

ZRINKO

ÚVODNÍ SLOVO

Marcela Ondrůjová: Potřebujeme se navzájem

METODICKÉ LISTY

Téma 1: Všude dobře, doma nejlépe

Téma 2: sv. Zdislava – žena velké lásky

Téma 3: Ptáčci na větví

Potřebujeme se navzájem

Dnešní doba, kterou prožíváme, je zcela jedinečná a troufám si říci, že jsme ji nikdy a nikdo z nás nezažili. Jako každý v dnešní době jsme pohlceni situací, kterou zapříčinilo pandemické šíření koronaviru způsobeného onemocnění Covid-19. Opatření, která v rámci nouzového stavu v České republice zavedla vláda ČR každému z nás nějakým způsobem zasáhla do života – děti nemohou chodit do školy a rodiče školních dětí zajišťují jejich výuku doma, je omezeno naše stýkání s rodinou a přáteli, mnoho lidí nemůže chodit do práce. Zdravotníci, záchranáři, hasiči, policisté, vojáci, ale také prodavači každý den s nasazením všech sil (a vlastního zdraví) dělají všechno pro to, aby dopady epidemie u nás byly co nejmenší. Do dobrovolnické činnosti se zapojují i senioři, někteří šijí roušky pro nemocnice a domovy pro seniory, jiní nakupují pro svoje sousedy, kteří už se netěší dobrému zdraví apod. Všem jim za to patří upřímné poděkování, obdiv a úcta.

Ačkoli je současná situace těžká a pro všechny z nás nová a dosud nezažitá, projevuje se ve společnosti něco pozitivního – je to solidarita, dobro, ohleduplnost jednoho k druhému, zodpovědnost jednotlivce za blaho celku, ochota pomoci, obětování vlastního pohodlí ve prospěch někoho druhého. Svůj život ani běh světa nemáme nikdy zcela ve svých rukou a koronavirová doba ukazuje svět křehčí a zranitelnější víc než jsme si doposud mysleli. Nikdo z nás neví, jak dlouho budeme žít ve svých osobních či společenských nejistotách a omezeních. Velká vlna solidarity a pomoci se v dnešní době obrací na naše nejzranitelnější – na seniory, na kterých nám záleží nejvíce a uvědomujeme si, že naše seniory je potřeba chránit a pomoci jim konkrétními činy, konkrétní nabídkou pomoci a to právě nyní, tady a teď. Možná je teď ten pravý čas, kdy si můžeme řadu věcí uvědomit, prozkoumat své priority a třeba je přehodnotit.

Přeji nám všem trpělivost, zodpovědnost, ohleduplnost a vděčnost za vše dobré co v životě máme a věřím, že všichni společně to zvládneme.

Protože – potřebujeme se navzájem...

Marcela Ondrůjová,
předsedkyně představenstva organizace
Spokojený senior – KLAS z.s.

PASTÝŘSKÝ LIST OTCE BISKUPA VOJTĚCHA „CESTOU SVĚTLA“

*Tento velikonoční list není určený ke čtení při bohoslužbách,
ale ke zveřejnění jakýmkoliv jiným způsobem, např. na webových stránkách farnosti.*

Milé sestry, milí bratři,

tento list jsem začal připravovat ještě před vypuknutím pandemie COVID-19 a přál jsem si vás v něm pozdravit na začátku velikonoční doby a povzbudit k radostnému a důvěrnému životu ve vzájemném společenství s Kristem, vítězem nad smrtí a zlem i v našem životě. Mezitím se udály věci, které si vynutily mnohé zásadní změny v prožívání každodenních zvyklostí. Jak budou tyto změny trvalé a jestli se vše po čase vrátí k původnímu stavu, ví jen Bůh. Je však pravděpodobné, že mnoho věcí bude zcela jiných. Doba, která čeká před námi, přinese jedinečnou příležitost a možnost – vše otevřít Duchu Svatému. To bude náš úkol, na který se máme prožitím těchto Velikonoc připravit.

Po letošní zvláštní postní době a neobvykle prožívaných velikonočních svátcích, kdy jsme zůstali ve svých domovech spojeni pouze prostřednictvím sdělovacích prostředků, si možná více než kdy předtím klademe podstatnější otázky o hodnotě a smyslu našeho života a o tom, co je v něm důležité.

Co je důležité v této době?

Co bude důležité za měsíc, za rok...?

Co nás jednou čeká po smrti, až odevzdáme do Božích rukou všechno, co jsme zde vykonali, ať už dobrého či špatného?

Co jsme předali našim blízkým?

Jak budou pokračovat vztahy, které jsme se snažili vybudovat?

Podobné otázky mohou vést věřícího člověka ke dvěma současným a správným postojům: k prosbám o odpuštění, a také k díkům.

Velikonoce, jako největší křesťanské svátky, jsou velkým rozhraním. Na jedné straně utrpení, ponížení, prohra a smrt, na druhé straně radost vítězství, sláva a život. Ale týká se toto rozhraní i nás? V souvislosti se vzkříšením Pána Ježíše nás může napadat: Je to vůbec možné? Dá se zmrtvýchvstání nějak pochopit? Podobně jako třeba jeho narození nebo smrt na kříži? S tím máme každý nějakou zkušenost a dokážeme si to představit. Ale jak si představit zmrtvýchvstání? Vždyť to není přirozená zkušenost žádného z nás, a navíc nikdo z lidí nebyl bezprostředním svědkem vzkříšení.

Zde je třeba vycházet z toho, že Ježíšovo zmrtvýchvstání je sice událostí našich dějin, která se stala v konkrétním čase a na konkrétním místě, ale určitým způsobem právě tyto dějiny převyšuje. Svědectví Nového zákona nepodávají zprávu o samotné události, ale o setkáních a rozhovorech, které naprosto zřetelně vyplývají a odkazují na zmrtvýchvstání jako na událost, k níž muselo dojít. Apoštolové Petr a Jan říkají před veleradou: „Je přece nemožné, abychom nemluvili o tom, co jsme viděli a slyšeli.“ (Sk 4,20) A tak je slovo „zmrtvýchvstání“ v biblické řeči vyjádřením něčeho, co uniká naší zkušenosti. Z toho pramení i námitky a pochybnosti. Některé vyvrací už Písmo, ale existují i další.

Nebyla Ježíšova smrt jen zdánlivá?

Bylo by to vůbec možné po takovém mučení, jak je popisuje Písmo? Po evidentním probodení srdce římským vojákem, po jistotě všech, kdo stáli okolo?

Faktem je, že všichni, a to nejen pod křížem, ale i ti, kteří umučené tělo připravovali k pohřbu, byli zcela přesvědčeni o Ježíšově smrti. Proto lze s jistotou tvrdit, že jeho smrt byla skutečná.

Pochybnost další: Nemohli být učedníci obětí sebeklamu vycházejícího z jejich víry a fantazie? Není to tak, že zmrtvýchvstání má původ ve víře učedníků, že nešlo o historickou událost, ale o jejich subjektivní zážitek a jejich fantazii? Pravdivě řečeno, oni něčeho takového ani nebyli schopni. V tomto případě je dobré mít na paměti, že sami apoštolové se po ukřižování ve strachu o svůj život skrývali. Neočekávali zmrtvýchvstání, a stejně tak ani neočekávali smrt svého Pána, protože nerozuměli Písmu. (Lk 24, 25) Oni uvěřili, protože se opět setkali s živým Kristem. Jejich víra byla založena na zcela reálné události těchto setkání. Vždyť ukřižovaný a zmrtvýchvstalý Ježíš „byl viděn“. Nebo se také používá termín „zjevil se“ – a to nejen Petrovi, apoštolům, ženám, ale i mnoha dalším lidem. Víra ve zmrtvýchvstání je od počátku přesvědčením založeným na faktu reálné události. Není to mýtus ani halucinace nebo nějaká fantazie, ani výmysl prvních křesťanů.

Zmrtvýchvstání tedy rozhodně není „výtvořem víry“. Naopak, setkání se zmrtvýchvstalým Kristem se stalo základem víry prvních křesťanů. Proto svatý Pavel píše korintským křesťanům, kteří měli o zmrtvýchvstání pochybnosti, velmi energicky: „A jestliže Kristus nevstal, marné je naše kázání, marná je naše víra.“ (1 Kor 15,14) Ježíšovo zmrtvýchvstání je ústředním bodem nejen hlásání víry, ale i vrcholem dějin potvrzujícím nový velikonoční vztah mezi Bohem a námi. Teprve zmrtvýchvstání je rozhodujícím momentem pro pochopení Božího zjevení v Ježíši Kristu, celého jeho života, činnosti a poslání. A zmrtvýchvstalý Kristus na každého z nás čeká na cestách našeho života. Právě tam se s ním můžeme setkat. S Ježíšem, který dává pokoj. I biskup ve jménu Krista říká: „Pokoj vám.“

Naplnění slov „pokoj vám“ (šálóm) stále nově objevujeme. Řekl bych, že jejich význam objevujeme právě uprostřed všech možných nejistot. Nejistot, které se týkají rodiny, společnosti, pandemie, všeho, co vnímáme, že nás ohrožuje a staví proti Bohu. A právě do našich každodenních obav a nejistot zaznívá velikonoční poselství, že Ježíš zvítězil. Proto se nebojme. Jeho vítězství sice ještě není v mnoha ohledech zřejmé, ale už nyní je zde přítomné.

S Ježíšem, kterého vede Duch Svatý, přichází pokoj. Také s těmi, kteří jsou vedeni Duchem Svatým, přichází pokoj, jistota, stabilita. V nejistém světě a ve všem, co je v něm hříchem pokažené, bychom my, jako jeho učedníci, měli být těmi, kteří budou zaručovat stabilitu, kteří budou pramenem naděje pro náš reálný, nikoliv vysněný svět. Jsme těmi, kterým sám Pán Ježíš říká: „Pokoj vám!“ „Nebojte se!“ „Já jsem s vámi!“ Ať nás tato radostná jistota vede k životnímu postoji Panny Marie, abychom s ní osobně řekli Bohu: „Zde jsem.“

Rozlučme se s myšlenkou, že na všechno v životě budeme tak připraveni, že nás nic nepřekvapí. Naopak. Posilněme v sobě jistotu, že pokud přijmeme poslání být svědky Božího království vždy a všude tam, kde žijeme, on bude s námi. „Hle, já jsem s vámi po všechny dny až do konce světa!“ (Mt 28,20) Ať tato jistota majáku nad rozbouřenými vodami, jistota pevného bodu, kterým lze pohnout zeměkouli, proměňuje – stejně jako kdysi u apoštolů – naše nejistoty v radostnou důvěru.

Ježíš nás vybízí k tomu, abychom ve svém náboženském životě neulpěli na povrchu, ale byli jeho učedníky v tom podstatném – abychom mu ve všech okolnostech doby věřili a abychom se s ním v síle Ducha Svatého vydali Bohu Otci i druhým lidem. A k tomu nám dává sám sebe jako pokrm obsahující potřebnou energii. Eucharistií přijímáme účast na jeho poslání (a to i tehdy, když v čase nouze přijímáme jen svojí touhou).

O Velikonocích má být upevněna naše víra. A ta, i když je osobní, nikdy není jen soukromou záležitostí. Křesťany jsme se stali pro druhé. Společně s nimi žijeme víru a jdeme ke Kristu. Když si otevřeme Skutky apoštolů, můžeme se v určitém idealizovaném pohledu dočíst o tom, jak žilo první společenství církve. Tito věřící si silně uvědomovali, že patří k sobě, že tvoří jednu rodinu (4,32), vnímali potřeby druhých věřících – nikdo neměl nouzi (srv. 2,45; 4,34), „vytrvale poslouchali učení apoštolů, byli spolu, lámali chléb a modlili se“ (srv. 2,42), pobývali v chrámě, společně chválili Boha. (srv. 2,46-47) Nutno dodat, že „nejen“. Jistě měli své rodiny, svá zaměstnání, přání, obavy, své slabosti apod.

A jak se na tyto křesťany díval svět?

Je to možná překvapující, ale „byli všemu lidu milí“. (srv. 2,47) I když to samozřejmě neznamená, že každý a každému. Není to vyjádření i naší touhy?

Víru, kterou jsme přijali od Boha jako dar a se kterou jsme se setkali u rodičů nebo u jiných lidí, máme prožívat společně. Co to znamená? Že si máme navzájem pomáhat podle svých schopností, vzájemně se povzbuzovat k životu z víry, dělit se s druhými o svoje osobní zkušenosti s Bohem, svědčit o jeho kráse a dobrotě, společně se modlit a dělat to, co máme. A hlavně se nebát.

Jak je v této velikonoční době možné vstoupit do rozhovoru s Bohem, do modlitby?

Způsobů je mnoho a každý máme „své vyzkoušené“. Přesto chci nabídnout další.

Ve čtrnácti zastaveních postní pobožnosti křížové cesty jsme před časem prožívali události spojené s Ježíšovým odsouzením, utrpením a smrtí na kříži. Ve čtrnácti zastaveních velikonoční pobožnosti Cesty světla, která byla poprvé oficiálně slavena v římských katakombách v roce 1990, můžeme vstoupit do fascinujících a radostných událostí následujících po Ježíšově zmrtvýchvstání a připojit se k těm, kteří jsou ohromeni hloubkou a smyslem všeho, co se začalo odvíjet od onoho velikonočního rána, kdy ženy našly prázdný hrob. Zároveň jsme pozváni, abychom spolu s apoštoly a dalšími lidmi uznali Ježíše Krista za svého Pána a Boha.

Milé sestry, milí bratři, přijměte následující texty, které jsem před časem napsal pro Cestu světla ve Slavkovicích, jako povzbuzení na cestě, po které jsme se okamžikem křtu vydali.

V těchto dnech vás více než jindy provázím denně v modlitbách a slovy Ježíše Krista říkám: Pokoj vám! Nebojte se!

Ze srdce žehná

Váš biskup Vojtěch

V Brně 8. dubna 2020

CESTA SVĚTLA

Ve čtrnácti zastaveních velikonoční pobožnosti Cesty světla, která byla poprvé oficiálně slavena v římských katakombách v roce 1990, můžeme vstoupit do fascinujících a radostných událostí následujících po Ježíšově zmrtvýchvstání a připojit se k těm, kteří jsou ohromeni hloubkou a smyslem všeho, co se začalo odvíjet od onoho velikonočního rána, kdy ženy našly prázdný hrob. Zároveň jsme pozváni, abychom spolu s apoštoly a dalšími lidmi uznali Ježíše Krista za svého Pána a Boha.

První zastavení Ježíš vstal z mrtvých

Anděl promluvil k ženám: „Vy se nebojte. Vím, že hledáte Ježíše ukřižovaného. Není tady. Byl vzkříšen, jak řekl. Pojdte a podívejte se na to místo, kam byl položen.“

Mt 28,5-6

Stojíme u události, od které se odvíjí křesťanská víra. Jsme v bodě, kde se dotýkají dvě epochy lidstva. Největší bolest, prohra a smrt jsou překonány a mění se v radost, vítězství a v plnost života. Právě k těmto hodnotám jsme ve vítězném Kristu připojeni. Je to nabídka překonání zla a nového začátku života.

Druhé zastavení Učedníci nacházejí prázdný hrob

Pak za ním přišel i Šimon Petr, vešel do hrobky a viděl, že tam leží pruhy plátna. Rouška však, která byla na Ježíšově hlavě, neležela u těch pruhů plátna, ale složena zvlášť na jiném místě. Potom vstoupil i ten druhý učedník, který přišel ke hrobu první, viděl a uvěřil.

Jan 20,6-8

Otevřený hrob a splasklé pohřební plátno. Místo, kde se mladému zadýchanému muži mění astronomický úsvit v úsvit jiný, ve kterém s tlukoucím srdcem a rozzářenýma očima vstupuje do nového období svého života, života z víry. Kolik takových okamžiků od té chvíle proběhlo?

Kdy a jak jsem tento úsvit zažil já?

Třetí zastavení Vzkříšený Ježíš se ukazuje Magdaléně

*Ježíš jí řekl: „Marie!“
Ona se k němu obrátila a zvolala hebrejsky: „Rabbuni!“ – to znamená „Mistře!“ ...
Marie Magdalská tedy šla a zvěštovala učedníkům: „Viděla jsem Pána“ – a toto že jí řekl.*

Jan 20,16.18

Rozrušená učednice nehledá živého Krista, hledá jeho mrtvé tělo. Kolik měla v celých dějinách následovnic a následovníků. Ovšem ve chvíli setkání s Ježíšem se vše mění a ona přijímá úkol svědčit o tom, s kým se setkala.

Její život dostává nový smysl. Má pro co žít, a to ji dělá šťastnou. Jestlipak utíkala i zpět, když měla vyplnit přijatý úkol?

Čtvrté zastavení

Vzkříšený Ježíš na cestě do Emauz

*Ještě ten den se ubírali dva z nich do vesnice zvané Emauzy,
která je vzdálena od Jeruzaléma šedesát honů.
Jak tak hovořili a uvažovali, přiblížil se k nim sám Ježíš a připojil se k nim.
A řekl jim: „Jak jste nechápaví a váhaví uvěřit tomu všemu, co mluvili proroci.“
Potom začal od Mojžíše, probral dále všechny proroky
a vykládal jim, co se ve všech částech Písma na něj vztahuje.*

Lk 24,13.15.25.27

Dva smutní a zklamaní muži odcházejí ze společenství ostatních. O nedávných událostech vědí všechno, ale absolutně nechápou vzájemné vztahy mezi tím, co vědí a jak to spolu souvisí. Nejsou jedinými, kdo mají v hlavě velký zmatek a ve zklamaném srdci pusto a prázdno. Neznámý cizinec na cestě uspořádává myšlenky v jejich hlavách a jejich srdce plní nadějí a úžasem. Není možné nechat jít dál toho, který večer mění v úsvit.

Páté zastavení

Vzkříšený Ježíš se dává poznat při lámání chleba

*Když byl s nimi u stolu, vzal chléb, pronesl nad ním požehnání,
rozlámal ho a podával jim.
Vtom se jim otevřely oči a poznali ho. On jim však zmizel.*

Lk 24,30-31

Po vysloveném díkyvzdání s přijímáním rozlámaného chleba se prožívaný večerní úsvit mění v jasný den. Ten, kdo se ztrácí jejich očím, už není neznámý a dokonce jim ani nemusí říkat, co mají dělat. Učedníkům je to naprosto jasné. Ve světle radosti nového věku spěchají tmou zpět do společenství, ze kterého před několika hodinami utekli. A spěchají tam šťastni. Kolikrát na cestě asi odpočívali?

Šesté zastavení

Vzkříšený Ježíš se ukazuje učedníkům

*Když o tom mluvili, stál on sám uprostřed nich a řekl jim: „Pokoj vám! (...)
Proč jste rozrušení a proč vám v mysli vyvstávají pochybnosti?
Podívejte se na mé ruce a na mé nohy: vždyť jsem to já sám!
Dotkněte se mě a přesvědčte se:
duch přece nemá maso a kosti, jak to vidíte na mně.“*

Lk 24,36.38-39

Pokoj vám! Tolikrát opakovaný pozdrav Vzkříšeného Krista vyjadřuje přání plnosti Božích darů nejen pro učedníky, ale pro lidi všech časů. Dotkněte se mne, není to sen, je to realita. Jako by Ježíš říkal i nám všem: „Dívejte se na mne a nebudete zmateni.“

Mohli učedníci slyšet něco krásnějšího? Mohl jsem něco krásnějšího v životě slyšet já?

Sedmé zastavení

Vzkříšený Ježíš dává moc odpouštět hříchy

*Navečer toho prvního dne v týdnu přišel Ježíš tam, kde byli učedníci.
Ze strachu před židy měli dveře zavřeny.
Stanul mezi nimi a řekl: „Pokoj vám!“
Znovu jim řekl: „Pokoj vám. Jako Otec poslal mne, tak já posílám vás.“
Po těch slovech na ně dech a řekl jim: „Přijměte Ducha Svatého!
Komu hříchy odpustíte, tomu jsou odpuštěny,
komu je neodpustíte, tomu odpuštěny nejsou.“*

Jan 20,19.21-23

Další důležitá událost prvního dne po sobotě, oné první neděle, která dává smysl všem ostatním nedělím. Po již známých slovech „Pokoj vám“ pověřuje Kristus učedníky stejně, jako byl on sám pověřený Otcem, aby v jeho jménu „odmocňovali“ zlo, tedy aby zlo zbavovali moci. Každý z nás ve zcela konkrétních selháních svého života zažil díky tomuto ustanovení velkou radost, úlevu i nový začátek. Připomeňme si to, děkujme a využívejme této možnosti.

Osmé zastavení

Vzkříšený Ježíš utvrzuje víru Tomáše

*Potom vyzval Tomáše: „Vlož sem prst a podívej se na mé ruce,
vztáhni ruku a vlož ji do mého boku, a nebud' nevěřící, ale věřící“
Tomáš mu odpověděl: „Pán Bůh a Bůh můj!“*

Jan 20,27-28

Hledající učedník, který pochybuje o pravdivosti radostné zvěsti, se touží přesvědčit sám. Jeho následná slova „Můj Pán a můj Bůh!“ jsou vrcholem Janova evangelia i správného učednictví. Tomáš jako první ze všech učedníků říká o Ježíšovi nejen „můj Pán“, ale také „můj Bůh“ (Elohim). A Ježíš jako by mluvil k nám, dodává: „Blahoslavení (neboli šťastní), kdo neviděli a přesto uvěřili.“

Deváté zastavení

Vzkříšený Ježíš se setkává se svými učedníky u Tiberiadského jezera

*Když už nastávalo ráno, stál Ježíš na břehu, ale učedníci nevěděli, že je to on.
Ježíš se jich zeptal: „Dítky, nemáte něco k jídlu?“ Odpověděli mu: „Nemáme.“
On jim řekl: „Hod'te síť na pravou stranu lodi, a najdete.“
Hodili ji tedy, a nemohli ji už ani utáhnout pro množství ryb.*

Jan 21,4-6

Celá scéna, v níž se snoubí syrová obyčejnost všednodenní práce s překvapující blízkostí Ježíše. Banální stereotyp prozařuje vznešeným světlem a každou maličkost jako stavební kámen začleňuje do stavby Božího království. Zkusme tuto událost prožít očima celou noc těžce a marně pracujících učedníků, kteří jsou fascinováni bohatým úlovkem i blízkostí svého Pána. Přijměme s nimi na začátku nového dne Ježíšovo pozvání na snídani.

Desáté zastavení **Vzkříšený Ježíš uděluje Petrovi primát**

*Zeptal se ho potřetí: „Šimone, synu Janův, miluješ mne?“
Petr se zarmoutil, že se ho potřetí zeptal: „Miluješ mne?“,
a odpověděl mu: „Pane, ty víš všechno – ty víš, že tě miluji!“
Ježíš mu řekl: „Pas moje ovce!“*

Jan 21,17

Mít rád Krista, znamená přijmout poslání. K poslání si Bůh nevolí „dokonalé“. Má zálibu v těch, kteří vědí, že jsou hříšníky, ale mají jej rádi. Když v předešlém zastavení říká Jan Petrovi: Ten člověk na břehu je Pán, Petr jako jediný z učedníků skáče do vody, aby byl u něho první. A po krátké době mu Pán před svěřením nejvyššího poslání v církvi klade třikrát jedinou otázku: „Máš mne rád?“ Jak často ji kladl a klade i každému z nás?

Jedenácté zastavení **Vzkříšený Ježíš vysílá učedníky do světa**

*Ježíš k nim přistoupil a promluvil: „Je mi dána veškerá moc na nebi i na zemi.
Jděte tedy, získejte za učedníky všechny národy,
křtěte je ve jménu Otce i Syna i Ducha Svatého
a učte je zachovávat všechno, co jsem vám přikázal.
Hle, já jsem s vámi po všechny dny až do konce světa.“*

Mt 28,18-20

S vysláním k dalším lidem celého světa, blízkým i vzdáleným, s výzvou k životodárnému společenství s Kristem přijímají učedníci nejen ujištění o jeho moci, ale také o jeho blízkosti. Tato ujištění jsou nejradostnější jistotou, se kterou můžeme ve svém životě také počítat. Víme o ní a počítáme s ní?

Dvanácté zastavení **Vzkříšený Ježíš vystupuje do nebe**

Když to pověděl, byl před jejich zraky vyzdvižen a oblak jim ho vzal z očí.

Sk 1,9

Oslňující jas oblaku Boží přítomnosti bere učedníkům Ježíše z očí. Je to jediné známé loučení navzájem se milujících osob beze stopy zármutku. Dokonce, jak píše evangelista Lukáš, odcházejí učedníci z místa rozloučení s velkou radostí. Vědí, že On je s nimi. Tento klíč k radosti byl svěřen i nám.

Třinácté zastavení **V očekávání Ducha Svatého spolu s Marií**

*Potom se apoštolové vrátili do Jeruzaléma z hory, která se nazývá Olivová.
Je blízko Jeruzaléma, vzdálená jenom délkou sobotní cesty.
A když přišli zase do města, vystoupili do hořejší místnosti,
kde bydleli Petr a Jan, Jakub a Ondřej, Filip a Tomáš, Bartoloměj a Matouš,
Jakub Alfeův, Šimon Horlivec a Juda, Jakubův bratr.
Ti všichni jednomyslně setrvali v modlitbách spolu se ženami,
s Ježíšovou matkou Marií a s jeho příbuznými.*

Sk 1,12-14

Vstoupit do radostného očekávání jedenácti apoštolů a dalších sester a bratří, kteří spolu s jeho matkou Marií čekají na slíbeného Ducha Svatého, může i každý z nás. Toto rodinné společenství formované jednomyslnou modlitbou je otevřené pro lidi všech dob už téměř dva tisíce let. Ježíšova slova „Proste, a dostanete“ jsou stále potvrzovanou zkušeností, kterou máme i my zakusit ve svém životě, abychom ji mohli věrohodně předávat dál.

Čtrnácté zastavení **Vzkříšený Ježíš sesílá slíbeného Ducha Svatého**

*Najednou se ozval z nebe hukot, jako když se příže silný vítr,
a naplnil celý dům, kde se zdržovali.
A ukázaly se jim jazyky jako ohně, rozdělily se a nad každým z nich se usadil jeden.
Všichni byly naplněni Duchem Svatým
a začali mluvit cizími jazyky, jak jim Duch vnukal, aby promlouvali.*

Sk 2,2-4

Slíbený Duch Svatý přichází a v něm je nám darována kompletní výbava nejen pro zvládnutí všech situací života, ale také pro to, aby náš život – v mládí i stáří, v radosti i zármutku, zdraví i nemoci, v manželství i celibátu, v potěšení i bolestech, jedním slovem vždycky – byl v Duchu Ježíše Krista oslavou Otce.

— o —

Pane, mohli jsme prožít radostné události prvotní církve a její zkušenost se vzkříšeným Ježíšem a Duchem, kterého nám seslal. Děkujeme ti za všechno, co nám tyto události připomněly, a prosíme tě, ať nás povzbudí k radostnému životu s tebou a ke službě v církvi dnešních dnů.

Amen.

Všude dobře, doma nejlépe

Zpracovala: Jitka Holíková

Program setkání	Aktivita	Cíl	Pomůcky/ poznámky	Čas/ min.
Úvod	Krásy Čech	Úvod do tématu, dlouhodobá paměť		10
TPR	Zeměpisné rébusy a přesmyčky		PL_TPR_1, PL_TPR_2a, b, tužka	10
TK	Nejkrásnější místa v České republice	Informační část		20
TPH	Porovnání míst v ČR se světem			20
Přestávka				15
TPB	Slepá mapa		PL_TP_B_1; tužka	15
TPM	Skládání puzzle	Trénink jemné motoriky	Obrázky, nůžky	20
Závěr	Plánujete letos dovolenou nebo výlet v ČR?			10
Zdroje informací	https://happymag.cz/cestovani/kam-na-dovolenou-zapomente-na-zahranici-7-mist-v-cesku/?fbclid=IwAR1h3qtle4moM6d0duXLnr1eoemRSeZVm_Twtgay60vdkgDO0zgShi4Rle4 www.gigaplaces.com/gigalist-nejkrasnejsi-mista-ceske-republiky/ https://www.hustopeckse-noviny.cz/2018/04/levandulova-farma-pod-palavou-je-raritou-sama-o-sobe-ale-take-lidskym-pribehem/ https://www.idnes.cz/cestovani/po-cesku/moravske-toskansko.A151026_152645_po-cesku_skr Publikace: Jitka Suchá, Cvičte si svůj mozek			

Úvod

V čase, kdy není možné vycestovat do zahraničí, připomeneme si, jaké krásy nabízí Česká republika. Proč bychom jezdili do zahraničí, když je u nás tak krásně? Zkrátka všude dobře, doma nejlépe. Účastníků se zeptáme na jejich oblíbená místa v ČR, kam rádi jezdili či jezdí.

TPR

Viz PL_TPR_1, PL_TPR_2a, 2b

TK

V naší republice máme spoustu krásných míst. Mezi turisty patří mezi nejoblíbenější:



Pálava – Chráněná krajinná oblast (CHKO) Pálava, je harmonicky utvářenou krajinou s charakteristickým reliéfem s dominantou Pavlovských vrchů, významným podílem přirozených nebo málo ovlivněných stepních ekosystémů a s dochovanými památkami historického osídlení. Není mnoho míst, která by se mohla pochlubit tak krásnou a rozmanitou přírodou a nevšední krajinou jako Pálava s jejími bělostnými skalami, jarními mozaikami rozkvetlých stepí, vinohrady na sluncem ozářených stráních, teplomilnou doubravu Milovického lesa a se zbytkem podpálavských luhů s letitými duby na břehu slepého ramene Dyje.



Propast Macocha – se nachází v Moravském krasu, který je největším krasovým systémem v České republice. Macocha je hluboká přibližně 138 m. Propast si lze prohlédnout ze dvou vyhlídkových můstků, či během prohlídky punkevních jeskyní, během které se dostaneme na dno propasti. Na dně propasti najdeme dvě hluboká jezírka.



Chalupská slat – je rozlehlé šumavské rašeliniště proslavené svými malebnými ostrůvky, na kterých se dokonce udrží i malé břízy. Slat je zpřístupněna naučnou stezkou na dřevěných plících.



Adršpěsko-Teplické skály – jsou největším skalním městem v České republice. Skalní věže zde dosahují výšky až téměř sto metrů. Mezi nejvýznamější skály zde patří Milenci, Starosta a Starostová, Homole cukru. Známa je vyhlídka Velké panoráma. Malebné je i jezírko Pískovna či Malý a Velký Adršpašský vodopád. V Teplických skalách je oblíbený výstup na skalní hrádek Střmen.



Lom Velká Amerika – díky krásně modrému jezeru na jeho dně láká čím dál více turistů. Většině stačí pohled z vyhlídek na hraně tohoto až 80 metrů hlubokého lomu. Odvážnější, i přes oficiální zákaz vstupu, slézají dolů

a koupají se v jezeře. Mimo Velké Ameriky zde najdete celou řadu dalších, i když už menších lomů jako je Mexiko, Kanada a Malá Amerika.



Pravčická brána – nachází se v národním parku České Švýcarsko a je největší pískovcovou skalní bránou v Evropě. Její výška je 16 metrů a je 26 metrů široká. Pravčická brána je velmi fotogenická a vznikají zde i v okolí jedny z nejhezčích fotografií. V minulosti patřil výlet na Pravčickou bránu mezi první turistické stezky v Česku a zastřešoval jej klub českých turistů.



Vyhlídky Máj – nejznámější a nejkrásnější pohled na Vltavu skýtá vyhlídka Máj, odkud vidíte krásný meandr řeky v bývalých Svatojánských proudech. Je s podivem, že sem nevede žádná turisticky značená stezka jen pěšina.



Sněžka – 1 603m n. m./ dříve uváděno 1 602 m n.m., je nejen nejvyšší hora Krkonoš, ale zároveň i celé České republiky. Díky svému

lehce pyramidovému vzhledu je rozeznatelná opravdu z daleka a vyniká nad dalšími krkonošskými horami majícími většinou podoby táhlých oblých zvětralých hřebenů. Díky lanovce, obecně lehkému přístupu z krkonošských obcí a svému významu se zde po většinu roční doby procházejí celé davy turistů.



Prachovské skály – jsou snad nejznámější české

skalní město proslavené nejen písničkou Ivana Mládka, ale i pověstí o návštěvě rakouského císaře Františka I., po kterém se jmenuje nejmalebnější soutěska skal Císařská chodba. Jsou tu také krásné vyhlídky jako je vyhlídka Míru či Českého Ráje a některé soutěsky tak úzké, že mohutnější dospělý člověk má problém se zde protáhnout. Také patří mezi velmi oblíbená místa horolezců, kteří zde zdolávají vysoké skalní jehly. Jsou doslova protkány celou řadou turistických stezek, takže málokdo projde při první návštěvě všechna zdejší zákoutí.



Kokořínsko – Malebná přírodní oblast skal,

překrásných jezírek a vesniček s lidovou architekturou, jen 40 km za Prahou.. Kokořínsko je proslulé romantickými roklemi a unikátními pískovcovými věžemi, branami, okny a dalšími útvary, které se v takové formě a rozsahu nevyskytují v žádné jiné oblasti České republiky.

TPH

Moravské Toskánsko, České Provance, slyšeli jste už tato označení? I v naší krásné zemi máme místa, velmi podobná těm celosvětově známým. Proč neobjevit letos jejich krásu? Níže informace a fotografie některých z nich. Vzpomenete si sami na další? Co třeba nápadná podobnost Eiffelovy věže a Petřinské rozhledny?

Moravské Toskánsko

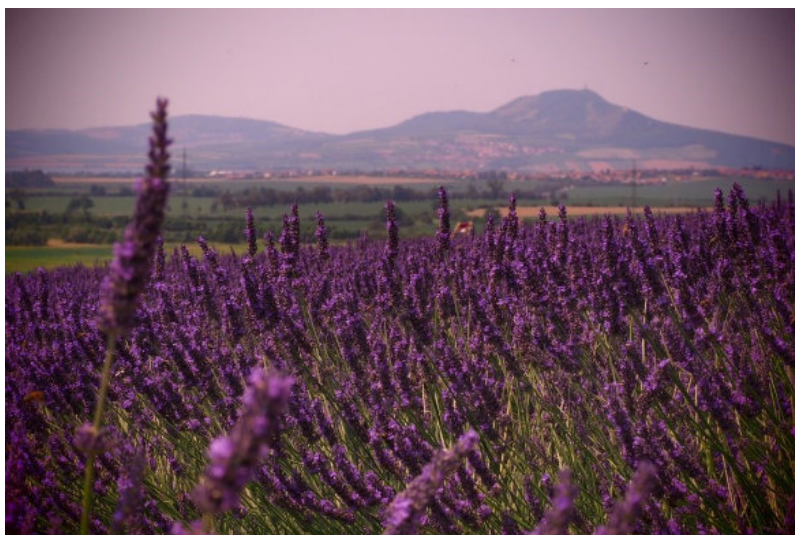
Fotografové o tomto místě dobře vědí. Tak nádhernou krajinu jinde v Česku nenajdete. Snímky lánů polí, barevných ploch, které se dotýkají nebe, lákají lovce snímků z celého Česka i zahraničí. A právem nazývají krajinu v okolí Kyjova Moravským Toskánskem. Silně zvlněná krajina, která tak přitahuje fotografy, zabírá několik desítek kilometrů čtverečních západně a jihozápadně od Kyjova. Dlouhé pásy hnědých či zelených polí se táhnou až k obzoru a jakoby nekončí. Krajinu nenarušují žádné výdobytky civilizace, nejsou tu vidět žádné elektrické dráty, ani výškové budovy či komíny v dálce. Momentálně je to jedna z nejpřitažlivějších lokalit v České republice, kam se lidé vydávají jen proto, že tam chtějí fotit.

Více informací a další fotografie zde: https://www.idnes.cz/cestovani/po-cesku/moravske-toskansko.A151026_152645_po-cesku_skr



Provance na Břeclavsku

Za omamnou vůni levandulových polí už není nezbytné cestovat až do Francie. S rostlinou nyní experimentují třeba zemědělci na Břeclavsku. V poslední době se v oblasti rozjelo hned několik projektů na výsadbu fialově kvetoucí byliny. Rostlina u nás sice není typická, ale daří se jí dobře. Když každoročně v červnu rozkvetou v malé obci Starovičky pod Pálavou levandulové plantáže je to exotická podívaná. Záplavu květů obdivují místní lidé i turisté. Více informací zde: <https://www.hustopecske-noviny.cz/2018/04/levandulova-farma-pod-palavou-je-raritou-sama-o-sobe-ale-take-lidskym-pribehem/>



Další krásná místa v ČR v porovnání s těmi světově známými formou fotografií. Znáte některé? Navštívili jste?

Kaňon Vltavy a vyhlídka Máj



Kdo z vás by někdy nechtěl vidět legendární Grand Canyon? Až budete vymýšlet, kam na dovolenou, vyražte místo toho na jih od Prahy. Kousek od Slapské přehrady totiž najdete kaňon Vltavy, který může americkému Coloradu co do krásy klidně konkurovat. Nejlepší výhled budete mít z vyhlídky Máj, kam vyražte nejlépe brzy ráno nebo večer před západem slunce. Vyhněte se tak davům turistů, kteří sem proudí hlavně během dne.

Kostel svaté Ludmily na Náměstí Míru, Praha



Praha, to není jen Staroměstské náměstí, Karlův Most a Pražský hrad. Naše hlavní město ukrývá spoustu krásných míst, která leží mimo turistické centrum. Vydejte se třeba prozkoumat Vinohrady. V jejich srdci přímo na Náměstí Míru objevíte kostel svaté Ludmily, který až nápadně připomíná francouzskou katedrálu Notre Dame v Chartres.

Soutěsky ve Hřensku, České Švýcarsko



Severní Čechy jsou plné magických míst!

Možná proto inspirovaly už tolik zahraničních filmařů. Třeba proslulá Pravčická brána, kde se natáčel velkořím Letopisy Narnie. Nebo nedaleké soutěsky ve Hřensku, ve kterých se můžete po říčce Kamenici projet na pramici. Věděli jste, že podobné soutěsky najdete i na druhém konci světa? V americkém státě Oregon se nachází soutěska Oneonta, kterou můžete vidět na fotografii.

Železniční viadukt ve vesnici Novina, Kryštofovo údolí



Na internetu se to jen hemží fotkami známého železničního viaduktu Glenfinnan ve Skotsku, který se objevil ve filmu Harry Potter. Je moc krásný, ale v posledních letech přímo obsypaný turisty. Co byste řekli na to, kdybyste mohli stejně krásný viadukt navštívit nedaleko vašeho domova a bez davů turistů? Až budete letos přemýšlet kam na dovolenou, vyražte na sever! Liberecko je nádherné samo o sobě a tento železniční viadukt v Kryštofově údolí u vesnice Novina čeká na vaši návštěvu.

Prachovské skály, Jičín



Zapomeňte na letenky na druhou stranu světa a vyražte autem, vlakem nebo autobusem jen 80 kilometrů od Prahy. Prachovské skály u Jičína až nápadně připomínají čínské skalní město Zhangjiajie, které ročně navštěvují miliony turistů z celého světa a které inspirovalo tvůrce filmu Avatar. Narozdíl od něj tu ale nepotkáte davy čínských turistů a když vyrazíte v dobrou denní dobu, budete tu skoro sami.

Větrný mlýn Jalubí, Uherské Hradiště



Pamatujete si ještě ze školy knížku Důmyslný rytíř don Quijote de la Mancha a jeho boj s větrnými mlýny? Tyto mlýny můžete navštívit ve španělské oblasti La Mancha nedaleko Toleda. Anebo si můžete zkrátit cestu a vydat se za podobným mlýnem k Uherskému Hradišti. Větrný mlýn Jalubí jako by z oka vypadl donquijotským mlýnům ve Španělsku.

Vinice Žernoseky v údolí řeky Labe, Porta Bohemica



Proč vyrážet za vínem do zahraničí, když můžete navštívit stejně krásné vinice i u nás? Většina z vás určitě slyšela o proslulém vinařském údolí řeky Douro v Portugalsku, kam každý rok vyráží miliony turistů. Přitom na Litoměřicku se můžete po vinicích procházet úplně sami. Vydejte se do obce Velké Žernoseky u Litoměřic a pokochejte se úžasnými výhledy na vinice, údolí řeky Labe a vyhaslé sopky Českého Středohoří. Zdejší oblasti se ne nadarmo říká Porta Bohemica, nebo-li brána do Čech. Krásnější přivítání do naší země si dokážeme jen stěží představit.

TPB

Místa, o kterých jsme si povídali, zkusíme najít na slepé mapě.

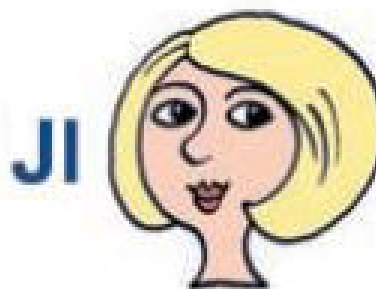
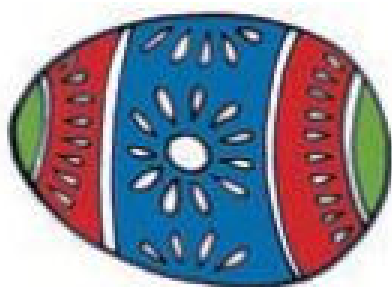
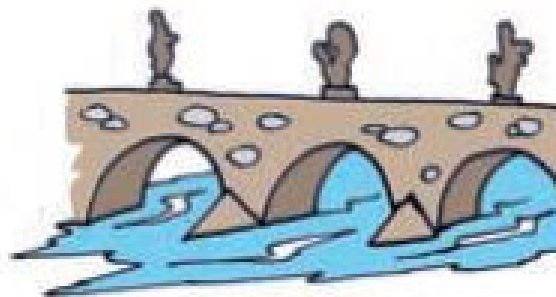
Viz PL_TPB_1

TPM

Vytiskneme si kterékoli obrázky z částí TK, ty rozstříháme na malé dílky a rozdáme účastníkům. Ti se pokusí obrázek poskládat a vzpomenout si na název místa.

Závěr:

Rozloučení s cestovatelskými typy a plány v České republice.



BURK

PODĚ



Strakonice, Jihlava, Valašské Klobouky, Sokolov, Rumburk, Kylov, Poděbrady

Řešení:

Přesmyčky měst

V následujících názvech měst byla přeskupena písmena, takže na první pohled jde o nesrozumitelná slova. Přeskupte písmena tak, aby z každého nesrozumitelného slova vznikl správný název českého města.



ÝDFARLTN

ŽIDEOMLAC

CĎARHIOŽOVE

VEŠONEB

ŠVYKVO

VURTON

CHÁOND

N.APAK

JELCEMINI

REUBON

ACŘVEBL

DKNALO

YČRČEAN

BAJNELOC

ŘKIPOCEVIN

BREVAKM

FASVORNRD

VOSKOLO

KANOVVKÍ

ESRIKOTANC

CYRKANDY _____

LŠMTYIOL _____

ČÍNJI _____

ORSTVAA _____

JOOMNZ _____

ŘÍŽOKRMĚ _____

BORÁT _____

TOCHMVUO _____

SÍTÚ _____

RAPAH _____

BAŽKEMR _____

CHÍRBLAV _____

IVHŘOCOE _____

ČUHLVAOEC _____

LIMUVOK _____

KOSIMLEV _____

MŘÍRBAP _____

TICVOROOKE _____

DAJEPANAL _____

TECARNIOVE _____

RŘOVEP _____

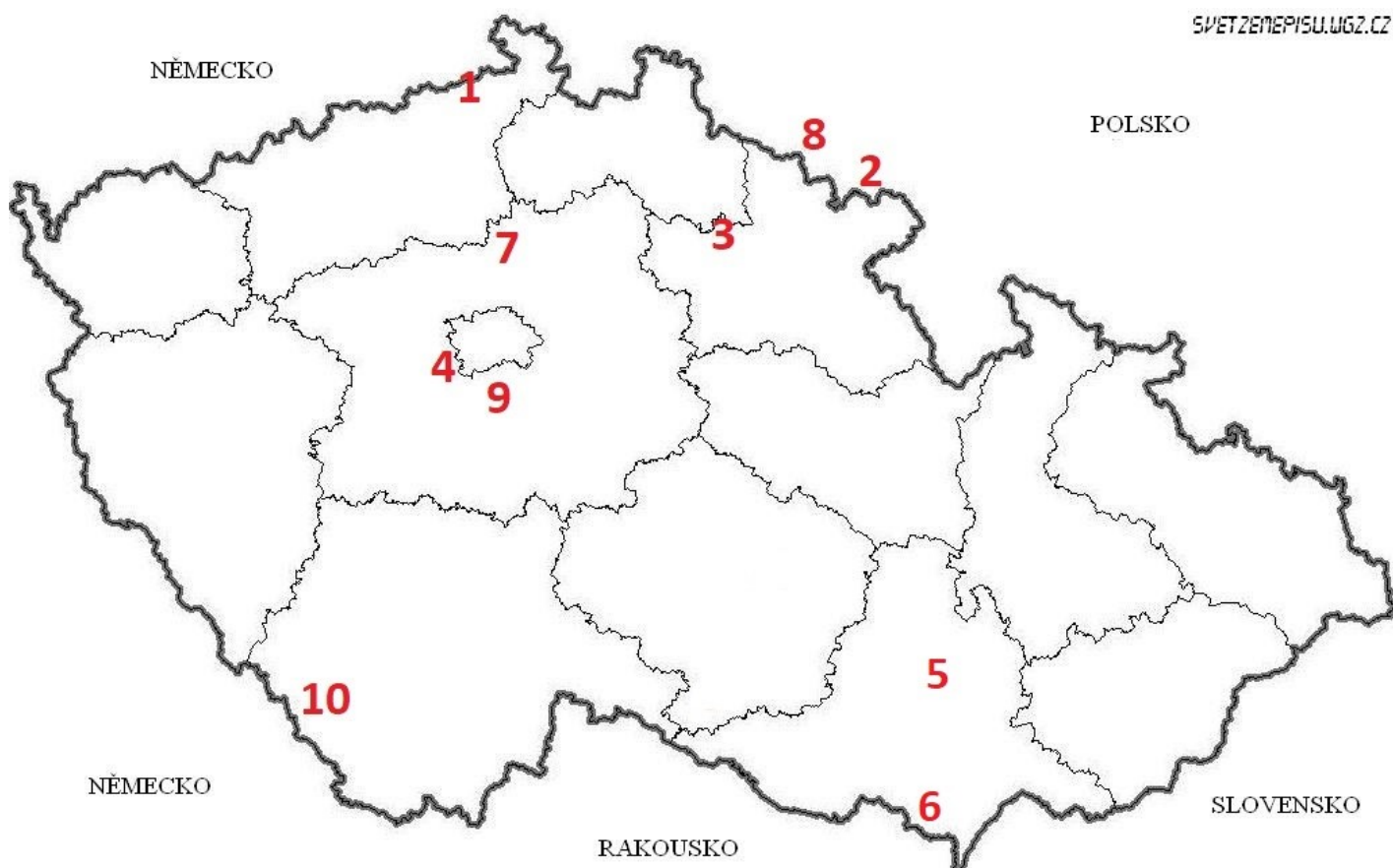
PEKÍS _____

CHECOŇ _____

JOVYK _____

5
 Neratovice, Přerov, Písek, Chocení, Kyjov
 Zamberk, Vrchlabí, Hořovice, Luhačovice, Mikulov, Milevsko, Příbram, Otrokovice, Napajedla,
 Štrakonice, Rokycany, Litomysl, Jicin, Ostrava, Znojmo, Kroměříž, Tábor, Chomutov, Ustí, Praha,
 Beroun, Bráclav, Kladno, Čerčany, Jablonec, Koprivnice, Vamberk, Varnsdorf, Sokolov, Rakovník,
 Frydlant, Domažlice, Horažďovice, Benešov, Vyškov, Turnov, Náchod, N. Paka, Jilemnice,

Pokuste se doplnit místa, o kterých jsme si povídali, do mapy:



Pálava, jeskyně Macocha, Chalupská slať (rašeliniště), Adršpšsko-Teplické skály, lom Velká Amerika, Pravčická brána, vyhlídka Máj, Sněžka, Prachovské skály, Kokořínsko

1 – Pravčická brána, 2 – Adršpšsko-Teplické skály, 3 – Prachovské skály, 4 – lom Velká Amerika, 5 – jeskyně Macocha, 6 – Pálava, 7 – Kokořínsko, 8 – Sněžka, 9 – vyhlídka Máj, 10 – Chalupská slať (rašeliniště)

Řešení:

sv. Zdislava – žena velké lásky

Zpracovala: Mgr. Tereza Kozderová, DiS.

Program setkání	Aktivita	Cíl	Pomůcky/ poznámky	Čas/ min.
Úvod	Svatá Zdislava a modlitba	Uvedení do tématu		10
TPR	Řekni jméno	Zopakování jmen ve skupině, trénink asociací		15
TK	Ze života svaté Zdislavy	Poznat život sv. Zdislavy		30
TPH	Litanie ke sv. Zdislavě	Společná modlitba	PL_TPH_1	25
Přestávka				15
TPB	Zdislava	Procvičení dlouhodobé paměti	PL_TPB_2	15
TPM				
Závěr	Tip na pouť do Křížanova	Naplánování společného setkání		20
Zdroje informací	www.modlitba.cz , www.zdislava.cz , www.mapy.cz			

Úvod

V letošním roce si připomínáme 800 let od narození sv. Zdislavy. Památku si církev připomíná 30. května. Tato světička je uctívána jako patronka rodin, českého národa a kongregace sester dominikánek.

Bože, Ty jsi naučil svatou Zdislavu kráčet cestou dokonalosti plněním úkolů manželského života, mateřství a konání skutků lásky. Dej na její přimluvu, aby křesťanské rodiny rozkvétaly po jejím vzoru a vydávaly tak o tobě svědectví vírou a životem.

TPR

Každý z účastníků řekne jméno a přidá slovo, které mu v představách asociuje rodinu

TK

Zdislavin původ

Na Českomoravské vysočině u města Žďáru poblíž Velkého Meziříčí je město Křižanov se zámek, rodiště Zdislavino. Je tedy rodem Moravanka. Narodila se někdy po roce 1220. Přesné datum neznáme. Její rodiče byli značně zámožní, vzdělaní a velmi zbožní. Zdislava měla mladší sourozence, tři sestry a bratra: Eufemii, Elišku, Libuši a Petra. Zdislava, Eufemie a Eliška se provdaly za české velmože a získaly si později mnoho chvály svým ctnostným životem, zvláště Zdislava. Výslovně to poznamenává kronikář ždárského kláštera, který nám mnoho zaznamenal o křižanovské rodině.

Zdislavino mládí

Své dětství a dívčí léta prožila Zdislava ve vzorném rodinném prostředí na hradě Křižanově a patrně i v Brně, kde byl pan Přibyslav purkrabím. Rodiče jí poskytli všestrannou výchovu. Po jejich vzoru měla Zdislava velikou úctu ke stavu kněžskému a řeholnímu. Když jednou slyšela o šťastném životě poustevníků, rozhodla se je následovat. Nepozorovaně se vytrácela z křižanského hradu do nedalekých lesů, kde se snažila myslet jen na Boha, postila se a odpírala si pohodlí. Tajemně šumící lesy, odraz nebe v hladinách křižanských rybníků, všechen šepot boží přírody, náповědi čehosi nesmírného a silného rozněcovali její dětskou fantazii a naléhavou touhu po kráse, hloubce a vznešenosti něčeho, čemu ještě dobře nerozuměla. Brzy se ovšem vrátila domů, ale láska k samotě a usebranosti v Bohu provázela ji po celý život. Není divu. Vždyť její otec byl „v nitru mnichem“ a její matka a sestra Eufemie svým způsobem rovněž poustevničky, jak jsme již slyšeli.

Vrozený sklon ke zbožnosti zapouštěl v mladičké Zdislavě kořeny stále hlubší. Můžeme se právem domnívat, že když uzrál čas, bylo toto vnímavé děvčátko dáno podle mravu své doby na vychování a vzdělání do některého kláštera, podobně jako Anežka Přemyslovna. Zde pak byly její pocity Boha obohacovány i rozumovým poznáním a Zdislavina dětská víra se stávala uvědomělou.



Zdislavin sňatek

Dítě Zdislava dospěla podle svědectví kronikáře v krásnou dívku a nejraději by byla vstoupila do sboru řeholních panen v některém klášteře. Měla jakési vnitřní podvědomé tušení o krátkosti svého života, a proto toužila žít v nejtěsnějším spojení s Bohem. On však chtěl, aby vstoupila do manželství a stala se matkou. Vždyť „sám Bůh je původcem manželství“ a „opravdová manželská láska je pozdvižena k účasti na Boží lásce

a vykupitelskou mocí Kristovou a spásonosným působením církve se usměrňuje a obohacuje, aby manželé byli účinně vedeni k Bohu a dostalo se jim pomoci a posily v jejich vznešeném úkolu otce a matky“ (Gaudium et spes, čl. 48). Zdislava se provdala mladičká, bylo jí asi něco přes patnáct let, za Havla z rodu Markvarticů, pána na hradě Lemberku v severních Čechách. Po svatbě na Křižanově se tedy přestěhovala do pohraničních hvozdů severních Čech. Cestou tam se jistě zastavila v Praze, vždyť její rodiče žili v těsném přátelství s královskou rodinou.

Zdislavin manžel Havel Markvartic, křesťanský rytíř

Manžel Zdislavin, pán na Lemberku, byl typ rytíře 13. století. V tehdejší době vystupoval jako muž znamenité slávy válečné. Když se mladý kralevic Přemysl Otakar vzbouřil proti svému otci, stál pan Havel věrně po boku krále Václava I. a nemálo přispěl k jeho vítězství v tomto zápase, které mu roku 1249 zabezpečilo trůn. Havel však nebyl jen drsný bojovník. Měl ducha křižáckých rytířů zanícených pro věc náboženství. Jistě to bylo i dědictví po rodičích. Jeho otec, vlivný velmož pan Markvart II., i matka paní Hostilka horlivě podporovali rytířské řády, jako například johanity v Mladé Boleslavi, kde měli Markvartici svůj rodný hrad. Také pan Havel měl velký zájem o nábožensko-politický život. Udržoval přátelství s mocným olomouckým biskupem Brunonem, kterého hostil na svých statcích a od něhož obdržel léno. Podporoval i řád bratří kazatelů – dominikánů, který si jeho manželka velmi oblíbila. Není také bez zajímavosti, že pan Havel měl účast i na díle Anežky Přemyslovny v Praze Na Františku. Můžeme se právem domnívat, že se obě svaté ženy – Zdislava a Anežka – osobně znaly. Havel z Lemberka býval dříve líčen jako muž hrubý a ke své ženě Zdislavě dokonce krutý. Měl v sobě jistě drsnost bojovníka a rázné vystupování mocného velmože. Jeho činnost v přímých službách panovníka, znalost cizího kulturního prostředí a smysl pro nové myšlenky, jejichž nositeli byly nové řády, které podporoval, opravňují nás však k přesvědčení, že se ke své ženě choval jako pravý křesťanský rytíř. Projevoval ji nejen úctu a lásku, měl i plné pochopení pro její úsilí. Bez jeho pomoci by paní Zdislava stěží realizovala dílo své dobročinnosti. Nové historické poznatky pana Havla rehabilitovaly.



Zdislavin rodinný život

Zdislava žila na hradě Lemberku v severních Čechách jako hradní paní a světice. Její život nebyl rozdvojen, jak tomu bohužel u mnoha křesťanů bývá, na část náboženskou a světskou, ale byl vpravdě křesťansky integrován živou vírou, nadějí a láskou. Na hradě bývalo rušno, ale v jejím nitru byl vždy klid, pramenící z Boží milosti. Plnila všechny společenské povinnosti svého stavu a pečlivě se přitom starala o svou rodinu. Narodily se jí čtyři děti (Havel, Markéta, Jaroslav a Zdislav). Nejstarší Havel se stal důstojným nástupcem svého otce a zaujal přední místo ve společnosti českých velmožů. Podobně i další synové dosáhli význačného postavení v českém království.

Zdislavin apoštolát

Se svým manželem Havlem postavila Zdislava v blízkém městě Jablonném chrám svatého Vavřince s klášterem pro dominikány. Tento řád s apoštolským zaměřením si Zdislava tak oblíbila, že do něj vstoupila jako laická spolupracovnice, zůstávajíc ovšem v manželství. Do sboru apoštolských spolupracovníků se dostala zásluhou slavného dominikána, Poláka, blahoslaveného Česlava, který v té době – kolem roku 1235 – byl představeným polsko-české dominikánské provincie a v Čechách zakládal nové kláštery. Rovněž v Turnově postavila paní Zdislava s manželem kostel a klášter pro duchovní syny svatého Dominika. Její příklad povzbuzoval i jiné k následování.

Matka chudých

Ač byla vznešenou hradní paní, přece s radostí často navštěvovala chudé, v nichž viděla očima víry samotného Ježíše Krista. Nepatřila k těm křesťanům, kteří si myslí, že milují Boha, ale před lidmi svá srdce uzavírají. Naopak. Zákon lásky k bližnímu byl jejím denním programem, neboť pochopila a prožila evangelium – radostné poselství Kristovy lásky. „Co jste prokázali jednomu z nejmenších mých bratří, mně jste (to) prokázali“ (Mat 25, 40). „Miluj svého bližního jako sám sebe“ (Mat 22, 39). Poutníci, nemocní a potřební nalézali u ní vždy nejlaskavější přijetí. Podporovala je, kde jen mohla a sama žila skromně. Byla proto všemi milována a nazývali ji matkou chudých.

Zdislavin duchovní život

Její víra nezůstala na dětské úrovni, ale bohovědným poznáním a hlubokou duchovní zkušeností se stala uvědomělou, dospělou. Žila liturgií, denně se účastnila bohoslužby u dominikánů v Jablonném. Když se tamní kostel ještě stavěl, pomáhala i sama Zdislava se svými domácími lidmi na stavbě, aby dílo spělo rychleji ke konci. Činila to vždy v noci, aby dělníci druhého dne mohli nerušeně pokračovat v práci. Toužila mít podíl na tomto díle i prací vlastními rukou. Ráda rozjímal v kapli Nejsvětější Trojice pod hradem Lemberkem. Klid a krása okolní přírody umocňovaly její duši k chválám Božím. I na hradě měla svou kapli, kde s rodinou oslavovala Boha a vyprošovala jeho ochranu v zlých dobách. Měla dar vroucí vnitřní modlitby a k ní přidávala kající skutky. Dosud se na Lemberku ukazuje Zdislavina světnička, připomínající podobnou místnost Karla IV. na Karlštejně. Slovem a příkladem vedla všechny kolem sebe k bohopoctě, jak nám to zachytili staří malíři.

Zdislava divotvůrkyně

Její svatost se potvrzovala i podivuhodnými skutky, které skrze ni učinil Bůh. V kronice Dalimilově čteme: „Pět mrtvých boží mocí vzkřísila, mnoha slepým zrak vrátila, chromých a malomocných mnoho uzdravila a nad jinými ubohými veliké divy činila“ (Dalimil 87, 5). Když byl na počátku našeho století veden v litoměřické diecézi proces pro její blahořečení, sestavil farní úřad v Jablonném seznam věřících, kteří stvrdili přísahou, že obdrželi od Boha na přímlovu paní Zdislavy různé milosti. Její příkladný život, naplněný láskou k Bohu a lidem, plný touhy po záchraně duší, a její zázračná moc pomáhající tělesně trpícím jsou názorně zachyceny na 24 obrazech, které jsou zavěšeny kolem její hrobky pod kostelem sv. Vavřince v Jablonném. Tato paní svatého života pomáhá mimořádně i dnes všem, kdo se na ni obracejí ve svých duchovních i tělesných záležitostech. Dokladem jsou četná poděkování a dary k jejímu hrobu.



Smrt svaté paní

Paní Zdislava se nedožila vysokého věku. Byla chatrného zdraví a vyčerpala se životními povinnostmi. A tak po krásném rodinném životě se svým manželem a dětmi, po životě plném dobrých skutků zemřela na hradě Lemberku roku 1252 ve stáří asi 27 až 30 let. Oplakávána všemi domácími i poddanými a zvláště dominikány, které ctíla jako své otce a milovala jako své syny. Byla pochována v kostele sv. Vavřince v Jablonném, kde její tělo dodnes odpočívá. Známy je také román Aleny Vrbové V erbu Ivce či kniha Světlo ve tmách od Jaroslava Durycha. Román A. Vrbové posloužil jako předloha pro stejnojmenný film natočený v roce 1994.

28. srpna 1907 byla Zdislava blahořečena papežem sv. Piem X. **21. května 1995 Zdislava byla svatořečena** papežem Janem Pavlem II. a 24. října 2000 papež Jan Pavel II. prohlásil sv. Zdislavu za hlavní patronku Litoměřické diecéze.

TPH

Můžeme se společně pomodlit ke svaté Zdislavě. Účastníkům můžeme rozdat pracovní PL_TPH_1 a ve čtení přímluv se můžeme střídát.

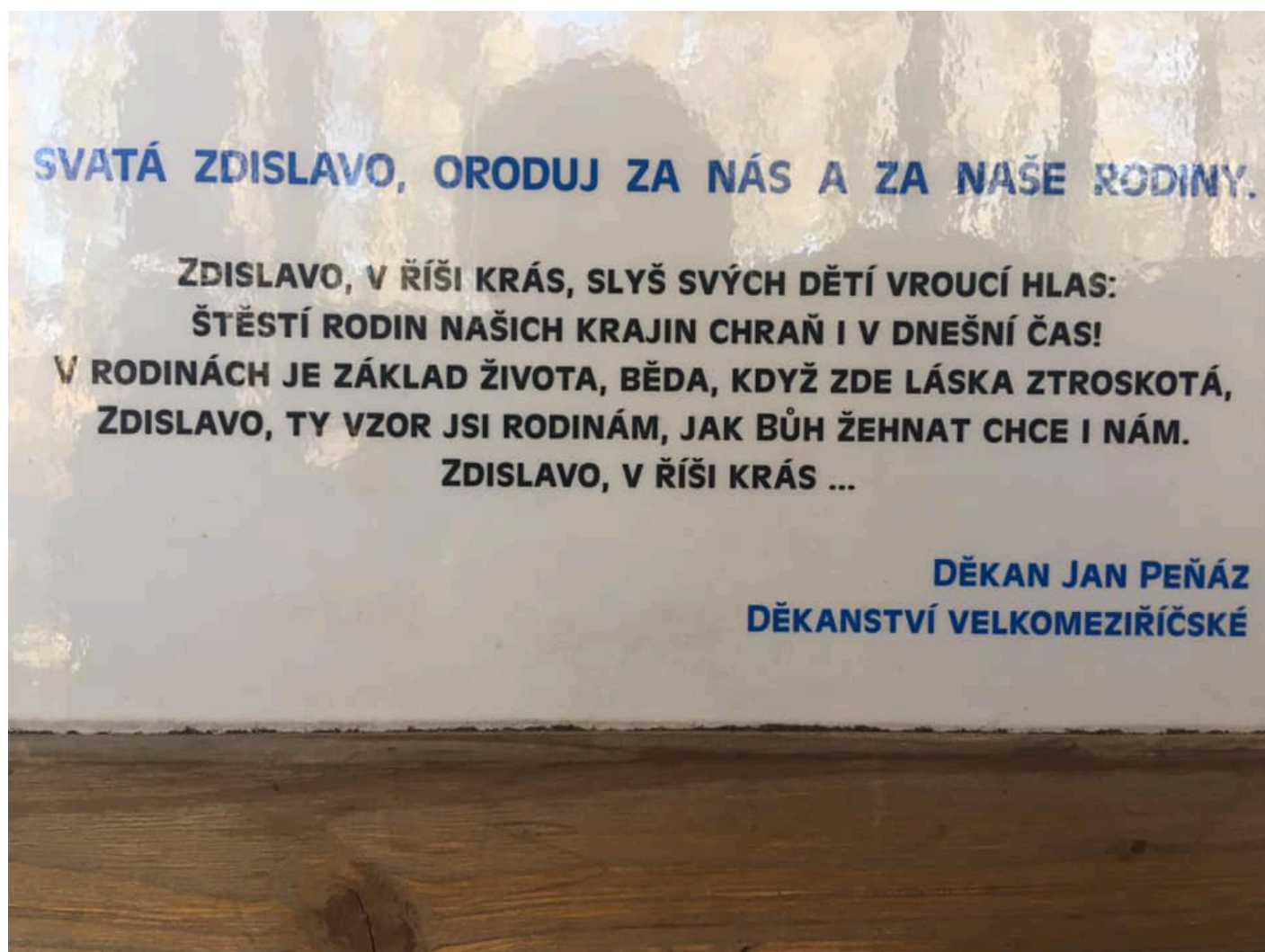
TPB

Pracovní list PL_TP_B_2 rozdáme účastníkům domů.

Závěr

Pokud ve vašem společenství zařazujete občas také výlety či vycházky, můžete si naplánovat společnou pouť ke svaté Zdislavě, na Svatou horu nedaleko Křižanova.

Svatá hora se nachází na červeně značené turistické cestě, která sem vede od vlakové stanice Ořechov. Stálým mírným stoupáním jsou to 4 km. Jde o výrazný zalesněný vrchol, který svou nadmořskou výškou 679 m je nejvyšším bodem širokého okolí. Na jeho vrcholu se nachází dřevěný altán, kde je umístěna soška sv. Zdislavy. V altánku jsou také umístěny informace o tomto místě i životě svaté Zdislavy. Výlet je možné spojit také s návštěvou města Křižanova.



SVATÁ ZDISLAVO, ORODUJ ZA NÁS A ZA NAŠE RODINY.

ZDISLAVO, V ŘÍŠI KRÁS, SLYŠ SVÝCH DĚTÍ VROUCÍ HLAS:

ŠTĚSTÍ RODIN NAŠICH KRAJIN CHRAŇ I V DNEŠNÍ ČAS!

V RODINÁCH JE ZÁKLAD ŽIVOTA, BĚDA, KDYŽ ZDE LÁSKA ZTROSOTÁ,

ZDISLAVO, TY VZOR JSI RODINÁM, JAK BŮH ŽEHNAT CHCE I NÁM.

ZDISLAVO, V ŘÍŠI KRÁS ...

DĚKAN JAN PEŇÁZ

DĚKANSTVÍ VELKOMEZIRÍČSKÉ

Zkuste ke každému písmenku vymyslet co nejvíce slov, která daným písmenkem začínají.

Budete-li mít chuť, v druhém kole můžete vymyslet co nejvíce slov, která daným písmenkem končí.

Z

D

I

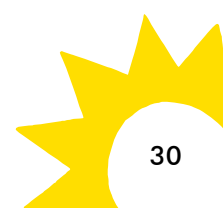
S

L

A

V

A



Litanie ke svaté Zdislavě

Pane, smiluj se nad námi!

Kriste, smiluj se nad námi!

Pane, smiluj se nad námi!

Kriste, uslyš nás!

Kriste, vyslyš nás!

Bože, náš nebeský Otče

Smiluj se nad námi

Bože Synu, Vykupiteli světa

Smiluj se nad námi

Bože, Duchu svatý

Smiluj se nad námi

Bože v Trojici jediný

Smiluj se nad námi

Svatá Maria

Oroduj za nás

Svatá Boží Rodičko

Oroduj za nás

Svatá Panno panen

Oroduj za nás

Svatá Matko matek

Oroduj za nás

Svatý Josefe

Oroduj za nás

Zdislavo, matko svatého života

Oroduj za nás

Zdislavo, plná Ducha svatého

Oroduj za nás

Zdislavo, příklade dětské poslušnosti
a ušlechtilého dospívání

Oroduj za nás

Zdislavo, vzore mladých lidí

Oroduj za nás

Zdislavo, přimlůvkyně snoubenců

Oroduj za nás

Zdislavo, věrná a milující manželko

Oroduj za nás

Zdislavo, obětavá a laskavá matka

Oroduj za nás

Zdislavo, denně posvěcující svou rodinu

Oroduj za nás

Zdislavo, štedrá pomocnice chudých
a potřebných

Oroduj za nás

Zdislavo, obětavá ošetřovatelko nemocných

Oroduj za nás

Zdislavo, zastánkyně utlačovaných
a ponižovaných

Oroduj za nás

Zdislavo, starostlivá osvoboditelko vězňů

Oroduj za nás

Zdislavo, pomocnice pronásledovaných

Oroduj za nás

Zdislavo, láskyplná hostitelko cizinců

Oroduj za nás

Zdislavo, horlivá spolupracovnice kněží

Oroduj za nás

Zdislavo, budovatelko chrámů a útulků pro
nemocné

Oroduj za nás

Zdislavo, pokorného smýšlení a radostné
sebekázně

Oroduj za nás

Zdislavo, proniknutá láskou ke Kristu a jeho
Matce

Oroduj za nás

Zdislavo, s láskou rozjímající utrpení našeho
Pána Ježíše

Oroduj za nás

Zdislavo, šířitelko pravého pokoje a Kristova
míru

Oroduj za nás

Zdislavo, vždy pohotová k sebezáporu
a oběti

Oroduj za nás

Zdislavo, věrná dcero Církve

Oroduj za nás

Zdislavo, duchovní dcero svatého Otce
Dominika

Oroduj za nás

Zdislavo, chloubu rodné Moravy

Oroduj za nás

Zdislavo, ochránkyně severních Čech

Oroduj za nás

Zdislavo, perlo české šlechty

Oroduj za nás

Zdislavo, slávo a ozdobu řádu Kazatelského

Oroduj za nás

Zdislavo, slávo a záštito města Jablonného

Oroduj za nás

Zdislavo, nebeská přímlykyně národa
Českého

Oroduj za nás

Zdislavo, blažená občanka Jeruzaléma
nebeského

Oroduj za nás

Ochránkyně rodin, jejíž hrob Bůh stále
vyznamenává mnohými milostmi a zázraky

Oroduj za nás

Beránku Boží - tys na sebe vzal hřích světa,
odpusť nám, Pane

Beránku Boží - tys na sebe vzal hřích světa,
vyslyš nás, Pane

Beránku Boží - tys na sebe vzal hřích světa
smiluj se nad námi

Pros za nás, blažená Zdislavo
a za naše rodiny

Modlitba

Pane, Tvá služebnice Zdislava osvědčovala lásku k tobě v každodenních starostech a v péči o svou rodinu i trpící bližní. Veď nás tak, abychom podle jejího příkladu i my využívaly čas věrným plněním Tvé vůle. Skrze našeho Pána Ježíše Krista. Amen.

Ptáčky na větvi

Zpracovala: Jana Duchanová

V tomto čísle vám chceme nabídnout tvoření s využitím přírodních materiálů. Budou to ptáčky z dřevěných plátků a lze je využít jako dekoraci prakticky po celý rok – jak do interiéru, tak do exteriéru (někam pod zastřešenou část). Na jaře dozdobíme např. primulkami a v zimě chvojím. Pokud ptáčky pečlivě vytvoříte, vydrží vám dlouhou dobu. Tak jdeme na to:

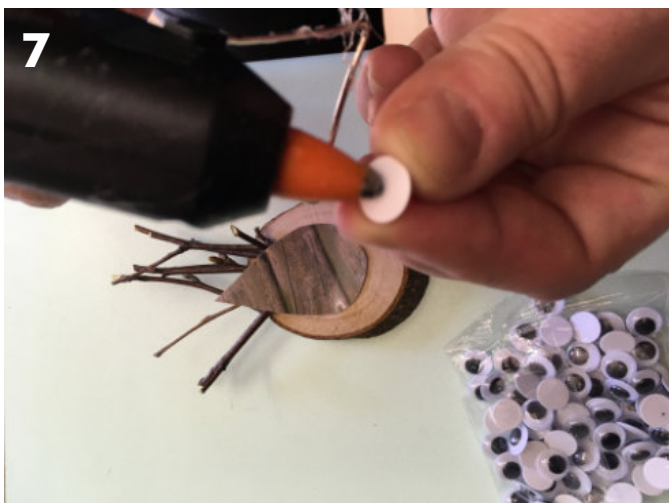
K výrobě ptáčků budete potřebovat: (obr. 1)

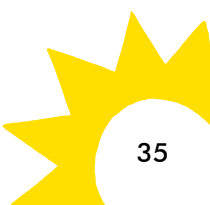
- plátky dřevěné s kůrou – ovál z osiky (e-shop Aurednik – balení po 1 kg)
- větvičky z břízy (tenčí)
- designový karton v přírodním motivu (e-shop Aurednik – fotokarton dřevo/korek a juta/kůže)
- černá čtvrtka
- šablony křídel (namalujeme si dle libovolného tvaru)
- plastová pohyblivá očka (průměr cca 1 cm)
- dřevěné kolíky
- nůžky
- obyč. tužka
- tavná pistole + lepicí tyčinky

Postup výroby:

1. Z březových větviček si nejprve nalámeme malé klacíky. Poté vezmeme dřevěný plátek a k jeho okraji nanese tavné lepidlo. (obr. 2)
2. Do naneseného horkého lepidla skládáme nalámané březové větvičky, a to lehce do vějíře. Vytváříme tím ocas ptáčka. Pracujeme velmi rychle, aby nám lepidlo nezatuhlo. (obr. 3)
3. Z designových kartonů vystříháme dle připravených šablon křídélka. Některá větší, některá menší- dle velikosti dřevěných plátků. (obr. 4)
4. Na vystřižené křídélko nanese tavné lepidlo a přelepíme přes březové větvičky. Pevně přidržíme, dokud lepidlo nezatuhne. (obr. 5 a obr. 6)
5. Vezmeme si pohyblivé očko a pomocí tavné pistole přilepíme. (obr. 7 a obr. 8)
6. Černou čtvrtku při okraji přeložíme a vystříháme zobáčky, které nalepíme opět pomocí tavné pistole. (obr. 9 a obr. 10)
7. Nakonec si vezmeme dřevěný kolíček, nanese na něj tavné lepidlo a zezadu přilepíme. (obr. 11)
8. Vyrážíme do přírody, kde ustrihneme libovolné silnější větve. Silnější z toho důvodu, že ptáčky jsou poněkud těžší a tenké větve by se pod jejich vahou ohýbaly. Nastřihané větve umístíme do vázy, láhve, květináče, sklenice či jiné nádoby a připneme na ně vytvořené ptáčky. (obr. 12 a obr. 13)

Ať se vám tedy povedou a dělají vám doma parádu !!! ☺





Praktická pomoc

- ☛ Potřebujete-li nakoupit, nemáte dostatek roušek, dochází vám léky nebo cítíte úzkost a potřebovali byste si s někým promluvit, nebojte se a zavolejte nám na číslo **730 805 857**. Jsme vám k dispozici, **pomůžeme vám a podpoříme vás**.
- ☛ Ve spolupráci s lékárnami Dr. Max nabízíme našim klientům novou službu, **vyzvednutí Vašich léků na předpis bez nutnosti navštívit lékárnou**. Lék si objednáte telefonicky a druhý den vám bude doručen. Služby mohou využít senioři nad 65 let. Rozvoz probíhá pouze na území města Brna.
- ☛ Firma **Rychlík – catering s.r.o.** nabízí **rozvoz obědů až domů**. Jídlo je uvařeno vždy daný den ráno a následně rozváženo v jednorázových obalech, ve kterých je možné jej ohřát v mikrovlnné troubě, popř. uchovat v lednici. Více informací najdete na webových stránkách www.rychlik-catering.cz.
- ☛ Od čtvrtka 26. 3. je opět možné **využít služeb Seniorbusu**, a to na cestu k lékaři. Jízdu je možné objednat na lince pomoci **800 140 800**. Cena zůstává na částce 50 Kč za jízdu. Více informací najdete zde: <https://www.brnan.cz/udalosti/ode-dneska-budou-opet-v-provozu-seniorbusy-seniori-si-je-mohou-objednat-na-cestu-k-lekari>
- ☛ **Linka pomoci** funguje
 - v pracovní dny **7.00–17.00 hod.**
 - o víkendu **9.00–13.00 hod.**
- ☛ Říká se, že čert nikdy nespí a bohužel není tomu jinak ani nyní. Začínají se objevovat **falešné sbírky** na nákup materiálu pro nemocnice, nabídky roušek oproti podpisu.
Žádná taková sbírka aktuálně na území města Brna neprobíhá.
Bud'te obezřetní.
- ☛ **Varování od společnosti e.on**
Může se to zdát neuvěřitelné, ale i v těchto dnech jsou v pohotovosti energetičtí šmejdi. Ti využívají současné společenské situace, kdy se všichni soustředí na boj s koronavirem, a volají lidem domů. Nevěřte jejím lákavým nabídkám a slibům o úsporách za energii. Důvěřujte svému osvědčenému dodavateli a nenechte se zviklat k nevýhodným smlouvám. Informace o nových praktikách šmejdu naleznete například zde: <https://bit.ly/pozor-na-smejdy> a tady je několik rad, jak se jim bránit <https://bit.ly/Obrana-pred-smejdy>

Duchovní pomoc

- Duchovní krizová pomoc po telefonu:** Kněží, kteří se k této službě nabídlí, budou poskytovat v současné mimořádné situaci duchovní (i psychologickou) pomoc všem potřebným. Lidé se na ně mohou obrátit s dotazy, jak postupovat v době, kdy není možné chodit na mši svatou, přistupovat ke svátostem, ale mohou klást i nejrozmanitější otázky duchovního charakteru, které v nich současná situace vyvolává. Při telefonickém rozhovoru se kněží budou snažit zvládnout nastalou situaci nebo volajícího nasměrují tak, aby se jim v dané situaci dostalo co nejlepší pomoci.

Kontakty najdete zde: <https://www.cirkev.cz/cs/aktuality/200319duchovni-krizova-pomoc-po-telefonu>

Víte-li o někom, komu by rozhovor pomohl, neváhejte a předejte mu tyto kontakty a nebojte se vy sami využít.

- Život církve online:** K přehledu on-line mší svatých, které již fungují na serveru mseonline.cz, přibýly i další formy duchovního života online. Jde např. o nabídku společných modliteb růžence, křížových cest, koncertů chval, duchovních přednášek, zamyšlení a různých forem lidové zbožnosti včetně nekatolických bohoslužeb, shromáždění a dalších způsobů prožívání víry.

Přehled on-line budoucích vysílání je umístěn na adrese <https://www.clovekavira.cz/udalosti-on-line>

Dobrym zdrojem duchovních pořadů je také TV Noe či rádio Proglas.

- Katolický týdeník:** Mnozí z Vás možná byli zvyklí si při cestě na bohoslužbu zakoupit také noviny hlásající dobré zprávy nejen z církevního prostředí. To v současné situaci bohužel není možné.

Jednatel společnosti se proto rozhodl ponechat nyní Katolický týdeník ke stažení zdarma vždy od soboty.

Více informací najdete na <http://www.katyd.cz/clanky/novy-kt-ke-stazeni-zdarma-vzdy-od-soboty.html>

Druhou možností je **předplatné s doručením přímo do Vaší schránky.**

Tištěné předplatné je možné zřídit zde: <http://www.katyd.cz/objednavka/>

Pokud máte ve svém okolí seniora, který žije sám, nepracuje tolik s technikou a uvítal by Katolický týdeník přímo do své domovní schránky, ale nemůže si předplatné dovolit, prosím dejte mu naše telefonní číslo **730 805 857**. Pokusíme se společně najít řešení.

Domácí vzdělávání a cvičení

☛ Tréninky paměti do vašeho e-mailu 1× týdně

Pokud chcete přijít na jiné myšlenky a zároveň si procvičit mozkovou činnost, napište nám na e-mail: info@spokojenysenior-klas.cz, a my vám budeme každý týden zasílat soubor ke cvičení mozku.

☛ Využijte z pohodlí domova **nabídku Masarykovy univerzity na vzdělávání doma a on-line**. Tipy pokrývají mnoho zajímavých oblastí a jsou průběžně aktualizovány.

Najdete je na webových stránkách: <https://u3v.muni.cz/nabidka-vzdelavani/tipy-na-studium-online>

☛ Mnozí z nás teď aktuálně přišli o možnost svého pravidelného cvičení.

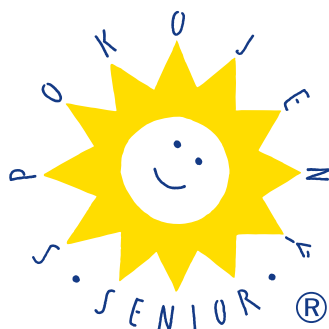
„Donutit“ se cvičit doma sám nebývá jednoduché a proto s vámi rádi sdílíme velmi podařené stránky Fakulty sportovních studií, kde najdete videoprůvodce cvičením:

<https://www.youtube.com/channel/UCRIoPuR7QRQriUDl05jWuAw/videos>

☛ Od pondělí 23. 3. 2020 pro vás začal vysílat **kanál ČT3 – televize třetího věku**.

Oblíbené hvězdy a pořady ze zlatého televizního fondu, tematické magazíny i základní informační servis. **Každý den od 9.00 hod.**

Zkuste si kanál naladit na svých obrazovkách a vymanit se alespoň na chvíli z velkého množství zpráv a informací.



**Máte doma rodiče v seniorském věku,
kteří v současné chvíli nevychází ven?**



**Můžeme Vám pro ně 1× týdně zasílat úkoly
zaměřené na trénování paměti, aby alespoň
na chvíli přišli na jiné myšlenky**

**Napište nám na e-mail
info@spokojenysenior-klas.cz**

Spokojený senior – KLAS z.s.
Biskupská 7, 602 00 Brno
www.spokojenysenior-klas.cz

B | R | N | O |

NA PARTNERSTVÍ ZÁLEŽÍ
 **KB**
Nadace Jistota


NADACE ČEZ

Označte svůj zvonek



**Vozí Vám nebo Vaším rodičům dobrovolníci
obědy, nákupy nebo léky?**

**Mějte prosím na domovním zvonku jméno,
ať vědí, kam mohou zásilku předat.**



Spokojený senior – KLAS z.s.

tel.: 730 805 857

e-mail: info@spokojenysenior-klas.cz

www.spokojenysenior-klas.cz

B | R | N | O

NA PARTNERSTVÍ ZÁLEŽÍ

KB
Nadace Jistota

TTT
NADACE ČEZ



Týdenní pobyt pro aktivní seniory v Českém ráji



5.–12. 9. 2020



Nepřívěc u Sobotky,
hotel Ort



8000 Kč / osoba

Cílovou destinací pro náš letošní pobyt je **malebný Český ráj a hotel Ort**, který se nachází na okraji obce Nepřívěc v srdci Českého ráje s výhledem na zámek Humprecht nedaleko známého hradu Kost.

Zajištěno máme **jednoduché ubytování v dvoulůžkových pokojích s vlastním sociálním zařízením** (WC a sprcha). Místní hotelová restaurace je otevřena pouze pro ubytované hosty a kromě vnitřního posezení můžeme využít také terasy.

Doprava pro účastníky je **zajištěna** společným autobusem.

První den začínáme večerí, pobyt zakončíme snídaní.

Nabídka programu zahrnuje: turistické vycházky, trénink paměti, přednášky na téma zdraví a cestování, ranní cvičení... Program je dobrovolný.

Pro zdatnější turisty je připravený celodenní výlet s obědovým balíčkem. V blízkosti hotelu jezdí autobus a vlak, které můžeme využít pro návštěvu památek a měst v okolí, např. Turnov, Jičín či Mladá Boleslav.

Cena zahrnuje: jednoduché ubytování v pokojích s vlastním sociálním zařízením, plnou penzi, dopravu z Brna a zpět

Cena nezahrnuje: rekreační poplatek, vstupy do hradů, zámků a dalších památek, využití místní dopravy

Záloha ve výši 4 000 Kč je splatná do 15. 5. 2020, doplatek ve výši 4 000 Kč do 31. 7. 2020.

Přihlášky do 15. 5. 2020

Kontakt pro přihlášení:

Spokojený senior – KLAS z.s.

Biskupská 280/7, 602 00 Brno

tel.: +420 / 518 328 813

mobil: +420 / 730 805 857

e-mail: info@spokojenysenior-klas.cz

www.spokojenysenior-klas.cz

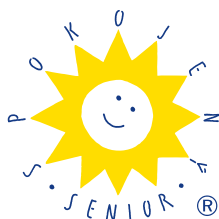


**Čtvrtletník ZRNKO je určen animátorům KLAS KLUB AKTIVNÍCH SENIORŮ®
a je distribuován ZDARMA.**

**Na webových stránkách vydavatele je k dispozici i archiv minulých čísel.
www.spokojenysenior-klas.cz**

**Na níže uvedeném kontaktu je možno informovat se
o možnostech vzdělávání pro práci se seniory.**

**Máte-li jakékoli připomínky, podněty či náměty, jak bychom mohli ZRNKO
vylepšit nebo jaká témata reflektovat, budeme velmi rádi, pokud nás
zkontaktujete.**



Spokojený senior – KLAS z.s.

tel.: +420 730 805 857

e-mail: info@spokojenysenior-klas.cz

www.spokojenysenior-klas.cz

Projekt podporují:

jihom**oravský kraj**



BISKUPSTVÍ
BRNĚNSKÉ

B | R | N | O

Elektronický čtvrtletník ZRNKO vydává organizace Spokojený senior – KLAS z.s. • Je rozeslán animátorům KLAS KLUB AKTIVNÍCH SENIORŮ®. • Adresa vydavatele: Biskupská 7, 602 00 Brno • www.spokojenysenior-klas.cz • Metodik obsahu: Mgr. Tereza Kozderová, DiS. • Sazba: Bc. Lenka Havrlantová • Čtvrtletník ZRNKO, ani žádná jeho část, nesmí být reprodukován a zveřejňován bez písemného souhlasu vydavatele a uvedení zdroje. • Komerční využití je vyloučeno. • Články publikované v tomto čtvrtletníku a přebírané z praxe od animátorů nemusí vyjadřovat oficiální stanovisko redakce a vydavatele. • Redakce metodických listů si vyhrazuje právo upravovat příspěvky. • Materiál odráží výhradně názory autora a nenese zodpovědnost za žádné užití informací zde obsažených.