

ZRCADLO

Čtvrtletník Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením Ostrava,
příspěvkové organizace, ročník VII., číslo 4., prosinec 2014

Jaký byl Advent plný andělů?



V multifunkční hale Gong Dolní oblasti Vítkovic se 27. listopadu uskutečnil již devátý ročník Adventu plného andělů, k němuž se letos historicky poprvé připojila také naše organizace. Obří prostory multifunkční haly zaplnily již v odpoledních hodinách četné prodejní stánky neziskových organizací, zatímco horní patra patřila bohatému kulturnímu programu, do něhož jsme se vedle neziskových organizací zapojili také my. Letošní Advent plný andělů však měl pro Čtyřlístek velký význam i proto, že se jeho „tvář“ stal náš klient – Jirka Mucha z Chráněného bydlení Thomayerova.

Hlavní myšlenkou Adventu plného andělů je od samého počátku podpora i prezentace neziskových organizací. Čtyřlístek letos přispěl k slavnostnímu večeru Adventu plného andělů tanečním vystoupením klientů Stacionáře Třebovice 'Fantom opery' se sólistou Igorem Vejsadou – mistrem baletu Národního divadla moravskoslezského, zatímco Jirka Mucha nedaleko od pódia vařil výbornou kávu v pojízdné kavárně Mental Café všem zájemcům, kteří o ni projevíli zájem a pak si jenom na chvíli „odskočil“ na pódium, aby z rukou autorky projektu, paní Lucie Houthoofdové, převzal diplom s poděkováním za podporu projektu Advent plný andělů. Tleskali jsme však nejen kamarádům ze Stacionáře Třebovice a Jirkovi Muchovi, ale také výborné taneční kreaci souboru Bílé holubice v rytmu flamenca, ve které se taneční grácií zaskvěl i náš Kamil Mitáš z Chráněného bydlení Martinovská...

Ani to však nebylo všechno: V rámci projektu Advent plný andělů se naše organizace připojila i k tiché dražbě předmětů, vyrobených zdravotně postiženými lidmi. Čtyřlístek pro tentokrát reprezentoval keramický klokan s klokánětem, jehož autorkou byla Renátka Slezáková z Domova Barevný svět.

Letošního Adventu plného andělů se zúčastnilo celkem čtyřicet převážně neziskových organizací. Prodej rukodělných výrobků zdravotně postižených lidí a občerstvení jim vynesl téměř 155 tisíc korun a výrobky zařazené do tiché dražby dalších 18.300 korun (v této částce je zahrnut i náš klokan s klokánětem, jehož vydražil jeden zájemce za 250,- Kč). Jak konstatovali organizátoři Adventu plného andělů, tichá dražba projde v budoucnosti největší proměnou, neboť v letošní formě nebyla tak efektivní, jak organizátoři očekávali. Příští rok budou předměty vybrány s časovým předstihem a prezentovány na webových stránkách pořadatele. Na akci samotné pak budou předměty vystaveny u Andělské zóny a v průběhu večera k nim budou připisovány částky.

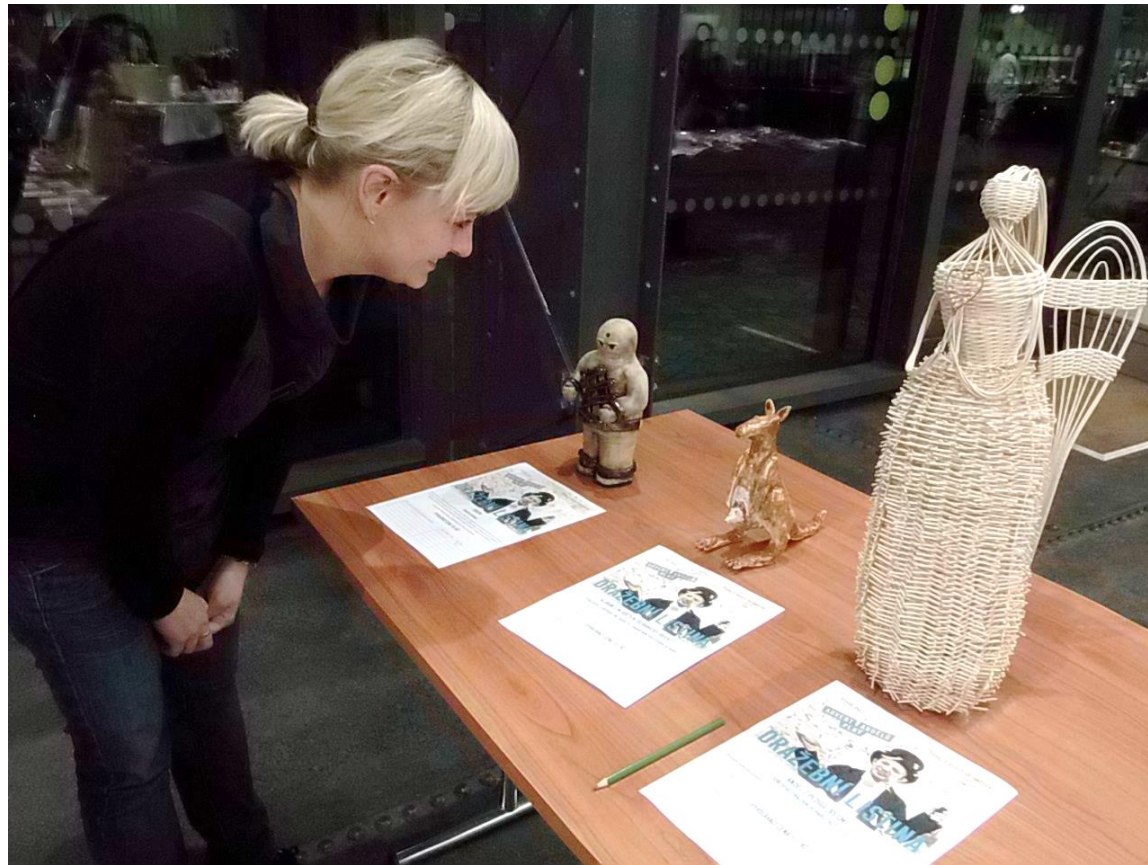
Méně úspěšná byla nabídka kreslených „andělů“ určených na firemní novoroční přání. Prodal se pouze tři obrázky a výtěžek z jejich prodeje činil 7.500 korun. Přestože jsme se podíleli i na této aktivitě, z našich obrázků bohužel nebyl prodán žádný. Celkově však vynesl přímý zisk pro zúčastněné organizace 217.737 korun, včetně projektů.

V letošním roce také vznikl jako součást projektu Advent plný andělů nový nadační fond nazvaný Křídlení, díky němuž bude možné přerozdělování získaných finančních prostředků neziskovým organizacím, které jsou také cílovou skupinou nadace Křídlení. V tuto chvíli je na portále Křídlení šestnáct projektů, jež budou od ledna obměňovány a doplňovány, a tak dostanou příležitost i další organizace.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**



Na snímcích: Naši účinkující ze Stacionáře Třebovice, kteří s úspěchem uvedli své vystoupení Fantom opery a vlevo nahoře šťastný Jirka Mucha, který byl „tvář“ letošního projektu Advent plný andělů.



Mezi draženými předměty v tiché dražbě nechyběl ani keramický klokan Renáty Slezákové.

Ostravské vodárny a kanalizace pomáhají...

V Domově Beruška se uskutečnilo v úterý 9. prosince zajímavé setkání, jehož hlavním aktérem byl klient Domova Beruška – Dominik Šulan, který se setkal s ředitelem Ostravských vodáren a kanalizací a. s., panem Ing. Petrem Konečným, MBA. Díky přispění této vodárenské společnosti se totiž podařilo v letošním roce získat pro zdravotně těžce postiženého Dominika novou multifunkční sedačku, s jejíž pomocí může dnes Dominik nejen pohodlněji sedět, ale také se lépe pohybovat. Pan ředitel Konečný se chtěl s Dominikem osobně seznámit a zároveň předat drobné vánoční dárky jak jemu, tak i dalším dětem z Domova Beruška.

Ostravské vodárny a kanalizace a. s. patří mezi společensky odpovědné firmy, které pomáhají ostravské kultuře, lidem s onkologickým onemocněním i zdravotně postiženým. Již řadu let spolupracují i s naší organizací a podporují klienty Čtyřlístku, což při setkání v Domově Beruška ocenil i náš ředitel, pan PhDr. Svatopluk Aniol. Domov Beruška prošel nedávno rozsáhlou stavební rekonstrukcí, díky níž mají děti, které zde žijí, mnohem více pohodlí i životního komfortu, než tomu bylo dříve. Přesto však ještě je co zlepšovat a čím pomáhat. Právě při příležitosti tohoto předvánočního setkání se zrodil další projekt, na němž se Ostravské vodárny a kanalizace chtějí podílet v příštím roce, neboť pomůže zejména imobilním dětem z Berušky...



Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**



Na
snímcích:
Ředitel
OVAK, pan
Ing. Petr
Konečný,
MBA,
předává
drobné
dárky
Dominiku
Šulanovi,
sedícímu
v nové
multifunkční
sedačce...
Další
snímek
zachycuje
hosty mezi
klienty
Domova
Beruška.

ORIGINÁLNÍ DÁREK? OHŇOSTROJ!

Nevíte, čím potěšit své bližní? Darujte ohňostroj...! Tenhle originální dárek ovšem nezvládne každý a ti, kteří mají zkušenosti se zábavnou pyrotechnikou, vědí, že pořídít rachejtle na pár minutový ohňostroj, rozhodně není levná záležitost. Pro ostravskou T. K. L. Agenturu byl předvečer svátku svaté Lucie, která podle staré pranostiky v adventním čase „noci upije“, příležitostí k tomu, aby naše klienty obdarovala právě tímto originálním dárkem – ohňostrojem, jako nádherným předvánočním překvapením.

Více než deset minut trvající velkolepá podvečerní světelná show přilákala na zahradu Domova Barevný svět desítky klientů domova i jejich kamarádů z Domova Beruška, ze Stacionáře Třebovice a Podporovaného samostatného bydlení. Společně obdivovali světelnou nádheru nad svými hlavami. „Máme radost, že alespoň touto formou můžeme věnovat předvánoční dárek vašim klientům, kteří si jej určitě zaslouží...“ komentoval tuto událost majitel pořadatelské agentury, pan Jan Tomický.

Nevšední podvečerní zážitek samozřejmě zůstane ještě dlouho v paměti všech, kteří se jej zúčastnili, ať už přímo na zahradě anebo jej sledovali alespoň z oken nebo balkonů svého domova...



Text a foto: (rw)



TRANSFORMACE JAKO ZMĚNA K LEPŠÍMU...

Vážení spolupracovníci, od poloviny roku 2013 se na svých pracovištích vyrovnáváme s nejrůznějšími změnami, spojenými s „řízeným transformačním procesem“, do něhož se zapojila naše organizace. Domnívám se proto, že by v době, kdy stojíme na prahu nového roku, bylo namístě malé poohlédnutí za tím, co se nám již podařilo a také nastínění určité představy o tom, co nás při těchto změnách ještě čeká.

Transformace je většinou vysvětlována složitými definicemi, a tak to raději zkusme trochu jinak: Být dnes například klientem naší největší pobytové služby Domova Barevný svět znamená z pohledu uživatele žít trvale na jednom místě s více než stovkou lidí, s nimiž mě spojuje společný znak – mentální postižení. Bydlím v jednom „bytě“ se sedmi dalšími lidmi stejného pohlaví a s jedním nebo se dvěma z nich sdílím pokoj, nemám téměř žádné soukromí, stravuji se ve společné jídelně, nemohu svobodně nakládat se svým volným časem, musím se podřizovat možnostem personálu a respektovat to, že na všechno jsou tady nějaká pravidla.

To jsou alespoň některé z důvodů, proč chceme dát těmto lidem šanci na změnu stávajícího způsobu života. Musíme mít především na vědomí, že také lidé s mentálním postižením mají právo žít v běžném prostředí, tedy tam, kde žijí i ostatní lidé. „Běžné prostředí“ znamená, že někde bydlíme, někde jinde pracujeme a někde jinde trávíme alespoň část svého volného času. Také člověk s mentálním postižením by přece měl mít možnost volby a kontroly nad vlastním životem. Podle svých schopností se rozhodovat, spolurozhodovat s podporou personálu anebo se určité situace, která se jej dotýká, alespoň účastnit.

Transformovaná služba by měla být z pohledu klienta taková, aby dostal přesně takovou službu, jakou potřebuje, služba se přizpůsobila jeho požadavkům a ne naopak, aby mohl rozhodovat o svém životě, měl příležitost udělat chybu, protože chybovat je lidské a poskytuje to cennou zkušenost, aby žil s nejdříve pěti dalšími uživateli v prostředí, které se na první pohled nebude lišit od běžného bydlení, aby se mohl starat sám o sebe podle svých schopností a možností, mohl si zařizovat své záležitosti obvyklým způsobem - tedy mimo domov s využitím služeb a nabídky, jako každý jiný člověk (zajít si do obchodu nebo třeba na pivo, k lékaři do běžné ordinace anebo sám do kina), mohl bourat stereotypy a neprožíval své dny stále na jednom místě, měl zajištěnou podporu personálu v situacích, kdy na to jeho síly nestačí.



Jaká je aktuální situace? Na podporu procesu transformace získal Čtyřlístek finanční prostředky z Evropských sociálních fondů prostřednictvím Ministerstva práce a sociálních věcí. Jsou určeny na realizaci projektů „Podpora procesu transformace Domova Barevný svět“ a „Podpora procesu transformace organizace Čtyřlístek“ (týká se Domova na Liščině, Domova Beruška, Stacionáře Třebovice). Oba projekty byly zahájeny v polovině roku 2013 a budou ukončeny k 31. květnu 2015 a k 30. červnu 2015. Návrhy na další podobu služeb uvedených zařízení budou zpracovány do konečných výstupů projektů, tzv. „Transformačních plánů“. Dle harmonogramu by měly být připraveny ke schválení v polovině roku 2015. S ohledem na velikost organizace a jednotlivých služeb, lze předpokládat, že transformace Čtyřlístku bude rozdělena do několika etap v rámci delšího časového období.

V listopadu 2014 byl zpracován materiál Transformační záměry Čtyřlístku, vycházející ze závěrů jednotlivých transformačních týmů. Ten byl pak společně projednáván se zástupci zřizovatele v čele s vedoucí odvětvového odboru Mgr. Jaroslavou Rovňákovou a externími konzultanty našich projektů. Z těchto jednání vyplynuly úkoly a opatření jak pro Čtyřlístek, tak také pro zřizovatele. Na jejich základě bude materiál upraven a projednán s novým náměstkem primátora pro sociální oblast Ing. Zbyňkem Pražákem. Ten by pak měl záměry předložit ke schválení příslušným orgánům města Ostravy.



Přestože tento zásadní materiál zatím čeká na schválení, řadu věcí v životě našich klientů jsme již změnili anebo se chystáme změnit. Existují však i věci, které nezávisí na tom, kde tito lidé bydlí. Také v našich současných podmínkách máme určité možnosti nechat klienty rozhodovat, resp. spolurozhodovat o jejich životě. A naší povinností je připravit je na tento život, vytvořit jim k tomu podmínky, podporovat je podle jejich

individuálních potřeb. Uvědomujeme si, že to není jen o naší ochotě, ale také o odpovídajícím počtu zaměstnanců. Se zřizovatelem proto budeme opakovaně jednat o zvýšení počtu pracovníků v sociálních službách, aby potřebná podpora klientů byla co nejvíce individuální.

Všichni, kteří se podílíme na transformaci, a tím spolurozhodujeme o budoucím životě našich klientů, si musíme uvědomit, že mezi lidmi s mentálním postižením jsou velké rozdíly, a proto služba pro ně musí být „ušitá“ skutečně na míru. Neplatí (a nemůže platit) jeden model pro všechny. Nesmíme ani skončit jen u „přesunu“ klientů do zařízení bez ústavních prvků. Jejich životy by měly být životem člověka v běžné společnosti. Musíme je proto podpořit ve smysluplném využívání volného času. A musíme udělat mnohem více pro zaměstnávání těch mentálně postižených, kteří mají schopnost a ochotu pracovat.

Protože jsme společně vykonali v loňském roce ohromný kus dobré práce, chtěl bych Vám za ni poděkovat. Do roku 2015 Vám přeji hodně zdraví, štěstí a pohody doma i na pracovišti.

SVATOPLUK ANIOL
ředitel organizace

Ad foto: Ilustrační snímky ze života klientů Chráněného bydlení Martinovská.



**PODPORUJEME
VAŠI BUDOUCNOST**
www.esfcr.cz



TŘEBOVICE DO NOVÉHO

Již půl roku se v Domově Barevný svět společně potkávají jak klienti tohoto domova, tak klienti Stacionáře Třebovice, který se sem v polovině letošního roku dočasně přestěhoval. Stalo se tak proto, aby zařízení mohlo projít v nejbližší době rozsáhlou rekonstrukcí. V rámci transformačních změn v naší organizaci totiž dojde na přeměnu služeb, jež byly až dosud ve Stacionáři Třebovice poskytovány. Z dosavadního stacionáře se stane domov pro osoby se zdravotním postižením a nově také chráněné bydlení, v němž budou většinou bydlet současní klienti Stacionáře Třebovice.

„Jakmile bude ukončeno výběrové řízení na realizátora stavby, bude možné zahájit stavební úpravy, které si vyžádají zhruba 22 milionů korun. Většina těchto nákladů bude financována z evropských fondů prostřednictvím Regionálního operačního programu Moravskoslezsko,“ upřesňuje informaci vedoucí provozně technického útvaru

Čtyřlístku, pan Vratislav Prokop.



Přestože se klienti třebovického stacionáře v Muglinově rychle zabydleli a podílejí se na všech aktivitách, které jim Domov Barevný svět nabízí, těší se samozřejmě zpátky do Třebovic a na své nové bydlení. Protože změna bude svým způsobem radikální, připravují se na ni klienti i

zaměstnanci už nyní. A to opravdu všichni. Paní Anna Lištvanová, vedoucí stravovacího provozu stacionáře, vypracovala dokonce pro klienty „miniknihu vaření“ – jakýsi návod, aby klienti, až se přestěhují do nového chráněného bydlení, věděli i v kuchyni jak na to. V miniknize vaření najdou v podstatě všechno, od A až do Z – recepty, suroviny, návody na přípravu i způsob vaření se vším všudy, od spuštění sporáku až po mytí nádobí a úklid kuchyňky. *„Natolik spolupracujeme, že opravdu ‘jedeme’ podle manuálu a klienti musí vědět, jaký je přesný pracovní postup, který je třeba dodržet. Tuto kuchařku budeme využívat v nové službě chráněné bydlení a myslím si, že se podle ní bude také vařit. Samozřejmě, každý měsíc opakujeme recepty, aby je klienti nezapomněli. Věřím, že za půl roku zvládneme bez problémů alespoň osm pokrmů, které si klienti budou umět uvařit sami.“*

Energická paní Lištvanová však nezůstává jenom u vaření. Je odhodlaná podílet se také na vybavení jednotlivých domácností nového chráněného bydlení a hlavně kuchyní. Hodlá do této činnosti zapojit i klienty, kteří by pak pomáhali i přímo při vaření a mohli se pohybovat v kuchyni. *„Už*



jsme si to vyzkoušeli tady v Domově barevný svět s jedním vozíčkářem, který se poprvé v životě podíval, jak to vlastně v takové velké kuchyni vypadá a byl z toho nadšený.“

Paní Lištvanová však nezůstává jen při vaření. Je si dobře vědoma i toho, že jeho nezbytnou součástí je i stolování - dodržování hygienických návyků a vhodného chování, zkrátka dodržování všech zásad, které platí i doma. Na druhé straně je však třeba brát také v úvahu dodržování diet – sami klienti by je měli znát a dodržovat stravovací režim... Pro mnohé z klientů Stacionáře Třebovice je tohle všechno zatím nové. Nejen oni sami, ale všichni, kteří s nimi pracují, však věří, že se jim podaří dobře zvládnout veškeré změny ke společné spokojenosti.

Rekonstrukce Stacionáře Třebovice by měla být zahájena v lednu 2015 a do roka, tedy do ledna 2016, by už všichni klienti měli bydlet v novém. A jak bude třebovický stacionář vypadat po svém dokončení? To už napovídají obrázky na předcházející straně (zatím pouze ve virtuální podobě).

(rw)



OPERAČNÍ PROGRAM
LIDSKÉ ZDROJE
A ZAMĚSTNANOST

PODPORUJEME
VAŠI BUDOUCNOST
www.esfcr.cz



Jak jsme jely na zkušenu...

Krásné město Opočno znám jako místo, kam jezdí turisté hlavně na zámek anebo do zámeckého parku podívat se na cizokrajné rostliny. Letos v říjnu, ve dnech 20. až 21., jsme využily nabídky (sociální pracovnice Renáta Mohylová, VOSP Jana Honová a já) a nahlásily se na tuto dalekou cestu. Přivítání na malinkém nádraží v neděli ve 22 hodin bylo srdečné a pan Miloš Čihák (zástupce ředitelky) nás odtud odvezl do Přepych, nedaleké vesnice, kde už pro nás bylo připravené ubytování.

Hned nazítří pro nás pan Miloš připravil náročný program v podobě návštěv a seznámení se s životem klientů v několika typech poskytovaných služeb zdejšího Domova

Dědina, které jsou rozprostřeny v několika lokalitách (města a vesnice vzdálené od sebe i několik kilometrů). Ve všech střediscích Domova Dědina jsou k dispozici služební auta, která řídí sami zaměstnanci (podmínkou k přijetí zaměstnanců je řidičský průkaz), využití je prakticky každodenní: lékař, práce, sportovní i kulturní aktivity).

Středisko Opočno, jež tvoří součást domova, vzniklo na zelené louce v roce 2005, během několika let tady vyrostlo satelitní městečko, kde si mladé rodiny postavily domky, a tak se klienti stali rázem součástí nové komunity, s níž postupně navazovali vlastní vztahy a vazby. Společným jmenovatelem všech středisek bylo vybudované a udržované okolí kolem domků. Vlastní prací klientů i pracovníků byly upravené trávníky, osázené truhlíky, nezbytné grily, posezení a vlastní záhonky!

Klienti nám vyprávěli, jak se mají, co je jejich přáním a jak jsou zde spokojeni. Nelhal ani jeden. Bylo to na nich zkrátka vidět! Všem klientům se zde vyká, ale oslovují se všichni křestním jménem. Cítily jsme se tam oba dva velmi příjemně. Zaměstnanci drželi za jeden provaz, chovali se zcela bezprostředně a mile. Děkujeme za tuto příležitost a závěrem dodám pouze dvě slova: JDE TO!



OPERAČNÍ PROGRAM
LIDSKÉ ZDROJE
A ZAMĚSTNANOST

PODPORUJEME
VAŠI BUDOUCNOST
www.esfcr.cz
Text: HANA ZÁBRANOVÁ
Fotografie: JANA HONOVÁ
Stacionář Třebovice

Setkání našich seniorů

Každoročně pořádá naše organizace setkání svých bývalých zaměstnanců. Výjimkou nebyl ani letošní rok, kdy se 12. listopadu v Domově Barevný svět sešla téměř padesátka našich senierek a seniorů nejrůznějších odborností, kteří prožili část svého profesního života mezi klienty Čtyřlístku a rádi se sem opět vracejí.

Hosty přivítal ředitel organizace, PhDr. Svatopluk Aniol, spolu s vedoucí oddělení práce a mezd, paní Miluší Bystroňovou. Většina seniorů, kteří přijali pozvání na toto setkání, je vždy zvědavá na všechny změny, jež se v uplynulém roce v organizaci odehrály a stále odehrávají.

Pan ředitel je informoval o novém zařízení, které bylo letos otevřeno pro klienty vyžadující zvýšenou míru podpory – Domov se zvláštním režimem Hladnovská – a také o transformačním procesu, jímž organizace v současné době prochází. Pak už patřil čas tohoto odpoledne volné zábavě a samozřejmě i společným vzpomínkám na léta prožitá ve Čtyřlístku. Naši hosté vždy kvitují s potěšením fakt, že organizace na své seniory nezapomíná, což dnes ani zdaleka nepatří mezi zaměstnavateli k samozřejmostem. A všichni už se těší na další setkání v příštím roce.

(rw)



Deset let komunitního plánování v Ostravě

V úterý 16. prosince se v multižánrovém centru Cooltour na Černé louce uskutečnilo slavnostní setkání k 10. výročí komunitního plánování sociálních služeb v Ostravě. Sešli se zde představitelé statutárního města Ostravy, členové Zastupitelstva města a odborných komisí – poradních orgánů Rady města Ostravy a zástupci nejrůznějších organizací, poskytujících sociální služby občanům našeho města. Hlavním hostem kulturního programu tohoto slavnostního setkání byla dnes již mezinárodně uznávaná skupina The Tap Tap, jejímiž členy jsou hendikepovaní muzikanti – studenti nebo absolventi Jedličkova ústavu v Praze. Čtyřlístek měl tu čest, že byl rovněž přizván jako host programu a jeho skupina Rytmy se stala „předskokanem“ souboru The Tap Tap. Sklidili jsme samozřejmě zasloužený potlesk i uznání všech přítomných.

Text a foto (rw)

Hubertova strašidelná stezka

Přesně v ten den, kdy měl Hubert svátek, 3. listopadu, připravil kolektiv vychovatelek a rehabilitace z Domova Barevný svět pro zájemce z řad klientů všech zařízení Hubertovu strašidelnou stezku.

Vedla spletitým suterénem Domova Barevný svět. Cestu ve tmě lemovaly svíčky a prostory byly nezvykle strašidelně vyzdobeny. Byly slyšet divné zvuky, které chvílemi sílily a vyvolávaly v nás značnou nejistotu, zda jít dál, či nikoli. Jen málokdo se odvážil jít sám! Někdo ani s doprovodem do konce nedošel... Byli však také někteří, kterým se stezka zalíbila natolik, že šli dokonce ještě jednou... a tentokrát sami! Všichni jsme si užili spoustu legrace a zpřijemnil si pondělní podvečer. Odměnou nám byla nejen slovní pochvala, ale také diplom za odvahu a sladký oplatek.

Text a foto: **DAGMAR DROBÍKOVÁ**
Domov Barevný svět



ČESKÁ POLICIE POMÁHÁ NAŠIM KLIENTŮM...

Mezi ty, kteří na naše klienty myslí a nejen je pravidelně navštěvují, ale také jim nejrůznějšími formami pomáhají, patří příslušníci krajského ředitelství České policie v Ostravě. Paní plukovnice Mgr. Jana Kubošová, vedoucí Integrovaného bezpečnostního centra v Ostravě, každoročně organizuje oblíbená prázdninová setkání našich klientů s příslušníky ostravských záchranných sborů na zahradě Domova Barevný svět, ale také organizuje dobročinné sbírky mezi svými kolegy ve prospěch našich klientů. Nejinak tomu bylo i letos, kdy v náš prospěch organizovaná tombola příslušníků policie vynesla šest tisíc korun. Další příspěvek nám na nákup vánočních dárců pro nedepozitní klienty v předvánočním čase věnovali příslušníci dopravní policie, kteří rovněž uspořádali sbírku ve prospěch našich klientů... Adventní čas samozřejmě vždy vybízí k tomu, aby lidé více mysleli na ty, kteří jejich pomoc potřebují. Jsme rádi, že naši přátelé z České policie na nás myslí a pomáhají po celý rok. Děkujeme jim za to!

Text a foto: (rw)

Na snímku: paní plukovnice Jana Kubošová s Petrem Laníkem při své ložské návštěvě klientů Chráněného bydlení Thomayerova.

POHLEDNICE Z BOLEŠINA



V září jsme společně s klientkami z Domova Barevný svět odjely na pětidenní ozdravný pobyt na Vysočinu. Ve dnech 8. – 12. září jsme pobývaly v Bolešíně, části Bystřice nad Pernštejnem. Příjemné ubytování jsme našly ve zdejším penzionu U Šikulů, který se nachází v překrásné Chráněné krajinné oblasti Českomoravské vrchoviny - Svratecké hornatině. Nedaleko odtud leží město Bystřice nad Pernštejnem a co by kamenem dohodil je odtud i pohádkový hrad Pernštejn. Mezi zdejší navštěvované pamětihodnosti patří také obec Olešnice, která byla v roce 1999 vyhlášena Vesnicí roku. To všechno jsme měly na pár dnů doslova na dosah ruky.

Okolí penzionu a jeho vybavení se nám velmi líbilo. Přestože bylo v prostorách penzionu docela hodně schodů, s touto překážkou jsme se velice brzy vypořádaly a již druhý den pobytu se v budově bez problémů orientovaly. Rády jsme trávily čas na zahradě, kde stála pergola s příjemným posezením. Příjemně jsme tady relaxovaly, tančily, poslouchaly hudbu, hrály společenské hry anebo si dopřávaly odpolední svačinku.

Během pobytu jsme si samozřejmě nemohly nechat ujít společnou návštěvu státního hradu Pernštejn v obci Nedvědice. Hrad na nás silně zapůsobil a na památku jsme si tady zakoupily drobné



suvenýry. Navštívily jsme také Olešnici, kde jsme absolvovaly prohlídku muzea strašidel, které však příliš nezaujalo, na rozdíl od nedaleké cukrárny, kde jsme si mohly odpočinout a pochutnat si na skvělých zákuscích, kávě nebo jiných nápojích dle své chuti.... Takhle návštěva nám opět vlila úsměv do tváří.

Večer před odjezdem domů do Ostravy jsme si uspořádaly společnou diskotéku, která se opravdu povedla. S chutí jsme si zatančily, zazpívaly a vydováděly se, co nám síly stačily. Z Vysočiny jsme si odvážely spoustu pěkných zážitků a některým z nás se ani nechtělo odjíždět. Cestou zpět jsme se však už těšily, až budeme o tom všem vyprávět kamarádkám a kamarádům v Domově Barevný svět....

Zaznamenala: **MARTINA SCHOFFEROVÁ**
Domov Barevný svět



Takovou houbovou úrodu jsme mohli Verunce s Petrou jen závidět...



Za zdravím do Komorní Lhotky

I v letošním roce jsme přijali nabídku týdenního ozdravného pobytu s klienty v Komorní Lhotce. Pojali jsme jej jako „odměnu“, neboť jsme měsíc před odjezdem pilně nacvičovali a zkoušeli své vystoupení na koncert Všechny barvy duhy...

Babí léto nás provázelo po celý týden, takže procházky a túry byly na denním programu. Jeden den jsme zamířili lesní

cestičkou na chatu Kotář, další den zase na celodenní výlet na Kohutku. Na obou výletech jsme se museli orientovat pomocí mapy a lesních značek, abychom došli do daného cíle. Nechyběly ani procházky kolem penzionu, řeky a do nedalekého centra Komorní Lhotky. V jednom z místních obchodů jsme si zakoupili draky. A protože nám přály i povětrnostní podmínky, odpoledne se nad penzionem Zátíší vznášeli dva létající dráčci.

Čtvrteční opékání párků nám rychle připomnělo, že je již polovina pobytu za námi. Čas tady tak neskutečně rychle utíkal, až nám bylo líto, že se blíží konec. Večery jsme vždy pojali odpočinkově, třeba i relaxací v solné jeskyni nebo v infrasauně.

Když jsme se v průběhu neděle balili, padal na nás smutek, že už odjíždíme a že to tak rychle uteklo. Rozhodli jsme se, že si zlepšíme náladu večírkem na rozloučenou. Po večerí jsme vyrazili na dobrodružnou stezku odvahy, kde nás v cíli čekalo sladké překvapení. Během stezky odvahy byly děti statečné a mnohem odvážnější než jejich „tety“, které je doprovázely. Po návratu jsme si zahráli minibowling, snědli dobroty, které jsme našli na stezce odvahy a večer jsme završili diskotékou.

Náš pobyt na horách byl zkrátka super a všem se tady moc líbilo. Kdyby se nám naskytla možnost zase někam vyrazit, určitě bychom byli rádi.

Text a foto: **MICHAELA PROCHÁZKOVÁ**
Domov Beruška

Zážitkový výlet na Macochu

Kdysi dávno jsme pravidelně jezdili na ozdravné pobyty do Frýdlantu nad Ostravicí. Po zrušení vlastního ozdravného centra využíváme alespoň možnost jezdit na ozdravné pobyty do veřejných rekreačních zařízení i mimo Moravskoslezský kraj. A tak jsme tentokrát zvolili hotel Skalní Mlýn v Moravském krasu.

V pondělí, kdy jsme se seznamovali s okolím, vyšli jsme si do blízkého lesa na procházku a také jsme si zjistili, jaké jsou zdejší možnosti výletů a procházek do okolí, které jsme během následujících dnů chtěli absolvovat. Přítomnost Punkvy a lesa, do něhož je hotel Skalní Mlýn zasazen, vybízela naši fantazii k rozmanitým představám. Jelikož je zdejší krajina navíc skalnatá, vyhledávali jsme ve skalách tvary, předměty, zvířata i postavy, které nám tyto útvary připomínaly.

V úterý jsme navštívili Kateřinské jeskyně, kde se paní průvodkyně věnovala jenom nám. Prohlédli jsme si jeskyni, krápníky a poslechli si hudbu, kterou nám paní průvodkyně v akusticky dokonalé jeskyni pustila. Doporučila nám také koncerty, jež se v jeskyních pořádají a právě kvůli skvělé akustice představují pro posluchače nádherný hudební zážitek.

Ve středu dopoledne jsme navštívili místní pomník věnovaný průkopníkům jeskyňářství a odpoledne jsme se šli projít k Macoše. Čtvrtek byl věnován návštěvě propasti Macocha, kam jsme dojeli vláčkem i kabinkovou lanovkou. Škoda, že celá trasa po punkevních jeskyních nemohla být zpřístupněna kvůli vysoké hladině řeky a možného nebezpečí,

a proto jsme se mohli projet jenom kousek. I přesto v nás tato projížďka zanechala milou vzpomínku.

V pátek jsme se rozhodli absolvovat celodenní výlet, a tak trochu poznat místní okolí. Navštívili jsme nedaleké Rudice a jejich větrný mlýn s veškerým jeho technickým vybavením, které nám také přiblížilo historii mlynářství na území obce. V jednom patře mlýnu se nachází také expozice věnovaná počátkům speleologie v Moravském krasu, jež popisuje chodby a jeskyně, které k Rudickému propadání náležejí. Navštívili jsme přímo i Rudické propadání – skály s vodním tokem Jedovnice, která se v jednom místě toku ztrácí pod zemí.

V sobotu dopoledne už došlo na balení a loučení s krásným místem našeho pobytu. Ve volných chvílích jsme hráli různé společenské hry, procházeli se po



okolí a jezdili na koloběžce, což si vyzkoušeli všichni uživatelé, někteří dokonce i několikrát a tento zážitek se jim moc líbil.

Náš pobyt byl tak bohatý na nejrůznější dojmy, že jsme chodili unavení, ale spokojení spát, neboť časté výlety, procházky i čerstvý vzduch nás příjemně zmáhaly. Také jsme se těšili na televizi, která byla v každém pokoji, a tak jsme ji mohli sledovat přímo z postele.

Než jsme odjeli, napsali jsme děkovný dopis panu vedoucímu Skalního Mlýna za dobré a příjemné přijetí, za ochotný a milý personál a vstřícné jednání, na které budeme určitě ještě dlouho vzpomínat.

Text a foto: **GABRIELA ROKYTOVÁ** a **ŠÁRKA KOŠINAROVÁ**
Domov Barevný svět



JAK SE V OSTRAVĚ CESTUJE...

Přestože to zpočátku nevypadalo, že nám bude počasí přát, vyrazili jsme 13. září na půldenní výlet do Poruby, kde Dopravní podnik města Ostravy pořádal „Den otevřených dveří ke 120. výročí městské hromadné dopravy v Ostravě“. Naši první zastávkou byly garáže městského dopravního podniku v Porubě, kde jsme si všichni prohlédli městské tramvaje - od jejich nejstarších typů až po ty dnešní, moderní.

V garážích s autobusy si výletníci vyzkoušeli, jaké by to bylo sedět za volantem autobusu nebo kamionu. To se hodně líbilo Honzovi a Tomášovi, kteří klaksonem zatroubili na pozdrav ostatním. Ani děvčata nezůstala pozadu a s chutí si nasadila ochrannou přilbu a šla si prohlédnout autobus 'ze spodu', aby věděla, jak se opravuje. Když jsme všechno prozkoumali, využili jsme možnosti projet se slavnou historickou tramvají „Barborkou“ a přesunout se tak do garáží Dopravního podniku města Ostravy v Martinově. Tahle vyhlídková jízda se hodně líbila zejména Tomášovi, který rád cestuje a vše pozoruje z okna. V Martinově jsme si prohlédli další tramvaje, autobusy a trolejbusy, ale také hasičské a policejní vozy. Tady už také na návštěvníky čekal bohatý program, jako například ukázky práce jízdní policie, střelby na cíl z laserové



zbraně a mnoho dalších zajímavostí. Kamila si procvičila znalosti při přecházení silnice a správné označení barev na semaforu při chůzi a stání. Za dobré výsledky dostala odměnu, a byla moc spokojená. Celý den se opravdu vydařil. Ačkoliv jsme byli docela uchození, vraceli jsme se domů s dobrými pocity i novými zážitky.

HANA NOHELOVÁ
Domov Barevný svět



Výlet na Landek

Ve středu 8. října jsme se vypravili do Hornického muzea na Landeku. Pro cestování jsme využili městskou hromadnou dopravu a z konečné zastávky v Koblově jsme se vydali k soutoku řek Odry a Ostravice. Tady jsme vybalili výletnické balíčky, které nám připravily paní kuchařky, a s chutí se pustili do svačinky. Na Landeku jsme se na chvíli zastavili u výběhu koz. Prohlédli jsme si okolí, prošli jsme se celým areálem a obdivovali různé podivuhodné historické stroje a hornické vláčky. Došli jsme i k sídlišti lovců mamutů a navštívili zdejší rázovitou havířskou restauraci Barborka. Protože nám krásně svítilo sluníčko, cestou zpátky jsme se ještě zastavili v centru Ostravy, kde jsme si všichni něco koupili.

Text a foto: **TEREZA VOTOČKOVÁ**
Domov se zvláštním režimem Hladnovská

Takový slunečný podzim...

Sluníčko svítí jako na jaře, teplota venku sahá až k sedmácti stupňům Celsia! Zkrátka takhle vypadá letošní podzim, přestože toto roční období bývá většinou pochmurné a deštivé, s náladou „pod psa“. Ale opak je pravdou! A tak nás sluníčko vytáhlo ven na procházku do přírody. Zamířili jsme do nám dobře známého místa, k blízké řece Odře. Cestou jsme si povídali o podzimu, zpívali písničky, sbírali barevné listí a další přírodniny. Najednou jsme z hromady listí uslyšeli šustění. Honem jsme přistoupili blíž, abychom zjistili, co se to v listí hýbe. A hele?! Vykouknul na nás ježek. Chvilí jsme ho

pozorovali a povídali si o tomto malém tvorečkovi. Ježek se nás ale bál, schoulil se do klubička a ani se nepohnul. Když jsme však byli potichoučku, ježek na nás po chvíli vykouknul a zase pokračovat dál ve své cestě. Jelikož nám počasí přálo, vytáhli jsme z tašky draky a vypustili je do větru. Nad našimi hlavami se vznášeli dva dráčky a děti neskrývaly radost a pobíhaly za nimi sem a tam. A protože v podzimním čase chodí sluníčko brzy spát, vyrazili jsme zpátky k domovu, aby nás nezastihla tma. Odpoledne se všem moc líbilo a doufáme, že letos draky ještě vypustíme.

MICHAELA PROCHÁZKOVÁ
Domov Beruška



VZHŮRU DO PRAVĚKU!

O poslední zářijové sobotě, 27. září, jsme se vypravili na celodenní výlet do Dinoparku v Orlové Doubravě. V jeho rozsáhlém areálu jsme našli snad všechny druhy pravěkých zvířat, které si můžeme představit. Přitom jsme zvládli chůzi po nerovném terénu, rozmočeném a listím zapadaném chodníku i po nakloněném mostě. Uprostřed parku jsme ještě všichni prošli bludištěm, na jehož konci někteří z nás splnili „bobříka odvahy“ a vylezli na můstek, představující rozhlednu. Pomoc jsme však potřebovali všichni, protože můstek byl přístupný pouze po schůdcích z dřevěných desek, a to na velmi šikmé ploše. Většina z nás však zvládla i tohle a byli jsme na sebe právem hrdí.



Cestou jsme se samozřejmě chtěli vyfotografovat se všemi pravěkými zvířaty, jež nás zaujala. Projeli jsme se po areálu také 'Dino expresem', vláčkem, v němž se nám dostalo zajímavého vysvětlení, co byly druhohory a třetihory, ale cestou jsme také viděli havarované letadlo, které napadli dinosauři, projeli bažinou a zažili dobrodružství rychlé jízdy. Po prohlídce všech exponátů jsme si ještě zašli do Dino kina na film promítaný ve 4D, jenž sice trval necelých deset minut, ale některým z nás se tak líbil, že se na něj šli podívat ještě jednou. Díky filmu jsme mohli plout ponorkou, foukal na nás vítr a pod nohama se nám houpala zem. Byl to nádherný zážitek.

Nakonec jsme se posilnili v místním Dino občerstvení a ještě si koupili nezbytné „dinosauří“ suvenýry, abychom měli na co vzpomínat, až se vrátíme do Domova Barevný svět... A že jsme těch zážitků měli opravdu hodně!

HANA NOHELOVÁ
Domov Barevný svět



Kultura

POD KŮŽÍ JSME VŠICHNI STEJNÍ...

Rozhovor s herečkou Pavlou Dostálovou

V minulém vydání časopisu Zrcadlo jsme se seznámili s herečkou Pavlou Dostálovou, která začala docházet k nám do Čtyřlístku takřikajíc „na zkušenou“ kvůli své nové roli v inscenaci Komorní scény Aréna „Bílý muž a Rudá tvář“, jež měla premiéru letos na podzim. Výsledkem těchto návštěv byl pak nejen silný herecký výkon Pavly Dostálové na jevišti Arény, o němž kritika nešetřila chválou, ale také vznik nového přátelství s Jirkou Válkem z Domova Barevný svět, které se nečekaně zrodilo během návštěv Pavly Dostálové ve Čtyřlístku... Herečku jsme požádali o rozhovor, jenž byl také uveřejněn v nejnovějším čísle časopisu Rezidenční péče:

• Kdo a jaká je Pavla Dostálová? Jaké byly a jsou její sny a tužby?

Pavla Dostálová je holka z Olomouce, dcera svojí maminky a tatínka, sestra své sestry. Trochu průserář, trochu bordelář, který má v životě v podstatě kliku. A tužby a sny? Ty si plním za pochodu.



• **Co znamená pro mladou, chytrou a zvidavou herečku taková výzva, jakou je například role mentálně postižené dívky ve hře George Taboriho Bílý muž a Rudá tvář?**

Správně v otázce používáte slovo "výzva". Až do současnosti jsem se nesetkala s tak výrazně stylizovanou postavou. Vždy jsem mohla čerpat ze sebe, ze svých zkušeností a myšlenek. Role Ruth je v tomto ohledu jiná. Autor to navíc herci neusnadňuje. Postavu umístí na jeviště po dobu celé hry, ale dává jí minimum replik. Tim pádem veškeré její jednání musíte propojit logikou, kterou vymyslíte společně s režisérem. Najít však tuto logiku bylo pro mě velmi těžké...

Druhým, neméně zásadním úkolem, bylo tělesné postižení. Bála jsem se, abych nepůsobila tak, že si z handicapovaných lidí dělám legraci. Proto jsem se určité pohyby a mimiku snažila zautomatizovat natolik, aby se mi staly naprosto přirozenými. Myslím, že se to povedlo, protože čas od času se mi nějaký pohyb či tik, který patří Ruth, dostane i do jiné role.

• **Můžete blíže charakterizovat svou postavu v této inscenaci - dívku Ruth?**

Ruth je fyzicky i mentálně postižená mladá dívka. Její největší láskou je "vše, co je živé", zejména pak ptáci. Ve hře uvízne s tatínkem v prérii (protože jim lovec ukradne auto). Setkávají se tu se supem, oslem a Indiánem, do kterého se Ruth zamiluje. Postava se dá samozřejmě vyložit několika způsoby. Moje Ruth je veselá, energická a velmi zvidavá, čímž často komplikuje jednání jak tatínkovi, tak Indiánovi.

• **V čem vám pomohla setkání s klienty ve Čtyřlístku, hlavně s Jirkou Válkem, který se stal vaším velkým kamarádem a obdivovatelem?**

Je pravda, že roli Ruth jsem měla z velké části vystavěnou ještě před návštěvou Čtyřlístku. Viděla jsem několik



dokumentů, videí a četla odbornou literaturu. Ale samotná návštěva pro mě byla důležitá v jedné, pro mne dost zásadní věci: dodala mi odvalu ve zkoušení nových a jiných věcí. Ve Čtyřlístku jsem viděla, že mentálně postižení lidé nehledí na to, co si o nich myslí okolí. A proto jejich emoční projev je tak silný a intenzivní, jak ho v daný okamžik cítí. Když se chtějí hlasitě smát, smějí se a když chtějí hlasitě křičet, křičí. Díky tomu jsem si uvědomila, že u Ruth nemůžu emoce pouze naznačovat, ale musím vyzkoušet různé extrémy, abych našla její výrazový projev.

Další inspiraci jsem samozřejmě čerpala z tělesných handicapů. Díky několika návštěvám a rozhovoru s ošetřovatelkami jsem pochopila, jak se člověk s určitým tělesným postižením pohybuje - čeho všeho je schopen, co je už nad jeho síly, jak například vstává, sedá, uléhá apod.

• **Změnil se nějak po této zkušenosti váš postoj nebo způsob vnímání světa lidí s mentálním postižením? Pokud ano, tak v čem?**

Nemyslím si, že by se můj vztah změnil, spíše v určitých ohledech prohloubil. Mám konkrétně na

mysli Jirku Válka. Ačkoliv jsem se mohla schovávat za to, že do Čtyřlístku chodím sbírat inspiraci, tak pravda je i trošku jinde. Bavilo mě a baví s Jirkou trávit čas. Je pořád velmi pozitivní, umí se radovat z běžných a obyčejných věcí a to špatně nevrhne s sebou jako balvan.

Nedávno jsem si o handicapovaných lidech povídala se svou kamarádkou, a ta velmi přesně pojmenovala to, co cítím i já. Mentálně postižení lidé prostě JSOU. Netrápí se tím, jakou mají práci, kolik vydělají peněz, jestli zaplatí složenku atd. Jsou oproštěni od těchto věcí a díky tomu si užívají "jen" své bytí tady a teď. Žijí z přítomného okamžiku a umí ho naplno prožít a prožít. Vše je velmi intenzivní a pravdivé. A jsem ráda, že něčeho takového mohu být alespoň na chvíli součástí, protože tu pravdivost a intenzitu často ve svém světě postrádám...

Rozhovor připravila: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Fotografie: archiv Komorní scény Aréna a **PAVLA DOSTÁLOVÁ**

Ad fotografie: Herečka Pavla Dostálová na civilním snímku na předcházející straně, vpravo nahoře s Markem Cisovským v inscenaci Bílý muž a Rudá tvář a vlevo dole se svým kamarádem Jirkou Válkem.



RYTMY V KNIHOVNĚ



Již několik let připravuje Domov Na Liččině se souborem Rytmy pro pracovníky půjčovny pro dospělé Knihovny města Ostravy vánoční koncerty. Výjimkou nebyl ani letošní rok, přesto však byl výjimečný tím, že tentokrát, 26. listopadu, vystupovaly v zaplněném sále hudebního oddělení knihovny spolu s klienty Domova na Liščině také děti z Domova Beruška, které si v knihovně zopakovaly své hudebně

Klienti zahráli na zobcové flétny v podání Moniky Horákové, Petra Cupala a dobrovolnice ze sdružení ADRA, paní Barbary Havláskové za doprovodu varhan a zpěvu paní Libuše Miczanové, využili skupinové hry na Orfovy nástroje a zazpívali lidové písničky.

Klienti Domova Beruška a Domova na Liščině také překvapili publikum společným vystoupením nazvaným Bubnování trochu jinak, v němž využili zajímavé hudební kombinace kytary a djembe bubny. Na kytaru hrála paní Renata Blašítková a na djembe bubny bubnovali Dominik Herák s Monikou Horákovou a Petrem Cupalem. V podání Marty Pazderové, která pohybem ztvárnila let motýla podle hudby, jsme se také přenesli do světa motýlů.. Samozřejmě, že na tomto adventním koncertu nechyběly ani vánoční koledy pro dokreslení atmosféry Vánoc.

dramatické číslo z koncertu Všechny barvy duhy – Jak to chodí u Berušek. Berušky svým vystoupením samozřejmě publikum nadchly a vytvořily tu správnou atmosféru pro muzikoterapeutickou produkci Rytmy, do níž se mohli zapojit i diváci. Naše pozvání na koncert přijali v hojném počtu též hosté ze Základní speciální školy Těšínská, klienti z Duhového domu i přátelé z Domova Barevný svět.





Těmito vánočními koncerty chceme vždy poděkovat za celoroční spolupráci a ukázat pracovníkům knihovny, že naši klienti nezahlásí a věnují se ve svém volném čase hudebním aktivitám a pravidelně také navštěvují muzikoterapii. Na tuto výjimečnou událost se těší zejména pracovníci knihovny, kteří říkají, že když za nimi přijde Čtyřlístek, začínají opravdu Vánoce. To nás velmi potěšilo.

Pro pracovníky knihovny připravili klienti Domova na Liščině dárky z keramiky a pak je také s poděkováním a přáním krásně prožitých vánočních svátků osobně předali. Nechyběly ani slzy dojetí, jak z řad pracovníků knihovny, tak našich klientů.

Odměnou pro účinkující koncertu byl nejen bouřlivý potlesk, ale také bohaté občerstvení od našich hostitelů, za což jim moc děkujeme. Velké poděkování patří samozřejmě všem mým kolegyním – paní Blance Košťálové, Zuzaně Prokšové, Jarmile Navrátilové, Veronice Mejstříkové, Anetě Neuwerthové, Michaelle Procházkové, Pavle Bergerové, Věře Fabiánové, Petru Neminářovi a Simoně Daniecové.

Po vystoupení v Knihovně města Ostravy nás velmi potěšil zasláný e-mail od pracovníků Základní speciální školy Těšínská, kteří nám napsali: „Ani slovy se nedá popsat, jak se nám koncert líbil, byli jsme dojati a maximálně nadšeni. Děkujeme, že jste nás pozvali!“

LIBUŠE GAJDOVÁ

Domov na Liščině

Předvánoční pohádková premiéra

K českým Vánocům patří již tradičně (a neodmyslitelně) štědrovečerní pohádka. Pro letošní Štědrý večer připravila Česká televize dobrodružně romantickou pohádku Princezna a písař, jejímiž hlavními hrdiny jsou (jak název napovídá) princezna Amálka a královský písař Janek. A patří také k pěkné nepsané tradici, že Česká televize každoročně zve na předpremiérové projekce svých vánočních pohádek také klienty naší organizace. Výjimkou nebyl ani letošní rok.



Téměř padesát našich klientů z několika zařízení Čtyřlístku se ve středu 3. prosince vydalo do ostravského multikina Cinestar, kde je přivítaly večerníčkovské postavičky Bob a Bobek, tisková mluvčí ostravské televize Jolanda Pilařová, ale také populární ostravský herec Norbert Lichý jako představitel nechtěného uchazeče o ruku princezny Amálky, který po filmové projekci ochotně poskytoval všem zájemcům svůj

autogram. Pohádka se nám moc líbila a tak ani trošku nevadí, že ji o Vánocích všichni viděli ještě jednou... A České televizi samozřejmě moc děkujeme za pozvání do kina a krásný divácký zážitek!

Text a foto: (rw)



Děti dětem v Dolním Benešově

Glosa do vlastních řad

Již loni jsem se na stránkách našeho časopisu prezentovala příspěvkem, který přiblížil, proč vlastně na tak rozporuplný projekt, jakým jsou pravidelná setkání zdravotně postižených v kulturním domě v Dolním Benešově, jezdíme. Organizátoři akce Děti dětem, za níž stojí především Městský úřad Dolní Benešov, vynakládají každoročně obrovské úsilí do její přípravy - výzdobou celého kulturního domu počínaje, přes zajištění četných sponzorů a přípravou občerstvení na stolech, jež se pravidelně prohýbají jídlem a pitím konče, aby všem, kteří se sem sjíždějí „z ústavů“ z různých končin Moravskoslezského kraje, připravili co

nejlepší příležitost, aby si sem mohli vyjet, navázat vzájemné kontakty a pobavit se.

Už na parkovišti před kulturním domem se všichni zdraví jako staří známí: klienti Rehabilitačního ústavu v Hrabyni, ostravského Čtyřlístku, opavského domova Marianum, hlučinské Harmonie a mnozí jiní doslova všech věkových kategorií. Název „Děti dětem“ tedy v tomto případě příliš neplatí, ale podle sdělení organizátorů, jsou tato setkání již tak dlouhou tradicí, že zkrátka děti odrůstají, ale stále se sem již jako dospělí rádi vracejí spolu s mladšími nastupujícími generacemi...

Po roce se tedy všichni opět setkávají, tancují, smějí se a hodují. Pro své kamarády, kteří museli zůstat doma, pak ještě vezou krabice s dárky do zařízení, kde určitě udělají radost k Vánocům těm ostatním...

Proč tedy stále znovu a znovu jezdíme na setkání Děti dětem? Na to existuje úplně triviální odpověď: Abychom se opět viděli s kamarády, s nimiž jsme často strávili třeba i celou povinnou školní docházku, jako třeba Kubík, který se tady potkává s kamarády ze školy na Těšínské, nebo Jana, jež po deseti letech strávených ve Stacionáři Třebovice žije nyní v Harmonii v Hlučíně, ale s kamarády z Třebovic se opět ráda vidí... Toto je jejich život a vůbec neřeší, že by snad mohlo být „nepatřičné“, aby se setkávali s kamarády někde, kde mají být „jenom děti“ (ve věku do deseti let? Nebo do patnácti? Do dvaceti? Kdo na tyto otázky odpoví?).

Zkrátka a dobře, berte to jako setkání lidí, kteří se setkat chtějí a mohou! My je jenom „svezeme“ tam, kam by jinak nemohli sami! Stačí k tomu jenom trochu víc tolerance!



Text: HANA ZÁBRANOVÁ
Foto: DAGMAR DROBÍKOVÁ



Ze společného setkání lidí se zdravotním postižením „Děti dětem“ v Dolním Benešově 3. prosince 2014.

=====



Jak se u nás peklo...

Tu správnou atmosféru Vánoc si do Čtyřlístku přišla v adventních dnech vyzkoušet pětice studentů druhého ročníku oboru managementu v neziskovém sektoru – katedry sociologie Filozofické fakulty Ostravské univerzity. Markéta Kotzurová, Kateřina Mervartová, Veronika Baznarová, Pavla Kostková a Tomáš Špaček se v rámci svého projektu, nazvaného „Vánoční trhy“, pustili do pečení vánočních perníčků s klienty rodinného bydlení Domova Barevný svět.

A tak to zanedlouho začalo krásně vonět perníkovým kořením i pečením

vánočních perníčků, které tady společnými silami vznikaly. Samozřejmě, teprve poctivá zkušenost dělá mistry, ale všichni byli nakonec na své perníkové výtvoře náležitě pyšní: perníčky totiž nejen výtečně chutnaly, ale svou originální výzdobou také nutně zaujaly i vizuálně. Ty nejzdařilejší kousky byly nakonec svázané do úhledných celofánových balíčků a pak už došlo na vyvrcholení studentského projektu, jehož úspěšnost prověřila vánoční prodejní výstava v Domově Barevný svět: tady byly perníčky vystaveny a také prodávány... A jak to všechno dopadlo?

Vánoční pečení vyneslo organizátorům více než tisícikorunový výtěžek z prodeje, který studenti věnovali formou daru ve prospěch klientů naší organizace na nákup vánočních dárků.

Radost z výsledku tedy byla dvojnásobná: studenti i klienti si vyzkoušeli, že každá vydělaná koruna musí být podložena poctivou prací a že její výsledek může udělat radost mnoha lidem, ať už ve formě dobrých perníčků anebo vánočních dárků, které potěšily zase ty ostatní...

Text a foto: (rw)



Vánoční prodejní výstavy Čtyřlístku

Již třetím rokem pokračuje pěkná tradice adventních výstav rukodělných prací lidí se zdravotním postižením, kterou pořádá oddělení kultury Krajského úřadu Moravskoslezského kraje pro své zaměstnance i návštěvníky úřadu v předsáli jednací síně Zastupitelstva kraje. Letos 18. listopadu, se této výstavy zúčastnila celkem čtyři zařízení naší organizace.

Klienti spolu se zaměstnanci Centra pracovní činnosti, Domova na Liščině, Stacionáře Třebovice a ergodilny rehabilitačního oddělení se opravdu činili a tak bylo ve stáncích naší organizace na krajském úřadu opravdu hodně k vidění. Vedle četných keramických předmětů s vánoční tematikou nechyběly tradiční adventní věnce,

vánoční ozdoby, textilní anebo proutěné výrobky a mnoho dalších předmětů, ať už pro vánoční výzdobu anebo jako milé dárky blízkým.

Na tuto výstavu pak začátkem prosince navázaly dvě další: 9. prosince tradičně v Domově Barevný svět pro zaměstnance organizace, o den později pak také ve vstupní hale ostravské radnice. Zájem o vystavené výrobky je vždy veliký a věříme, že právě ty s visačkami Čtyřlístku udělaly letos o Vánocích radost všem, kteří si je koupili anebo jimi obdarovali své blízké.

Text a foto: (rw)



MOŽNÁ PŘIJDE I MIKULÁŠ...!

Několikrát do roka pro nás připravují nějaké milé překvapení kuchařky ze stravovacího provozu Domova Barevný svět. Výjimkou nebyl ani letošní závěr roku, i když se tentokrát mikulášské překvapení neomezilo pouze na kuchyň a obě jídelny (zaměstnaneckou a klientskou), ale rozšířilo se do všech prostor Domova Barevný svět i přilehlou administrativní část. A tak byl ne jeden z nás pořádně zaskočen, když mu na dveře zabušili čerti s metlou a anděl s Mikulášem žádali za vykoupení 'hříšníků'.



nějakou tu básničku, říkanku anebo písničku, aby mohli dotyčné odměnit anebo případně vyprášit metlou... Starší generace těžce lovila z paměti a zdálo se, že naši klienti jsou na podobné situace mnohem lépe vybaveni. Čert sice budil trochu hrůzy, ale laskavý anděl s Mikulášem měli pohotově připravenou nějakou tu sladkou útěchu pro všechny, ať už zmatené koktali anebo pěli jako na kúru...

Nakonec jsme byli všichni moc rádi, že i v tom vypjatém a hektickém období závěru roku na nás někdo myslí a že v naší kuchyni pracují báječní zaměstnanci, kteří mají rádi nejen svou práci, ale i všechny nás ostatní, pro které ji dělají a ještě jsou ochotní pro ně uspořádat nějakou tu mikulášskou taškařici navíc. A tak našim laskavým čtyřem dámám z kuchyně – paní Monice Hanusové (Mikuláš), Janě Zatloukalové (Anděl), Radce Děčkové a Silvii Dluhošové (čertice) moc děkujeme!

Text a foto: (rw)

Sport

Vánoční turnaj ve stolním tenisu

V sobotu 6. prosince byla tělocvična Domova Barevný svět v Ostravě-Muglinové dějištěm již devatenáctého ročníku Vánočního turnaje ve stolním tenisu pro sportovce s mentálním postižením – memoriálu Václava Benedíka, který pořádá naše organizace tradičně ve spolupráci se Společností pro pomoc lidem s mentálním postižením. Slavnostního zahájení turnaje se zúčastnili jako hosté náměstek primátora města Ostravy Ing. Zbyněk Pražák a za nově ustavenou sociální komisi Rady statutárního města Mgr. Michal Mariánek, kteří společně s ředitelem organizace, PhDr. Svatoplukem Aniolem, přivítali sportovce z celého Moravskoslezského kraje, účastníky letošního Vánočního turnaje ve stolním tenisu.

Více než třicet sportovců, kteří zápolili nad zelenými stoly, reprezentovalo sportovní kluby šesti příspěvkových i neziskových organizací z Ostravy, Frýdku-Místku, Havířova a ze Šumperka, přičemž domácí Čtyřlístek měl hned dvě svá 'želízka v ohni'. Vůbec poprvé se v letošním roce zapojili do turnaje klienti Domova pro osoby se zdravotním postižením Vincentinum ze Šumperka. Konkurence byla opravdu tvrdá, neboť na turnaji nechyběla vynikající stolní tenistka Marcela Červeňáková ze sportovního klubu Beskyd Frýdek-Místek, medailistka četných domácích i mezinárodních soutěží nebo Jan Kubík, bývalý klient ostravského Čtyřlístku a stálý člen jeho sportovního klubu Sluníčko, jenž ve stolním tenisu vybojoval olympijské zlato na letních hrách speciálních olympiád v Šanghaji v roce 2007 a v květnu roku 2012 se stal jedním z vítězů ankety statutárního města Ostravy Sportovec roku.



Na rozdíl od Marcely Červeňákové však letos Janovi Kubíkovi na Vánočním turnaji štěstí nepřálo a své loňské vítězství v kategorii A mužů neobhájil. Vítězkou v kategorii žen se stala podle očekávání Marcela Červeňáková z SK Beskyd Frýdek-Místek (její velká rivalka Maruška Horvátková z SK Sluníčko se letos soutěže nezúčastnila), jako druhá se umístila Iveta Rajzová ze Šumperka a třetí Andrea Zajoncová z SK Kosatky z Havířova,



v kategorii mužů A zvítězil náš Aleš Turlej z SK Medvědi, jako druhý za ním skončil další domácí reprezentant – Josef Kovář z SK Sluníčko a třetí místo vybojoval Ondra Šuráb, rovněž z SK Medvědi Stacionáře Třebovic. V kategorii mužů B se probojoval na první místo Marek Samlík ze sportovního klubu Kameňáci občanského sdružení Prapos Ostrava, o druhé a třetí místo se pak podělili Robert

Farkaš a Jiří Spousta z klubu Beskyd Frýdek-Místek. A mezi začátečníky si letos nejlépe vedli Radim Kaluža a Jaroslav Novotný z SK Chachaři ze Střediska pracovní rehabilitace v Ostravě-Porubě a za nimi jako třetí skončila Žaneta Lacková – nováček turnaje ze Šumperka.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**



Ad foto: Na předcházející straně vpravo nahoře Aleš Turlej ve finálovém duelu s Ondrou Šurábem, vlevo dole vítězky kategorie žen.

Na snímku vlevo náš pan ředitel Svatopluk Aniol v neformálním souboji s Josefem Kovářem...

Sportovní olympiáda v bowlingu

I letos jsme byli při tom, když sportovní klub Střediska pracovní rehabilitace v Ostravě-Porubě Chachaři, pořádal v předvečer Mikuláše – 5. prosince v porubské herně BowlingSky již XI. ročník sportovní olympiády Moravskoslezského kraje v bowlingu pod záštitou Krajského úřadu Moravskoslezského kraje a Krajské organizace Společnosti pro pomoc lidem s mentálním postižením.

Celkem se turnaje zúčastnilo třináct tříčlenných družstev a čtyři družstva měl náš Čtyřlístek. Přesto jsme se jen v několika případech potkali vedle sebe na dráze. O co nejlepší výsledky jsme se však snažili všichni, jak je určitě vidět i z fotografií...

A výsledky? První a druhí byli pořadající Chachaři, kteří v tomto sportu opravdu poctivě trénují. Třetí místo patřilo trojici našich klientů z Podpory samostatného bydlení. Mezi dalšími oceněnými bylo družstvo Domova Barevný svět a také dvě družstva Medvědů ze Stacionáře Třebovice. Všichni účastníci obdrželi

účastnický list a Mikulášský balíček. Společnou cenou pro naše reprezentanty byl tradiční pohár. Všem patří naše blahopřání!

Text a foto: **DAGMAR DROBÍKOVÁ**
Domov Barevný svět



VÝZNAMNÁ ŽIVOTNÍ JUBILEA OSLAVÍ...



V prvním čtvrtletí příštího roku se dožijí významných životních jubileí naši spolupracovníci v několika zařízeních Čtyřlístku. V březnu bude přijímat gratulace k půlkulatinám paní **Daniela Krakuvčíková** z Centra pracovní činnosti, významné životní jubileum čeká v únoru také našeho dalšího kolegu – pana **Ivana Marhulu** – vedoucího autodopravy naší organizace. Další půlkulatinu oslaví již v lednu příštího roku pan **Jiří Greger**, pracovník v sociálních službách z Domova na Liščině a paní **Anna Sikorová**, vedoucí účtárny naší organizace. Kulatá výročí pak čekají v lednu paní **Danutu Macháčkovou** – pracovníci v sociálních službách Domova na Liščině, v únoru pak paní **Ivu Hyklovou** – administrativní a spisovou pracovníci správy organizace a paní **Ludmilu Kardašovou**, pracovníci v sociálních službách Chráněného bydlení Martinovská, a v březnu budeme gratulovat paní **Květoslavě Zapletalové** – pracovníci v sociálních službách Domova Barevný svět.

Všem jubilantům patří naše upřímné blahopřání!

REDAKCE

Vítáme mezi námi

V uplynulém čtvrtletí nastoupilo do naší organizace celkem třináct nových zaměstnanců, a to v měsíci říjnu paní **Stanislava Jonštová** – pracovníce v sociálních službách v Centru pracovní činnosti, jako kuchařka paní **Miroslava Kudělová** ve Stacionáři Třebovice, jako nové pracovníce v sociálních službách u nás pracují od října také paní **Petra Ovesná** v Domově Barevný svět a paní **Markéta Papánková** ve Stacionáři Třebovice a novou dělnicí v prádelně je paní **Šárka Šlesingerová**.

Od listopadu nově pracují ve Čtyřlístku paní **Radka Bálková** a paní **Lenka Kožuriková** – pracovníce v sociálních službách Domova Barevný svět a jako nová nutriční terapeutka také nastoupila paní **Vladimíra Sukupová**.

Nejnověji – od letošního prosince – u nás pracuje jako pomocná síla ve stravovacím provozu Domova Beruška naše klientka, slečna **Monika Dírová**, jako administrativní pracovníce paní **Lenka Holčáková** v Domově na Liščině, jako pracovníce v sociálních službách v Domově Beruška nastoupila paní **Lucie Kwasnicová** a ve stejné pozici také paní **Ivona Veselá** v Chráněném bydlení Thomayerova.

Všem novým kolegyním přejeme mnoho úspěchů na jejich pracovištích!

ZRCADLO – čtvrtletník pro interní potřeby Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením Ostrava.

Vydavatel: Čtyřlístek – centrum pro osoby se zdravotním postižením Ostrava, příspěvková organizace. **Adresa redakce:** Hladnovská 751/119, 712 00 Ostrava – Muglinov. Tel.: 596 223 201, 596 223 205, e-mail:

sekretariat@ctyrlistekostrava.cz, prmanazer@ctyrlistekostrava.cz. Číslo 4., ročník VII. Náklad: 40 kusů.

Neprodejné. **Zodpovědný redaktor:** Mgr. Bohdana Rywíková. **Redakční rada:** PhDr. Svatopluk Aniol, Ing. Lucie Blahutová, Miluše Bystroňová, Bc. Lukáš Křupala. Příští číslo vyjde v březnu 2015. **Časopis Zrcadlo v tištěné podobě nelze šířit mimo jednotlivá zařízení vydavatele, pořizovat kopie časopisu nebo jej předávat jiným osobám mimo vydavatelskou organizaci.**



P. F. 2015

*Hodně zdraví, štěstí a radosti
Vám v novém roce 2015 přeje
redakce časopisu Zrcadlo.*