



ZRCADLO

Čtvrtletník Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením Ostrava,
příspěvkové organizace, ročník IX., číslo 1., březen 2016



Snímek ze slavnostního otevření Domova Třebovice – v popředí zprava klient Martin Uhlíř s vedoucí odboru sociálních služeb a zdravotnictví magistrátu města Ostravy Mgr. Jaroslavou Rovňákovou a pracovník v sociálních službách Mgr. Pavel Šoučík.

V Třebovicích – slavnostně zahájeno!

Od začátku ledna letošního roku začala naše organizace oficiálně poskytovat dvě nové služby: domov pro osoby se zdravotním postižením a nové chráněné bydlení v Ostravě-Třebovicích. K 31. prosinci loňského roku tak zanikl někdejší Stacionář Třebovice, jehož budova procházela v uplynulém roce důkladnou rekonstrukcí v hodnotě téměř 25 milionů korun, financovanou z evropských fondů prostřednictvím Regionálního operačního programu Moravskoslezsko a spolufinancovanou zřizovatelem organizace: statutárním městem Ostrava.

V objektu budovy v ulici Třebovický park tak dnes sídlí Domov Třebovice se čtyřmi samostatnými domácnostmi pro dvacet klientů a Chráněné bydlení Třebovice, v němž našlo nový domov dalších šest žen a mužů se zdravotním postižením. Vrátila se sem většina bývalých klientů Stacionáře Třebovice, kteří zde mají mnohem více životního komfortu než v minulosti. O klienty domova pečuje nepřetržitě celkem 20 pracovníků v sociálních službách a tři zdravotní sestry, zatímco v chráněném



bydlení se o klienty stará dalších pět pracovníků v sociálních službách. Společně mají klienti obou zařízení k dispozici rozlehlou zahradu sousedící s třebovickým parkem, v níž mohou za příznivého počasí sportovat i trávit volný čas.

Slavnostní otevření obou nových služeb se odehrálo 21. ledna letošního roku za účasti náměstků primátora města Ostravy – pana Mgr. Michala Mariánka a Ing. Zbyňka Pražáka, Ph.D., vedení odboru sociálních věcí a zdravotnictví magistrátu města Ostravy v čele s jeho vedoucí, Mgr. Jaroslavou

Rovňákovou, členů komise sociální, zdravotní a pro rovné příležitosti – poradního orgánu rady města Ostravy a dalších hostů. Účastníci této slavnostní události i ředitel organizace, pan PhDr. Svatopluk Aniol, se shodli na tom, že nový domov pro osoby se zdravotním postižením a chráněné bydlení v Ostravě-Třebovicích, jsou dalším krokem v systematickém zkvalitňování poskytovaných sociálních služeb v našem městě a jsou zároveň součástí transformačního procesu, jímž naše organizace prochází.

Klienti se tak de facto již čtvrt roku sžívají s novým prostředím, zvykají si na nové podmínky a zdá se, že jak oni, tak jejich opatrovníci jsou s novými službami více než spokojeni.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**



Bude se stavět!

Na svém zasedání v úterý 15. března letošního roku schválila Rada statutárního města Ostravy financování a předložení žádosti o podporu z Integrovaného regionálního operačního programu (IROP) pro projekty „Transformace Domova Barevný svět“ a „Transformace Domova na Liščině“. Tyto projekty jsou součástí dvou prioritních os IROP, a to „Zkvalitnění veřejných služeb a podmínek života pro obyvatele regionů“ a „Investice do zdravotnické a sociální infrastruktury, které přispívají k celostátnímu, regionálnímu a místnímu rozvoji, snižování nerovností pokud jde o zdravotní stav, podporu sociálního začlenění díky lepšímu přístupu k sociálním, kulturním a rekreačním službám a přechodu od institucionálních ke komunitním službám.“

Celkové náklady na oba zmíněné projekty – tedy Transformace Domova Barevný svět a Transformace Domova na Liščině, budou představovat částku 141 milionů korun, z níž bude v letech 2016 – 2017 čerpáno 76 milionů korun na transformaci Domova Barevný svět a 65 milionů na transformaci Domova na Liščině, přičemž dotace z prostředků IROP by měla činit 126,9 milionů korun a zbývající část dofinancuje zřizovatel naší organizace, statutární město Ostrava. Oba projekty Čtyřlístku, vázané k procesu deinstitucionalizace a transformace sociálních služeb, jsou zařazeny mezi strategické projekty města Ostravy.

Finanční prostředky získané z fondů IROP, budou v letošním a příštím roce využity na výstavbu šesti domů komunitního typu pro 78 klientů naší organizace, které budou postaveny na pozemcích, jež

jsou ve vlastnictví města Ostravy. Pokud vše půjde podle plánu, s jejich výstavbou by se mělo začít v říjnu až listopadu letošního roku, a všechny domky by měly být dokončeny v listopadu roku 2017. Bude to další podstatný krok k přeměně struktury i formy poskytování sociálních služeb Čtyřlístku.

(rw)

OD MINULOSTI K DNEŠKU...

Centrum pracovní činnosti se bude stěhovat

Od začátku letošního roku vládne v muglinovském Domově Barevný svět čilý stavební ruch. Bušení kladiv, vrtaček, mračna prachu a metrčky sutin – to vše obnáší stavební úpravy přízemí domova, kam se mají letos v květnu přestěhovat z nevyhovující budovy v Ostravě-Kunčičkách naše sociálně terapeutické dílny Centra pracovní činnosti.

Dílny, jež byly až dosud jejich neodmyslitelnou součástí, se tak zanedlouho přestěhují do nového sídla, kde budou mít i daleko lepší zázemí a nové možnosti, než jak tomu bylo dosud. „Vybavení sociálně terapeutických dílen bude zachováno tak, jak je naši klienti znají,“ potvrzuje vedoucí zařízení, paní Bronislava Köhlerová. Pro ni, stejně jako pro klienty, to však bude velká změna. Vždyť sociálně terapeutické dílny sídlily v Ostravě-Kunčičkách více než dvacet let. V roce 1994 zde vznikly po rekonstrukci bývalé hornické ubytovny chráněné dílny, které se dělily o tento



prostor s dalším zařízením organizace – tehdejšího Ústavu sociální péče pro mentálně postižené – Školou života, jež tehdy sídlila v Ostravě-Vítkovicích. Jak v chráněných dílnách, tak ve Škole života se klienti učili samostatnosti a soběstačnosti i základům manuálních dovedností. Měli možnost pracovat zde v několika dílnách: košíkářské, knihařské, šicí, dřevařské, v kovodílně nebo aranžérské dílně. Chráněné dílny spolupracovaly i s několika ostravskými podniky, pro něž klienti vykonávali drobné řemeslné práce, za které také dostávali finanční odměnu.

Změna nastala po roce 2007 s novým zákonem o sociálních službách, kdy v Kunčičkách vznikly sociálně terapeutické dílny a obsah jejich činnosti se postupně měnil podle nároků, kladených na klienty v souvislosti s transformací organizace.

Během šestnácti let svého působení v Centru pracovní činnosti v Ostravě-Kunčičkách, se zde musela jeho vedoucí, paní Bronislava Köhlerová, potýkat s celou řadou problémů, spojených se stárnoucí budovou, která během těch více než dvaceti let prošla již několika rekonstrukcemi a úpravami. Přesun tohoto centra do relativně nových a nyní také doslova „na míru šitých“ prostor v přízemí Domova Barevný svět, snad bude znamenat i pro klienty samotné více pohodlí, lepší dostupnost i zázemí, které nejen budova, ale i její bezprostřední okolí nabízejí.

Na snímcích „historická“ budova Centra pracovní činnosti v Ostravě-Kunčičkách v proměnách času...





K jakým praktickým změnám dojde po přesídlení Centra pracovní činnosti do Domova Barevný svět? Na to jsme se zeptali vedoucího provozně technického útvaru Čtyřlístku, pana Vratislava Prokopa, který měl přestavbu a úpravy přízemních částí Domova na starosti: „Šlo nám především o to, aby byly zachovány veškeré potřebné prostory, které slouží sociálně-terapeutickým dílnám, a to včetně cvičné kuchyňky, jež zde byla zřízena teprve před dvěma roky. Bylo však třeba vybudovat nové elektrické rozvody, zabudovat nové osvětlení upravených prostor a zařídit také lepší zázemí jak pro klienty, tak personál. Nové Centrum pracovní činnosti tak bude mít v Muglinově daleko modernější a prostornější,

šatny a sociální zázemí s moderně vybavenou koupelnou i WC. Všechno bude mnohem světlejší, prostornější a vzdušnější. Věřím, že se všichni budou cítit na novém působišti ještě lépe a příjemněji, než tomu bylo dřív,“ dodává pan Vratislav Prokop.

Stavební úpravy těchto prostor, jež budou kompletně dokončeny letos v dubnu, provádí ostravská firma Stamont.

(rw)

Snímek vpravo nahoře zachycuje Adélku Sadílkovou v knihařské dílně Centra pracovní činnosti, která dnes už patří minulosti...

UDÁLOSTI

JAK PANENKY POMÁHAJÍ

Společnost Ostravské vodovody a kanalizace patří k dlouholetým sponzorům naší organizace a v posledních několika letech se zaměřuje zejména na podporu nejmladších klientů Čtyřlístku – dětí z Domova Jandova. V úterý 19. ledna zavítal mezi klienty domova generální ředitel a prokurista akciové společnosti Ostravské vodárny a kanalizace, pan Ing. Petr Konečný, MBA v doprovodu vedoucí oddělení vztahů s veřejností této společnosti, paní Ing. Radky Vankové.

Oba hosté se při své návštěvě živě zajímali o veškeré změny, které se v posledním roce udály jak v životě naší organizace, tak v Domově Jandova. Přislíbili rovněž další finanční podporu tomuto zařízení, která by v letošním roce měla přispět ke zlepšení kvality života zdejších imobilních klientů. A nezůstalo pouze u slibu. Společnost věnovala v následujících dnech klientům domova finanční částku ve výši 20 tisíc korun, jež přispěje na zakoupení rehabilitačních pomůcek a terapeutických hraček pro imobilní klienty.

Na snímku vpravo uprostřed vedoucí Domova Jandova Bc. Jana Vejlupeková se svými hosty z OVAKu.



Tyto hračky – panenky – jsou v naší organizaci novinkou. První tři už do Domova Jandova připutovaly a udělaly dětem opravdu velikou radost. V čem je jejich výhoda? „Každá panenka je jakýmsi *‘tichým společníkem‘ klienta,*“ říká vedoucí sestra Čtyřlístku, paní Mgr. Světlana Veselá. Terapeutické hračky se stávají v současné době velkým hitem nejen v podobných zařízeních sociální péče, jako je náš Domov Jandova, ale i v domovech pro seniory. Člověka v žádném věku a v žádné zdravotní či mentální situaci neopouští touha po doteku nebo přítomnosti někoho blízkého. A tak přišli



výrobci s terapeutickými hračkami, které slaví velký úspěch u dětí i seniorů, žijících v domovech sociální péče. Použité textilie, z nichž jsou hračky ušité, jsou měkké a příjemné na dotek, čímž pozitivně stimulují smyslové orgány klientů. Jednotlivé části tělůček panenek jsou vyvážené tak, aby se daly lépe objímat, chovat nebo posadit. Některé panenky mají v trupu všitou kapsičku, do níž lze vložit tzv. přídatné moduly, jako

třeba tlukoucí srdíčko, sáček s aromatickou substancí nebo nahrávací zařízení se zvuky, čímž se může u některých klientů terapeutický efekt ještě posílit. Panenky jsou dodávány oblečené, ale je možné je oblékat do oblečků dle přání klientů a lze využívat i další doplňky pro dokonalou iluzi. Oblečení i panenky samotné se dají snadno prát a udržovat hygienicky čistě...

„Přestože kolem sebe může ležící klient vnímat pohyb, ruch a nejrůznější zvuky, cítí se v podstatě sám v ohraničeném prostoru svého lůžka. Panenka s tlukoucím srdíčkem mu však může dávat pocit bezprostřední blízkost někoho, kdo patří jenom jemu, s kým se může pomazlit, jehož přítomnost jej uklidňuje...“ Vysvětluje ještě Mgr. Světlana Veselá. O tom, jaké další možnosti přináší terapeutické hračky v každodenní praxi s klienty, přineseme reportáž v některém z příštích čísel Zrcadla...

BOHDANA RYWIKOVÁ

Na snímku nahoře první tři terapeutické panenky v Domově Jandova.

Město Karviná našim klientům

V loňském roce obdržela naše organizace finanční příspěvky od města Karviné v celkové výši patnáct tisíc korun ve prospěch tří našich klientů – občanů města Karviné. Tuto finanční pomoc jsme využili ke zkvalitnění života těchto klientů: Martin Laboj z Chráněného bydlení Martinovská si tak mohl splnit jedno ze svých přání a dopřát si vlastní televizi, pro klientky Domova Jandova Lucii Matejkovou a Terezu Pietraszkovovou bylo možné

zakoupit jednak velmi potřebný software programu pro alternativní komunikaci a Tereška dostala relaxační houpací síť se stojanem. Město Karviná se tak zařadilo mezi několik málo měst a obcí, které se snaží přispívat na sociální péči o své občany, přestože žijí v zařízeních mimo působnost těchto měst a obcí. Děkuje!

(rw)

POMOC MŮŽE MÍT RŮZNÉ PODOBY

Pan Marek Zlý a jeho přátelé patří k několikaletým sponzorům naší organizace. Každoročně se k nám z jeho strany dostávají finanční dary – výtěžky z tomboly vánočních večírků ostravských příslušníků Policie České republiky. V loňském roce uspořádal poprvé dražbu výtvarných prací našich klientů na Duhovém bále, pořádaném v hotelu Clarion v Ostravě, která vynesla více než šest tisíc korun ve prospěch volnočasových aktivit klientů Čtyřlístku. Také letos zorganizoval Marek Zlý na Duhovém bále, konaném opět v hotelu Clarion v sobotu 5. března, dražbu, v níž tentokrát převažovaly keramické výrobky, které vznikly v ergodílné rehabilitačního oddělení. Letošní výtěžek dražby představoval částku ve výši téměř tři tisíce korun.

Naše organizace má samozřejmě mnoho podporovatelů z různých oblastí života, jen málokterí



z nich však šíří své dobročinné aktivity i mezi své přátele a známé. Těší nás, že mezi ně patří i pan Marek Zlý. Na snímku nahoře s paní Bc. Monikou Hrazdilovou z ostravské dopravní policie při své letošní návštěvě ergodílny rehabilitačního oddělení Domova Barevný svět se symbolickým dárkovým šekem s částkou 3.200 korun – výtěžkem vánoční tomboly ve prospěch našich klientů ve společnosti naší klientky – Ilonky Homolové, úspěšné autorky výtvarných prací...

Text a foto: rw

KULTURA

Ostravský Masopust 2016

– byli jsme při tom!

V duchu „Pantheonu slovanských bohů“ se nesl letošní Ostravský Masopust, který 9. února pořádalo etnografické oddělení Ostravského muzea pod energickým vedením etnografky Mgr. Markéty Palowské. A tak, kromě dnes už téměř zapomenutých božstev, jako jsou Morena, Radegast (i když jeho jméno máme v povědomí spíše v souvislosti s pivem nežli bohy...) Světloňoš nebo Veleďub, se v tento únorový den zaplnilo Masarykovo náměstí také stánky s jarmarečným zbožím a množstvím Ostravanů, které vylákalo ven neuvěřitelně krásné, téměř jarní počasí.



Do přípravy Masopustu, jenž se z velké části odehrával na Masarykově náměstí, ale i v ulicích centra města, se zapojila řada dalších organizací, mezi nimiž ani letos nechyběl ostravský Čtyřlístek. Zdá se, že naše hudební skupina Rytmy už mezi hlavní aktéry masopustního reje neodmyslitelně patří. Však také Rytmy do masopustní nálady také výborně zapadly nápaditými kostýmy, jež pro tuto příležitost zapůjčilo Národní divadlo



moravskoslezské. Naši

bubeníci hráli samozřejmě skvěle a roztančilo nejen početné masopustní maškary, ale i děti z publika, jimž se pochopitelně tahle veselice také moc líbila. Obzvlášť, když nad tím vším bděl obří 'nafukovací' bůh Radegast, zapůjčený stejnojmenným pivovarem v Nošovicích.

Svími nápaditými kostýmy poutali pozornost i klienti a pracovníci Domova na Liščině, kteří se zapojili do barvitého masopustního průvodu. Veselou masopustní náladu kromě cimbálovky Radegast z Frenštátu pod Radhoštěm, muzikantů z Polanky, členů Bílého divadla a tanečnicků z dětského folklorního souboru Hlubinka, dokreslovaly na náměstí i četné stánky s občerstvením. Ale nebylo to jediné, co letos do centra města přilákalo stovky Ostravanů, z nichž se mnozí rádi připojili k masopustnímu průvodu, který prošel centrem města. Kdo ví, možná jich napřesrok přijde ještě víc...

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**



Něco z letošního masopustního reje, jak jsme jej zachytili objektivem fotoaparátu...



Na snímku nahoře naše Rytmus „v zajetí“ pohanských bohů, dole dva symboly letošního Ostravského Masopustu: Morena a Veledub...



Plesová sezona ve Čtyřlístku...

Jak jsme to roztočili v Polsku

Po loňském pozvání na Ples čarodějnic v Polsku, které jsme dostali od naší partnerské organizace Powiatowy Dom Pomocy Społecznej v Pogórze, jsem nezvažovala ani sekundu, zda doprovodím naše státné chasníky na ples letošní, jenž se tentokrát nesl v duchu pohádek Tisíce a jedné noci. V úterý 26. ledna, přesně v poledne, které u nás v Třebovicích ohlašují zvony kostela, přijel krásný nový autobus Čtyřlístku a přivezl mladé muže z chráněného bydlení v Martinově, kterým to v oblecích nesmírně slušelo. Přidali jsme se k nim se čtyřmi tanečnicí z Chráněného bydlení Třebovice a po cestě jsme nabrali další posily z Chráněného bydlení Thomayerova ve Vítkovicích.

S veselou jsme přijeli k hranicím v Těšíně a po nezbytných formalitách (zaplacení průjezdu Polskem, kdy se náš řidič Ivan Marhula plynulou polštinou lehce domluvil) dál pokračovali do městečka Świętoszówky. Před zdejší požární zbrojnicí už na nás čekal pan „dyrektor“ Krzysztof Krzyżanowski z domova v Pogórze a svým neopakovatelným úsměvem nás pozval do sálu.

Dívky a ženy v sále seděly velmi způsobilně a moc jim to slušelo! Byly oblečené jako pravé Šeherezády a po očku sledovaly naše kluky a muže. Po slavnostním zahájení plesu panem ředitelem začali organizátoři přinášet velké množství jídla a pití, obědem o třech chodech počínaje, a tak to pokračovalo až do našeho odjezdu! Nesmím zapomenout na soutěže, především ty taneční, které mají v oblibě snad všichni. „Jazyková bariéra“ - polština a čeština jako dva různé jazyky - jaksí nebyla vůbec důležitá, protože panovalo naprosté porozumění a všichni se přišli bavit!

Hostitelé zapojili do tance i nás – jako doprovod a vesele jsme skotačili kolem židlí, nebo jsme byli pozváni do tance! V šest hodin večer se nám už zdálo, že jako hosté poděkujeme a rozloučíme se. Ovšem pan ředitel Krzyżanowski byl zcela jiného názoru. Odejít nám prostě nepovolil a naopak nás pozval na teplou večeři. Nedalo se odmítnout.

Pak už se ale chlapi rozloučili se svými tanečnicemi a zcela propocení nastupovali do autobusu a hurá do Česka! Viděla jsem mnohé, ale tancovat Pétu Laníka na vozíku s „kobietou“ z Polska, to mi zatajilo dech! Chybělo opravdu málo a Petr vyskočil a tancoval sám.



Nejdřív „letělo“ vzduchem sako, pak vázanka a nakonec Petr. Nálada byla skvělá, chlapi si tento výlet opravdu užili a naši polští kamarádi se bavit umějí naprosto přirozeně a bez ostychu, který máme my Češi jaksí v sobě... Děkujeme za pozvání a na oplátku jsme pozvali naše kamarádky z Polska zase k nám do Čtyřlístku.

Za všechny chalany, ogary a synky ze Čtyřlístku zaznamenala slovem i obrazem:

**Mgr. HANA
ZÁBRANOVÁ**
Chráněné bydlení
Třebovice



ROZTANČENÉ 'LIŠTIČKY'...

V úterý 23. února se v Domově na Liščině uskutečnil tradiční, v pořadí již XIV. Liščí ples. Od dopoledních hodin již probíhaly nezbytně důležité přípravy: dámy - ondulace, líčení, chystání plesových šatů, pánové - žehlení košil, holení a podobné nezbytnosti...

V patnáct hodin už se začali sjíždět přátelé a hosté a naši klienti už pospíchali do plesového dějiště – budovy B, kde se Liščí plesy pravidelně konají a také zahajují tradiční polonézou. Hrdí pánové si vedli pyšně své půvabné dámy za doprovodu hudby.

Zábava, hudba, tombola - to vše vyloudilo úsměvy na tvářích. Ty správné rytmy dokázaly roztančit a rozezpívat všechny účastníky jako zamlada a tatam byly bolesti kloubů anebo nerudná nálada. A kdo přece jen potřeboval chvilku vydechnout, mohl využít možnosti občerstvení v bufetu „U žíznivé lišky“ kávou, kofolou nebo vynikající buchtou. Tak zase za rok, přátelé...!

Text: KATEŘINA HEJDUKOVÁ

Foto: RŮŽENA VIATROVÁ



Jaký byl letošní

Společenský ples Čtyřlístku

Více než dvacet let trvá u nás ve Čtyřlístku tradice pořádání společenských plesů. V minulosti je pořádala tři zařízení organizace samostatně jako plesy nebo karnevaly – v Domově Barevný svět, v Domově na Liščině a v tehdejší Stacionáři Třebovice. V historii organizace se letošní společný jarní ples Čtyřlístku uskutečnil již podvanácté. Jeho konání připadlo na svátek svatého Patrika. Tentokrát však byl náš společenský ples tematicky zaměřený jako Zahradnický bál.

Tradičně jej pořádáme v přívětivých prostorách Kulturního domu v Ostravě-Muglinově. Tohoto „jarního plesání“ se zúčastnilo téměř 120 klientů ze všech zařízení Čtyřlístku i se svými doprovody. Stejně jako každoročně, opět jsme připravili bohatý program s tombolou. Jako účinkující hosté přijali tentokrát naše pozvání členové souboru baletu Národního divadla Moravskoslezského – Barbora Šulcova, Stefano Pietragalla a Patrick Ulman. A zavítaly mezi nás také klientky partnerské organizace v Polsku – Powiatowego Domu Pomocy Społecznej v Pogórze, kterým jsme oplatili jejich letošní pozvání našich klientů do Polska na zimní karneval.

Pro společenské plesy Čtyřlístku je typická přátelská, veselá a bezprostřední atmosféra. Zásahu na tom mají především obě konferenciérky, Mgr. Vladimíra Kaločová a Martina Skýbová, DiS., které jsou vtipnými a nápaditými moderátorkami k pobavení všech přítomných. Velkým překvapením však

byli i členové souboru baletu Národního divadla moravskoslezského – Barbora Šulcova a Stefano Pietragalla, kteří pro nás zatančili ukázkou z klasického baletu Petra Iliče Čajkovského Labutí jezero.

Na snímku vpravo Barbora Šulcova a Stefano Pietragalla v ukázce Španělského tance z baletu Labutí jezero...



Všichni účastníci plesu si letošní plesovou zábavu opět pořádně užívali...

Tanečník Patrick Ulman, další člen baletu Národního divadla moravskoslezského, však sáhl do úplně jiného tanečního žánru. Tento mistr Evropy v electric boogie nám předvedl brilantní výkon a nadšenému publiku nabídl malý „workshop“, při němž zapojil do tance všechny, kteří o to projevili zájem. Úspěch byl obrovský a ukázalo se přitom, že i mezi našimi klienty jsou některé dosud neobjevené talenty, jako například Emilka Balážová z Domova Hladnovská, která projevila tak obrovské pohybové nadání, že tím omráčila nejen nadšené publikum ale i Patricka Ulmana samotného. Bouřlivý potlesk sklidili za svůj výkon oba.



Vlevo: *Electric boogie* kreace *Patricka Ulmana* a jeho neuvěřitelné taneční partnerky *Emilky Balážové* z *Domova Hladnovská...*

Tradiční bohatá tombola, do níž jako dárci přispěly velkoobchody Rappa, Zajac, Kaspas a společnost Fashion Irea, byla pak onou příslovečnou „třešničkou na dortu“, která odměnila každého účastníka plesu, stejně jako další sponzoři – Ovocentrum Valašské Meziříčí, Pekařství Šeděnka a firma Jan Čecháček, jimž patří rovněž náš veliký dík.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

TANEC NEJEN NA KOLEČKÁCH

Ostravský spolek Bílá holubice zahájil letos v únoru kurz pro handicapované tanečníky a jejich asistenty. „Nemůžeš chodit, můžeš tančit!“ - to je filozofie Bílé holubice, spolku, který tvoří handicapovaní tanečníci a profesionální umělci. S výsledky jejich práce se veřejnost seznamuje už po několik let, a to v podobě úchvatných tanečně-divadelních představení, jakými byly například *Labutí sen o duši*, *Tvé světlo*, *Řeč duše* nebo současný *Cirkus*, který měl premiéru v září loňského roku a pokračuje i v této sezóně Divadla loutek Ostrava.

Každé takové představení vždy vzbudí obrovský zájem handicapované veřejnosti o tanec a divadelní umění, a proto se Bílá holubice rozhodla pro otevření kurzu pro handicapované a jejich asistenty s názvem „Tanec nejen na kolečkách“. „Jde o tréninky, které vedou pohyboví lektoři a tanečníci Bílé holubice, a jenž navazuje na práci našeho dlouholetého kolegy a jednoho ze zakladatelů Bílé holubice, baletního mistra, *Igora Vejsady*“, přibližuje tento záměr předsedkyně spolku *Ivana Martáková*.

Tančí se každé pondělí od 16.30 do 17.45 hodin a kurzovné činí 500,- Kč na pololetí. *Paní Ivana Martáková* k tomu dodává: „Asistenti vozíčkářů a dalších handicapovaných se mohou k tréninku přidat a zatančit si zadarmo. Jsou srdečně vítáni.“ Této lákavé nabídky téměř okamžitě využilo

také několik klientek Čtyřlístku z Chráněného bydlení *Bronzová*. Jsou nadšené a na každou lekci se velmi těší. „*Tato děvčata jsou pohybově velice nadaná a velmi rychle zapadla mezi ostatní tanečníky. Jsou pro nás velkou posilou...*“ pochvaluje si děvčata ze Čtyřlístku *paní Ivana Martáková*.

Tanec nejen na kolečkách však nejsou jen pravidelné tréninky. Pro zpestření nabídky hodlá Bílá holubice pořádat i pravidelné veřejné Tančírny na kolečkách pro všechny, kteří se chtějí přijít jen tak pobavit, zatančit si a seznámit se s novými přáteli. První party na kolečkách se bude konat pravděpodobně v dubnu.

„*Strach a nejistotu odložte doma a nechte se vést našimi tanečními lektory!*“ nabádají členové Bílé holubice a zvou vás mezi sebe.

DRŽÍME SPOLU – VÝSTAVA, KTERÁ POMÁHÁ

Vernisáž tentokrát s Rytmy Čtyřlístku

Jak jsme již psali v minulém čísle našeho časopisu, Asociace rodičů dětí s dětskou mozkovou obrnou (DMO) a přidruženými neurologickými nemocemi uspořádala loni charitativní akci, nazvanou Držíme spolu. Zapojila do ní předního českého fotografa a profesora Institutu tvůrčí fotografie v Opavě, Jindřicha Štreita, jenž v Sanatoriích Klimkovic vytvořil během loňského roku cyklus uměleckých fotografií, jejichž hlavním námětem byly právě děti postižené DMO. Z těchto fotografií vznikl jednak prodejní kalendář na rok 2016, jehož hlavní „tvář“ byl náš klient, Tomášek Šimko z Domova Jandova, a také putovní výstava, která byla na sklonku loňského zahájena v Klimkovicích.

Od té doby putuje Štreitova výstavní kolekce po „vlastech českých“. Počátkem letošního roku se s ní mohli setkat návštěvníci Ostravského muzea, občané Hlučína, Bílovice a na sklonku března se opět vrátila do Ostravy – na úřad hejmanství Moravskoslezského kraje, kde bude k vidění do konce letošního dubna. V předsálí jednacího sálu Zastupitelstva krajského úřadu Moravskoslezského kraje v Ostravě se 30. března uskutečnila vernisáž fotografické výstavy Držíme spolu za účasti jejího tvůrce, prof. Mgr. Jindřicha Štreita, náměstkyně hejtmana Moravskoslezského kraje Mgr. Věry Palkové, předsedy Asociace rodičů dětí s dětskou



mozkovou obrnou a přidruženými neurologickými nemocemi Miloše Svobody a dalších hostů. Při slavnostním zahájení výstavy nechyběl ani náš soubor Rytmy, který se pod vedením paní Libuše Gajdové představil návštěvníkům vernisáže. Vedle oficiálních hostů se jí zúčastnila i řada rodičů se zdravotně postiženými dětmi, a tak zkušená muzikoterapeutka Libuška Gajdová zapojila do hudební produkce Rytmy i je: rozdala dětem malá chřestidla v podobě barevných vajíček a děti s radostí „hrály“ společně s našimi Rytmy.

Jak jsme již uvedli v úvodu této zprávy, Asociace rodičů dětí postižených DMO se snaží tímto způsobem jednak upozornit na problémy takto postižených dětí a zároveň získat finanční prostředky na jejich neurorehabilitační lázeňské pobyty, jež výrazně napomáhají zlepšení kvality jejich života, ale nejsou bohužel hrazené zdravotními pojišťovnami. Rodiče tak musejí získávat finanční prostředky na úhrady ozdravných pobytů od sponzorů anebo sběrem víček od pet lahví... Jak všichni víme, také mezi klienty naší organizace je řada dětí, mladých lidí i dospělých postižených následky dětské mozkové obrny. V loňském roce financovala asociace jednomu z našich klientů, Tomáškoví Šimkovi z Domova Jandova, neurorehabilitační pobyt v Sanatoriích Klimkovice z prostředků, získaných svými charitativními aktivitami.

Na březnové vernisáži výstavy Držíme spolu, která poputuje z Krajského úřadu Moravskoslezského kraje v Ostravě ještě na Vysokou školu podnikání a práva ve Slezské Ostravě, byla poprvé uveřejněna výzva Asociace rodičů dětí s dětskou mozkovou obrnou adresovaná ministrovi zdravotnictví České republiky, aby léčebné neurorehabilitační lázeňské pobyty těchto dětí mohly být hrazeny z prostředků zdravotních pojišťoven. Výzva, jejíž podpisové archy jsme rozeslali také do našich zařízení, bude i s podpisy jejích podporovatelů, předána ministrovi zdravotnictví Svatoplukovi Němečkovi 26. května na vernisáži výstavy Držíme spolu ve výstavních prostorách Thomayerovy nemocnice v Praze. Svým podpisem na výzvě Asociace rodičů dětí s DMO může tuto iniciativu podpořit každý z nás. Vždyť výzva se konec konců týká i našich klientů.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**



Z vystoupení našeho souboru Rytmy na vernisáži výstavy Držíme spolu na hejtmanství Moravskoslezského kraje.

POZVÁNKA NA KONCERT PRO LEPŠÍ SVĚT

Spolek RadOSTpRAVA pořádá ve čtvrtek 28. dubna od 15.00 hodin v prostorách starých koupelen Provozu Hlubina Dolní oblasti Vítkovice benefiční Koncert pro lepší svět pod záštitou náměstka primátora města Ostravy Michala Mariánka. V programu koncertu účinkují spolu se zpěvákem Tomášem Savkou členové

dětského operního studia při Národním divadle moravskoslezském, sólista souboru opereta/muzikál Národního divadla moravskoslezského Roman Harok, náš soubor Rytmy spolu s žáky Základní umělecké školy Viléma Petrželky v Ostravě Hrabůvce, tanečníci z Bílé holubice, studenti Lidové konzervatoře a Múzické

školy v Ostravě a řada dalších. Součástí tohoto kulturního podvečera bude i jarmark s prodejem výrobků lidí se zdravotním postižením, výstava obrazů našich klientů a filmové projekce. Výtěžek koncertu je určen

ve prospěch našich imobilních klientů z Domova Třebovice. Přijďte je svou účastí také podpořit!

(rw)

Výstava ve Fotogalerii Čtyřlístek: **KATEŘINA ŠTORKOVÁ NA CESTĚ PO USA**



Jak se zdá, přehled našich spolupracovníků, kteří se amatérsky věnují fotografování, se utěšeně rozrůstá. Od letošního března je v naší Fotogalerii Čtyřlístek v přízemních prostorách správy organizace k vidění výstava fotografií naší kolegyně z Domova na Liščině – Kateřiny Štorkové, pracovnice v sociálních službách. Překvapila kolekcí čtrnácti fotografií, která vznikala v loňském září během jejího pobytu ve Spojených státech amerických.

Teprve před rokem a půl si Katka Štorková udělala radost a pořídila si vysněný fotoaparát zn. Nikon D5000.100. A pak začala zkoumat, co všechno jí tento fotografický přístroj může nabídnout. Velkou prověrkou pro ni bylo loňské září, když jí přítel poslal pozvání a zaplatil letenku na cestu do USA. Nabídl zároveň možnost společného cestování za poznáním přírodních krás i pamětihodností této rozlehlé země. Během jednoho měsíce tak společně projeli část tohoto kontinentu od



severu k jihu a od východu k západu...

Jejich putování začalo v Chicagu ve státě Illinois, pokračovalo na Východní pobřeží do New Yorku, pak do Washingtonu d. c., do Arizony a Kalifornie. Katka Štorková pořídila na této cestě obsáhlou fotografickou kolekci, čítající více než dva tisíce snímků, zachycujících nejen Chicago, ale i další americká velkoměsta, jako jsou New York, Washington, Las Vegas nebo San Francisco. „Bylo těžké vybrat z tak



obrovského množství pouhých několik snímků, které by mohly reprezentovat to nejlepší, co se mi na fotografiích podařilo zachytit,“ říká Katka Štorková. Přiznává však zároveň, že tím, co ji v Severní Americe fascinovalo nejvíc, byla příroda. Snažila se zachytit krásy kalifornského pobřeží, pustiny Údolí smrti nebo dech beroucí nádheru Yosemitekého parku. Bylo opravdu nelehké vybrat z celé této americké kolekce sérii čtrnácti „top“ snímků, které jsou nyní k vidění na naší výstavě.

Pro autorku samotnou byla cesta po Státech první velkou fotografickou výzvou i zkušeností. Výsledky jsou však více než povzbudivé a tak se chystá na další fotografické výpravy. Jejím snem je Nový Zéland, ale také geograficky dostupnější krásy české přírody anebo portréty lidí.

Aktuální fotografická výstava Katky Štorkové ve Fotogalerii Čtyřlístek by mohla být nepochybně povzbuzením i pro další talenty, které v řadách našich zaměstnanců jistě jsou... Jde jen o to, kdo je ochotný přinést svou „kúži na trh“. Budeme se tedy těšit na další zajímavé výstavy.

BOHDANA RYWIKOVÁ
Foto **KATEŘINA ŠTORKOVÁ**

VENI VIDI...

NEOBVYKLÁ SPOLUPRÁCE

Jak nám pomáhají domovy seniorů se zaměstnáváním klientů

Jen málokdo nasbíral během pár let tolik zkušeností o poměrech na našem volném trhu práce jako paní Marie Vaculínová, DiS., vedoucí Podporovaného samostatného bydlení ostravského Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením. Paní Vaculínová má mimo jiné na starosti vyhledávání pracovních příležitostí pro klienty organizace, a to nejen ze svého zařízení, ale i z chráněných bydlení Čtyřlístku, která vznikla během transformačního procesu. Umožnit lidem s mentálním postižením zapojení do běžného života včetně uplatnění na volném trhu práce, patří k prioritám tohoto procesu. Ale jaká je realita?

Zaměstnávání lidí se zdravotním (mentálním) postižením má několik úskalí, která je na volném trhu práce předem diskvalifikují. „Tím hlavním a pro zaměstnavatele většinou téměř nepřekonatelným problémem je to, že tito lidé nedokáží být zapojeni v pracovním procesu nepřetržitě osm hodin. Ideální je pro ně zaměstnání, do něhož by mohli docházet obden a pracovat 4 hodiny, aby měli čas také si trochu odpočinout,“ vysvětluje paní Vaculínová a dodává:

„Jednali jsme s různými zaměstnavateli, kteří byli ochotní nabídnout práci našim klientům a vytvořit pro ně chráněná místa. Měli možnost pracovat například v kartonážní dílně, ale narazili jsme na podmínku úřadu práce, že zaměstnanci na chráněném pracovním místě musejí být zaměstnáni pouze na pracovní smlouvu a nikoliv na dohodu o provedení práce, a to minimálně na poloviční pracovní úvazek. Což znamená, že každý den musí klienti odpracovat 4 hodiny. Takovou smlouvu bohužel nelze zdvojit pro více klientů a není možné sjednat ani čtvrtinový úvazek... A tak jsme tuto nabídku museli odmítnout, protože pro naše klienty by byly takové podmínky příliš náročné. Kromě toho nestačí pracovnímu tempu ostatních zaměstnanců. V kartonážní dílně měli celkem jednoduchý úkol:

vkládat papírové mřížky do krabic, ale vzhledem k ostatním pracovníkům dílny, byli 'příliš pomalí'... I tato práce byla pro ně náročná, vzhledem k jejich schopnostem a zdravotnímu postižení.

Další možnost nabídl ostravský čtyřhvězdičkový hotel Merkur, kde mohli klienti Čtyřlístku pomáhat při úklidu pokojů. Vedení hotelu bylo velmi vstřícné a umožnilo těmto lidem pracovat 3 – 4 hodiny obden. Pro obě strany to byla nová zkušenost. Vedení hotelu věřilo, že když se klienti zaučí a získají zkušenost, zvládnou práci sami bez dohledu. Nebyl totiž čas ani personál na to, aby práci klientů někdo kontroloval, zda všechno udělali správně tak, jak měli. „Na volném trhu práce na tohle opravdu není čas,“ uzavírá tuto kapitolu paní Marie Vaculínová. Nadějná spolupráce bohužel neměla dlouhé trvání.



Dosud nejlépe a nejdéle funguje spolupráce s ostravskou pojízdnou kavárnou Mental Café, za níž stojí občanské sdružení Kulturní Ostrava, jež se dokázalo zcela přizpůsobit možnostem lidí s mentálním postižením. V pojízdné kavárně střídavě pracuje 8 klientů Čtyřlístku, a to jak ke spokojenosti své vlastní, tak provozovatele.

S podporou zřizovatele Čtyřlístku, statutárního města Ostravy, se však v loňském roce naskytla ještě jedna možnost, jak zaměstnávat klienty: Pomocnou ruku totiž nabídl dva ostravské domovy pro

seniory – Korýtko a Magnolie. „Klienti mají při práci po celou dobu k dispozici pracovníka Čtyřlístku, který jim radí a odpovídá na případné dotazy a samozřejmě také dohlíží na to, aby svou práci dělali tak, jak je třeba. Je to jednodušší pro ně i pro zaměstnavatele. Klienti v domovech pracují jeden den v týdnu čtyři hodiny. Spokojenost byla loni na obou stranách, protože domovy se dokázaly přizpůsobit možnostem lidí se zdravotním postižením. V obou organizacích našlo práci na dohodu při údržbě zahrad celkem 11 klientů.

Od letošního května se spolupráce ještě rozšíří, protože k domovům Korýtko a Magnolie se přidají další dva ostravské domovy pro seniory – Slunečnice a Kamenec,“ raduje se paní Vaculínová. „Díky tomu se nám podaří nabídnout práci dalším osmnácti klientům ze všech našich chráněných bydlení, ze dvou domovů a z podporovaného samostatného bydlení.

Po loňské zkušenosti partneri v Domově Magnolie tvrdí, že pomoc našich klientů se jim vyplatí a to, co by jinak museli zaplatit za odvoz listí z jejich zahrady, mohli dát na výplaty našim klientům, což bylo ku prospěchu obou stran.“

Klienti Čtyřlístku si zde vydělají za měsíc až 880 korun, což sice na první pohled není nijak závratná částka, ale její psychologický účinek je veliký. Jsou to jejich vlastní vydělané peníze, které lidem se zdravotním postižením dodávají náležité sebevědomí, protože vědí, že jejich užitečnou práci někdo dokáže ocenit.

Klienty v loňském roce pravidelně doprovázela do Domova pro seniory Korýtko



paní Mgr. Hana Zábranová, která se s námi podělila o novou zkušenost těmito slovy: „Střídavě jsme dojížděli s klienty z několika zařízení každou středu. Dopravovali jsme se městskou hromadnou dopravou až do Ostravy - Zábřehu, kde sídlí Domov Korýtko a kde už na nás vždy čekal vedoucí technického provozu, pan ing. René Škarka. Ten měl pro nás připravenou práci. Naším úkolem bylo hrabání listů, které bylo třeba odvážet na hromadu, zametání chodníků a parkoviště v areálu domova. Kluci pracovali s nasazením asi hodinu a půl a pak se šli občerstvit buď do kantýny, nebo ze svých zásob. Hlíдали si čas, aby nepřetáhli. Při té příležitosti se také dávali do řeči s personálem i obyvateli Domova. Pak pokračovali v práci do 11.45 hodin. Pan vedoucí je vždy pochválil, zapsal si jejich jména a čas, a na konci měsíce jim předal výplatní pásky, na které byli moc pyšní!

Jezdili jsme do Domova Korýtko i v mrazivém počasí. Asi dvakrát se stalo, že pro déšť jsme museli práci zrušit. Klukům to bylo moc líto. Šli by klidně i do takové sloty! Od května mají naši klienti z Chráněného bydlení Třebovice čtyři místa v Domově pro seniory Slunečnice v Ostravě - Porubě, kde je obrovský zahradní areál. Už se tam moc těšíme.“

A jak byli s prací klientů spokojeni v Domově pro seniory Korýtko? „Klienti Čtyřlístku u nás měli na starosti zahradnické práce – vytrhávání plevelů, hrabání listů, čištění chodníků atd. Kdybychom měli víc takových zaměstnanců, jako jsou oni, byl bych velmi rád,“ chválí pan ing. René Škarka, vedoucí technického provozu Domova Korýtko. „Velmi se snažili, pracovali výborně a pečlivě. Skvělé bylo i to, že s sebou měli vždy doprovod z řad zaměstnanců Čtyřlístku, což usnadňovalo komunikaci, i když oni sami většinou také dobře chápali, co se po nich chce a snažili se svou práci dělat co nejlépe. Mezi námi a dalšími zaměstnanci Korýtko se zrodilo takové přátelství, že už si dokonce i tykáme, a to je známka velké důvěry pro obě strany! Od letošního dubna bude tato spolupráce pokračovat. Počítáme s klienty Čtyřlístku až do letošního podzimu. Víme, že to bude velká pomoc po celou sezonu, aniž bychom museli najímat další pracovníky...“ uzavírá pan ing. René Škarka.

Mezi ostravskými domovy pro seniory a Čtyřlístkem se tak zrodila nečekaně plodná a inspirující spolupráce, přinášející výhody pro obě strany.

Text: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Ilustrační foto: autorka

/Publikováno v časopise *Rezidenční péče* č. 1/2016/

SVĚT JINÝMA OČIMA

Ve čtvrtek dne 17. března se v Knihovně města Ostravy uskutečnil první ročník konference věnované dni Downova syndromu s názvem „SVĚT JINÝMA OČIMA“. Konferenci pořádal zapsaný spolek Oříšek ve spolupráci se Základní školou speciální v Ostravě - Slezské Ostravě, příspěvkovou organizací. Záštitu převzal senátor horní komory Parlamentu České republiky, Ing. Antonín Maštalíř a konferenci, které se zúčastnilo padesát lidí včetně některých zaměstnanců Čtyřlístku, finančně podpořilo statutární město Ostrava.

V rámci konference se uskutečnila řada odborných přednášek v dopoledních i odpoledních hodinách. V ranním bloku seznámila Mgr. Marcela Wolná účastníky s potřebou logopedické péče u dětí s Downovým syndromem a jak by měla být správně vedena. Zprostředkovala účastníkům důležité kontakty na klinické logopedy na Ostravsku. Jako další přispěl svou odbornou a velmi zajímavou přednáškou MUDr. Jan Všetická, jenž se věnoval nejen Downovu syndromu, ale seznámil účastníky konference také s dalšími vadami dětí na genetickém podkladu. Věnoval se mimo jiné i rizikům vad v průběhu těhotenství ženy a diagnostickým metodám, s jejichž pomocí lze tyto vady odhalit.

Vlevo náš soubor Rytmy na vystoupení pro účastníky konference.



Velmi zajímavá byla prezentace společnosti K7, která se věnuje edukativní canisterapii na Slovensku. Tento příspěvek obzvláště zaujal, neboť přinesl účastníkům konference alternativní pohled na možnost práce s dětmi v průběhu canisterapie. Prezentace obsahovala nejen teoretickou část, ale i praktickou ukázkou práce canisterapeuta s dítětem postiženým Downovým syndromem.

V odpoledním bloku vystoupily se svými příspěvky Mgr. Dagmara Slívová a Mgr. Petra Brusová, které učí na ZŠ speciální v Ostravě. Mgr. Slívová zaměřila svůj příspěvek na možnosti umístění žáků po absolvování ZŠ speciální a na to, jakým způsobem v tomto ohledu pracuje výchovný poradce s rodiči, žáky a pedagogy na základní škole speciální.

Mgr. Brusová prezentovala v rámci svého vystoupení učební pomůcky, jež využívají pedagogové při vzdělávání žáků s mentálním postižením na ZŠ speciální v Ostravě na Těšínské ulici. Svou přednášku doplnila o praktické ukázky pomůcek vyrobených pedagogy zmíněné školy.

V rámci doprovodného programu vystoupili žáci ZŠ speciální Těšínská s taneční choreografií a představila se také skupina Rytmy z ostravského Čtyřlístku.

Organizátoři již během konference dostávali velmi pozitivní ohlasy od jejich účastníků i pozvaných hostů ze Slovenska. Za pořadatele konference velmi děkujeme všem, kteří se na přípravě a realizaci konference aktivně podíleli a zejména dárcům finančních příspěvků, bez jejichž pomoci bychom konferenci nemohli uspořádat. Již nyní zveme zájemce na další ročník této konference, jež se uskuteční 23.března příštího roku v hudebním sále Knihovny města Ostrava.

Mgr. PETRA POLÁČKOVÁ
Zapsaný spolek Oříšek



Milé poděkování

Jménem společnosti Semag spol. s r. o. Vám chci poděkovat za spolupráci při realizaci malé sladké radosti pro děti z Domova Jandova v Ostravě-Zábřehu, kde jsme byli v pátek 12. února na návštěvě. Bylo nám potěšením mít možnost podílet se na jejich úsměvu. Přikládáme také snímek z této dortové veselice.

ALENA KUČEROVÁ
Semag, s. r. o.

Adéla Sadílková:

POVÍDÁNÍ O LÁZNÍCH DARKOV

Od ledna jsem nastoupila do lázní DARKOV, byla jsem tam tři týdny. Byl tam dobrý kolektiv, sestřičky byly hodné. Ze začátku mě sestřičky vodily na procedury, za dva dny jsem si zvykla, co kde je. Pak jsem už chodila sama. V lázních Darkov se léčí neurologické a pohybové problémy. Nejvíc se mi líbila perlička vířivka. Měla jsem v bazénu i cvičení, to jsme cvičili všichni společně. Měla jsem individuální cvičení. Fyzioterapeutka se mnou cvičila, měla jsem nohy na balonu a zvedala je, přitahovala jsem paty a špičky.

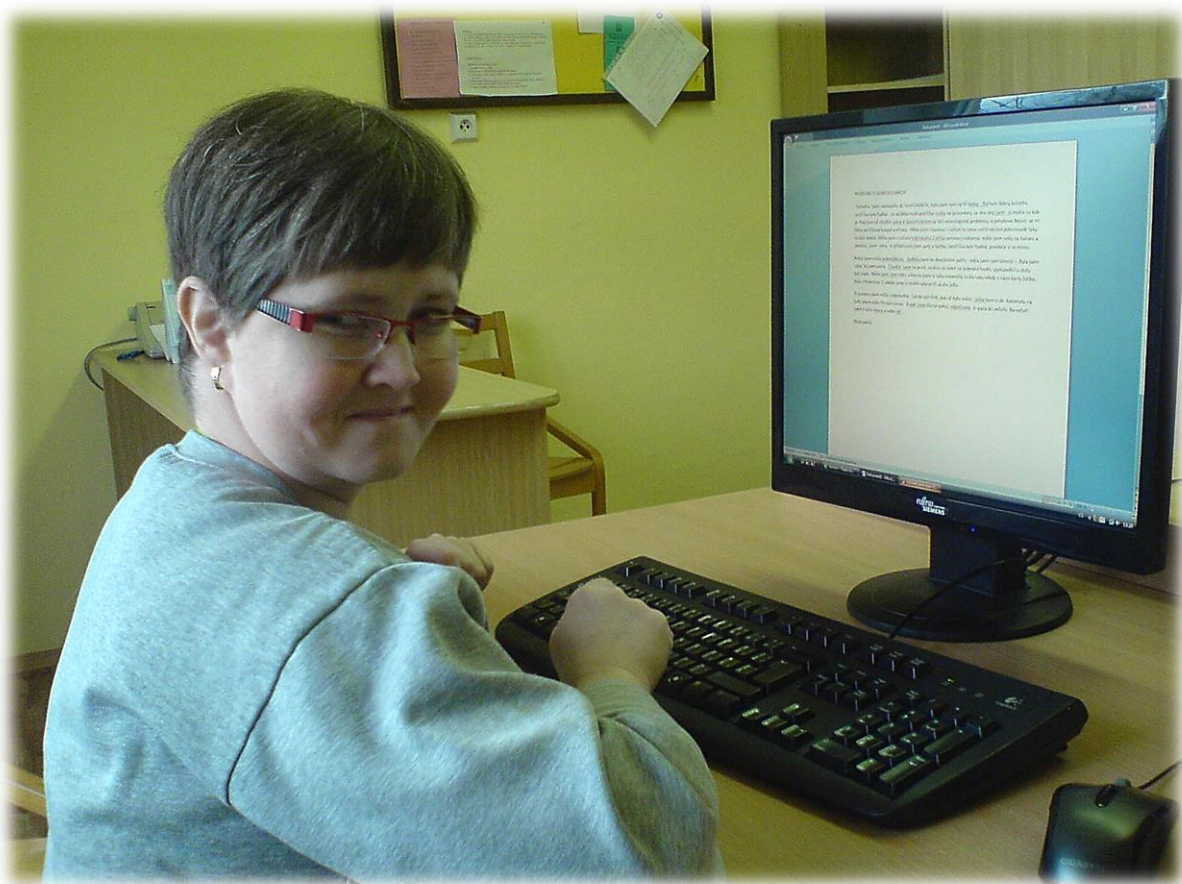
Bydlela jsem ve dvanáctém patře, měla jsem tam i televizi, byla jsem ráda, že jsem sama na pokoji. U stolu v jídelně byla dobrá parta - měla jsem tam Jitku, s kterou jsem si rozuměla. Hrála někdy s námi žolíka, byla z Hodonína. Jídlo bylo výborné, mohli jsme si vybírat ze tří druhů. Procedury jsem měla i odpoledne. Tak do půl třetí, pak už bylo volno. Denně jsem do automatu chodila na kafe, které stálo čtrnáct korun. Pak jsem šla na

pokoj a spala do večere. Na večeri jsem si dala ovoce nebo sýr. Moje parta byla skvělá - byli v ní dva chlapi, na vozíku Lešek a Jiřík a dvě ženy. Taky jsem v neděli a v úterý s nimi chodila na tanečky, hrála tam živá hudba. Při tanci jsem se seznámila se skvělou Martou. Tančily jsme spolu, hodně se mi líbilo, jak juchala při tanci. Jsem hodně společenská, mám ráda humor, veselé lidi, zábavu a tanec. Zkusila jsem i lymfodrenáž.

V cukrárně měli dobré zákusky, ale ty jsem si dávala, když přijeli mamka s taťkou na návštěvu a na kafe. Byla jsem na procházce se známou. Moc dobře se nám povídalo, byly jsme v Kauflandu nakupovat. Neděle se trochu vlekla, nebyly procedury, tak jsem se dívala na televizi, četla knížku o Heleně Vondráčkové. Vždy v neděli mně navštěvovali rodiče. Prošli jsme si areál lázní. Celkově se mi v lázních moc líbilo, za dva roky, když to vyjde, jela bych ráda znovu.

ADÉLA SADÍLKOVÁ

klientka Centra pracovní činnosti
(na snímku dole)



Zdařilá ochutnávka perníkových koláčků aneb Jak jsme si užili jejich pečení

V březnu letošního roku se v Domově Třebovice odehrálo velké pečení perníkových koláčků.

V rámci volnočasových aktivit jsme se s klienty domluvili, že si upečeme něco dobrého na zub. A tak začali naši klienti postupně přicházet po malých skupinkách do aktivizační místnosti, kde pro ně byly k dispozici suroviny určené k přípravě a následnému pečení perníků.

Přinášeli si s sebou nádoby a sami si dokonce dovezli i přenosnou elektrickou troubu. Každý z nich pak měl možnost si svůj perníček nejen namíchat z nachystané směsi a připravené vody, ale i naběračkou toto vláčné těsto přelit do předem připravených papírových formiček, upéci a následně ozdobit barevnou



cukrovou polevou a uložit do vlastnoručně sestavených krabiček.

Vůně hotových perníkových koláčků, linoucí se domovem, postupně přivábila také ty klienty, kterým se pečení zpočátku moc nezamlouvalo. Tu s větší, tu s menší pomocí pracovnice nebo i zcela samostatně, si tak mnozí na vlastní kůži vyzkoušeli práci pekaře a cukráře.

Odměnou za ni pak bylo pro všechny ochutnání vlastnoručně vyrobeného perníku u tolik oblíbené odpolední kávičky, třeba i ve společnosti příbuzných, s nimiž se podělili nejen o zážitky z dopolední činnosti, ale také o napečené dobroty.

Zájem zúčastněných opakovat tuto akci, dává tušit, že se už brzy mohou klienti našeho domova těšit na další podobnou aktivitu.

Text a foto: **BRONISLAVA HONYSZOVÁ**
Domov Třebovice



*Vlastnoručně upečené
perníčky chutnaly nejlépe...*

Na večeři v centru Ostravy

Kdo zná pizzerii Opatia v centru Ostravy, ten nám dá určitě zapravdu, že tam dělají naprosto skvělou pizzu. My, klienti Domova na Liščině, jsme si ji vybrali nejen proto, že je tak dobrá, ale můžeme se i poučit, jak se vlastně taková pizza dělá. A tak jsme se společně domluvili a 22. února jsme se vypravili na společnou večeři do této pizzerie.

V Opatii nás přivítal obsluhující personál a usadil nás k předem rezervovanému stolu. Vybrali jsme si večeři a nápoje a při poslechu příjemné hudby jsme sledovali přípravu pizzy. Byla velice chutná a ten, kdo pizze odolal a objednal si těstoviny, byl také spokojen.

Co jsme nestačili sníst v restauraci, to jsme si odnesli domů. Byl to pro nás skvělý zážitek a rádi bychom touto cestou poděkovali pracovníkům, kteří nás doprovázeli a společnou večeři v pizzerii pro nás zařídili.

Uživatelé domácnosti D2 Domova na Liščině
Text upravila Kateřina Hejduková



Klienti Domova na Liščině na večeři v pizzerii Opatia v centru Ostravy.



Maruška Horváthová „Nejlepším hendikepovaným sportovcem roku“!

Statutární město Ostrava vyhlásilo 5. dubna letošního roku nejlepší sportovce roku 2015. Mezi nominovanými sportovci na udělení tohoto prestižního ocenění byla také naše klientka – stolní tenistka Marie Horváthová z Podporovaného samostatného bydlení Čtyřlístku. Na základě nominací udělilo statutární město Ostrava celkem pět ocenění pro nejlepší sportovce loňského roku. Cenu Nejlepší sportovec roku získala ostravská plavkyně Barbora Zavadová, cenu Nejlepší sportovní kolektiv roku obdrželo družství žen Klubu plaveckých sportů Ostrava, Nejlepším sportovním talentem roku se stala golfistka Park Golf Clubu Ostrava Hana Ryšková, ocenění Nejlepší hendikepovaný sportovec roku získala naše Marie Horváthová a do síně slávy ostravského sportu byl in memoriam uveden jako sportovní legenda ostravský volejbalista a



ostravský volejbalista a
trenér Jaroslav Tomáš.

Ocenění Nejlepší hendikepovaný sportovec roku obdržela Marie Horváthová z rukou náměstka primátora města Ostravy Ing. Martina Štěpánka, Ph.D. při slavnostním udělení cen Sportovec roku 2015 na ostravské radnici. Mezi prvními gratulanty byl i ředitel naší organizace, PhDr. Svatopluk Aniol.



Vlevo – pan ředitel PhDr. Svatopluk Aniol s Maruškou Horváthovou jako jeden z prvních gratulantů...

Marie Horváthová hraje stolní tenis od svých čtrnácti let. Již v roce 1999 reprezentovala Českou republiku na X. světových letních hrách Speciálních olympiád sportovců s mentálním postižením v USA, kde vybojovala zlatou medaili ve čtyřhře žen a stříbrnou medaili ve smíšené čtyřhře, jako jednotlivec se umístila v obrovské mezinárodní konkurenci na skvělém 4. místě. V roce 2002 se stala mistryní Moravy a Slezska ve stolním tenisu mentálně postižených sportovců, dalším vynikajícím úspěchem této sportovkyně byla v roce 2013 její účast na Mistrovství Evropy ve stolním tenisu ve španělském Ontiniente, odkud si přivezla bronzovou medaili. V roce 2014 přivezla zlato za čtyřhru žen



a stříbro za dvouhru z Mistrovství České republiky ve stolním tenisu v Hradci Králové a stala se opět absolutní vítězkou na Mistrovství Severní Moravy a Slezska, které se konalo ve Zlíně. Je to však jen zlomek výčtu úspěchů, kterých naše Maruška během své sportovní dráhy dosáhla. Každoročně se umísťuje také mezi nejlepšími sportovci v krajských turnajích ve stolním tenisu, pořádaných jak naší organizací, tak Společností pro pomoc lidem s mentálním postižením.

V loňském roce se stala Maruška Horváthová absolutní vítězkou Mistrovství Severní

Moravy a Slezska, pořádaného Českým svazem mentálně postižených sportovců ve Šternberku, dvě druhá místa obsadila na Mistrovství České republiky ve stolním tenisu v Hradci Králové a absolutní vítězství – zlatou medaili - přivezla z Mezinárodního utkání ve stolním tenisu v Linci v Rakousku, kde obstála v silné mezinárodní konkurenci z celého světa.

Marie Horváthová si ocenění Nejlepší hendikepovaný sportovec roku plně zasloužila a patří jí upřímná gratulace. V historii Čtyřlístku je vedle našeho bývalého klienta Jana Kubíka již druhým sportovcem, který dosáhl tohoto úspěchu.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**



Šťastná Maruška Horváthová s paní Andreou Řeháčkovou, pracovnící v sociálních službách Podporovaného samostatného bydlení a symbolickým šekem, spojeným s oceněním Sportovec roku.



Den na monoski ve Ski areálu Rališka

První letošní březnová sobota patřila výletu našich klientů do Beskyd na dnes již tradiční zimní akci „DNY NA MONOSKI“, pořádanou Newman School, Ski Fanatic a Centrem APA. Už třetím rokem jsme dostali pozvánku do ski areálu Rališka v Horní Bečvě, kde si každý účastník mohl vyzkoušet zcela zdarma jízdu na monoski pod dohledem licencovaných instruktorů.

Pepík Žaloudík z našeho Domova Barevný svět a Dominik Herák z Domova Jandova už s tímto sportem měli zkušenost, věděli, co mohou očekávat, ale ostatní zde byli poprvé. Zrána foukal ostrý vítr a už při usazování klientů do skořepinek jsme se choulili do kapucí. Instruktoři měli ještě hodně sil, takže uvezli i Tomáše Tancoše, Míšu Horákovou i Veroniku Kurkovou. Komentáře Simony Majorošové „Nespadni, nespadni“ rozesmály všechny kolem. Komu se jízda líbila, mohl jet i vícekrát. Dominik už jezdil i se stabilizátory (malé lyže v rukách) a napomáhal instruktorovi

plynule zvládat slalom. Veronika se s nimi seznámila jen při první jízdě.

Odpoledne už svítilo sluníčko a my se zapojili do soutěží, her i tance na sněhu. Byl to pestrý den, na který budeme ještě dlouho vzpomínat.

Bc. DAGMAR DROBÍKOVÁ
Domov Barevný svět

Mnohým účastníkům Dne na monoski v beskydském ski areálu Rališka přinesl tento den spoustu nezapomenutelných zážitků...



NAŠI ODBORÁŘI SOUTĚŽILI

Pomalu se stává tradicí, že odborová organizace Čtyřlístku připravuje pro své zaměstnance nejen sportovní turnaj v odbíjené, který bývá na podzim, ale také jarní turnaj ve stolním tenisu. Ten letošní se uskutečnil 22. března v tělocvičně Domova Barevný svět. V kategorii žen nakonec suverénně zvítězily reprezentantky Domova Barevný svět, přičemž první a druhé místo na stupních vítězů připadlo Gabriele Rokytové a Zdence Dedkové, jako třetí skončila Tereza Horváthová. Vítězem v kategorii mužů se stal Aleš Turlej z naší údržby, druhé místo vybojoval jeho kolega Josef Kovář a pomyslná bronzová medaile připadla Jiřímu Truplovi z Domova Jandova. Děkujeme všem účastníkům za skvělé sportovní výkony a vítězům blahopřejeme!

Za výbor: **Bc. DAGMAR DROBÍKOVÁ**



JUBILANTI



Krásné narozeniny!

V sobotu 27. února oslavily dvě klientky Domova na Liščině - Anička a Věrka - významné životní jubileum. Pracovníci domova připravili oběma jubilujícím sestrám krásné narozeniny, které společně oslavily se svými přáteli a kamarády. K dobré náladě přispěla i paní Libuška Gajdová, jež sestrám zahrála na klávesy, a společně si pak všichni zazpívali i zatančili. Takže ještě jednou: VŠE NEJLEPŠÍ, ANIČKO A VĚRKO!

NAŠI JUBILANTI

V tomto čtvrtletí oslaví řada našich spolupracovníků významná životní jubilea. Významné kulatiny bude slavit 20. dubna paní **Dagmar Jurčíšínová** z Domova Hladnovská a 21. dubna paní **Antónia Marchevková** z Domova na Liščině, půlkulatiny pak 30. dubna paní **Věra Fabianová** z Domova Jandova, 3. dubna paní **Alžbětka Didíková** z Domova na Liščině, 23. dubna paní **Bc. Milada Tomešová**, vedoucí Domova na Liščině, 13. května paní **Alena Klajbanová** z Domova Třebovice a



další významné kulatiny oslaví 19. června paní **Šárka Klimšová** z Domova Barevný svět a 4. června paní **Anna Pondělová** ze stravovacího provozu Domova Barevný svět. Další jubilantkou bude 23. června paní **Zdeňka Rebilasová** z Domova Barevný svět. Všem našim oslavenkyním upřímně gratulujeme a přejeme hodně zdraví a radosti do dalších let!

Redakce

VÍTÁME MEZI NÁMI!

V období od ledna do konce března letošního roku jsme mezi sebou přivítali šestnáct nových kolegů a kolegyň. Do Domova Barevný svět nastoupili jako pracovníci v sociálních službách paní **Jana Hellerová**, paní **Marcela Nosiadková**, paní **Marcela Šlachtová** a pan **Petr Dvořák**, řady zaměstnanců Domova Třebovice posílily všeobecné sestry - paní **Mgr. Hana Chalupová** a paní **Alena Klabajová** a pracovnice v sociálních službách - paní **Andrea Fedorová**, paní **Pavla Němcová**, paní **Radka Rozsypalová** a paní **Miroslava Surovcová**. Do Chráněného bydlení v Třebovicích nastoupila nově paní **Vladimíra Dohnalová**. V Domově na Liščině mezi sebou přivítali novou kolegyni, paní **Ivanu Vránovou**. Na správu organizace nastoupila jako nová ekonomka paní **Ing. Karla Pajurková** a jako nový správce operačního systému a vedoucí ICP u nás začal pracovat pan **Ing. Roman Rybický**. Řady kuchařů stravovacího provozu Domova Barevný svět posílil pan **Filip Tomeček** a oddělení údržby pánové **Josef Kovář** a **Oldřich Prudel**. Všem novým kolegyním a kolegům přejeme na nových pracovištích mnoho úspěchů a spokojenosti.

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 1., ročník IX. Náklad: 40 kusů. Neprodejné. **Zodpovědný redaktor:** Mgr. Bohdana Rywíková. **Redakční rada:** PhDr. Svatopluk Aniol, Ing. Lucie Blahutová, Ing. Monika Šlahorková, Bc. Lukáš Křupala. Příští číslo vyjde v červnu 2016. **Časopis Zrcadlo v tištěné podobě nelze šířit mimo jednotlivá zařízení vydavatele, pořizovat kopie časopisu nebo jej předávat jiným osobám.**

Odboráři zvou: Pojeďte s námi do vodního ráje Bešeňová!



NA JEDNODENNÍ ZÁJEZD DO NÁDHERNÉHO PROSTŘEDÍ VODNÍHO RÁJE GINO PARADISE BEŠEŇOVÁ V SOBOTU 7. 5. 2016 ZVE ČLENY I NEČLENY ZÁKLADNÍ ORGANIZACE ODBOROVÉHO SVAZU ZDRAVOTNICTVÍ A SOCIÁLNÍ PÉČE ČESKÉ REPUBLIKY – ČTYŘLÍSTEK OSTRAVA. CENA ZÁJEZDU VČETNĚ VSTUPENKY ČINÍ 100 KORUN PRO ODBORÁŘE A 300 KORUN PRO OSTATNÍ ZAMĚSTNANCE. PŘIHLÁSIT SE MŮŽETE IHNED U JEDNOTLIVÝCH ÚSEKOVÝCH DŮVĚRNÍKŮ, NEJPOZDĚJI VŠAK DO 29. DUBNA LETOŠNÍHO ROKU.