

Časopis Žitná



Lidé Lidem



EVROPSKÁ UNIE
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Zima 2021



6

Obsah

Nebojte se zeptat str. 2

Jaké jsou vztahy mezi lidmi bez domova

Očima klientů str. 4

Vánoce / zima pohledem člověka bez domova

Profesní okénko str. 6

Pohled do světa šperků a malby

Těší nás str. 10

Kamino tým

Kamino Centrum str. 14

Představení aktivit

Dopis Ježíškovi str. 17

Přání pro Ježíška

Z našeho Vaření str. 20

Vánočka

Z našeho Ateliéru str. 22

Plovoucí svíčky v ořechových skořápkách

Vánoční tajenka str. 24

Uprostřed tohoto časopisu najdete jako samostatnou přílohu PF od naší klientky, paní JM.



10



20



22

Časopis Žitná vydává



Odpovědná osoba

Bc. Marie Palasová, DiS.

734 789 317

kunitko@zenyvohrozeni.charita.cz

Redakční rada

Šéfredaktorka

Adéla Černá, DiS.

Foto redaktor

Dana Hamza

Youssef Moursi

Ilustrace, grafická úprava a DTP

BcA. Dávid Kurňavka

Korektorka

Dana Shattová

Autoři příspěvků

AČ, AK

DH, DK, DO

EK, EN

JC

LB

MM, MP

PB, PJ

TJ, TK

Adresa redakce

Farní charita Praha 1

Kamino Centrum

Žitná 35

110 00 Praha 1

www.programmari.cz/kamino-centrum

FB: Kamino Centrum

IG: Kamino Centrum

REGISTRAČNÍ ČÍSLO PROJEKTU

CZ.03.2.X/0.0/0.0/20_139/0017193

Vážení čtenáři,

právě v rukou držíte první vánoční číslo časopisu Žitná, který vydává Kamino Centrum. Na tvorbě tohoto časopisu se podílí a články píšou redaktori, kteří jsou z řad klientek a klientů našeho centra. Chtěla bych jim na tomto místě moc poděkovat za jejich otevřenost, práci a čas, bez kterých by toto číslo nemohlo vzniknout.

Díky tomu, že jsme zvolili vánoční zaměření čísla, si můžete na následujících stránkách přečíst, jaký pohled mají na Vánoce lidé bez domova a také to, jaká jsou jejich vánoční přání. K doladění atmosféry a domácí pohody vám může posloužit náš recept na tu nejlepší vánočku, nebo výroba plovoucích svíček podle našeho postupu. Z nevánočních témat vám můžeme nabídnout pozvání do uměleckého rozhovoru nebo představení aktivit Kamino Centra a našeho pracovního týmu.

Na závěr mi, prosím, dovolu také jedno vánoční přání. Velmi bych si přála, aby se tento časopis dostal mezi co nejvíce dobrých lidí a aby jim jeho přečtení udělalo stejnou radost, jakou nám dělala jeho příprava.

Krásné svátky



Nebojte se zeptat

V této rubrice odpovídají naši redaktoři z řad klientek a klientů Kamino Centra na dotazy vás, čtenářů. V tomto čísle budou odpovídat na velmi zajímavou otázku, která zněla:

„Jaké jsou vztahy mezi lidmi bez domova?“

Vzhledem k tomu, že již tři roky navštěvuji různá komunitní centra, poznala jsem několik lidí, kteří nemají domov. S některými z nich si moc ráda posedím a popovídám, ale těch není mnoho. Vztahy mezi nimi jsou někdy nad mé chápání. Některým z nich nejsou cizí krádeže, hádky ani fyzické násilí, ale těm je raději lepší se vyhnout. Ale nechci, aby to vyznělo, že jsou takoví všichni, jak říkám, já sama mám s některými z nich velmi hezké a přátelské vztahy.
EK

Vztahy mezi lidmi na ulici jsou různorodé a spíše mizivé. Některé jsou povrchní, a dokonce i soutěživé. Život na ulici, tím pádem i vztahy na ní, jsou skutečně pestré.
PJ

Někteří lidé bez domova pijí alkohol, někteří berou drogy a někteří dělají obojí. Někteří jsou nemocní a musí brát léky. Někteří pouze přišli o zaměstnání a o bydlení. Někteří se snaží vyvolávat konflikty, nebo hádky a jsou hluční. Jiní lidé bez domova se kamarádí a vytváří si různé skupinky s jinými lidmi bez domova. Někteří chtějí být sami, ale těch je málo. Někteří se snaží dbát o svou hygienu a někteří ne. Někteří bezdomovci se snaží vzájemně podporovat mezi sebou. A někteří si snaží nechat poradit a pomoc, když potřebují najít cestu, na kterou zapomínají, nebo když si někdy popletou směr chůze.
PB



Očima klientů

Přáli bychom si, aby se rubrika „Očima klientů“ stala pravidelnou součástí časopisu. Vnímáme ji jako prostor, kde se mohou účastníci Kamino Centra vyjádřit k situacím, které jsou pro nás ostatní naprosto běžné a nevnímáme je jako něco speciálního. Lidé bez domova na to ale mohou mít zcela odlišný názor. A protože je celé toto číslo časopisu laděno na vánoční notu, rozhodli jsme se, že jako první zvolíme téma:

„Vánoce/ zima pohledem člověka bez domova.“

Důstojné Vánoce

Vánoční doba je vhodná k bilancování a otevření diskuse o tom, co nám uplynulý rok dal a vzal. Je ideální k návštěvě kostela a zacílení se na duchovní rozměr. K zastavení a vzpomínání na lidi, kteří nás opustili a abychom jim věnovali tichou vzpomínku. Ráda bych ještě dodala, že pohled na tyto svátky se samozřejmě s věkem mění. Pro děti mají Vánoce, jejich přání a čas zcela jiný rozměr než pro dospělého člověka. Všichni si dokážeme představit malé dítě, které toužebně čeká na vysněný dárek pod stromečkem. Také bych chtěla zmínit i vánoční situaci lidí, kteří jsou bez domova. Ať už se tam dostali vlastním přičiněním nebo nikoli, tak bych jim přála, aby strávili vánoční svátky důstojně. Tuto možnost mají především díky různým neziskovým organizacím, které se práci s nimi věnují. Já osobně to vnímám především jako možnost, kdy nemusí trávit svátky ve smutku nebo s alkoholem, ale mohou být v kolektivu. Myslím si, že by lidé neměli být na Vánoce sami, ani když k tomu nemají podmínky. Jsem moc ráda, že žiji ve společnosti, která toto umožňuje a myslí i na druhé. Na druhou stranu je mi ale líto když vidím, že jsou lidé, kteří si této možnosti neváží nebo ji dokážou zneužít.

EK

Život na ulici v zimě

Život na ulici je pro lidi v zimě velmi složitý. A i ti, kteří jsou více méně „zběhlí“ životem na ulici v zimě trpí. Den mohou přečkat různým způsobem, např. v denních centrech, kde mají možnost teplé polévky, potravinové pomoci apod. V centrech ale nemohou být celý den, jelikož jsou různá restriktivní opatření kvůli Covidu. Večer potom mají možnost nocleháren. Tam to ale může být občas náročné, protože ačkoliv je většina lidí z ulice unavená životem, najdou se i tací jedinci, které noční klid nezajímá a ruší ostatní ve spánku. Na všech noclehárnách dostanou lidé čisté povlečení nebo deku, které s ukončením noclehu opět odevzdají. Celkový dojem života na ulici je únavný boj o odpočinek, který je lidem z ulice více než vzácný. Zvláště při nedostatečném přísunu kalorií a znevýhodněním zimním počasím.

PJ



Zima. Krátké slovo, velký význam

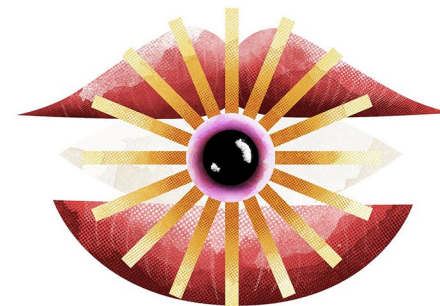
Pro mě zima znamená boj o přežití. Každá minuta v teple nebo s teplým čajem – či teplou polévkou je dar k nezaplacení. Pro někoho, kdo má teplou postel a střechu nad hlavou je to kolikrát nepředstavitelné. Večer usínáte se spoustou otázek a pocitů. Vzbudím se ráno? Co když zemřu? A ráno vstáváte taky s otázkami a pocity. Kde se dnes zahřeji, jak přežiji den? Jsem člověkem, který si zimou na ulici prošel a znova po několika letech prochází. Jak jsem zimu přežil a přežívám? Když jsem byl poprvé na ulici – spával jsem po nočních autobusech, ve vchodech domů či v lese. Když už jsem byl ve stavu zoufalství, propadl jsem prostituci. Tím jsem si občas zajistil nocleh, teplou sprchu a peníze. Nocležny jsem nikdy nevyužíval, neboť je tam mnoho problémových lidí. Psychicky jsem to nikdy nedával. A nyní? Spím v lese ve stanu. Chodím po charitách. Žiji bez pravidelného příjmu. Takže, jak jsem již psal na začátku, jsem rád za každou minutu někde v teple, teplý čaj – či teplou polévku. Ale jedno je u mne jisté! Alkoholu a drogám jsem nikdy nepropadl a ani nechci propadnout. A k prostituci se těž nevracím. Buď přežiji anebo ne.

TJ

Nemám rád Vánoce

Od té doby, co jsem se dostal na ulici, tak Vánoce moc neslavím. Nemám je rád. Možná, kromě pohádek, ale ty si můžu pustit každou neděli na ČT, takže vlastně ani to není výsada vánočních svátků. Kdybych měl říct jednu pozitivní věc, kterou vnímám na Vánocích, tak by to bylo jídlo. Pamatuji si, jak vařila babička s dědou, když ještě žili. Babička pekla to nejlepší cukroví a každý rok byla na večeři rybí polévka a bramborový salát s kaprem. Také jsme na vánoční svátky dělali pravidelně knedlo vepřo zelo, vinnou klobásu a samozřejmě nemůžu zapomenout na řízky. Když nad tím tak přemýšlím, Vánoce jsem vlastně přestal mít rád v momentě, kdy jsme kvůli mému otci přišli o dům, jelikož mu ho zabavili kvůli dluhům z hraní automatů a sázení. Doma už to potom nikdy nebylo to, co dříve. Taky se mi nelíbí to, že se z Vánoc stala strašně materiální záležitost, když by člověk chtěl obdarovat všechny, to je skoro na to, aby si vzal hypotéku. Mám prostě pocit, že Vánoce už přišly o své kouzlo a nemám chuť se na tom podílet. Takže jak trávím Vánoce? Jsem skromnej. Stačí mi kousek jídla, zalezu si pod most a bude klid. Většinou si koupím trochu bramborového salátu, ohřeju si k tomu párek a pustím si film na mobilu, u kterého usnu.

LB



Profesní okénko



Další nová rubrika „Profesní okénko“ je prostor, ve kterém nahlédneme do světa různých profesí a zároveň je budeme vzájemně propojovat. Jedná se o rozhovor, který povedou profesionálové z různých odvětví, společně s klientkami či klienty, kteří Kamino Centrum navštěvují.

V tomto čísle zamíříme do umělecké sféry. Rozhovoru se zúčastnili malíř Dávid Kurňavka, společně s naší redaktorkou EK, která vyrábí šperky. Zároveň bychom na tomto místě chtěli poděkovat Dávidovi, který nejen, že je vynikající malíř, ale také pro Kamino vytvořil veškeré vizuály, včetně ilustrací a grafiky tohoto časopisu. *Děkujeme.*

Měl jste předpoklady k malování už od dětství? Třeba na základní škole, bavila vás výtvarná výchova?

Chodil jsem na základní uměleckou školu, kde jsme zkoušeli různé techniky, např. olejové barvy, pastely, ale hlavně tempery. Tehdy jsem ještě vůbec nevěděl, že se budu jednou malbou živit. Rodiče byli naštěstí dostatečně inteligentní, moudří a hodní, že mě tam přihlásili, protože tušili, že ze mě možná bude něco tímhle směrem.

Takže již tehdy to bylo o vašem talentu, ale zároveň i o podpoře ze strany pedagogů, které jste měl kolem sebe? Kteří vás už tenkrát ocenili a řekli, že jste dobřej.

Rozhodně ano.

A jak šla výtvarná výchova vám?

No, já a malování. Já bych tedy měla přiznat, že jsem měla na základní škole z výtvarné výchovy dvojku. Pro mě byla výtvarka na škole velkým zklamáním. Jako dneska si pamatuji situaci, kdy jsme měli malovat zážitek z prázdnin, a já namalovala dřevěný plaňkový plot, za kterým rostly slunečnice, které byly vyšší než ten plot. A paní učitelka mě shodila před celou třídou a udělala ze mě úplného hlupáka s tím, kde jsem mohla takové slunečnice vidět, aby byly vyšší než ten plot. Ve druhé třídě. Ale ona na mě byla trošku vysazená, byla to taková ta typická soudružka.

A kdy jste se vy rozhodl, že se budete malbě věnovat?

Na základě té ZUŠ-ky jsem šel na střední uměleckou školu a pokračoval na Univerzitu Tomáše Bati ve Zlíně, ateliér animované tvorby. Tzn., že se to postupně vykrystalizovalo.

A jak jste se vy dostala k práci v Metráži?

Na Metráž jsem začala chodit přibližně před třemi lety. Měla jsem problém ohledně bydlení a Farní charita Žitná se pro mě stala vlastně takovým útočištěm. Měla jsem velké problémy s majitelem baráku, dokonce tam byl i soudní spor. Za pomoci mých dětí jsem celé období přečkala až do chvíle, kdy pan majitel usoudil, že se můžu vrátit zpátky. Hodně času jsem trávila tady v Žitný, a když jsem tady jednoho dne byla, tak přišla paní Kateřina Jungová, která je vedoucí té dílny a taky ji před pár lety založila. Byla mi moc příjemná a oslovila mě, jestli bych o tu práci měla zájem a já jí řekla, že ano. Tak jsem se tam zašla podívat a vlastně jsem byla na takovém přijímacím pohovoru, kde mě velmi oslovila a už tam pracuju téměř tři roky. Zajímavé je, že paní Jungová je stejně stará jako moje dcera a já jsem dokonce kdysi bydlela na Vinohradech, ve stejném baráku jako její babička, takže jsem jí znala už jako studentku. Bylo to takový propojený všechno, zřejmě tomu trochu nahrál osud.

Co vás na té práci nejvíc baví? Jaká je vaše inspirace?

Upřímně by mě nikdy nenapadlo, že budu dělat tuhle práci. Já jsem taková rozená hadrnice. Původně jsem i chtěla jít studovat oděvní průmyslovku, což mi ale vlivem osudu nevyšlo a skončila jsem na škole s ekonomickým zaměřením. Bohužel ani po jejím vystudování jsem se oblečení věnovat nemohla, protože jsem se vdala a založila rodinu. Mám tři děti, takže jsem na mateřské byla 12 let. Během života jsem se vlastně práci s oděvním a šperkařským odvětví přiblížila nejvíce asi v momentě, kdy si můj bratr otevřel second hand a já mu v obchodě pomáhala. A to mě opravdu naplňovalo. Mohu tedy říct, že největší inspirací je pro mě móda, práce s oblečením a právě šperky. I proto jsem se nyní rozhodla zkusit štěstí a poslala jsem životopisy do několika obchodů s oblečením.

Jakou inspiraci máte vy?

Velmi mě baví historie a rád si čtu. Hodně. A taky sleduju různé weby, jako je třeba Pinterest, Béhance atp., kde jsou věci od ostatních kreativních lidí, ty si prohlížím a oni se mi v podvědomí uloží. A vždycky, když vymyslím námět na nový obraz nebo sérii, mimo ateliér, tak si v hlavě ty věci propojuji a musím se zasmát. Když se nad nějakou představou nového obrazu pobavím ve smyslu kontrastního děje, tak vím, že to bude dobré. Takže vlastně takové to klišé, že čerpám inspiraci ze všeho a tak dále. Neobjímám stromy, to ne, ale jsem vnímavý, takže si to někde uložím a potom to vytáhnu, když je potřeba.

A máte nějaký vzor? Co se týká malířů, kteří vás nějak inspirují?

A víte, co? To asi ani ne, spíš mám osobní vzor - mého otce, to je můj jediný vzor.

Pamatujete si ještě na svůj první obraz? Jaký byl?

Ano, pamatuji. Když jsem přišel po univerzitě do Prahy, pracoval jsem rok jako freelance

animátor/ ilustrátor. To znamená, že jsem nebyl zaměstnaný v žádné firmě, pouze jsem se pokoušel rozesílat svoje portfolia, a to nešlo moc dobře, neměl jsem kontakty a nebylo moc práce. Takže jsem se po roce nechal zaměstnat v jedné, a pak ve druhé reklamce, kde jsem dělal grafika, ilustrátora a animátora. Tam jsem byl tři roky, a to jsem už věděl, že chci dělat něco svého, kreslit. Jsem však velmi vděčný za tuhle zkušenost, obohatila mě ve všech směrech. A tak jsem zkoušel tak okrajově malovat, vlastně čtyři roky jsem uvažoval o tom, že s malbou začnu. Ke konci mého působení v reklamce jsem si pronajal ateliér. Nakoupil si materiál, barvy a poskládal si první obraz.

Vy si vzpomínáte na váš první šperk?

Jojo, vzpomínám. Bylo to hned po mém příchodu, kdy jsem dostala za úkol snad to nejtěžší, co tam máme - takový náramek z jablonecké bižuterie. Díky tomu jsem do práce spadla ihned rovnýma nohama. Samozřejmě bych lhala, kdybych řekla, že ty začátky nebyly těžké. Byly, ale měla jsem skvělou kolegyni, která bohužel loni zemřela. Ale tehdy mě moc podpořila, dělala mi takového patrona a byla mi neustále k dispozici. Ale člověk se musí i snažit, aby byl trošku samostatnej. Takže můj první výrobek byl ten korálkový náramek a musím se pochválit, docela se mi povedl.

Rozumím. Takže takový křest ohněm. Chtěl jsem se zeptat, jestli byste se šperkům chtěla věnovat více, ale vy jste vlastně už říkala, že spíš inklinujete k té módě a obchodům s oblečením.

Uvidíme, co přinese budoucnost. Dnes už je to jiné, než to bylo dříve. Dnes je to hlavně o kvalitě ne o tom, jak máte velké prostory, jak tomu bylo dřív. A taky to nesmí být moc drahý. Jak jsem říkala, uvidíme.

Ale teď už je řada zase na vás. A mě by zajímalo, jak byste charakterizoval svůj umělecký styl třemi slovy?

Momentíček, chvílku se zamyslím. Stylizovaný pop-artový realismus.

A pořádáte nějaké výstavy i mimo Prahu? Třeba v zahraničí?

Ano, původně jsem měl mít vernisáž v Jižní Koreji, konkrétně v Soulu, ta ale byla kvůli Covidu už třikrát přesunuta. Tak uvidíme, jak to vyjde a moc se těším. V Česku a na Slovensku jsem měl čtyři nebo pět sólo výstav. A taky tři, resp. čtyři skupinové, kterých se účastnilo více umělců a organizovaly to různé galerie.

To je skvělé! Budu držet palce ať vám to vyjde. A co považujete za svůj největší úspěch v zahraničí?

Velmi mě těší, že mám obrazy v Gentu, Londýně, New Yorku, Soulu a ve Varšavě.

Chtěla bych vám poděkovat. Moc hezky se s vámi povídá a jsem ráda, že jsem se zase dozvěděla něco nového z oblasti, která je pro mě spíše španělskou vesnicí. Moc ráda, že jsem vás poznala a přeju vám strašně moc úspěchů ve vaší práci.

Moc děkuju. Perfektní. Budu vám držet palce a děkuji za váš čas.



Těší nás

Dovolte nám, abychom se představili. Jsme tým sociálních a komunitních pracovníků, kteří stojí za chodem Kamino Centra. Protože se jedná o úplně první číslo tohoto projektu, říkali jsme si, že by bylo hezké, představit se vám. Každý z nás odpověděl na tři stejné otázky, díky kterým si o nás můžete udělat lepší představu.



Marie Palasová

Co k tobě neodmyslitelně patří?

Káva, vystouplá žíla na čele (když se hodně směju), zamračený pohled (když usilovně přemýšlím) a batoh na zádech. Ale ze všeho nejvíc moje čtyřnohá psí parťáčka Stáňa. Občas se stává, že si kamarádi pletou naše jména a říkají nám jménem té druhé a vůbec nejlepší oslovení vzniklo jejich spojením - Stáňa.

Kde se s tebou můžeme potkat?

V Kamínu se společně s mým týmem starám o to, aby vše „šlapalo“ jak má. Když nebudu pobíhat v terénu po schůzkách, nejčastěji mě asi uvidíte za počítačem, ale ráda se k Vám přidám i během nějaké skupinové aktivity. Zaštiťuji akce pro veřejnost, propojování s místní komunitou, propagaci centra a komunikaci s jinými organizacemi - sociální služby, městské části aj. ...

Co ty a Vánoce?

Vánoce zbožňuji již od útlého dětství a dosud mě to nepustilo. Nejde jen o samotný Štědrý večer a svátky, ale o celý vánoční čas, který pro mě začíná adventem. Mám také svoje každoroční rituály. Například na Štědrý den po večeři přichystám pár balíčků s řízkem a salátem a společně se Stáňou se vypravíme k metru popřát lidem bez domova pěkné svátky.



Adéla Černá

Co k tobě neodmyslitelně patří?

Jako první mě napadla tetování, která už mám a vlastně i ta, která plánuji do budoucna. A většinou také dobrá nálada a humor.

Kde se s tebou můžeme potkat?

V Kamino Centru jsem na pozici sociální pracovníce. To znamená, že mě potkáte při vedení některých skupinových aktivit a také v rámci individuální práce, kdy Vám můžu pomoci s cestou za Vašimi cíli, jako klíčová pracovníce. Individuální sociální práce je v tomto projektu novinkou, na kterou se moc těším. Nově mám také na starosti přípravu našeho časopisu.

Co ty a Vánoce?

Vánoce jsou mým nejoblíbenějším časem v roce. Velmi ráda trávím čas se svou rodinou a blízkými. Také mám moc ráda vánoční atmosféru. Přijde mi, že je vždy ve vzduchu cítit takové zvláštní příjemné napětí, které těmto svátkům dodává úplně jiný rozměr.



Daniel Ornst

Co k tobě neodmyslitelně patří?

Jako první věc, která mě napadla je stoprocentně úsměv a humor. S úsměvem a veselou náladou jde vše hned mnohem lépe. Dále ke mně neodmyslitelně patří můj dobrodružný duch. Miluju dobrodružství ve formě výletů či jakýchkoliv čekaných i nečekaných událostí. Z materiálních věcí ke mně patří kotníkové ponožky za téměř každého počasí.

Kde se s tebou můžeme potkat?

Můžeme se spolu setkat v Kamino Centru během skupinových aktivit a později během naší vzájemné individuální práce. Také se můžeme potkat na různých budoucích akcích, které budeme pořádát.

Co ty a Vánoce?

Vánoce vnímám jako kouzelný a příjemný čas, kdy se sejdou s nejbližšími členy rodiny, společně připravíme jídlo, poté se najíme a opravdu si užijeme společného klidu a odpočinku v pohodlí domova. Dárky také považuji za součást Vánoc, ale pro mě je opravdový dar společná láska a chvíle spolu strávené.



Tereza Krčková

Co k tobě neodmyslitelně patří?

Úsměv za každého počasí. Mé okolí mě často nazývá sluníčkem, protože se stále usmívám. Kromě úsměvu u mě můžete často vidět knížky nebo sudoku. Mimo to miluji seriály a filmy, vaření včetně jídla a všechna čtyřnohá, vícenohá a vlastně i beznohá zvířata. V životě bych měla nejradši naplánovanou každou sekundu, a přesto se párkrát do roka s přítelem sbalíme a vyrazíme jen s batohem na zádech neznámo kam, do země, které neznáme.

Kde se s tebou můžeme potkat?

V Kamino Centru se spolu můžeme setkat během skupinových aktivit jako je pondělní komunitní kruh, středeční společné vaření nebo čtvrteční tvoření v našem ateliéru.

Co ty a Vánoce?

Vánoce pro mě znamenají čas strávený v příjemném a srdci blízkém prostředí. V tomto období nejvíce oceňuji lidskost a bezelstnost. Čím jsem starší, tím méně řeším, co komu koupit a zda mám doma uklizeno. Důležité pro mě jsou chvíle s rodinou a blízkými. Vánoce v Kamino Centru pro mě budou první a moc se těším na společné chvíle strávené s kolegy a klienty.





Judita Cihelková

Co k tobě neodmyslitelně patří?

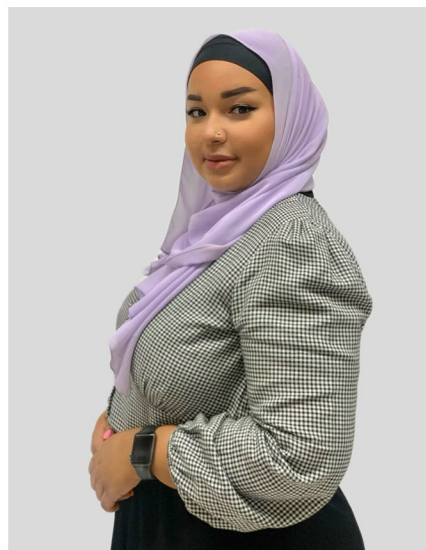
Drobný chaos, cynismus a smysl pro dobrodružství. Ráda zkusím stále nové věci a testuju bizarní nápady. Jelikož jsem pořád někde v běhu, nosím většinou jen malou ledvinku, ve které mi stejně většina věcí chybí, to ten chaos. Mám jich doma tuny, a tak je беру jako svůj charakteristický doplněk.

Kde se s tebou můžeme potkat?

V Kamino Centru se spolu můžeme setkat při individuální práci i skupinových aktivitách. S kolegyní Martinou spolu například vedeme divadelní workshop. Máme v plánu několik představení pro veřejnost, takže doufám, že se na nich uvidíme, protože to stopro bude stát za to!

Co ty a Vánoce?

Každý rok se v práci nejvíc těším na Vánoční oběd. Je to den, kdy se máme možnost potkat i s kolegy z terénní služby a nízkoprahového denního centra a společně připravit tu správnou Vánoční hostinu pro naše klientky a klienty. Klienti se zde sejdou ke svátečnímu obědu, společně se těšíme z dobrého jídla (řízků, salátu a cukroví samozřejmě), zpíváme koledy a vždy se u toho máme moc dobře. Když si naplníme žaludky, jdeme se k nám do centra, podívat se na nějakou hezkou Vánoční pohádku. Moc mě mrzí, že v této koronavirové době je pořádání Vánočních obědů mnohem náročnější než dřív, ale i tak se velmi těším na ten letošní!



Dana Hamza

Co k tobě neodmyslitelně patří?

Z hmatatelných věcí by to bylo moje milované auto, kterým podnikám pravidelně výlety na všemožná místa jak s rodinou, přáteli tak třeba i jen se psem po republice anebo do hor. Z nehmatatelných to je můj humor, který mě neopouští ani v těžších časech.

Kde se s tebou můžeme potkat?

V Kamino Centru se se mnou můžete potkat v pondělí na komunitním kruhu, středečním vaření, kdy společně vykouzlíme předem domluvené pokrmy a ve čtvrtek na ateliéru, kde si můžete s sebou odnést Vámi vyrobené věci.

Co ty a Vánoce?

Letos to budou moje první Vánoce u nás v Kamino Centru. Pocházím z kultury, kde se tyto svátky neslaví, a i přes to, mě tato doba vždy okouzlí hlavně tím, jak dokáže stmelit lidi ze všech koutů. Z toho, co jsem zatím slyšela se moc těším na zdejší atmosféru, kterou si společně s klienty uděláme. Čeká nás mnoho jídla, koled, ale i třeba Vánočního vyrábění. Moc doufám, že nás Covidová situace příliš neomezí a že si to všichni užijeme.

Martina Mossóczy

Co k tobě neodmyslitelně patří?

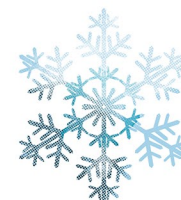
Asi zvědavost. Ráda pozoruji svět kolem sebe a jsem raději za objektivem než před ním.

Kde se s tebou můžeme potkat?

Především na divadelních workshopech, tedy každé úterý odpoledne. A pak na představeních, která, doufám, díky těmto workshopům vzniknou.

Co ty a Vánoce?

Vánoce jsou pro mě především křesťanský svátek, tedy požehnaný čas. Dostali jsme velký dar a je dobré si to s vděčností připomenout. Mám ráda, když je vánoční kouzlo úplně prosté (např. na stromček většími slaměné a dřevěné ozdoby) ... Užívám si tradice, ráda vymýšlím dárky. Přála bych si, abychom se o svátcích (za ničím) zbytečně nehonili a uměli si udělat čas na sebe i na druhé. Abychom "dovolili andělům na chvíli přebývat mezi námi".



Kamino Centrum

Představení aktivit

Současný projekt, který umožnil i vydání tohoto časopisu, navazuje velkou částí na projekty Komunitního centra Žitná, které mu předcházely. Zároveň ale přináší i novou strukturu a inovace. Na následujících stránkách bychom vám rádi představili aktivity, které u nás mohou účastníci navštívit a také novinky, kterými je individuální práce s klienty a patronství.



Kruh

každé pondělí
13:00 - 18:00



Pod tímto pojmem se schovává více druhů aktivit, při nichž klienti mohou sdílet své zkušenosti, navzájem se motivovat a podporovat v pozitivní změně. Zároveň se také jedná o prostor, v jehož rámci je možné vznášet různé připomínky, ale i ocenění k fungování Kamino Centra.

Dále lze do aktivit zařadit i takové činnosti, které budou probíhat v rámci skupiny a budou vést k nácvičku a zlepšování dovedností v různých oblastech života, např. základy orientace na trhu práce, motivační programy, řešení různých krizových situací aj. V neposlední řadě se také věnujeme tvorbě našeho časopisu Žitná, kam mohou klienti nejen témata přinášet, ale také je i sami zpracovávat.



Divadlo

každé úterý
13:00 - 18:00



Naším cílem je „autorské sociální divadlo“ chceme tvořivě, chytře a zábavně reagovat na současné problémy, předávat zkušenosti a bojovat s některými společenskými předsudky a mýty. Témata hledáme společně s klienty, stejně jako jejich ztvárnění. Vytvořit a sehrát dobré představení je vážný a zodpovědný úkol, ale už ze zkušenosti víme, že je to také náramná zábava a příležitost k setkání se zajímavými lidmi.

Dobré představení umí otevřít nejrůznější dveře a přilákat inspirativní hosty a spolupracovníky z nejšířší veřejnosti... Kromě herců nabízíme příležitost i výtvarníkům, hudebníkům nebo nadějným autorům - divadlo, to je spousta řemesel v jednom.

Dobré představení umí otevřít nejrůznější dveře a přilákat inspirativní hosty a spolupracovníky z nejšířší veřejnosti... Kromě herců nabízíme příležitost i výtvarníkům, hudebníkům nebo nadějným autorům - divadlo, to je spousta řemesel v jednom.



Vaření

každou středu
13:00 - 18:00



Vaření je jedna z našich nejoblíbenějších a nejnavštěvovanějších aktivit. Jedná se o společnou činnost, během které se na přípravě tříchodového menu i jeho následné konzumaci se podílí všichni přítomní. Vaříme ve třech skupinkách, rozdělení podle chodu, jehož přípravu má kdo na starosti. Velmi příjemnou součástí této aktivity je společné stolování. Pěkně prostřeme stůl a následně hodujeme. Na závěr se klienti domluví, co budeme vařit příště. Vyhledají recept a sepíší suroviny, které je potřeba nakoupit.



Ateliér

každý čtvrtek
13:00 - 18:00



V rámci ateliérové činnosti společně tvoříme, vyrábíme, kreslíme a zkoušíme různé nové techniky a postupy. Všichni jsou vítáni a mohou zde uplatnit své kreativní schopnosti či rozvíjet rukodělné dovednosti. Rádi používáme recyklované materiály, ale nebráníme se ani věcem novým. Naše aktivity jsou opravdu různorodé. Vyrábíme například šperky z papíru (quilling), recyklo materiálu, korálků, pryskyřice... Dekorujeme tašky - batikujeme, šijeme, kreslíme na látky... Tvoříme svíčky, záložky, krabičky, mýdla a mnoho dalšího. Nápadům se zkrátka meze nekladou.

Dopis Ježíškovi

Dopis Ježíškovi. Troufnu si říct, že většina z nás jich pár v životě již určitě napsala a doufala, že se následně objeví pod stromečkem. Ať už ve svém dětství, nebo se svými dětmi. Přemýšleli jste ale někdy nad tím, co by k Vánocům tak mohli chtít lidé bez domova? Jaká jsou jejich přání a sny, které by napsali Ježíškovi a dali za okno? Nás to napadlo a rozhodli jsme se dát účastníkům Kamino Centra prostor, kde mohou svá přání vyjádřit a na to pomyslné okno nalepit.



Individuální práce



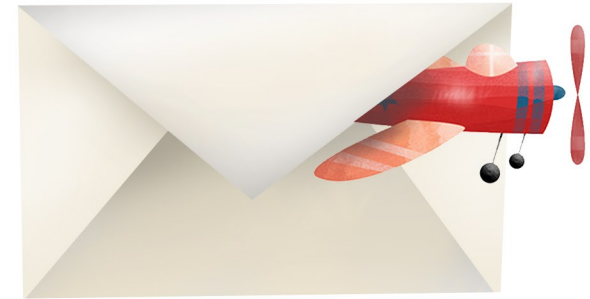
V individuální práci se s klienty zaměřujeme na jejich silné stránky, které dále posilujeme. Společně pracujeme na naplňování cílů z oblasti rozvoje sociálních a pracovních dovedností.



Patronství



Patroni jsou lidé z široké veřejnosti. Na základě osobních cílů, zájmů a potřeb klientů jim předávají své zkušenosti a dovednosti. Pokud byste měli i vy chuť zapojit se do patronství pro účastníky Kamino Centra, budeme rádi, pokud se ozvete na email uvedený v tiráži.



Přání pro Ježíška

Sama sobě, své rodině, svým blízkým i všem lidem okolo bych přála hlavně zdraví. Také bych si přála, aby mezilidské vztahy byly alespoň o svátcích hezké, aby na sebe byli lidi hodní, a aby dokázali využít klidu vánočních svátků a užít si vzájemnou blízkost.

Vánoce nejsou pouze o hmotných dárkách a předvánočních shonů, ale také o tom, že si lidé k sobě dokážou najít po delší době cestu a setkat se. Mým velkým přáním by tedy bylo, kdybychom se všichni dokázali na moment zastavit a místo řešení materiálních věcí si společně tuto dobu užili tak, jak si zaslouží.

Také bych si velmi přála, aby se během Vánoc nezapomínalo na členy rodiny a známé, kteří žijí v domově seniorů, pro které to může být velmi osamělý a těžký čas. Já sama jsem zaměstnaná v chráněné dílně pro ženy Metráž, které se ocitly v tísnivé sociální situaci a v rámci našeho pracovního kolektivu jsme se dohodly, že podpoříme domov pro seniory, dětský domov a komunitní centrum pro maminky s dětmi. Část z tržeb jim věnujeme a pro maminky vyrobíme šperky, které si zaslouží. Mým dalším velkým přáním by tedy bylo, kdyby to ostatní mohli udělat stejně. Každý samozřejmě tolik, kolik může. Neexistuje malá pomoc.

Důležité je uchovávat si víru, naději a lásku.

EK

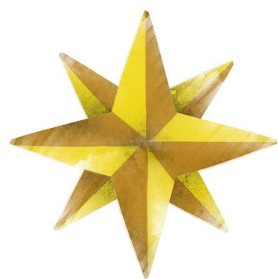
Milý Ježíšku,

poslední dobou jsem zažila několik velmi nepříjemných odmítnutí. Poprvé v životě mě odmítli obsloužit v hospodě a velice vulgárně mě vyhodili i z terasy. A to jsem chtěla jen kávu. A to se stalo v hospodě u nás na vesnici, kam chodí brigádně obsluhovat moje dcera. Pan majitel za mnou volal, že všichni tady vědí, co jsem zač. Ale vím to i já? A víš to Ty? Můj „coming out“ se mi tedy moc nevyvedl. Malá vysvětlivka, tento termín se používá v jiné souvislosti, já jsem si ho vypůjčila a myslím tím to, když se bezdomovec přiznává ke svému bezdomovectví ve své původní komunitě, rodině, mezi známými z dřívějších dob, v dřívějším sousedství. Kdoví, co o mně dcera vyprávěla. Nic hezkého to asi nebylo. A možná i to byl důvod, proč mě v té druhé hospodě v naší vesnici nechtěli zaměstnat ani na mytí nádobí.

Důstojnost mi ale nikdo vzít nemůže, pokud se jí nevzdám já sama. Takže do té první hospody jsem šla ještě ten den znovu s hlavou vztyčenou. Podruhé už mě nikdo nevyhazoval a kávu jsem si vypila pěkně uvnitř, noviny jsem si přečetla až do poslední řádky.

Přemýšlela jsem o tom, že když si byl miminkem, jak pro tvoji maminku zbylo místo jen ve stáji. Trochu podřadné a asi to tam úplně pěkně nevonělo, ale zase tam bylo alespoň trochu teplo od zvířat a seno a sláma, na kterou si mohla lehnout, když Tě přiváděla na svět. Venku na poli by to bylo horší. I já bych chtěla alespoň tu stáj. A společnost zvířátek, když se mnou místní neztratí ani slovo. Někdy, když sedím u ohně vedle svojí dodávky, tak si přeji, aby sis prostě přisedl, ve své už dospělé podobě a mohla bych si s tebou popovídat a také bych nepohrdla pořádným otcovským objetím. Přeji si mít tak bujnou fantazii, poslední dobou totiž je moje víra nic moc. Ještě bych Ti chtěla poděkovat za teplou zimní bundu, kterou jsi mi poslal s předstihem po mojí sestře. Děkuji Ti, Ježíšku.

EN



Když jsme chystali tuto část časopisu, napadlo nás, že by bylo zajímavé doplnit ji o přání naší paní ředitelky Andrey Kubištové, která ve Farní charitě Praha 1 - Nové Město působí již několik let. A také o přání Marie Palasové, která je vedoucí Kamino Centra. Obě jsme oslovili a k naší radosti souhlasily. Na následující stránce si můžete přečíst jejich přání pro Ježíška, a to nejen pro naše klientky a klienty, ale také pro společnost jako takovou.



Milý Ježíšku,

píšu Ti, co bych si letos přála pod stromeček.

Před třemi roky jsem začala pracovat ve Farní charitě Praha 1. Nastupovala jsem s radostným očekáváním nové kapitoly svého života. Těšila jsem se na nové kolegy a klientky, se kterými se setkám. A těšila jsem se oprávněně. Jsme skupina lidí, která ráda dělá svoji práci a jsou rádi spolu. Dokážeme naslouchat, podpořit, podat pomocnou ruku. Víme, že v těžké situaci se může ocitnout každý z nás. Že každý ve svém životě potkáváme krásné, ale také těžké věci, které nás mohou dostat na dno našich sil. A tak tu spolu pracujeme, tvoříme a hledáme způsob, jak být užiteční.

Milý Ježíšku, už dlouho mě učíš, jak snadné je mít rád lidi. Naučil jsi mě, že každý z nás je důležitý kousek celku. Ukázal jsi mi, jak v druhých vidět to dobré. Někdy je to těžké, jindy snazší. Ale vždycky je to zajímavé. Baví mě být svědkem příběhů a jsem ráda na tomhle světě. Jen je to poslední dobou nějaké těžké. Vypadá to, že narůstá zmatek kolem nás, že nás mezi sebou odděluje tolik věcí. Často mám pocit, že jsou lidé smutní. A jako bychom zapomínali, že bez ohledu na cokoliv, co se děje, jsme každý z nás lidská bytost. Lidská bytost, která si zaslouží respekt a úctu.

Milý Ježíšku, zdá se mi, jako by teď bylo hodně tmy. A tak Tě chci poprosit, abys nám o Vánocích přinesl hodně lásky a světla, a tím světlem naplnil naše srdce. Dokud budou naše srdce zářit, neztratíme se jeden druhému v temnotách a těžké časy dokážeme překonat společně.

To si moc přeju, Ježíšku.

AK

Milý Ježíšku,

je to už pěkná řádka let, co jsem Ti psala naposledy. Vyrostla jsem a dětská materiální přání nahradila ta nehmotná. Ještě teď mám v živé paměti, jak jsem se jako dítě těšila z atmosféry nadcházejících Vánoc, kdy se lidé na ulicích zastavili, aby prohodili pár slov. Sundali rukavice, potřásli si pravicemi, popřáli pěkné svátky. A tak si pro všechny lidi přeji, ať nám není blízkost cizí a více věcí nás spojuje než rozděluje.

Pro Kamino Centrum si přeji, aby se jeho prvotní krůčky na cestě doprovázení staly pevným krokem, který povede po stezkách porozumění, přijetí a podpory. Ať je místem, kde se příběhy nejen potkávají, ale také rodí. Pro naše klienty si přeji, abychom se skrze sdílení a tvořivou práci vzájemně učili a posouvali. A kolegům neutuchající sílu, chuť a odhodlání v jejich smysluplné činnosti.

A pro sebe? S přibývajícím věkem je pro mě mnohem důležitější, jak se mám než to, co mám. Můj tatínek na otázku, jak se má odpovídal: „Když dám to špatné stranou, mám se dobře.“ Přeji si tedy mít se dobře. Co to pro mě znamená? Na to odpovím slovy z modlitby Za hlasu zvonů od Rudolfa Steinera - nadchnout se krásou, ctít co je vzácné, sloužit věci dobra a doplním je o pečovat o sebe, své blízké, mít ráda a milovat. Děkuji.

MP



Z našeho Vaření

V této rubrice bychom vám chtěli představit oblíbené recepty účastníků centra. A málokterý pokrm by zapadl lépe do našeho vánočního čísla než vánočka. Jedná se o tradiční recept maminky jedné z našich klientek, který jsme si společně i zkusili upéct a vám to doporučujeme také. Je opravdu výborná.

Ingredience:

500 gramů polohrubé mouky
120 gramů cukru krupice
Špetka soli
250 ml vlažného mléka
1 kostka droždí
Dvě celá vejce
1 balení rozinek
1 balení mandlových plátků

Na potírání: 2 žloutky
+ 170 gramů rozpuštěného másla

Na posypání: cukr moučka

Špejle/ párátko



Postup:

Připravíme si větší misku, do které dáme 500 gramů polohrubé mouky. V mouce uděláme důlek, do něhož vložíme kostku droždí, rozklepneme dvě celá vejce a přidáme 120 gramů cukru krupice. Kvasnice zalijeme vlažným mlékem a přidáme špetku soli, ta pomůže k dobrému rozložení kvasnic. Počkáme na rozpuštění kvasnic a ze směsi vypracujeme těsto. Na závěr do těsta přidáme rozinky a mandlové plátky, část si ale schováme na posypání vánočky. Těsto necháme přibližně dvě hodiny kynout na teplém místě (např. pod peřinami) a poté opět zpracujeme a necháme ještě chvíli kynout.

Mezitím si přehřejeme troubu na cca 100 °C a smícháme rozpuštěné máslo se dvěma žloutky. Vykynuté těsto si rozdělíme na šest stejně velkých bochánků, ze kterých vyválíme jednotlivé prameny vánočky. Spodní patro vánočky spleteme ze tří pramenů, druhé ze dvou a poslední pramen přidáme navrch. Jednotlivé prameny spojíme špejlí nebo párátky, aby vánočka zůstala celá. Na závěr potřeme vánočku žloutky s máslem a posypeme zbytky mandlí a rozinek. Pečeme při 100 °C, přibližně 45-60 minut. Během pečení potíráme vánočku rozpuštěným máslem se žloutky.

Dobrou chuť.
EK



Z našeho Ateliéru

Jednou ze skupinových aktivit, které u nás pravidelně probíhají je i ateliérová činnost. A právě vyzkoušené praktické návody z našeho Ateliéru bychom vám chtěli předvést a předat v této rubrice. A na co jiného se ve vánoční čas zaměřit než na výrobu plovoucích svíček v ořechových skořápkách.

Potřebujeme:

Pláty včelího vosku / zbytky svíček
Knoty (ideálně s plíškem)
Nůžky k zastříhnutí knotů
Dva hrnce - jeden menší, jeden větší na vodní lázeň
Vařečka
Čajová lžička
Kuchyňská chňapka/ utěrka
Ořechové skořápky



Postup:

Do většího hrnce dáme trochu vody a vložíme do něj menší hrnce. Vodu musíme přivést k varu, potřebujeme vodní lázeň. Do nachystané vodní lázně vložíme na kousky nalámané pláty včelího vosku, případně zbytky svíček (pozor na kovové plíšky, ty musíme ze zbytků předem odstranit) a počkáme, než se rozpustí.

Mezitím si připravíme vyčištěné ořechové skořápky, do kterých vložíme rovnou knot s plíškem, ideální je, aby byl co nejvíce ve prostřed, stejně tak učiníme, pokud máme knot bez plíšku. Opět je důležité, aby byl knot umístěn co nejvíce ve středu skořápky.



Po úplném rozpuštění vosku jej opatrně rozlijeme do jednotlivých skořápek s připravenými knoty. Pokud máme knoty bez plíšku, je potřeba je při rozlívání vosku opatrně přidržet prsty, aby byly ve středu a nezalily jsme je celé. Svíčky necháme ztuhnout do druhého dne a máme hotovo.

Ať vaše svíčky plují přesně tím směrem, jakým si přejete.
DO

Vánoční tajenka

