

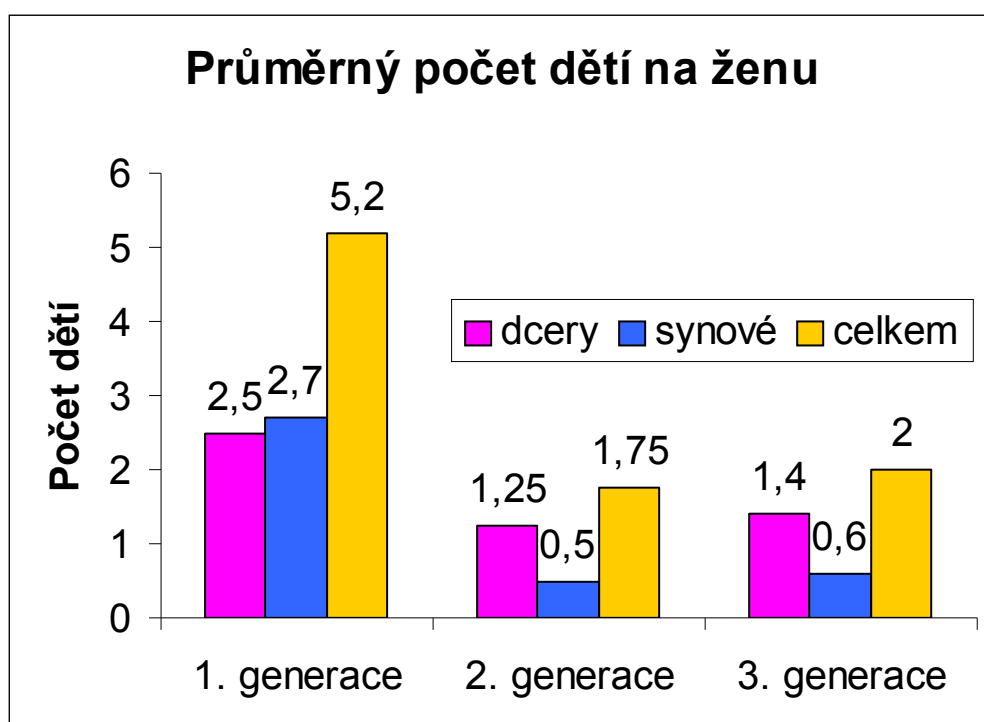
Příloha č. 1 - Tabulky

Tabulka 1.

	I. generace 1920 – 1950	II. generace 1950-1970	III. generace 1970-1990
1. žena	79 let (1. dítě ve 20 letech) 8 dětí (4 dcery/4 syny)	51 let (1. dítě ve 23 letech) 1 dítě (1 dcera/0 syn)	38 let (1. dítě ve 25 letech) 2 děti (1 dcera/1 syn)
2. žena	85 let (1. dítě ve 28 letech) 7 dětí (4 dcery/3 syny)	58 let (1. dítě ve 22 letech) 2 děti (0 dcera/2 syny)	33 let (1. dítě ve 25 letech) 2 děti (1 dcera/1 syn)
3. žena	82 let (1. dítě ve 16 letech) 6 dětí (3 dcery/3 syny)	57 let (1. dítě ve 30 letech) 2 děti (2 dcery/0 syn)	31 let (1. dítě ve 26 letech) 2 děti (2 dcery/0 syn)
4. žena	69 let (1. dítě ve 24 letech) 4 děti (3 dcery/1 syn)	51 let (1. dítě ve 23 letech) 2 děti (2 dcery/0 syn)	35 let (1. dítě ve 27 letech) 2 děti (2 dcery/0 syn)
5. žena	63 let (1. dítě ve 22 letech) 4 děti (0 dcera/4 syny)	/	29 let (1. dítě ve 26 letech) 2 děti (1 dcera/1 syn)
6. žena	63 let (1. dítě ve 39 letech) 2 děti (1 dcera/1 syn)	/	/

Jednotlivé respondentky jsou rozdělené podle generace. Ženy jsou označeny číslicemi od 1 - 6, 1 - 4 nebo od 1 - 5, podle počtu uskutečněných rozhovorů a jednotlivé generace jsou označeny římskými číslicemi I - III.

Tabulka 2.



Příloha č. 2 – Dotazník a přeepsané rozhovory

Dotazník

Các câu hỏi phỏng vấn

Osobní údaje - *Dữ liệu cá nhân*

1. Kolik je Vám let?

Bà năm nay bao nhiêu tuổi?

2. Kolik máte dětí, jakého jsou pohlaví?

Bà có bao nhiêu con? Bao nhiêu trai, bao nhiêu gái?

3. V kolika letech jste měla první dítě?

Con đầu bà có vào lúc bao nhiêu tuổi?

4. Žijete ve městě nebo na vesnici?

Bà sống ở thành phố hay là ở nông thôn?

Těhotenství a porod - *Thời gian chữa và đẻ*

5. Kdo o Vás pečoval a staral se v době těhotenství?

Ai chăm sóc, chăm lo cho bà lúc chữa?

6. Co všechno zahrnuje péče o těhotnou ženu?

Trong việc chăm sóc người chữa gồm có gì?

7. Dodržovala jste v průběhu těhotenství nějaké příkazy a tabu či zákazy s tím spojené?

V případě, že ano, jaké?

Trong lúc bà mang thai, bà có cấm kỵ và kiêng kỵ gì không? Nếu có, bà kiêng những gì và cấm gì?

8. Proč jste je dodržovala?

Tại sao bà kiêng và phải tuân thủ những điều này?

9. Odkud nebo od koho jste se o tomto tabuizovaném chování dozvěděla?

Những cái kiêng kỵ và cấm kỵ này bà biết từ đâu hoặc từ ai?

10. Jsou nějaké zvyklosti, které musí těhotná žena dodržovat? Jaké to jsou?

Có phong tục nào mà phụ nữ mang thai phải giữ không?

11. Dodržovala jste u všech těhotenství stejné zvyklosti a tabu?

Trong tất cả lần mang thai, bà có giữ những kiêng kỵ và cấm kỵ giống nhau không?

12. Jak probíhala příprava na porod?

Sự chuẩn bị cho đi để tiến hành như nào?

13. Znáte instituci porodních bab? Setkala jste se s tím?

Bà có biết việc của những bà đỡ để không? Bà đã gặp thấy trường hợp để nào chưa?

14. Jsou se samotným porodem spojená nějaká tabu či pověry?

Trong lúc để có liên quan những kiêng kỵ hay sự mê tín nào không?

15. Jsou nějaké příkazy nebo doporučení pro rodičku (např. ohledně chování či stravování)?

Có những điều cấm hay khuyên nào cho sản phụ trong sinh hoạt hàng ngày không?

Vítání dítěte na svět - Đón trẻ ra đời

16. Kdo a jak se o vás stará po porodu?

Ai chăm sóc bà trong thời gian ở cũ?

17. Jsou nějaké rituály spojené s narozením dítěte? Jaké?

Có những phong tục nào liên quan đến lúc trẻ ra đời không?

18. Rozlišuje se přitom pohlaví dítěte?

Trong những phong tục này có phân biệt con gái hay con trai không?

19. Dodržuje se po narození dítěte nějaká zvláštní chování nebo pravidla v rodině? Koho se to týká?

Lúc để xong, trong gia đình có kiêng kỵ hay giữ gìn những phong tục nào trong sinh hoạt hàng ngày không?

20. Jsou nějaké speciální oslavy týkající se narození dítěte?

Khi để con có ăn mừng nào đặc biệt không?

21. Jaké jsou další oslavy týkající se dítěte?

Còn ăn mừng nào dành cho trẻ con nữa không?

Starost a péče o dítě - Chăm sóc trẻ

22. Kdo se ještě stará a pečuje o dítě, kromě Vás?

Ngoài người mẹ, còn ai chăm sóc con nữa không?

23. Jak se na tom podílí?

Người ta tham gia trong việc này như thế nào?

24. Dodržujete nějaké zvyklosti při péči o dítě? Jaké?

Bà có giữ phong tục nào trong khi chăm sóc trẻ con mới để không?

25. Proč je dodržujete?

Tại sao bà giữ gìn những phong tục này?

26. Jak nebo od koho jste se dozvěděla o těchto zvyklostech?

Những phong tục này bà biết từ đâu hay từ ai?

27. Vážou se k péči o dítě nějaké tabuizované či pověřené chování? Jaké?

Trong việc chăm sóc trẻ con có những kiêng kỵ hay sự mê tín nào không?

28. Dodržujete je?

Bà có giữ gìn những kiêng kỵ, mê tín này không?

29. Proč a jaké důvody Vás k tomu vedou?

Tại sao bà giữ gìn và bà có lý do gì để giữ gìn?

30. Předáte tyto zvyklosti dále svým potomkům?

Bà có truyền lại cho con cháu bà những phong tục, kiêng kỵ nào liên quan đến sinh đẻ và cách chăm con không?

Rozhovor s první ženou z první generace (žena 1/I)

Osobní údaje - *Dữ liệu cá nhân*

1. 79 let

79 tuổi

2. 4 dcery, 4 syny

4 con trai, 4 con gái

3. První dítě jsem měla ve 20 letech.

Bà có con đầu vào lúc 20 tuổi.

4. Zpočátku jsem žila na vesnici, až po druhém dítěti jsem se přestěhovala do města.

Lúc đầu sống ở nông thôn, sau đứa con thứ hai thì chuyển ra thành phố.

Těhotenství a porod - *Thời gian chữa và đẻ*

5. Nikdo se o mě nestaral, musela jsem se postarat sama o sebe. Neměla jsem už rodiče, pouze starou babičku. Manžel mi jenom přinesl vodu na praní, tchyně mi taky neprala a sama jsem se ji neodvažovala o to požádat. Manžel nikdy nepral, jinak by ho rodiče nazvali hlupákem. Kdyby se příliš staral o manželku, našli by ho rodiče, že má rád více svoji ženu než své rodiče. Měla jsem ještě mladší sestru, která ale rodila více než já, proto jsme si nemohly vypomáhat.

Không có ai chăm sóc, tự bà chăm sóc cho mình. Không có bố mẹ, chỉ có bà nội, bà thì già rồi. Ông xách nước cho bà giặt, mẹ chồng không giặt cho mà cũng chẳng dám nhờ. Chồng không bao giờ dám giặt giũ cho vợ, nếu không bố mẹ bảo là giặt giũ thì ngu lại. Chăm sóc vợ thì bảo quý vợ hơn quý bố mẹ. Còn cô em gái bà thì đẻ nhiều hơn bà, cho nên chẳng ai hầu được ai.

6. Po období nevolnosti jsem jedla hodně, proto jsem byla zdravá a nepotřebovala jsem žádnou péči. Měla jsem snadné porody. Manžel mě nikdy nedoprovodil k porodu, protože se styděl. Když jsem byla mladší, tak mě doprovodila tchyně nebo švagrová. Později mě doprovodily starší děti.

Sau ốm nghén là bà ăn khỏe nên khỏe mạnh, không cần chăm sóc. Bà rất dễ đẻ. Đi đẻ ông xấu hổ, ông chẳng bao giờ đưa đi. Khi ít tuổi thì mẹ chồng, em chồng đưa. Nhiều tuổi một tí, thì con lớn đưa đi.

7. Pracovala jsem jako obvykle, ale žena musí být opatrná, nenatahovat se do výšky, nepolehávat dlouho, mít pohyb, dělat lehké činnosti a nesedět dlouho na jednom místě.

Nejedla jsem vodní šneky, aby později dítě hodně neslintalo, a cukrovou třtinu. Nejedla jsem švestky a liči, protože obsahují horkou energii. Neměly by se jíst ani broskve, aby dítě nemělo křeče. Nejedla jsem pálivé potraviny a potraviny s horkou energií, jedla jsem pouze rýži s vajíčkem a rybí omáčkou. Říká se, že je-li žena poprvé těhotná, neměla by moc jíst, aby dítě nebylo příliš velké a ona pak neměla těžký porod.

Bà làm vẫn bình thường nhưng giữ gìn cẩn thận, không với cao, không nằm nhiều, vận động đi lại, làm việc nhẹ nhàng và không ngồi nhiều. Không ăn ốc, con sẽ lấm dãi, không ăn mía. Không ăn quả mận, quả vải, vì nó nóng. Quả đào cũng không nên ăn, không trẻ bị sài dật. Cay nóng không ăn, bà chỉ ăn cơm với trứng và nước mắm. Người ta bảo lúc chửa con so không nên ăn nhiều sợ thai to, khó đẻ.

8. Musela jsem to dodržovat, protože mi to řekli starší. Nenatahovala jsem se do výšky, abych nepotratila. Neležela jsem a neseděla jsem často, abych neměla těžký porod.

Phải kiêng, người lớn tuổi nói, cho nên bà phải thực hiện. Kiêng với cao để khỏi bị sảy thai. Không nằm, ngồi nhiều sợ khó đẻ.

9. Ústním předáváním od starších. Nejen od rodinných příslušníků, ale také od známých, kdo měl zkušenosti, tak tabu předával dále.

Truyền miệng, người già truyền cho người trẻ. Không phải chỉ trong gia đình mà cả người ngoài quen biết, ai kiêng gì thì họ truyền lại cho.

10. Když jsem byla nemocná nebo nachlazená, sáhla jsem po tradiční čínské medicíně, která dítěti poskytne vitamíny. Jedla jsem kapra, aby bylo dítě zdravé a mělo červené rty a také slepičí vajíčka, aby mělo bílou pleť. V prvních třech měsících by se měli manželé zdržet pohlavního styku, protože jinak dochází často k potratu a ani v sedmém a osmém měsíci to není pro dítě zdravé.

Khi ốm, cảm cúm thì bà cắt thuốc bắc để bồi dưỡng thai. Ăn cá chép cho thai khỏe, môi trẻ đỏ và ăn trứng gà, cho da bé trắng. Trong 3 tháng đầu vợ chồng nên ít sinh hoạt với nhau, thai hay bị sảy và lúc 7, 8 tháng cũng vậy.

11. Dodržovala jsem stejná tabu.

Kiêng thì kiêng giống nhau.

12. V sedmém měsíci jsem si připravila do košíku oblečení a pleny pro dítě, a tento košík jsem si pak vzala s sebou, když jsem jela родit. Pokud je matka a dítě zdravé, odcházejí po třech dnech z nemocnice.

Khi chửa đến tháng thứ 7 thì bà chuẩn bị quần áo, tã lót cho đứa trẻ vào làn, khi đi đẻ thì mang theo. Mẹ và con khỏe mạnh 3 ngày thì về.

13. V mé době stále ještě existovala porodní bába. Když jsem rodila po druhé, rodila jsem na vesnici. Když se blížil porod, zavolala se porodní bába. Ta uvařila vodu, dala do ní trochu soli a nechala ji vychladnout. Měla jsem snadný porod, proto nebyly žádné komplikace. Pupeční šňůru neodstříhla porodní bába nůžkami, ale použila k tomu seříznutý stonek bambusu. Poté dítě utřela a pomohla, aby placenta vyšla.

Thời bà vẫn có bà đỡ đẻ. Bà đẻ đũa thứ hai, thì đẻ ở quê. Lúc gần đẻ người ta gọi bà đỡ đẻ đến. Bà ấy đun nước, cho ít muối vào và để nguội. Bà đẻ để cho nên không có vấn đề gì. Cắt rốn thì không dùng kéo mà lấy cái cật nứa để cứa. Xong bà ấy lau chùi cho con và lúi rau cho bà ra.

14. Ne

Không

15. Zejména jídelní tabu. Jedla jsem rýži s vajíčkem s rybí omáčkou a trochu zeleniny. Žena by měla jíst pouze teplou rýži, nejíst ryby ani mořské plody. Rodička nemá jíst kapří maso, aby neměla kašel a vyrážku. První dny po porodu by měla jíst krevety, aby se jí stáhla děloha. Nejíst buvolí a hovězí maso, jíst pouze vajíčka a libové vepřové maso. Nesmí jíst krabí a rybí polévku. Jíst pouze vařenou zeleninu, např. rau ngót (*Sauropus androgynus*) a tykev. Po porodu se nemá jíst nakládané zelí, aby žena ve stáří neměla problém s udržení moče. Po porodu se nesměla koupat, ale pouze utírat, až po několika dnech se směla vykoupat. K utírání těla používat bylinkovou vodu. Musí se vyhýbat větru. Když se někdo na něco ptá, žena musí počkat, až ta osoba přijde blíže a teprve odpovědět, jinak by později mluvila vulgárně.

Kiêng ăn uống. Ăn cơm mới trụng và nước mắm, mới tí rau. Ăn chỉ ăn cơm nóng, không ăn tanh. Không ăn cá chép, sợ bị ho và ngứa. Ăn tôm mấy ngày đầu cho co dạ con. Không ăn thịt trâu thịt bò, chỉ ăn trứng và thịt lợn nạc. Không ăn diêu cua, diêu cá. Chỉ có ăn rau luộc, chẳng hạn rau ngót, quả bí. Khi mới đẻ không ăn rau cải muối chua lúc già sẽ đái ra quần. Mới đẻ không tắm, chỉ lau chùi thôi, mấy ngày sau mới tắm. Dùng nước lá lau người. Kiêng gió. Ai hỏi thì đến gần mới trả lời, không trả lời từ xa, sợ sau này nói bậy.

Vítání dítěte na svět - Đón trẻ ra đời

16. V nemocnici se o mě postarali, doma jsem se musela postarat sama o sebe.

Trong bệnh viện thì bệnh viện chăm sóc, ở nhà thì tự chăm sóc.

17. Když matka odchází s dítětem z nemocnice, drží v ruce nožík, aby je zlí duchové nepronásledovali, doma zastrčí několik větví morušovníků, devět větviček pro dívku a sedm pro chlapce, a nožík do čela postele, aby je zlí duchové nechali na pokoji.

Lúc ra viện cầm dao ở tay để ma quỷ khỏi theo về, ở nhà để canh dâu, 9 canh nếu là con gái, con trai 7 canh, cùng con dao để ở đầu giường tránh ma tà.

18. Chlapci mají sedm vía a dívky devět vía.

Con trai 7 vía, con gái 9 vía.

19. Ne

Không

20. Neměla jsem možnost dělat dětem po narození nějakou oslavu. Pouze po sedmi nebo devíti dnech jsem uspořádala obřad obětování porodním babičkám. Pro chlapce jsem udělala sedm malých rýžových bochánků a vajíčko, které jsem nakrájela na sedm dílků, pro dívku bylo devět rýžových bochánků a vajíčko na devět dílků, jako obětina pro porodní babičky, které pomůžou dětem, aby dobře jedly a rychle vyrostly.

Không có điều kiện để ăn mừng trẻ mới sinh. 7 hay 9 ngày cúng mẹ. Con trai bà nấu 7 nắm cơm và quả trứng cắt làm 7 miếng, con gái 9 nắm cơm và quả trứng cắt thành 9 miếng thập hương để cúng mẹ cho hay ăn chóng lớn.

21. Ne, neměla jsem možnost.

Không có điều kiện.

Starost a péče o dítě - Chăm sóc trẻ

22. Pouze matka se stará o dítě, nikdo se jinak na výchově nepodílel.

Chỉ có mẹ chăm sóc con, không có ai tham gia.

23. nezodpovězeno

không trả lời

24. V létě jsem pokládala dítě vedle sebe vždy výše, než jsem ležela já, abych mu nevydýchala všechn vzduch, a v zimě jsem je naopak pokládala níže, aby mu bylo teplo. Když dítě myjeme, musí se dávat pozor, aby se voda nedostala do jeho pupíku. Moje babička mi řekla, abych vymačkala citronovou šťávu do skleničky, poté tam namočila prsty a nakapala citronovou šťávu do očí dítěte, aby se mu vyčistily. Při dalších dětech už jsem to neudělala, ale koupila jsem jim oční kapky. V pěti nebo šesti měsících se dítě začíná přikrmovat kaší.

Mùa hè cho con nằm cao hơn mình, để không hít hơi thở của con, mùa đông thì cho con nằm thấp hơn cho ấm. Rửa cho con thì không để nước vào rốn đứa trẻ. Bà nội của bà bảo vắt chanh ra cốc, xong lấy đầu ngón tay dúng vào và giỏ vào mắt cho bé, cho sạch mắt. Mấy đứa về sau bà không làm nữa, bà mua thuốc mắt. Con được 5 đến 6 tháng thì cho ăn bột.

25. Aby bylo dítě zdravé, a aby se o ně snadno pečovalo.

Mong cho con được khỏe mạnh, dễ nuôi.

26. Od starších lidí, kteří to předávají dále.

Phong tục người trên truyền lại.

27. Nůž a větve morušovníku je pověra, pálení *vía* je také pověra. Někteří lidé, kteří přijdou navštívit novorozeně, mají špatné *vía*. Když po jejich odchodu dítě neustále pláče, tak rodina provede pálení *vía*. Vezme se kousek roztrhaných matčiných kalhot, jedna jídelní hůlka, která se rozštěpí na devět dílů, pokud je to dívka, nebo na sedm dílů, pokud je to chlapec, nabere se na ni látka od kalhot, zapálí, pronese se formule a vyhodí se to ven. Když má dítě průjem, tak matka nesmí jíst krabí polévku nebo ryby. Dítě se nemá podávat přes práh. Spí-li dítě, pokládá se na bok, aby se ve spánku nelekalo.

Dao với roi dâu là mê tín, đốt vía lá mê tín. Có người thăm trẻ mà độc vía sau khi về đưa trẻ khóc nhiều thì đốt vía. Xé một tí quần rách của mẹ, chẻ cái đũa làm 9, nếu là con gái, con trai thì chẻ đũa làm 7, kẹp vài quần vào cái đũa, đốt vía xong vứt ra ngoài.

Nếu con đi ngoài thì mẹ không ăn canh cua, cá. Không đưa con qua ngưỡng cửa, trẻ ngủ đặt nằm nghiêng để trẻ khỏi giật mình.

28. Ano, dodržuji tato tabu.

Bà có giữ gìn các kiêng kị này.

29. Dodržuji tato tabu, protože chci, aby dítě bylo zdravé.

Giữ những điều kiêng kị, để muốn con mình khỏe mạnh.

30. Předala jsem tyto zvyky svým dcerám, aby i ony mohly pečovat o zdraví svých dětí.

Có truyền lại cho con để con cái nuôi con được khỏe mạnh.

Rozhovor s první ženou z druhé generace (žena 1/II)

Osobní údaje - *Dữ liệu cá nhân*

1. 51 let

51 tuổi

2. 1 dcera

1 con gái

3. První dítě jsem měla ve 23 letech.

Có có con đầu vào lúc 23 tuổi.

4. Žiji ve městě.

Sống ở thành phố.

Těhotenství a porod - *Thời gian chữa và đẻ*

5. Starali jsme se o sebe s manželem, tchán a tchyně pomohli.

Hai vợ chồng chăm sóc nhau, ông bà nội giúp.

6. Nebylo nic speciálního, stravovala jsem se obvykle. Nebyla žádná speciální strava pro těhotné jako dnes, protože v celé zemi byla doba přídelů.

Không có gì đặc biệt, ăn uống rất bình thường. Không có gì bồi dưỡng cho người chữa như bây giờ, cả nước đang thời kỳ bao cấp.

7. V době těhotenství jsem ještě nepracovala, byla jsem pouze doma a dělala běžné činnosti. Nedodržovala jsem žádné tabu, pouze jsem nenesla nic těžkého. Pohybovala jsem se jako obvykle, aby plod měl v době porodu správnou polohu. Jedla jsem jako obvykle.

Thời cô chữa, cô chưa đi làm, nên chỉ ở nhà, đi lại vẫn bình thường. Kiêng kỵ thì cô không kiêng, chỉ không vác nặng thôi. Vận động bình thường để cho thai nó thuận. Ăn thì bình thường.

8. nezodpovězeno

không trả lời

9. nezodpovězeno

không trả lời

10. Nemá se chodit pozdě koupat a pohybovat se zlehka. Tabu jsem dodržovala zejména až po porodu, málokdo dodržuje tabu v době těhotenství. Dříve jsem nemohla chodit tolik na kontroly jako dnes. Když jsem měla rodit, tak jsem prostě šla.

Chỉ không tắm muộn, đi lại nhẹ nhàng. Chủ yếu là cô đẻ xong cô mới kiêng, khi chữa

không ai kiêng mấy. Sức khỏe cô hoàn toàn bình thường. Ngày xưa cô cũng không được đi khám thai nhiều như bây giờ. Chưa xong là đẻ.

11. Rodila jsem pouze jednou.

Đẻ mỗi một lần.

12. V té době jsem pořizovala pleny, rozmyšlela se nad jménem dítěte, které jsem vybírala s manželem podle svého uvážení. Rodila jsem v nemocnici patřící k textilnímu závodu. Do nemocnice jsem si vzala věci pro novorozeně a pleny.

Plodová voda mi praskla doma a při tlačení se mi natrhla hráz, byla potřeba ji zašít dvěma stehy. Měla jsem lehký porod, nebolelo mi břicho a v nemocnici jsem zůstala tři dny.

Hồi đầy sấm tã lót, chuẩn bị đặt tên cho em bé, tên chọn cùng chồng, theo ý cô. Cô đẻ ở bệnh viện nhà máy dệt. Trong đồ mang vào viện gồm có đồ sơ sinh, tã lót.

Cô vỡ nước ối ở nhà, lúc rặn bị rạn, phải khâu hai mũi. Cô đẻ đẻ, không bị đau bụng, ở bệnh viện ba ngày.

13. Rodila jsem pouze jednou ve městě, proto neznám práce porodních bab.

Cô đẻ lần đầu ở thành phố, cho nên không biết việc của bà đỡ đẻ.

14. Ne, rodila jsem normálně. Lékař mi řekl, že v průběhu tří dnů mohu jíst všechno a teprve poté jsem sama začala dodržovat různá tabu. Po porodu jsem hodně krvácela. Po návratu z nemocnice domů jsem byla hodně unavená a měsíc jsem se omezovala v pohybu. Až po měsíci jsem mohla jít sama nakoupit.

Không, đẻ thì cứ đẻ bình thường thôi. Bác sĩ dặn là trong ba ngày đầu thì ăn thoải mái, còn sau khi đó thì cô tự kiêng lấy. Sau khi đẻ cô bị băng huyết. Lúc về nhà cô mệt, một tháng không đi lại được. Sau một tháng cô mới đi chợ.

15. Nic jsem si nezakazovala, ale tabu jsem dodržovala. Žena by neměla sedět na bobku, jinak by se jí nestáhla děloha. Musí se dodržovat jídelní tabu. V prvních dnech jsem jedla pouze *rau ngót* (*Sauropus androgynus*). Po operaci by se nemělo jíst vodní špenát, aby nevyhřezla pooperační jizva. Já jsem to však nevěděla a jedla ho, proto mám v místě šití natržené hráze vyhřezlou jizvu. V první měsíci po porodu jsem jedla pouze libové maso, krevety a vývary. Všechna jídla musela být dobře uvařená, aby mi nekručelo v břiše. Ve druhém měsíci jsem začala jíst ryby, ale pouze některé druhy. Ryby mi matka vždy dobře usmažila, poté povařila s rybí omáčkou a přidávala do toho ještě drcený zázvor, který podpoří teplo organismu. Žena nesmí jíst syrové věci. Až po sedmi měsících směla jíst vodní šneky a kraby, tedy potraviny s chladnou energií. Vodu musela pít vždy teplou, ne studenou, aby se jí nezkazily zuby. Neměli by se brzy jíst kyselé věci, až tak po roce se

můžou jíst.

Při koupání se silně nedrhnout, aby nenaskočily na rukou a nohách žíly. Chránit se před větrem, jde-li žena ven, musela si ucpat vatou uši, vzít si šálu, nosit oblečení s dlouhým rukávem a nosit ponožky. Na ven se nosí sluneční brýle, aby si nezkazily oči. Vykonávat pouze lehké činnosti. Při ležení natáhnout nohy a překřížit je. Omotávat si pleny kolem břicha, aby se břicho zmenšilo.

Cám thì cô không cầm gì cả, như kiêng kỳ thì cô kiêng lấy. Trong đây thì không được ngồi xôm, ngồi sẽ bị sa dạ con. Ăn uống phải kiêng. Ngày đầu cô chỉ ăn rau ngót thôi. Khi mổ thì không nên ăn rau muống, tại vì nó sẽ lòi cái sẹo ra. Nhưng cô không biết thế cô cứ ăn, nên chỗ rạn nó lòi sẹo ra. Tháng đầu cô chỉ ăn thịt nạc, tôm và canh. Tất cả phải rang kỹ, ăn nó sẽ không sôi bụng. Tháng thứ hai cô bắt đầu ăn cá, mẹ cô làm cho cô cá chép, cá rô, cá quả, cô chỉ ăn ba loại cá này thôi. Mẹ cô rán kỹ cho cô, xong dim nước mắm nữa và đập gừng vào ăn cho nó nóng. Không được ăn đồ sống. Đến bảy tháng mới được ăn cua, ăn ốc, đây là những đồ lạnh. Uống nước nóng, không uống nước lạnh, không hồng răng. Đồ chua không nên ăn sớm, tầm khoảng một năm mới ăn.

Tắm thì không kỳ kỹ, không sau này sẽ nổi gân tay, gân chân. Kiêng ra gió, bịt lỗ tai, quàng khăn, mặc áo dài tay, đi tất. Có kính thì đeo cho nó khỏi chói mắt và đỡ hại mắt.

Hoạt động thì nhẹ nhàng, lúc nằm thì duỗi chân thẳng, hai chân vắt chéo vào nhau. Lấy tã quấn qua bụng, để cho nó nhỏ bụng lại.

Vítání dítěte na svět - Đón trẻ ra đời

16. Manžel a matka. Matka mi prala a vařila. Po dvou měsících už jsem mohla dělat všechno sama.

Chồng cô và mẹ đẻ cô. Mẹ cô giặt cho cô và cũng nấu ăn. Sau hai tháng cô tự làm được mọi việc thì thôi.

17. Když se vyzvedávalo dítě domů, tak se před vchodem zapálil papír a lusky dřezovce, tento oheň s dítětem jsem několikrát překročila. Dělá se to, aby dítě získalo teplo, protože po porodu je dítěti zima, ofoukne-li ho vítr. A také proto, aby nebylo nemocné.

Đến lúc em bé về nhà, thì trước cửa đốt tờ giấy và bỏ kết, bé em bé và bước đi bước lại vài lần. Làm như thế vậy, để em bé có hơi ấm vào người, em bé mới đẻ ra có gió bị lạnh. Và để không phải sài.

18. Při pořádání výročí po porodu se odlišuje pohlaví dítěte, dělá se po sedmi dnech od porodu pro chlapce a po devíti dnech pro dívku.

Khi làm cử, thì con trai 7 và con gái 9 ngày.

19. Ne, pouze já jsem dodržovala tabu.

Không, chỉ cô kiêng thôi.

20. Ne, dělala jsem pouze obřad *cữ*. Když je dívka devět dní, chlapci sedm dní, tak se dělá obřad *cữ*. Připravila jsem jídlo, obětovala jej předkům a poté jsme s rodinou pojedli. Jinak jsem nedělala žádnou oslavu, ani měsíční výročí, které se dnes dělá.

Không, cô chỉ làm ăn cũ thôi. Con gái thì 9 ngày, con trai thì 7 ngày cúng cũ. Cô làm mâm cơm cúng các cụ, xong rồi ăn. Còn đâu cô không làm ăn mừng gì, không đầy tháng như bây giờ.

21. Ne, žádné, byla doba přidělu a tedy obtížné období. S porovnáním s ostatními jsem na tom byla dobře, ale dříve tyto oslavy nebyly běžné.

Không, thời đầy bao cấp, khó khăn. So với mọi người thì cô cũng có, nhưng ngày xưa không có phong trào đầy tháng như bây giờ.

Starost a péče o dítě - Chăm sóc trẻ

22. Já a manžel, pomohla matka.

Cô chú chăm sóc và mẹ cô giúp thêm.

23. Matka pomohla při prvním koupeli dítěte. Při koupeli se musí ucpat dítěti uši, aby se do nich nedostala voda, jinak by dítě dostalo zánět uší. V zimě se umyje dítěti nejprve hlava, poté horní polovina těla, ta se obleče a poté se mu umyje zadeček.

Při koupání dítěte pomohl i manžel, např. donesl vodu.

Mẹ giúp trong việc tắm cho em bé lần đầu. Khi tắm cho em bé phải bịt hai tai để nước không vào tai, sẽ bị viêm tai. Mùa đông gội đầu cho bé trước, sau tắm nửa người, mặc quần áo cho ấm phần trên em bé, sau đó thả cái mông nó xuống tắm.

Khi tắm cho bé thì chồng cô giúp, ví dụ lấy nước cho cô.

24. Nic jsem nedodržovala.

Ale dítě mělo vždy dostatek jídla. Na kaši jsem používala šťávu z krabů, krevet, ryb a zeleniny. Z vajíček jsem použila vždy žloutek.

Không, nhà cô không có phong tục nào.

Nhưng em bé cô cũng cho ăn đầy đủ. Cua, rau, tôm, cá cô giã ra và lấy nước quấy bột cho em ăn. Trứng gà, lấy lòng đỏ cho em bé.

25. nezodpovězeno

không trả lời

26. nezodpovězeno

không trả lời

27. Naše rodina není pověřčivá. Pouze když jdu s dítětem ven, tak mám s sebou nožik a označím dítěti čelo sazí. Říká se, že se tím vyhne zlým duchům.

Nhà cô thì chẳng có mê tín gì cả. Chỉ lúc cho em bé đi chơi đâu, trong người phải mang theo đi kèm con dao, đánh dấu nhỏ nhò vào trán cho em bé. Họ bảo để tránh ma tà.

28. Jinak jsem nic jiného nedodržovala.

Còn đâu không giữ gì hết.

29. Starší lidé, např. matka, tety, to říkají, tak to podle nich dodržuji. Starší lidé z rodiny, ale i ze sousedství. Probírala jsem to navíc s přáteli.

Những người lớn tuổi, chẳng hạn mẹ cô, các bác, bảo thì mình cứ làm theo vậy. Người lớn tuổi trong gia đình và hàng xóm. Cô tham khảo thêm với bạn bè.

30. Ano, předám. Moje dcera rodila v Německu a nemohla se vrátit, proto jsem jí volala, abych ji nabádala jak se stravovat a co dělat. Např. aby dcera jedla rýžovou kaši s kapřím masem, aby měla snadný porod. Dnes se takto těhotné ženy stravují, ale předtím se to nedělalo. I kdybych to předtím věděla, tak bych neměla podmínky to dodržet.

Có chứ. Con cô mới đẻ ở bên Đức, không về được, nên cô vẫn gọi điện sang để dặn dò. Ví dụ cô dặn ăn cháo cá chép, để cho nó gọn thai, và dễ đẻ. Bây giờ người ta toàn ăn như vậy, như ngày xưa cô không làm vậy. Ngày xưa mà biết thì cũng không có điều kiện để làm như vậy.

Rozhovor s pátou ženou ze třetí generace (žena 5/III)

Osobní údaje - Dữ liệu cá nhân

1. 29 let

29 tuổi

2. 1 syn, 1 dcera

1 con trai, 1 con gái

3. První dítě jsem měla v 26 letech.

Có con đầu vào lúc 26 tuổi.

4. Ve městě.

Ở thành phố.

Těhotenství a porod - Thời gian chữa và đẻ

5. Matka se starala v době těhotenství.

Mẹ đẻ chăm sóc lúc chữa.

6. Dodávat tělu živiny, jíst holuby, kuřata, kraby a také vitamíny, aby byla matka i plod v jejím lůně zdraví. Zabývat se jen lehkou prací a být opatrná, aby neupadla.

Ăn bồi bổ chim, gà, cua để có nhiều chất và thuốc bổ giúp mẹ khỏe và thai khỏe. Đi lại nhẹ nhàng, cẩn thận kéo ngã.

7. Nejedla jsem rau ngót (Sauropus androgynus). Vyvarovala jsem se prudkých pohybů, v prvním a posledním trimestru těhotenství jsme omezili pohlavní styk mezi manželi.

Không ăn nhiều rau ngót. Kiên không vận động mạnh, 3 tháng đầu và 3 tháng trước khi đẻ hạn chế sinh hoạt vợ chồng.

8. Bála jsem se, abych nepotratila.

Sợ sảy thai.

9. Slyšela jsem to od matky, a také ostatní mě k tomu nabádaly, proto to dodržuji. Říkali mi to starší lidé a když jsem viděla, že je to vhodné po vědecké stránce, tak jsem to dodržovala. Zjišťovala jsem si informace i na internetu.

Nghe từ mẹ và mọi người dặn nên em kiêng. Các cụ nói, mình thấy hợp khoa học thì kiêng. Tham khảo trên mạng internet.

10. Každý měsíc jsem chodila pravidelně na kontrolu, abych viděla, jak se plod vyvíjí.

Mỗi tháng khám 1 lần để theo dõi sự phát triển của thai.

11. U všech těhotenství jsem dodržovala to samé, nic jsem neměnila.

Các lần mang thai không giống nhau, không thay đổi gì.

12. Nakoupila jsem dítěti oblečení a pleny, které jsem si pak vzala s sebou do nemocnice. Před porodem se připraví pokoj na příchod dítěte domů. Obvykle za dva dny po porodu se může žena vrátit domů. V nemocnici jsem nosila nemocniční oblečení.

Sắm sửa quần áo, tả lót khi nào đi đẻ thì em mang theo. Trước khi đi đẻ thì dọn phòng để đón em bé về. Đẻ thường 2 ngày thì ra viện. Những ngày ở viện, em mặc quần áo viện.

13. Nevím, nikdy jsem se s tím nesetkala.

Không biết, chưa nhìn thấy bao giờ.

14. Po porodu se zaznamená čas a den narození dítěte, aby se mu mohlo vybrat jméno a nechat mu vypracovat osobní horoskop.

Lúc đẻ xong, xem giờ sinh, ngày sinh cho con, đặt tên và lấy lá số tử vi cho con.

15. Nemá mluvit hodně a hlasitě, aby nemluvila později vulgárně. Jíst vepřové nožičky na tvorbu mléka, opečené libové maso, vařená vejce. V prvních třech dnech po porodu se jí krevety na stažení dělohy. Nejí se kyselé ovoce, aby nebrněly zuby. Nejist zelí, aby žena neměla problémy s udržením moči. První měsíc po porodu by neměla žena vycházet ven. Pokud v průběhu prvních tří měsíců vyjde ven, musí si ucpat uši, vzít si ponožky a oblečení s dlouhým rukávem, ale sama jsem to nedělala, ucpala jsem si pouze uši, aby mi v nich nehučelo.

Kiêng nói nhiều, nói to, không là ngôn bậy. Ăn móng giò cho có sữa, ăn thịt nạc rang nghệ, ăn trứng gà luộc. Lúc đẻ xong 3 ngày đầu ăn tôm cho co dạ con. Không ăn hoa quả chua sợ ê răng. Không ăn rau cải sợ đái xón. Phụ nữ đẻ tháng đầu kiêng không được ra ngoài, sau ra ngoài phải bịt tai, đi tất, mặc quần áo dài trong 3 tháng đầu, nhưng em không làm, chỉ bịt mỗi tai thôi, để không ù.

Vítání dítěte na svět - Đón trẻ ra đời

16. Po porodu prvního dítěte jsem nemusela šest měsíců nic dělat. Po druhém dítěti jsem mohla dodržovat tabu pouze jeden měsíc, protože matka byla nemocná a manžel pracoval, nikdo se o mě nemohl starat. Starala se o mě matka a manžel.

Đưa con đầu 6 tháng đầu em không phải làm gì. Còn đưa sau kiêng ít hơn chỉ 1 tháng, vì mẹ em ốm, chồng đi làm, không có người chăm. Mẹ và chồng chăm sóc.

17. Při vyzvedávání dítěte z nemocnice se musíme vyhnout dvanácté hodině polední. Když se vybírá, kdo dítě vyzvedne, musí jít o zdravou osobu, aby i dítě bylo zdravé. Při odchodu

z nemocnice sazi označí čelo dítěte, s sebou si vezme česnek, aby se vyhnuli zlým duchům. Před příchodem do domu se musí dítě vzbudit a než s ním vstoupí do domu, musí překročit rozdělaný oheň s lusky dřezovce.

Đón con từ viện về kiêng không đón giữa 12 giờ trưa. Chọn người đón về, người đón phải khỏe mạnh, để bé cũng khỏe mạnh. Lúc đi về từ viện đánh dấu nhỏ vào trán bé và mang củ tỏi theo người, để tránh ma tà. Đánh thức bé khi vào nhà và trước khi vào nhà bước qua đống lửa đốt bỏ kết.

18. Nerozlišuje se pohlaví.

Không phân biệt con trai con gái.

19. Pokud někdo v rodině potkal cestou pohřební průvod nebo nehodu, musí nejdříve před příchodem do domu překročit oheň s lusky dřezovce. Po porodu jsem nenechávala mnoho lidí přijít do styku s dítětem, bála jsem se, aby návštěvníci neměli zlou vía.

Trong gia đình ai ra ngoài gặp đám ma hay tai nạn thì đốt lửa cho bỏ kết vào rồi bước qua mới được vào trong nhà. Mới đẻ ra không cho bé gặp nhiều người, sợ phải vía dữ.

20. Nedělala jsem žádnou oslavu.

Không có ăn mừng nào.

21. Oslavila jsem měsíční výročí narození dítěte, přitom jsem udělala i obřad uctívání porodním babičkám, uctila jsem boha země a rodinné předky. Při tomto výročí jsem připravila lepkavou rýži, kuře a ovoce. Dále jsem uspořádala roční výročí narození a od jednoho roku slavíme narozeniny dítěte.

Đầy 1 tháng, làm lễ cúng mẹ, cúng thổ địa, cúng các cụ. Lễ làm gồm xôi gà, hoa quả. Cúng đầy năm cho bé và sau 1 năm thì làm sinh nhật cho bé.

Starost a péče o dítě - Chăm sóc trẻ

22. Matka a manžel.

Mẹ đẻ và chồng.

23. Matka mi především kupovala a vařila jídla, abych měla dostatek živin a tím i dostatek mléka pro dítě. Manžel chodil nakupovat věci, které jsem potřebovala, abych se mohla postarat o dítě.

Mẹ thì mua, nấu đồ ăn bồi dưỡng cho em để có nhiều sữa cho con bú. Bố mua những thứ mẹ yêu cầu để mẹ chăm bé.

24. Po porodu se musí dodržovat určitá jídelní tabu, která jsou pro matku prospěšné, a také aby měla kvalitní mléko pro dítě.

Mới đẻ người yếu nên ăn kiêng, tốt cho mẹ và có sữa tốt cho con.

25. Mnohé zvyklosti jsou podle vědeckého hlediska správné a i lékaři to doporučují, např. nejíst zelí.

Nhiều phong tục cũng đúng theo khoa học mà bác sỹ cũng dặn, ví dụ không ăn rau cải.

26. Zvyklosti jsem se dozvěděla od matky a jiných starších lidí.

Những phong tục biết từ mẹ và những người hơn tuổi.

27. Když dítě hodně pláče, tak se pálí *vía*. Vezmu papír, zapálím, zakroužím s ním před dítětem a řeknu „dobré *vía* ať zůstane, zlé *vía* ať odejde“, poté vyhodím papír ven. Když to udělám, dítě přestane plakat, vidím tedy, že to funguje.

Khi trẻ khóc nhiều, thì đốt vía. Em lấy tờ giấy đốt, quay quay tờ giấy trước em bé và nói „vía lành thì ở vía dữ thì đi“ sau đó vứt tờ giấy ra đường. Xong thấy em bé nín, em thấy đúng.

28. Ano, dodržuji to.

Có giữ gìn.

29. Starší lidé mi to řekli, a když to udělám a funguje to, tak to budu dále dodržovat.

Các cụ truyền lại mình thực hiện thấy đúng thì giữ lại.

30. Později to předám svým potomkům.

Sau này sẽ truyền lại cho con.

Příloha č. 3 – Seznam vietnamských výrazů a přísloví

Seznam vietnamských výrazů

A

âm

jin

B

bệnh viện

nemocnice

bếp than

malý hliněný vaříč na uhlí

bí đao

tykev vosková

bỏ đường, bỏ chợ

zanechat dítě na ulici nebo na tržišti

bò kết

lusky dřezovce (*Gleditsia*)

bút danh

literární pseudonym

C

cảm

nachlazení

canh cua

krabí polévka

canh chua

kyselá polévka

com

vařená rýže

cúng mụ

obřad obětování porodním babičkám

chữ Hán

čínské znakové písmo

chữ Nôm

staré vietnamské písmo, tzv. jižní znaky

chùa Hương

Voňavá pagoda v Hà Tây, v dnešní části Hanoje

chửa trâu

buvolí těhotenství (těhotenství, jež trvá více než devět měsíců a deset dní)

D

dãi rứt

stahovací šňůra

dễ nuôi

snadná péče o dítě (dítě, které nemá

duong

đầy cữ

đầy năm, đầy tuổi

đầy tháng

đình làng

đỗ đen

đốt vía

zdravotní problémy)

jang

dovršení sedmého dne od narození chlapce, nebo devátého dne od narození dívky; obvykle se přitom pořádá oslava pro dítě

výročí jednoho roku dítěte, dovršení jednoho roku

měsíční výročí dítěte, dovršení jednoho měsíce

obecní svatyně

černé fazole

tzv. spálení animální duše, tento úkon se dělá, pokud si rodiče myslí, že někdo s „těžkou“ nebo zlou animální duší působí špatně na jejich dítě

G

gia phả

giỗ

giờ khó nuôi

genealogický záznam

výročí úmrtí předka

dítě se narodí do tzv. špatné hodiny, které způsobí obtíže v péči o ně

H

hiếu

họ

họ nội

họ ngoại

hồn

synovská oddanost

příjmení

příbuzní z otcovy strany neboli „vnitřní“ příbuzní

příbuzní z matčiny strany neboli „vnější“ příbuzní

spirituální duše

K

kiêng kỵ

tabu, vyhnout se, vyvarovat se

L

lá lót

listy pepřovníků

lá số tử vi

osobní horoskop

lạnh

chladný

lâu

dlouho trvat

lễ bán khoán

obřad „prodání“ dítěte Buddhovi

lễ thôi nôi

obřad opouštění kolébky

linh hồn

duše

lười ăn

dítě nemá chuť k jídlu, doslovně je líné

jíst

M

măng

bambusové výhonky

N

nằm bếp

ležení v teple

nón lá

slaměný kónický klobouk

nóng

horký

nữ quan

ženy úřednice v době feudalismu

nhà thờ tổ

rodový chrám

Nho Giáo

konfucianismus

O

óc

vodní šneci

P

Phật Bà Quan Âm

bohyně milosrdenství, bohyně Kuan-jin

Q

quáng mắt

oslnění

quê

rodná vesnice

R

rau cải

zelí

rau mônng tơi

malabarský špenát - bazela

rau muống

vodní špenát

T

tên cúng cơm

pravé jméno, podle kterého je nositel oslovován při obřadech po jeho smrti

tên đệm

doplňující jméno

tên hiệu

pseudonym

tên kép

druhé jméno

tên thật, tên khai sinh

skutečné jméno, pravé jméno, tj. jméno uvedené v rodném listě

tên tục

jméno, které se používá v době, kdy bylo dítě malé; většinou jde o ošklivé jméno, aby nepřitahovalo pozornost zlých duchů

tên

jméno

Tết Nguyên Đán

Nový lunární rok

Thành Hoàng

patron vesnice

thầy bói

věštec

thầy cúng

obřadník

thịt lợn kho

opečené vepřové maso

Thỏ Công

bůh domácího krabu

Thỏ Địa

bůh země

thời gian ở cữ

období po porodu ženy, význam jako šestinedělí

thử trẻ

zvyk zkoušení dítěte během výročí jednoho roku

tin mừng, tin vui

trạm xã

trứng vịt lộn

trưởng làng

trưởng tộc

trưởng xóm

tuổi xung khắc

radostná událost, označující těhotenství

zdravotnická stanice

kachní vejce s embryem

zástupce vesnického společenství

nejstarší syn hlavní větve v rodové linii, který zastupuje celý rod

zástupce sousedského společenství

nesoulad ve znamení horoskopu

V

vào hàng xóm

vào họ

vào làng

vía

přijetí do sousedského společenství

přijetí do rodu

přijetí do vesnického společenství

animální duše

X

xác

tělo

Seznam přísloví a pořekadel

- *Anh em như thể tay chân*

Sourozenci jsou jako končetiny jednoho těla.

- *Con gái là con người ta,*

con dâu mới thật mẹ cha mang về.

Vlastní dcera je dcera jiných, snacha je ta „pravá“ dcera, kterou si rodiče přivedli domů.

- *Con hơn cha là nhà có phúc.*

Rodina má štěstí, když je dítě lepší než otec.

- *Con hư tại mẹ.*

Zlobivé a nevychované dítě je důsledkem matčiny výchovy.

- *Con so về nhà mẹ,*

Rodí-li žena poprvé, má rodit u své matky,

con rạ về nhà chồng.

- *Dậy con từ thuở còn thơ.*

- *Cha mẹ đặt đâu, con cái ngồi đấy.*

- *Mẹ tròn, con vuông.*

- *Một con so lo bằng mười con rạ.*

- *Một chữ cũng là thầy,
nửa chữ cũng là thầy.*

- *Nâng như nâng trứng,
hứng như hứng hoa.*

- *Nơi cắt rốn, chôn nhau.*

- *Ruộng sâu trâu nái,
không bằng sinh gái đầu lòng.*

- *Tiên học lễ, hậu học văn.*

- *Uốn cây từ thuở còn non,
dậy con từ thuở con còn ngây thơ.*

ale při dalších těhotenstvích má rodit v manželově rodině.

Dítě se vychovává již v prenatálním stádiu, kdy bylo ještě v matčině lůně.

Doslova: kam rodič své dítě položí, tam dítě zůstane.

Kdysi si dcery nemohly samy vybrat partnera, vdávaly se podle rozhodnutí rodičů.

Označení zdraví matky a dítěte po porodu.

Starost o prvorozené dítě se vyrovná starosti o deset dalších dětí.

Jeden znak je také zásluha učitele, půl znaku je také zásluha učitele.

Rodiče chovají dítě jako vejce a zvedají dítě jako květinu. Tj. opatrné a jemné zacházení s dítětem, stejně jako zacházení s vejci a květinami.

Místo, kde byla odříznuta pupeční šňůra a pohřbena placenta.

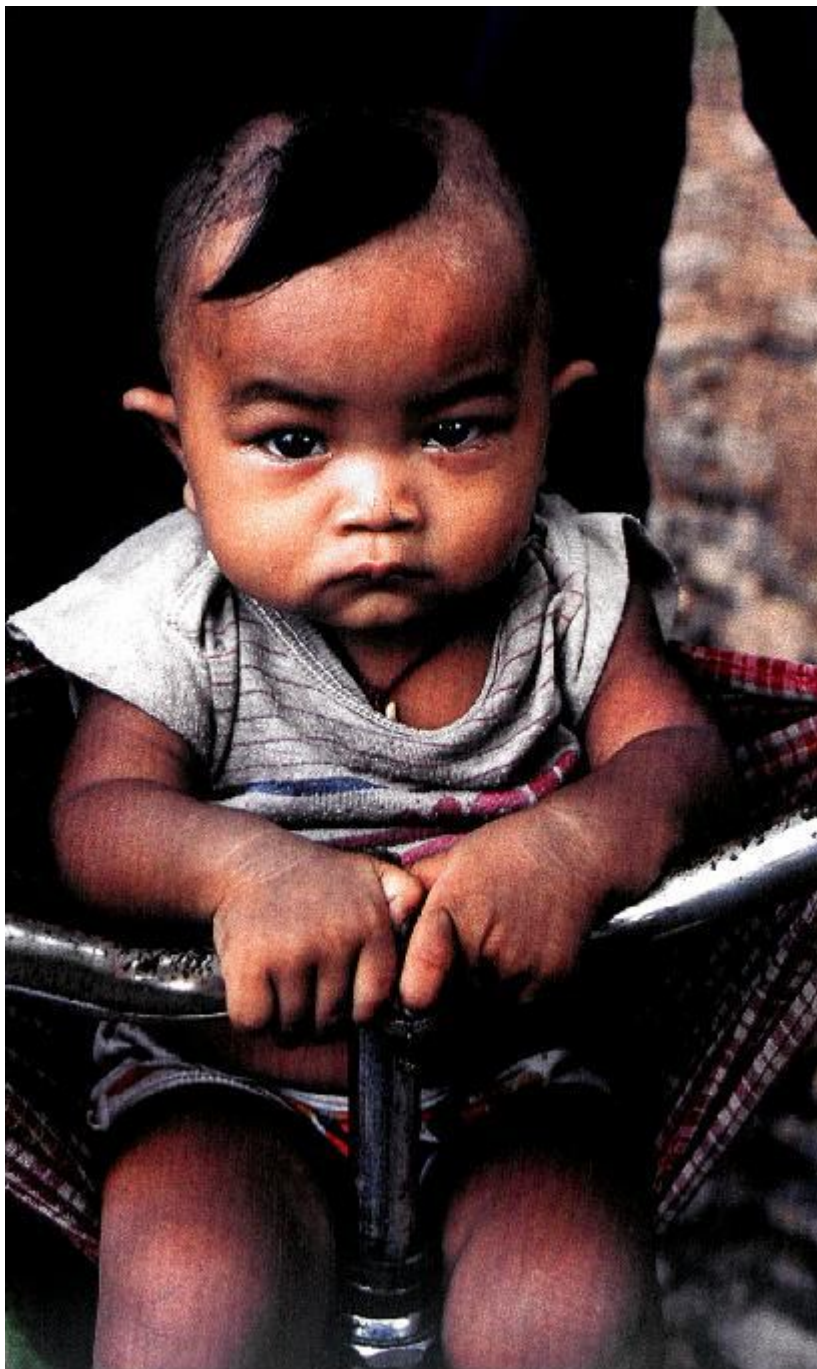
Ani úrodné pole ani početní buvoli se nevyrovnají prvorozené dceři.

Nejdříve se musíme naučit správnému chování, a teprve poté se můžeme vzdělávat.

Stromek by se měl ohýbat, dokud je mladý,

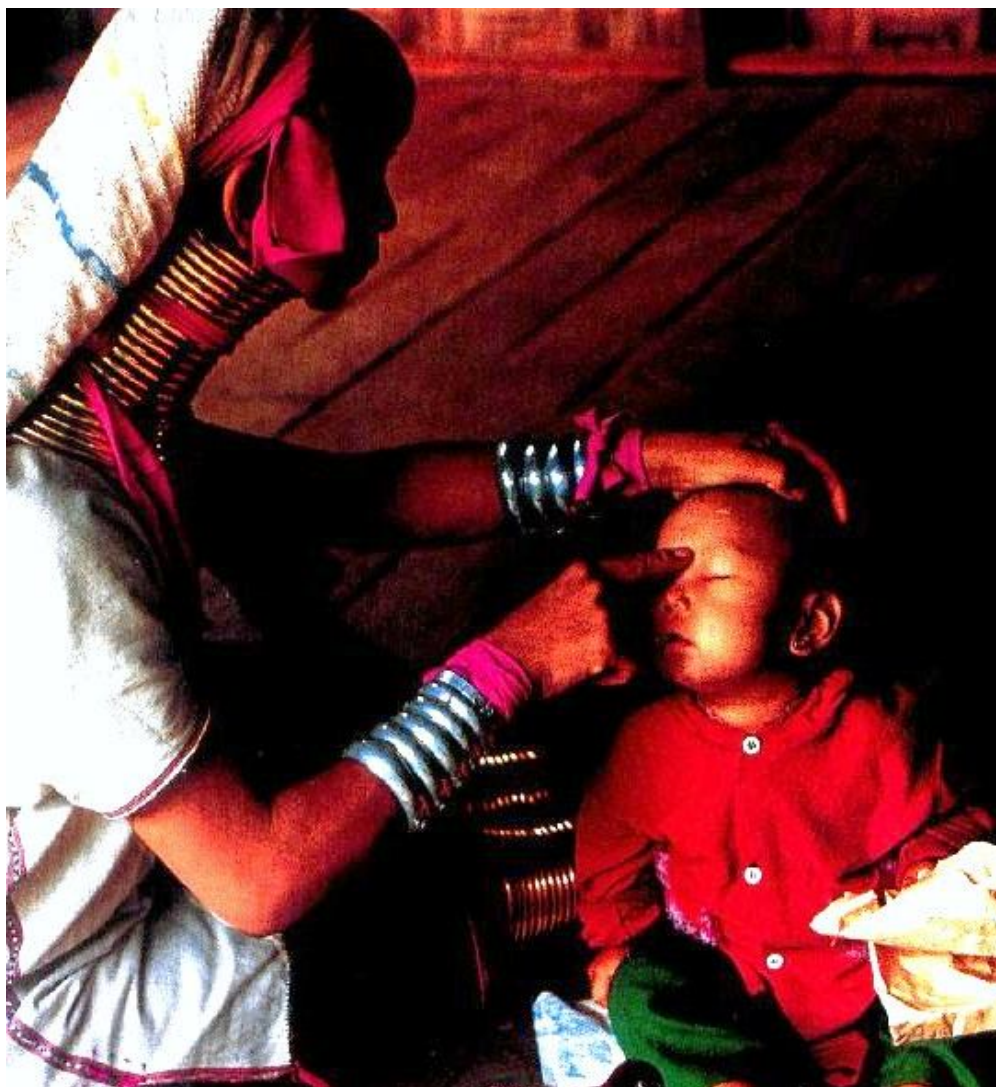
a děti by se měly začít vychovávat, dokud jsou v útlém věku.

Příloha č. 4 – Obrazová příloha



Obrázek č. 1: Oholená dětská hlavička s ponechaným pramenem vlasů na temeni.

FONTANELI, B.; HARCOURT, C. *Babys in den Kulturen der Welt*, 2007, s. 54.



Obrázek č. 2: Značení dětského čela proti zlým duchům.

FONTANELI, B.; HARCOURT, C. *Babys in den Kulturen der Welt*, 2007, s. 48.



Obrázek č. 3: Cà – druh lilku (*Solanum macrocarpon* L.)

[http://mangthai.vn/tieu-hoc/hoat-dong-vui-choi-t1p164c377/dap-an---cau-do-thu-tai-cua-be-\(phan-4\)-i1535](http://mangthai.vn/tieu-hoc/hoat-dong-vui-choi-t1p164c377/dap-an---cau-do-thu-tai-cua-be-(phan-4)-i1535)



Obrázek č. 4: Naklădané cà

<http://www.amthuc365.vn/t13966c168/bep-nuc/2012/07/bi-quyet-muoi-ca-phao-ngon-gion.html>



Obrázek č. 5: *Rau ngót* (*Sauropus androgynus*), která je považována za velmi zdravou zeleninu.

<http://www.webtretho.com/forum/f112/chia-se-kinh-nghiem-giu-nha-sach-gon-dep-an-toan-va-am-cung-theo-phong-cach-nhat-han-viet-hoa-tang-24-a-1664441/index65.html>



Obrázek č. 6: Polévka z tykve voskové (*bí đao*)

<http://ttgdtxthy.edu.vn/modules.php?name=News&op=viewst&sid=650>