo tisícům prchajících lidí třeba poskytnout první pomoc a další odvoz. Partnerským organizacím na Slovensku zaměřeným na pomoc uprchlíkům poskytla Diakonie rychlou finanční podporu. Církev pro ně organizovala dobrovolníky ochotné nepřetržitě pracovat ve velmi náročných podmínkách.

Protože si lidé na útěku s sebou berou jen nezbytné věci, uspořádala církev sbírku notebooků a tabletů, aby azylanti mohli zůstat v kontaktu se svými blízkými na Ukrajině. Muži ve věku 18 – 60 let nesmí zemi opouštět, aby se mohli podílet na její obraně.

Diakonie spustila infolinku k pomoci na Ukrajině:

242 487 828

(v provozu je v pracovní dny od 9 do 17 hodin)

e-mail: ukrajina@diakoniespolu.cz

Více o sbírce notebooků můžete najít na www.ukrajina.e-cirkev.cz



**POSTNÍ
SBÍRKA**

2022

PRO

UKRAJINU

www.postnisbirka.cz

**VÝTĚŽEK POMŮŽE LIDEM,
KTERÉ ZASÁHLA RUSKÁ
OKUPACE UKRAJINY.
PENÍZE POUŽIJEME PRO
POMOC UPRCHLÍKŮM
Z UKRAJINY V ČESKÉ
REPUBLICI I NA PŘÍMOU
POMOC NA UKRAJINĚ.**

*„Všichni, které mi Otec dává,
přijdou ke mně; a kdo ke mně
přijde, toho nevyženu ven...“*

Jan 6:37,
Český ekumenický překlad Bible