



ZRCADLO

**Čtvrtletník Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením
Ostrava, příspěvkové organizace, ročník I., číslo 3., září 2008**

**Z návštěvy u našich
zahraničních partnerů**

DEN RODIN V POLSKU

**JIŽ ČTVRTÝM ROKEM TRVÁ
VÝMĚNNÁ SPOLUPRÁCE MEZI
OSTRAVSKÝM ČTYŘLÍSTKEM –
CENTREM PRO OSOBY SE
ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM A
JEHO PARTNERSKOU
ORGANIZACÍ V POLSKU –
POWIATOWYM DOMEM POMOCY
SPOŁECZNEJ V POGÓRZE.**

Jednou z pravidelných událostí, na něž jsou zváni do Polska také naši klienti, patří „Den rodin“ – významná kulturně společenská akce, na niž se do Pogórze každoročně na počátku září sjíždějí jak rodinní příslušníci klientek Powiatowego Domu Pomocy Społecznej, tak významní představitelé okresu Czieszyn a města Skoczowa. K hezkým tradicím tohoto dne patří



od počátku naší spolupráce s partnerskou organizací v Pogórze i to, že naši klienti spolu se svými hosty přispívají ke kulturnímu programu setkání rodin. Letos se událost nesla díky klientům z Domova na Liščině, pod vedením paní Libuše Gajdové, ve znamení mexických rytmů, jež dobře

doplňovali v country stylu tanečníci z porubského Hazard Country Clubu, které jsme letos přivezli do Polska jako hosty českého programu. Výkony všech účinkujících byly přijaty vřelým potleskem publika ve sluncem zalitým hledišti zahradního areálu v Pogórze. Od počátku jsme nasadili vysokou laťku svých vystoupení a věříme, že ji udržíme i v letech následujících. Při této příležitosti jsme však i my mohli obdivovat novinky, jimiž se na oplátku pochlubili naši polští partneři v Pogórze: rozhodně mezi ně patřila nově rekonstruovaná část rehabilitačního oddělení s vlastní saunou, parní lázní a nejmodernější masáží vanou pro vodoléčbu. Této části Powiatowego Domu mohou využívat jak klientky, tak ve volném čase i zaměstnanci domova....

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

NOMINACE ČTYŘLÍSTKU NA CENU „KŘIŠŤÁLOVÝ KAMÍNEK“

Každoročně jsou v rámci Evropských dnů handicapu v Ostravě udělovány Asociací Trigon ocenění Křišťálový kamínek v kategorii „Ocenění osobnosti za dlouhodobou práci a mimořádné výsledky ve prospěch osob s handicapem“ a „Ocenění osobnosti s handicapem za mimořádný čin nebo aktivitu“. V loňské roce obdržela tuto cenu, mimo jiné i naše klientka – Jarmila Kunderová – za mimořádné sportovní výkony, kterých dlouhodobě dosahuje ve stolním tenisu a jimiž reprezentuje Českou republiku i v zahraničí. Také letos vzešly z řad zaměstnanců a klientů nominace osobností Čtyřlístku, které by si toto ocenění zasloužily. Kdo z nich nakonec „Křišťálový kamínek“ skutečně obdrží, to se rozhodne na slavnostním večeru Evropských dnů handicapu „Rozumíme si“ 8. října 2008 v divadelním sále Domu kultury Vítkovic. A zde jsou naši knadidáti na toto ocenění:



PATRICIE BALÁŽOVÁ

klientka Domova Barevný svět

Patricie Balážová, klientka Čtyřlístku, je dlouholetou členkou dramatického souboru Domova Barevný svět. Hrála v několika inscenacích připravených tímto souborem, např. Jak to všechno začalo, v muzikálu Zeptejte se Matěje aneb Co děd Vševěd nevěděl, Sněhurka, Duhové království a v dalších pohádkových improvizacích na známá témata. Naše „Babetka“ – Patricie - přistupuje vždy velmi zodpovědně a poctivě ke každému úkolu, který před ní stojí a svými připomínkami a nápady se aktivně podílí na přípravách každé inscenace. Svou milou povahou dovede velmi příznivě ovlivnit všechny spoluhráče, jimž pomáhá s učením textů, sháněním písniček do inscenací a povzbuzením vždy, kdy je toho třeba. Veřejné vystupování ji velmi baví a chtěla by se mu věnovat i v dalších letech. Je doslova sluníčkem a hlavní hvězdou našeho malého divadelního souboru...

VÁCLAV BENEDÍK **dobrovolný pracovník**

Pan Václav Benedík je již dlouhou řadu let jedním z nejobětavějších dobrovolníků spolupracujících se Čtyřlístkem – centrem pro osoby se zdravotním postižením Ostrava. V minulosti často docházel vypomáhat s drobnými opravami lidem s handicapem, kteří žijí v podporovaném bydlení Čtyřlístku. Stovky a tisíce hodin svého volného času však věnoval dětem a dospělým s mentálním postižením, které přivedl ke sportu, zejména ke stolnímu tenisu. Ve Čtyřlístku vchoval řadu vynikajících sportovců, kteří dnes už patří nejen k evropské, ale světové špičce sportovců s mentálním postižením. Z jeho iniciativy vzešel před třinácti lety Vánoční turnaj ve stolním tenisu, který se stal velmi prestižní sportovní událostí, přesahující nejen hranice regionu, ale i České republiky. S velkým osobním nasazením mnoho let, ve spolupráci se svou manželkou Luisou, se synem a dalšími dobrovolníky ze Sdružení pro pomoc mentálně postiženým, zajišťoval organizaci turnaje. Také díky jeho nadšení a vytrvalosti získal tento sportovní turnaj své pevné místo v široké paletě dění Čtyřlístku a jak pevně věříme, také stejně nadšené pokračovatele v jeho obětavé dobrovolnické práci.



TÁŇA JÓNÁŠOVÁ

klientka Centra pracovní výchovy

Tánička Jónášová je jemná a citlivá dívka, vnímavá a kamarádká, velmi oblíbená v kolektivu klientů i zaměstnanců Centra pracovní výchovy. Ostatní klienti jsou k ní pozorní, pomáhají jí při zvládnutí jejího fyzického handicapu. Od září roku 2005 navštěvuje denní stacionář Centrum pracovní výchovy v Ostravě – Vítkovicích. Je členkou kulturního souboru Notička, v němž moderuje, recituje i zpívá. Jako vypravěčka vystupuje také s divadelním souborem Centra pracovní výchovy. Dosáhla řady úspěchů: v loňském roce účinkovala v prestižním koncertním projektu Všechny barvy duhy, kde se představila písní Hany Zagorové Mys dobrých nadějí, získala také dvě druhá místa na 17. ročníku městské soutěže ve zpěvu lidových písní Skřivánek 2007 v Ostravě a na 13. ročníku recitační soutěže studentů středních škol Šavrdův pohár.



Mgr. VLASTA POLOVÁ
vedoucí Stacionáře Třebovice

V říjnu roku 1992 se stala vedoucí tehdejšího Denního a týdenního pobytu pro děti a mládež v Ostravě – Třebovicích paní Mgr. Vlasta Polová. Dnes je toto zařízení, Stacionář Třebovice, součástí Čtyřlístku. Od samého počátku svého působení ve funkci vedoucí tohoto zařízení, se paní Polová věnovala intenzivnímu rozvoji sportovních aktivit klientů, jako motivujícího prvku k podpoře jejich sebedůvěry, vytrvalosti a celkovému rozvoji osobnosti. Právě díky ní se klienti brzy zapojili do Českého hnutí speciálních olympiád, vznikl zde sportovní klub „Medvědi“. Pod vedením paní Polové se v Třebovicích začalo se stolním tenisem a lehkou atletikou, později také se sjednocenou kopanou a přehazovanou, přizpůsobenými sporty a boccou. Za její velké podpory absolvovala řada zaměstnanců zařízení kurzy instruktorů a později i trenérů v jednotlivých sportovních odvětvích. Právě přizpůsobené sporty se staly hlavní motivací pro pravidelné pořádání „Třebovicke olympiády v přizpůsobených sportech“, jejíž VI. a VII. ročník se již uskutečnily i s mezinárodní účastí.

V loňském roce se kompletní tým klubu „Medvědi“ a dalších sportovců Čtyřlístku zúčastnil pod vedením paní Polové světových letních her Speciálních olympiád v Šanghaji, odkud přivezl celkem pět medailí. „Když můžeš, tak musíš!“ bylo vždy motivující heslo paní Polové, které je možné aplikovat prakticky ve všech širokých oblastech aktivit klientů Stacionáře Třebovice, a jehož sportovní duch našel uplatnění i v každodenním konání zaměstnanců tohoto zařízení.



Ing. TAMARA ŠELIGOVÁ
ředitelka organizace

Od roku 1997, kdy byla paní ing. Tamara Šeligová jmenována do funkce ředitelky Čtyřlístku, došlo k zásadní přeměně této organizace, která se velmi kladně odrazila i ve spokojenosti jejích klientů. Například v jednom ze zařízení Čtyřlístku – v Domově na Liščině, došlo k výraznému rozšíření nabídky činností pro klienty v oblastech, které rozvíjejí jejich myšlení a osobnost. Vznikl zde prostor pro muzikoterapii, jež se stala jednou z velmi oblíbených možností relaxace a uplatnění muzikálních schopností klientů, byla vybudována místnost pro multismyslovou terapii snoezelen, která dokáže zklidnit nebo naopak mobilizovat mysl. Součástí každodenní péče paní ing. Šeligové o spokojenost klientů je i snaha vyhledávat nové možnosti ke zlepšení jejich životního komfortu – pohodlnějšího bydlení a většího soukromí.

Návrh na ocenění mnohaleté práce paní ing. Tamary Šeligové inicioval jeden z klientů Domova na Liščině, pan Jiří Mucha, který s nadšením přijal fakt, že díky úpravám prostor domova, může nyní bydlet v pohodlí svého nového, dvoulůžkového pokoje.



JANA WICHOVÁ
pracovnice sociální péče Centra pracovní výchovy

Paní Jana Wichová pracuje ve Čtyřlístku od listopadu roku 1991. Do roku 2004 působila v Domově Barevný svět, nyní se věnuje svému poslání v Centru pracovní výchovy v Ostravě – Vítkovicích, kde pracuje s klienty v dílně „Ferdý mravence“, které vede k získávání soběstačnosti v domácnosti i ve společnosti. S nevšedním nasazením pracuje také se členy kulturního souboru Notička, v němž s klienty nacvičuje různá pěvecká a recitační pásma. V této oblasti společně dosáhli mnoha úspěchů v nejrůznějších soutěžích a se souborem Notička často vystupují i mimo zařízení Čtyřlístku. Svou obětavostí a spolehlivostí si paní Wichová získala velkou důvěru a oblibu nejen mezi klienty a jejich rodiči, ale i v řadách svých spolupracovníků.

Odborná porota Asociace Trigon z nominovaných osobností přisoudila cenu Křišťálový kámen za rok 2008 paní Mgr. Vlastě Polové, vedoucí Stacionáře Třebovice a slečně Táně Jónášové – klientce Centra pracovní výchovy v Ostravě – Vítkovicích. Oběma oceněným dámám GRATULUJEME!

FOLKLOR BEZ HRANIC OPĚT NAŠÍM HOSTEM



Kvrcholným událostem léta patří již řadu let v naší organizaci hostování účastníků Festivalu městských folklorních souborů s mezinárodní účastí – Folklor bez hranic. Jeho pořadatelé, jímž jsou Společnost pro kulturu a umění v Ostravě spolu se Souborem lidových písní a tanců Hlubina, počítají již při jeho přípravě s pořádáním jednoho z koncertů také pro naše klienty. Díky tomu jsme mohli i v letos 12. srpna zahrnout nadšenými ovacemi dva zahraniční soubory, které k nám do Čtyřlístku zavítaly: ruskému folklornímu pěveckému souboru Kazačia Pesnia z městečka Petrovskij v Čeljabinské oblasti a slovenskému folklornímu souboru Skorušina z oravské obce Liesek. Moc se nám líbily krásné kozácké písně a tance, které nám z daleka přivezl soubor Kazačia Pesnia. Ve

svém repertoáru má více než 150 ruských lidových i autorských písní. Soubor tvoří věkově různorodá skupina výborných zpěváků i muzikantů z řad studentů a příslušníků nejrůznějších pracovních profesí. S nadšením jsme tleskali také skvělým zpěvákům a tanečnicím ze Slovenska - z Oravy, zejména těm nejmenším, kteří nezapřeli, že radost z lidové hudby a tance je doprovází doslova od kolébky... Ředitelka organizace, ing. Tamara Šeligová, na závěr poděkovala vedoucím obou hostujících souborů a vyjádřila naději, že se s nimi ve Čtyřlístku v budoucnosti možná opět setkáme.

Členové obou folklorních souborů si po vystoupení prohlédli také Domov Barevný svět, kde se zajímali o poskytované služby. Zejména na naše ruské hosty učinil Čtyřlístek velký dojem, Domov Barevný svět zapůsobil svou vysokou úrovní, vybaveností i službami, poskytovanými klientům. Hosté se vyjadřovali slovy obdivu a uznání nejen k širokému rozsahu služeb, ale také komfortu ubytování i sociálního zázemí, které jsme schopni klientům zajišťovat v našich zařízeních.

(rw)

Na snímcích:
Z vystoupení
členů folklorního
pěveckého
souboru
Kazačia Pesnia
a souboru
Skorušina ze
Slovenska
v tělocvičně
Domova
Barevný svět.



PŘIJELA K NÁM POUŤ!

Dětem a mládeži s handicapem věnovalo již popáté svou „Divadelní pouť bez bariér“ ostravské Divadlo loutek. Uskutečnila se ve dnech od 22. do 25. září letošního roku a překročila skutečné i pomyslné bariéry divadelního světa. Hrál se nejen na jevišti a ve zkušebnách Divadla loutek, ale i mimo ně – v ulicích města Ostravy, ve Fakultní nemocnici Ostrava, v Nemocnici Vítkovice, v Základní škole kapitána Vajdy v Ostravě – Zábřehu a také u nás, ve Čtyřlístku.

Na pozvání Divadla loutek Ostrava jsme v jeho foyer uspořádali výstavu sestavenou z výtvarných prací, které vznikly v kreativním ateliéru Domova na Liščině a v úterý 23. září jsme se zúčastnili slavnostního galaprogramu Děti dětem, v němž účinkovaly děti ze speciálních škol a klienti z nejrůznějších zařízení sociálních služeb z Ostravy a dalších míst

Moravskoslezského kraje. Náš Čtyřlístek přispěl do pestré kytice programové nabídky úspěšným nastudováním pohádky O Sněhurce v podání klientů Domova Barevný svět a pod režijním vedením paní

Aleny Pastrňákové. Svou bezprostředností i humorem sklídila pohádka zasloužený potlesk publika v zaplněném hledišti Divadla loutek. V programu se představila také Adélka Sadílková hrou na flétnu a dokázala, že má nejen literární nadání (viz další stránky tohoto vydání Zrcadla), ale také hudební talent, s nímž se rozhodně neztratila ani v těžké konkurenci účinkujících žáků ostravské Múziké školy...

V pestrobarevném mumraji, plném barev a pohybu, proměnili ve čtvrtek 25. září tělocvičnu Domova Barevný svět herci a klauni tří divadel: Divadla Mimotaurus z Prahy, Cirkusu LeGrando z Brna a Studia Dell'Arte z Českých Budějovic, kteří v rámci své „Divadelní pouti“ zavítali mezi naše klienty do Čtyřlístku. Více než dvě hodiny bylo

opravdu na co se dívat: hlavně klauni nedávali svým divákům vydechnout ani na chvíli: vedle chůze na chůdách stihli ještě žonglovat s barevnými kuželkami, jezdit na jednokolečkovém kole, nafukovat a rozdávat balónky a dělat si ze všeho legraci. Skoro všechno jsme si mohli vyzkoušet s nimi: vylézt na balón, skákat přes švihadlo, dělat hada a nebo okusit pocitu fakíra a ležet na hřebících. Bylo to náramné a fakt jsme se všichni výborně bavili. A to jsme ještě netušili, že navíc nás čekají ještě další překvapení...

Vedle klauniády Divadla Mimotaurus z Prahy a Cirkusu



LeGrando z Brna nám Studio Dell'Arte z Českých Budějovic připravilo ještě klasické loutkové představení „Dlouhý, Široký a Bystrozraký“. Dřevěné marionety, ale i „živi“ herci, kterým úspěšně asistovali naši klienti, nám zahráli známý pohádkový příběh. Krásné divadelní odpoledne jsme zakončili hudbou: našimi posledními hosty byli žáci Lidové školy umění v Rychvaldu. Zahráli nám spoustu hezkých lidových písniček, aby nám po pohádce se šťastným koncem bylo i trochu do zpěvu...



PŘED KONCERTEM „VŠECHNY BARVY DUHY II“

V těchto dnech vrcholí přípravy koncertu „Všechny barvy duhy II“, jehož tóny se rozezní ve čtvrtek 6. listopadu v 18.00 hodin v Divadle Antonína Dvořáka. Po mimořádném úspěchu loňského koncertu pod stejným názvem, který jsme uspořádali v Domě kultury města Ostravy ve spolupráci s Múžickou školou při Lidové konzervatoři se speciálním zaměřením na děti a mládež se zdravotním postižením v Ostravě-Mariánských Horách a agenturou Petarda Production, jsme se rozhodli tento projekt zopakovat i letos.



Po loňských zkušenostech, kdy stavební dispozice divadelního sálu Domu kultury města Ostravy představovaly často nepřekonatelné překážky, a kromě toho nabízely účinkujícím koncertu jen minimální zázemí, rozhodli jsme se oslovit ředitele Národního divadla moravskoslezského, Mgr. Ludka Golata, který vyšel vstříc našim požadavkům a nabídl nám možnost uspořádat koncert Všechny barvy duhy II v krásném prostředí Divadla Antonína Dvořáka, disponujícím navíc jak špičkovou technikou, tak potřebným zázemím pro účinkující, včetně bezbariérových přístupů.

Postupně nabírala obrysy také příprava samotného programu koncertu, nad nímž převzal záštitu primátor města Ostravy ing. Petr Kajnar, ve kterém se budou opět prolínat

vystoupení klientů Čtyřlístku a žáků Múžické školy s vystoupeními profesionálních umělců. Letos přijal pozvání na koncert Všechny barvy duhy II světoznámý tenorista Peter Dvorský, který však byl nucen před několika dny svou účast odřeknout, neboť byl jmenován předsedou odborné poroty mezinárodní pěvecké soutěže v Karlových Varech.



Pozvání na náš koncert přijala také „malá dáma s velkým hlasem“ **Věra Špinarová**, zpěvák a frontman známé ostravské kapely Buty - **Radek Pastrňák**, entertainer a pianista **Richard Pogoda** a mladý hudebník a vynikající interpret hry na cimbál **Daniel Skála** (oba posledně jmenované hosty představujeme na následující stránce Zrcadla).

A jaký je smysl koncertu Všechny barvy duhy? Díky zkušenosti z prvního ročníku koncertu Všechny barvy duhy v roce 2007 se ukázalo, že prostřednictvím multižánrového koncertního projektu lze široké veřejnosti přiblížit jednu část světa dětí a dospělých se zdravotním handicapem a napomoci tak jejich integraci do společnosti. Program koncertu je opět koncipován tak, aby zahrnoval různé oblasti umění, různé žánry, v nichž

mohou lidé s postižením projevit svůj talent: hudbu a zpěv, balet (tanec), divadlo a výtvarné umění. Tento společný program nám všem nabízí příležitost ocenit úsilí postižených lidí při překonávání zdravotního handicapu a zároveň společenských bariér, které je stále ještě dělí od světa zdravých lidí. A kromě toho můžeme také dokázat, že i v odlišnosti je velká síla. Doprovodnou akcí koncertu Všechny barvy duhy II bude opět výstava výtvarných prací našich klientů v Galerii Thálie ve foyer Divadla Antonína Dvořáka Ostravy.

Na náš koncert, který se uskuteční díky finanční podpoře statutárního města Ostrava a Nadace OKD, jsou samozřejmě srdečně zváni jak klienti Čtyřlístku a jejich rodinní příslušníci, tak zaměstnanci a široká ostravská veřejnost. Vstupenky budou k zakoupení ve všech zařízeních Čtyřlístku a pro veřejnost také v předprodeji Národního divadla moravskoslezského, Čs. legií 148/41, v Ostravě.



BOHDANA RYWIKOVÁ

Na snímcích: Nahore – klienti z Domova na Liščině při svém loňském vystoupení na koncertu Všechny barvy duhy a portréty dvou letošních hostujících protagonistů koncertu: zpěvačky Věry Špinarové a zpěváka a muzikanta Radka Pastrňáka.

Představujeme hosty koncertu Všechny barvy duhy:

„ENTERTAINER“ RICHARD POGODA



Patří ke generaci, která vyrůstala a dozrávala v uměleckém kvasu 60. let minulého století. Jeho otec byl dlouholetým ředitelem Divadla hudby a Filmového klubu v Olomouci. Po maturitě na olomouckém gymnáziu v roce 1961 začal Richard Pogoda studovat na typografické škole v Praze a zároveň studoval klavír a dirigování u prof. Františka Preislera na konzervatoři v Olomouci.

Způsob práce a následná popularita pražských divadel malých scén ho přiměla k tomu, že se s přítelem Pavlem Dostálem v Olomouci pokusili o založení vlastní klubové scény, tzv. Divadla experimentu (DEX), které se záhy stalo velmi populárním nejen v Olomouci, ale v celé republice. V jeho prostorách začali svou kariéru Karel Kryl, Jaroslav Hutka, Hana Ulrychová aj. Autorská dvojice Dostál-Pogoda se záhy prosadila i v olomouckém Studiu, kde působili i Jan Kanyza, Hana Maciuchová a Petr Novotný. Studio od roku 1966 uvedlo na prknech Moravského divadla v Olomouci deset původních muzikálů, z nichž jsou dodnes hrané Výtečníci, Princ a chudšas či Gaudeamus igitur. V době normalizace, kdy se pozdější ministr kultury Pavel Dostál živil jako jeřábník, se Richard Pogoda stal diskžokejem a (pod jinými jmény) spolupracovali dál s amatérskými i profesionálními soubory v celé republice. Inscenovali také hry V+W na profesionálních jevištích.

V té době se oba přátelili s Miroslavem Horníčkem.

Richard Pogoda zkomponoval hudbu k jeho hře Tvrdák a od konce 80. let se stal (až do jeho odchodu v roce 2003) doprovodným pianistou a jevištním kolegou v představení HOVORY H O V+W. S kolegou Dostálem upravili Horníčkovu hru Dva na smetišti, kterou má v současné době na repertoáru Divadlo Radka Brzobohatého. Od začátku své umělecké kariéry se Richard Pogoda věnoval pořadům pro mládež. Od r. 1982 let až do dnešní doby vyprodukovala jeho agentura dva tucty autorských pořadů, kde zúročil svou dlouholetou praxi pianisty a hudebního redaktora. Už dvacet let uvádí koncerty Moravské filharmonie pro mládež, píše komentáře a recenze k albům jazzové a swingové hudby a od roku 1990 pracuje jako hudební redaktor a moderátor ve studiích Českého rozhlasu (Kofení života, Utěšování, Jazzoviny). Sám svoje pořady charakterizuje jako Pianothéky, které by měly bavit lidi od čtyř do sta let. Čas od času do svých pořadů pěvecky zapojuje i svou dceru, herečku Sandru Pogodovou (na snímku vpravo ze společného vystoupení), která se zapsala do srdcí diváků díky úspěšnému televiznímu seriálu „Křehké vztahy“. Richard Pogoda se označuje za „entertainera“ (a pianistu), což ve volném překladu znamená, že je především zábavním umělcem a bavičem. Miroslav Horníček však svého času pojmenoval činnost dlouholetého přítele Richarda Pogody zcela výstižným sloganem: POGODA = POHODA.



DANIEL SKÁLA: MISTR STRUN



Daniel Skála je ostravským rodákem (19. 7. 1981) a hře na cimbál se věnuje od svých sedmi let. Po začátcích na ZUŠ v Ostravě - Porubě se jeho hudebního talentu ujala na Kroměřížské konzervatoři profesorka Růžena Děcká, jedna z předních pedagogických osobností v tomto oboru. Poté pokračoval Daniel Skála ve studiu na prestižní Lisztově akademii v Budapešti u další výrazné pedagogické a hráčské osobnosti - Ilony Szeverényi. Kromě studia hry na cimbál se Daniel Skála věnuje také hudební kompozici a sbormistrovství. Zúčastnil se mnoha interpretačních soutěží u nás i v zahraničí, z nichž je třeba jmenovat především čtyřnásobné prvenství v mezinárodní soutěži ve Valašském Meziříčí (1997-2003), která je jednou z nejprestižnějších soutěží svého druhu na světě, a několik zvláštních ocenění poroty. V roce 2004 získal také ocenění nezávislé poroty za nejlepší interpretační výkon na mezinárodním hudebním festivalu „Mladé pódium“ v Karlových Varech. Jako interpret se věnuje hudbě od baroka po současnost, přičemž dává přednost interpretaci originální literatury právě těchto dvou zmíněných období. Vystupuje pravidelně na koncertech a festivalech u nás i v zahraničí, a to jak sólově, v komorním obsazení (z nichž vystupuje do popředí spolupráce s Kubínovým kvartetem), tak i s komorními a symfonickými orchestry (Janáčkova komorní filharmonie, Musica Figuralis, Janáčkova filharmonie aj.). Jeho

snahou je především prosazovat cimbál jako koncertní nástroj klasické hudby a prosadit jej také jako obor na vysokých školách v České republice. Dlužno ještě podotknout, že v současné době je Daniel Skála nejen aktivním hráčem na cimbál, ale také pedagogem Janáčkovy konzervatoře a gymnázia v Ostravě.



„LÉČBA“ HUDBOU NA ZPŮSOB LIBUŠE GAJDOVÉ

Mezi účinkujícími letošního koncertu Všechny barvy duhy II rozhodně nebude chybět ani desetičlenná skupina klientů z Domova na Liščině, kteří pod vedením paní Libuše Gajdové již nejednou při různých příležitostech přesvědčili publikum, jakou radost vlévá do lidských srdcí „terapie hudbou“. Paní Gajdová se věnuje muzikoterapii s klienty již několik let a dosáhla přitom pozoruhodných výsledků, které rozhodně stojí za pozornost. Proč? Posuďte sami...



■ Co všechno vlastně obsahuje slovo „muzikoterapie“?

Slovo „muzikoterapie“ je odvozeno ze slov „muzika“ – hudba a „terapie“ – léčení, neboli léčení hudbou. Snažíme se klienty vtáhnout do atmosféry hudby, různých hudebních žánrů, aby je provokovala k seberalizaci. Aby hudbu nevnímali pouze jako předmět poslechu, ale aktivní příležitost s možností zapojení různých hudebních nástrojů, které jsou jim dostupné: žestě, „rumbakoule“, různá chřestítka, dřívka, činely, bubínky, zvonky, tamburiny... Zkrátka všechny tzv. „Orfovy“ nástroje. Některé nástroje si vyrábíme i sami třeba z pet lahví, mohou jimi být obyčejné kuchyňské lžíce anebo vařečky. Při muzikoterapii se klienti učí, že zvuk se dá vyloudit téměř z čehokoliv a klidně si k tomu mohou podupávat nohou, aby si uvědomili rytmus.

Šest lidí z našeho nevelkého souboru hraje i na zobcovou flétnu. Postupně se seznamují s hudebním nástrojem, učí se tvořit tóny a po delší době už zahrají jednoduchou písničku. Dokáží správně dýchat, vytvořit melodii podle klavíru i podle rytmu v rámci nonverbální komunikace. Využíváme i hru „na tělo“: tleskání, pleskání - dotýkání se těla na nohy, ruce, tváře. Využíváme i hlas, zpěv, který sem také patří. Klienti se seznamují s texty písní. Jsou to spíše lidové písničky, čímž se tříbí jejich paměť. A využíváme také dechové techniky. Pouštíme si samozřejmě také klasickou hudbu a v poslední době operetní melodie.

Muzikoterapie je i relaxační metodou, takže je nejen o soustředěnosti, ale také o uvolnění. Proto můžeme při muzikoterapii dělat nejrůznější uvolňovací cviky.

■ Jaký je mezi klienty Domova na Liščině zájem o muzikoterapii?

Pracuji s klienty kolektivně i individuálně, ale nikoho nenutím. Nabízím jim také jiné možnosti: dramaterapii nebo jen poslech. S každým jsem muzikoterapii vyzkoušela, ale některým klientům tato terapie nevyhovuje, mají raději třeba snoezelen, který je klidnější. Vždy musím vycházet z

jejich potřeb. Naopak jiní mají rádi dynamickou část muzikoterapie a pracovali by třeba celý den. Vytvořila se asi desetičlenná stálá skupina klientů, kteří se snaží sami si vybírat i hudbu. Mnohdy mohu říci, že jsem realizovala jejich nápady. Vždy se velmi těší na veřejnou prezentaci, jako třeba Monika Horáková a další klienti. Je to pro ně nejen způsob seberealizace, ale i uvolnění – zkrátka terapie. Do určité míry je to také možnost využití jejich schopností a kreativity. Vždy však musím přijít s něčím, co je zaujme.

■ Jak dlouho trvá cesta od nácviu prvních melodií až k veřejnému vystoupení?

Půl až třičtvrtě roku. Scházíme se podle potřeb uživatelů v malých skupinkách. Sjednotíme se na tom, co by který nástroj měl dělat a postupně se přidávají další. S novými klienty pracuji individuálně.

■ Čím ještě chcete překvapit své publikum v letošním roce?

Je to třeba nápad s pastelkami, už jsme pracovali i s gázou. Stále něco zkusíme a pak z toho něco vyjde. Nechávám klienty, aby se k novým nápadům vyjádřili a pak je to víc baví. Když vidí výsledky své práce těší to nejen je, ale i pro mne to má velkou cenu. Je to zpětná vazba, která mi dělá radost. Snad největší, až k slzám, přišla pro ně i pro mne loni, když jsme poprvé vystoupili na veřejnosti v Polsku v rámci Dne rodin... Nadšení a potlesk diváků představuje úžasnou satisfakci, ozvlášt', když si uvědomím, že například Jiří Motálek, který je členem naší skupiny, ještě před pár lety vůbec nechtěl na muzikoterapii docházet a teď je naprosto nadšený, že může hrát na bubny... Líbí se mi obrovské nadšení té desítky lidí, tvořící jádro souboru – Moniky Horákové, Františka Janetty, Jiřího Motálka, Zdeňka Přibyla, Emila Krause, Martina Procházky, Aničky Sznepkové, Marie Kubicové, Hany Pludrové, Emilky Balážové a Jiřího Muchy. Někdy spojujeme muziku s dramaterapií. Třeba si hrajeme na zrcadlo a podle rytmu kopírujeme zrcadlově pohyb. Často se dá díky muzikoterapii ovlivnit celkové chování, duševní i zdravotní stav klientů...

■ Na veřejnosti už vystupujete déle než rok. Jak vás lidé přijímají...?

Jak už jsem se zmínila, poprvé jsme na veřejnosti vystupovali loni v Polsku, v rámci kulturního programu Dne rodin v naší partnerské organizaci v Pogórze. Byly to „Rytmy“, které jsme později s velkým úspěchem uvedli i s jinými melodiemi na koncertu Všechny barvy duhy v Domě kultury města Ostravy. Pak přišla přehlídka divadelní tvorby Arénka, letos na jaře vystoupení v Národním divadle moravskoslezském v rámci doprovodného programu k projektu Kolotoč 2008, na Mezinárodním festivalu filmů o trvale udržitelném rozvoji TUR Ostrava, na Dni sociálních služeb „Lidé lidem“ a na sklonku letošního léta opět v Polsku. Vystupujeme samozřejmě při setkáních našich klientů s rodiči a opatrovníky. Všechna naše vystoupení jsou přijímána s nečekaně vřelým ohlasem.



■ Kolik let se muzikoterapii věnujete a co vám tato zkušenost dává?

V Domově na Liščině jsem už devět let. Dříve jsem pracovala jako vychovatelka ve skupině, později mi vedoucí zařízení, paní Karla Lapišová, nabídla možnost věnovat se pouze této speciální činnosti. Asi před čtyřmi lety jsme vybudovali místnost pro muzikoterapii. Já sama jsem prošla několika kurzy věnovanými muzikoterapii a dalšími speciálními, certifikovanými kurzy, kde jsem získala obrovské zkušenosti a znalosti a přihlásila se také ke studiu na Univerzitě Palackého v Olomouci. Tímto samostudiem jsem získávala širší znalosti a vědomosti, jež bohatě využívám v praxi; zejména je to využití djembelů (afrických bubnů), s nimiž mne seznámil PhDr. Luboš Holzer a které naše klienty velmi zaujaly. Hráli jsme dokonce ve skupině dvaadvaceti lidí – sama na sobě jsem si vyzkoušela sílu toho zvuku a uvolnění. Využívám také metodu MFT, především u lidí, kterým už tolik nevyhovují djemble. Tato metoda je spojena především s klavírem nebo jinými hudebními nástroji.

Už jsem mluvila o velké radosti nás všech, kterou nám muzikoterapie přináší. Nadšení samozřejmě nesmí opadnout po jednom vystoupení. Velmi důležitá je vzájemná spolupráce, aby se zvolená hudba líbila všem.

Za rozhovor poděkovala: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Na snímcích: Z veřejných vystoupení klientů Domova na Liščině



Výtvarné umění

„SVĚT PODLE NÁS“ V NOVÉ SÍNI GALERIE VÝTVARNÉHO UMĚNÍ V OSTRAVĚ

Jednou z nejvýznamnějších kulturních událostí, které ještě v letošním roce Čtyřlístek čekají, bude nepochybně výstava Svět podle nás v porubské Nové síni Galerie výtvarného umění v Ostravě, která bude zahájena slavnostní vernisáží v úterý 9. prosince: Při této příležitosti bude předána také Cena hejtmána Moravskoslezského kraje. Výstava Svět podle nás představí výtvarné práce našich klientů, které vznikly ve všech zařízeních Čtyřlístku, na nichž se podíleli děti i dospělí s rozdílným stupněm mentálního či fyzického handicapu v rámci výchovných, terapeutických nebo volnočasových aktivit. Mnoho obrazů a kreseb bude v Nové síni GVVU Ostrava vystaveno poprvé, jiné byly letos prezentovány na výstavách v atriu Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR a v předsádkách zasedací síně Senátu Parlamentu ČR v Praze. Věříme, že tyto práce promluví k srdcím návštěvníků výstavy Svět podle nás se

stejnou naléhavostí, spontánností a radostí, s jakou je jejich autoři tvořili... Výstava v Nové síni Galerie výtvarného umění v Ostravě potrvá do 21. února příštího roku.

(rw)



„Létající ryba“

Autorka: **LIBUŠE PLASKUROVÁ**

~~~~~  
**Ohlédnutí za výstavami léta:**

## **EXPERIMENTÁLNÍ VŠEHOCHUŤ V GALERII AMETYST / LÉTO A MOŘE NA FIFEJDÁCH...**

Od 1. července byla v pobočce Knihovny města Ostravy na Fifejdách otevřena výstava výtvarných prací klientů Čtyřlístku nazvaná zcela příznačně: LÉTO. Pod tímto všeobjímajícím názvem byly vystaveny kresby a trojrozměrné objekty s jednoznačným námětem: **moře**. Jednalo se o práce v technikách akrylu a akvarelu, zastoupeny však byly i kombinované techniky, které vznikly v kreativním ateliéru Domova na Liščině. Autorsky zde převažovali známí tvůrci Čtyřlístku: Renáta Slezáková, Jiří Lukovský, Pavel Vozník a kolektiv klientů zdravotního a výchovného úseku Domova na Liščině. Pobočka Knihovny města Ostravy Jiřího Trnky 10 v Ostravě – Fifejdách, je již několik let pravidelným hostitelem prázdninových výstav výtvarných prací našich klientů Čtyřlístku a bez nadsázky lze říci, že tyto výstavy představují pro návštěvníky knihovny vždy příjemné překvapení. Výstava „Léto“ zde byla k vidění až do konce prázdnin.





Skutečně pestrá a zajímavá byla i další výstava výtvarných prací klientů Čtyřlístku, otevřená ve dnech od 21. července do 15. srpna v Galerii Ametyst Fakultní nemocnice Ostrava. Ve více než dvaceti pracích – kresbách a malbách v technikách akvarelu, akrylu i v kombinovaných technikách, vyjádřili svou fantazii převážně dospělí klienti centra Čtyřlístek. Jejich obrazy vznikaly během uplynulého roku opět v kreativním ateliéru Domova na Liščině a obrážely svět přírody i svět lidí. Na této výstavě byly poprvé k vidění obrazy, v nichž tvůrci experimentovali s barvami ve spreji a s barvami na sklo. Výsledky jejich tvůrčí fantazie jsou pozoruhodné. Jistě stojí za zmínku také fakt, že v Galerii Ametyst v Ostravě-Porubě se Čtyřlístek představuje výtvarnými kreačemi svých klientů každoročně již od roku 2001.

(rw)

Na snímcích: Pohledy do výstavních prostor pobočky Knihovny města Ostravy na Fifejdách a Galerie Ametyst v Ostravě-Porubě s výtvarnými pracemi našich klientů.

## Osobnost Čtyřlístku

### (Nejen) o literární dílně Adélky Sadílkové

**S Adélkou Sadílkovou, klientkou Domova Barevný svět, se můžeme často setkávat při vernisážích Čtyřlístku a nebo na nejrůznějších kulturních vystoupeních, kde účinkuje jako muzikantka a hráčka na flétnu. Adélčina osobnost má však ještě jeden rozměr, a tím je její činnost literární. Jak k tomu vlastně došlo, o tom jsme si spolu povídaly během jednoho letního dne, kdy mi Adélka přinesla několik svých povídek a „fejetonů“ ze života...**

□ Adélko, jak se vlastně stalo, že ses začala věnovat psaní?

*Kdysi jsem sbírala fotky svých oblíbených herců – mám ráda hlavně herečku Taťánu Medveckou, ale pak se mi zdálo, že už jsem z toho sbírání tak trochu vyrostla a že bych mohla zkusit něco jiného, třeba psaní. Věnovala jsem se tomu už ve škole, jenže strašně škrábu, a tak bylo lepší začít psát na počítači. Maminka mi pomáhala s opravami a pak se mohly povídky hned vytisknout.*

□ Svého času vyšel ve Čtyřlístku sborníček tvých povídek, ale zatím k nim nové nepřibývají. Proč?

*Mám teď trochu přestávku, zatím nepíšu. Musím o tom trochu přemýšlet. Uvažovala jsem o tom, že napíšu něco o Kunčičkách. Tam mě to moc baví, chodím tam moc ráda. Ale při psaní vždycky musím čekat na nějaký nápad.*



□ A jak je to s tvými hudebními aktivitami?

*Hraju na flétnu a na klávesy. K muzice mě přivedl tatka, který hrával na housle. V Centru pracovní výchovy jsem se naučila hrát na flétnu a pak jsem začala chodit do Múzické školy, kde jsem se naučila hrát na flétnu lépe. Jednou na Vánoce jsem dostala pod stromeček také klávesy, na ty se teď také učím hrát v Múzické škole, ale na flétnu mi to jde líp.*

□ Znamená to, že muzika ti trochu nahrazuje psaní?

*To ne, psaní mě baví, ale když si chci odpočinout, tak hraji. Když sedím dlouho u počítače, odpočívám hrou na flétnu.*

□ Proč se ti tak líbí v Centru pracovní činnosti v Kunčičkách?

*Baví mě dělat náramky přátelství, ale v Kunčičkách mě baví všechno. Jenom mi trochu dělá problémy plést košíky. Dělá i papírové mozaiky, brousím dřevěné koníky a ráda rozebírám i součástky z kovu.*

□ Jak trávíš svůj volný čas?

*Na víkendy jezdím domů a přes týden jsem ve Čtyřlístku. Vždycky se sem těším, mám tady bezva kámošky, ale v Kunčičkách se toho víc děje. Je*



to fajn, maminka chtěla, abych se víc osamostatnila, a proto jsem tady. A já se opravdu snažím. Umím si udělat snídani, umím luxovat, zvládám i jiné úkoly s spojené s úklidem, které dostávám.

Adélka je příjemná, pohodová kamarádka, jak ji asi vnímají všichni z jejího blízkého okolí. Bude také jednou z účinkujících na připravovaném koncertu Všechny barvy duhy II, a tak jí přejeme hodně štěstí nejen na divadelním jevišti, ale ve všech jejich aktivitách, který jí přinášíjí tolik radosti...

Text a fotografie: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

## O borůvkových knedlíčích

Adéla Sadílková

Jednou mě tak napadlo, že uděláme soutěž, kdo sní nejvíc knedlíků. Tak jsme jeli do Jeseníků, do restaurace, kde se ta soutěž měla uskutečnit. Knedlíky už byly navřené. Bylo nás padesát soutěžících, knedlíků bylo pro každého čtyřicet a porotců bylo taky čtyřicet. Měli jsme s sebou dvě doktorky. Porota měla takový budík, vždycky když zazvonila patnáctá minuta, tak porota spočítala, kolik zbývá knedlíků na talíři. Atmosféra byla dobrá, porota fandila a nám pořád neubývalo. Mamce zbývalo třicet devět knedlíků a mně jenom deset. Tak kdo bude vítěz, už se pomalu vědělo. Samozřejmě, já jsem byla první. Zdeněk druhý a mamka třetí. Horší potom jsou ty návaly bolesti břicha a ještě k tomu jsme se nemohli vůbec hýbat. Všichni jsme měli žaludeční problémy. Tak jsme dopadli. Nakonec jsme se všichni odkutáleli do postele. Druhý den nám bylo všem blbě. Museli jsme pít jenom hořký čaj.

*Soutěž to byla dobrá, ale ty následky! Proto radím: dávejte pozor, ať se nepřejíte.*

### Váš názor...

## Máme stejný cíl

Rád bych se v tomto krátkém článku zaměřil na výchovu klientů, rozvoj jejich osobnosti, postojů, návyků a dovedností, vedení k osobní samostatnosti a schopnosti se projevat. Snažíme se naučit je vnímat svět kolem sebe. Jak toho dosáhnout? Určitě ne tím, že se nebudeme zajímat o jejich problémy, ale naopak: musíme v každém z nich probouzet tvořivou energii, která by podpořila všechny poznávací schopnosti, povzbudila jejich fantazii, zájmy i nadání. Tak jim zároveň můžeme přinášet i radost, spokojenost a osobní pohodu. Jsem také přesvědčen, že je třeba více spolupracovat s rodinami klientů a získat pohled z více stran. Chceme přece, aby byli šťastní a veselí, proto jim musíme vytvářet zdravé, pohodové a přátelské prostředí bez zbytečného spěchu, obklopat je kamarádkou atmosférou, pochopením a láskou, aby se cítili dobře. O to vše usilujeme také v Centru pracovní činnosti. Snažíme se o rozvoj zdravého sebevědomí klientů cestou přirozené výchovy a vedeme je také k odpovědnosti za své chování. Ve výchově a vzdělávání používáme na různých pracovištích různé metody i formy, ale náš cíl je stejný: šťastní a spokojení klienti.

**PETR ŠEVČÍK**

Centrum pracovní činnosti

### Čtyřlístek na cestách

## DO CHORVATSKA ZA POZNÁNÍM I PRO ZDRAVÍ

Pro nás, suchozemce, znamená moře především velký romantický zážitek vonící dálkami a nepoznanými dobrodružstvími... Možná i proto se naši klienti již několik let rádi vracejí na jadranské pobřeží do Chorvatska, kam jezdí každoročně nejen za zdravím a odpočinkem, ale i za poznáním nového prostředí a získáním nových „cestovatelských“ zkušeností.

Jejich letošní ozdravný pobyt v Chorvatsku se uskutečnil na sklonku léta, ve dnech od 12. do 21. září. Cílem cesty byl hotel Neptun v Tučepi na Makarské riviéře. Rozmary počasí letos v září bohužel nepostihly pouze Českou republiku, ale i Chorvatsko, takže počet teplých slunečních dnů byl skromnější než v těchto jadranských končinách bývá zvykem. Přesto se tady nikdo nenudil. Klienti Domova Barevný svět a Podporovaného samostatného bydlení, kteří byli účastníky tohoto ozdravného pobytu, si užili nejen koupání v moři, ale při nepříznivém počasí mohli využívat také hotelové bazény.





Program ozdravného pobytu byl však mnohem bohatší. Zpestřily jej především vycházky do blízkého okolí Tučepi a Makarské, poznávání moře a mořských živočichů, zejména však možnost plavby lodí podél pobřeží Makarské riviéry se zastávkou v Makarské, kde všechny nadchla přehlídka vojenských plavidel. Cestu lodí zvládli všichni na jedničku jako staří „mořští vlci“ – žádná „mořská nemoc“ se nekonala a všichni byli nadšení z tohoto nevšedního zážitku. Nikdo se nenudil ani když venku pršelo: hotel Neptun nabízel řadu možností sportovního vyžití: tenis, kulečník, petanque nebo společenské hry, soutěže, vodní aerobik a večerní hudbu s diskotékou. Každodenní procházky ulicemi Tučepi byly spojeny i s nákupy drobných suvenýrů. Na jeden večer připravilo vedení hotelu Neptun našim klientům příjemné překvapení: slavnostní večeři při svíčkách a živé hudbě, což byl

velmi hezký a romantický zážitek pro mnohé z nich... Naše pochvala samozřejmě patřila nejen managementu hotelu, ale celému hotelovému personálu, který byl k našim klientům neobyčejně vstřícný a pozorný.

Ozdravný pobyt našich klientů v Chorvatsku posílil jejich zdravotní kondici a přinesl mnoho nových zážitků z Jadranského pobřeží. Pobyt v jiném společenském prostředí také podpořil jejich sebevědomí a důvěru ve vlastní možnosti a schopnosti. I taková cestovatelská zkušenost je k nezaplacení...

**MARTA BURŽÁKOVÁ**  
Domov Barevný svět



*Koupání, pěší procházky nebo plavba lodí – to vše představovalo pro naše klienty příjemné okamžiky během jejich pobytu na Makarské riviéře v Chorvatsku.*

**Veni, vidi...**

## **ZPÁTKY DO DRUHOHOR**

Na sklonku srpna jsme se vydali vlakem do Vyškova na Moravě. Náš cíl: návštěva zdejšího Dinoparku. Plní očekávání jsme vstupovali do areálu ZOO Vyškov, kde stává speciální vláček DinoExpres. Ten nás provedl celým městem až k branám Dinoparku. Otevřením mohutných vrat jsme se rázem přenesli do období druhohor.

Naším prvním velkým zážitkem bylo shlédnutí 3D kina s panoramatickou projekcí filmu Gigantosaurus. Následovala procházka lesoparkem, odkud se ozývaly hlasy dávnověkých tvorů. S úžasem a respektem jsme si prohlédli tyto pravěké giganty a informovali se o způsobu jejich života.

Pobyt v jiné časové dimenzi nám velmi rychle uplynul a než jsme se nadáli, ocitli jsme se před občerstvením a nákupní zónou, kde nás lákaly suvenýry z druhohor. Neradi jsme se loučili, ale to už na nás opět čekal DinoExpres, aby nás vrátil zpět do současnosti – prohlídky ZOO Vyškov s domácími a exotickými zvířaty. Pokud i vy máte zájem přenést se v čase, výlet do Dinoparku vám toto přání splní na sto procent!

**BLANKA KOŠŤALOVÁ**  
Domov na Liščině



## KRÁSA KONÍ POD KAPOTOU

Opravdu krásný den jsme prožili v posledním srpnovém týdnu, kdy jsme se vydali na výlet do Kopřivnice, abychom navštívili zdejší tatrovácké muzeum historických automobilů. A že opravdu bylo na co se dívat! Obdivovali jsme hlavně velká nákladní auta, z nichž mnohá sice dnes už na silnicích nepotkáváme, a přece mají za sebou slavnou historii. Třeba legendární „Tatraplán“ cestovatelů Zikmunda a Hanzelky, který objel celý svět nebo Lopraisovu nákladní Tatra, která několikrát úspěšně zdolala Rallye Paříž – Dakkar a určitě dnes patří vedle prvního rakousko-uherského automobilu Prásident mezi nejobdivovanější muzejní exponáty. Někteří auta jsme mohli obdivovat jenom zvenčí, do jiných bylo možné usednout a vyzkoušet si pocity řidiče.

Nakonec jsme si ještě ve vestibulu muzea prohlédli výstavu věnovanou olympionikům Daně a Emilu Zátopkovým a před zpáteční cestou domů zakoupili pár suvenýrů jako vzpomínku na pěkné zážitky z Kopřivnice, které se nám nadlouho vryjí do paměti...



(fiš)

---

## MÁME RÁDI ZVÍŘATA...



...O nich si nejenom zpíváme, ale také povídáme, kreslíme, malujeme, vyhledáváme obrázky a zajímavosti z jejich života v novinách i časopisech. A tak jsme zjistili, že nedaleko Ostravy je možné navštívit Záchranou stanici pro volně žijící zvířata v Bartošovicích na Moravě, kde jsme ještě nikdy nebyli. Pomáhají zde zraněným zvířátkům a odchovali také pět mláďat orla skalního pro Beskydy.

To byl také jeden z důvodů, proč jsem připravila celodenní výlet pro sedmnáct uživatelů z Domova Barevný svět, který se uskutečnil 27. července letošního roku. Bartošovicským areálem nás provázel pan Kašinský, jenž znal mnoho příběhů zvířat, která i přesto, že žijí ve volné přírodě, naši pomoc někdy potřebují. Ptáci mívají spálená křídla od elektrických drátů, mláďata vypadnou z hnízda, koloušci si zlomí nožku, ježka zraní auto, Naštěstí se mnohdy najdou lidé, kteří jim dovedou pomoci! Odvážlivci si sáhli na netopýra a pohládili také srnečka. Se

zaujetím jsme pozorovali skotačící veverky, podřimující sovu a další zvířátka. U krkavce jsme vzpomínali na Rumburaka a připomněli jsme si role zvířat v některých filmech. Bylo zajímavé poznat zase nové prostředí.

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



Na návštěvě v Záchrané stanici pro volně žijící zvířata v Bartošovicích na Moravě.

---

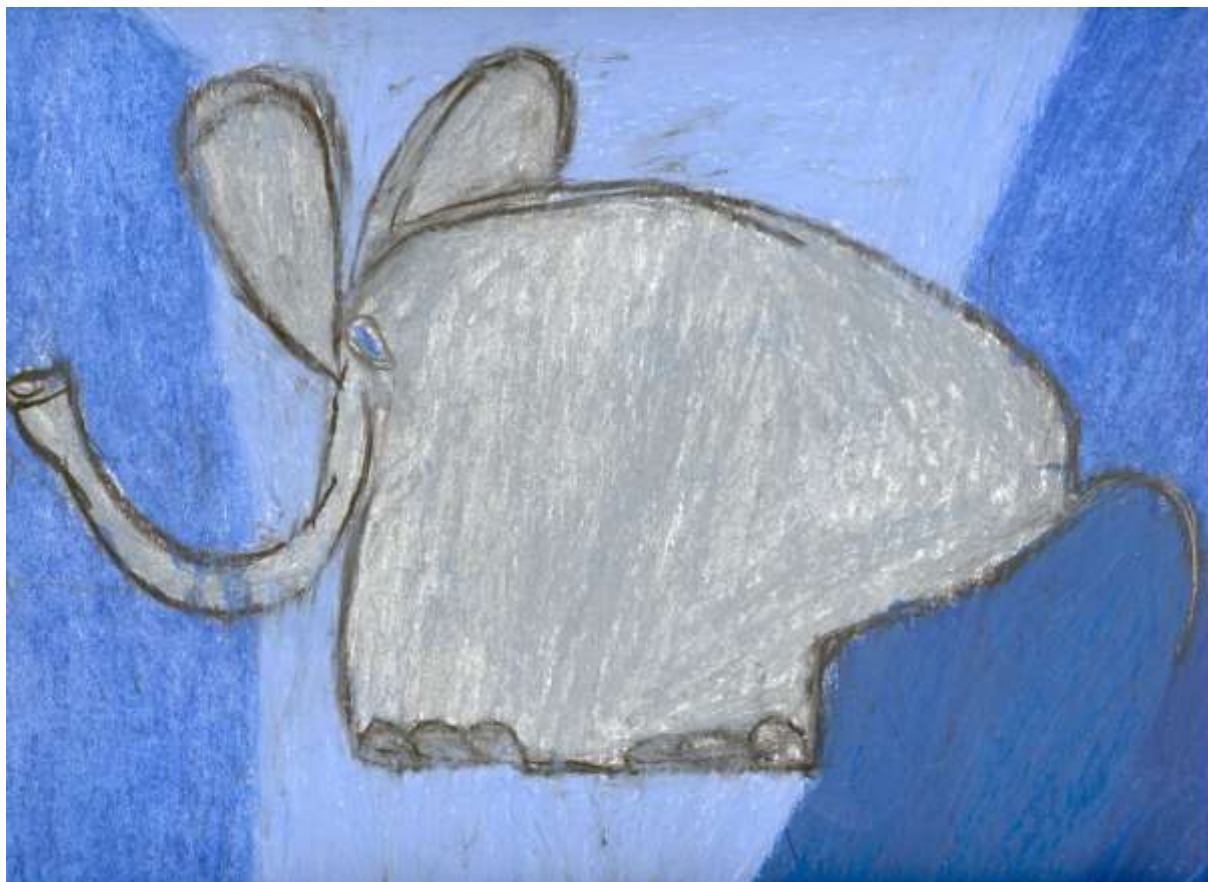
## POJĎTE S NÁMI ZA SLONY...

Milí čtenáři,

že si ani o prázdninách naše ctižádostivá kamarádka Patricie Babeta Balážová nedá s písmeny pokoj, dokládá její celoprázdninové dílo, které vzniklo po návštěvě v ZOO. Vyslovila své přání psát a měla zájem poslechnout si také mé vyprávění, protože si ještě leccos pamatují z doby, kdy se s chovem slonů v Ostravě začínalo. Pozorně sledovala čtení ze starších i současných novin, ale také z textu, který v ZOO při své návštěvě dostala. Do mé pracovny se vždy těšila, protože mi diktovala klíčová slova a jednoduché věty a já je psala hůlkovým písmem na papír. Vyměnily jsme si role. Byla mou učitelkou. Pak text sama trpělivě přepisovala do počítače. Na klávesnici zdatně vyhledávala písmena, dovedla požádat o pomoc a za radu poděkovala. Jen trochu jsem s psaním pomohla a požádala Martinu Pazderovou o výtvarné doplnění naší literární prvotiny.

Hezké čtení přeje teta **DÁŠA DROBÍKOVÁ**

PRVNÍ SLON SE JMENOVAL PEPÍK. ŽIL TADY OD ROKU 1956 DO ROKU 1964. BYL TO SLON INDICKÝ. OD ROKU 1966 DO ROKU 1968 JSME MĚLI SLONA AFRICKÉHO. JMENOVAL SE PETR. K NĚMU PŘIŠLA V ROCE 1967 SAMICE SOŇA. TETA DÁŠA SI JE PAMATUJE. ALE JÁ JSEM JEŠTĚ NEBYLA NA SVĚTĚ. NARODILA JSEM SE V ROCE 1993. A TAK ZNÁM TY SLONY, CO JSOU V ZOO TEĎ. Z NOVIN JSME SI PŘEČETLY, ŽE V ROCE 2004 PŘIVEZLI SAMICE JUMBO A SUSEELU A TAKY SAMCE JUMBA. TEN ALE ZEMŘEL, KDYŽ MU PO OPERACI SELHALO SRDCE. POSLEDNÍ SLONICE JOHTI PŘIJELA DO OSTRAVY I SE SVOU DCEROU VISHESH V DUBNU 2008. MAMINKA MÁ 41 LET. JE BÝVALÁ CIRKUSAČKA. KDYŽ JSEM BYLA O PRÁZDNINÁCH V ZOO DLOUHO JSEM JE POZOROVALA. KLACKY VE VÝBĚHU JEN LÍTALY A PRÁŠILO SE, JAK SI PO SOBĚ SYPALY PÍSEK, HLÍNU I LISTÍ. ČETLY JSME SI TAKÉ O TOM, ŽE SLON MÁ 4 TUNY. JE MOC TĚŽKÝ. ŘÍKÁ SE „DUPEŠ JAKO SLON“, ALE TO NENÍ PRAVDA. SLON CHODÍ UPLNĚ POTICHU. JÍ SENO, LISTY, VĚTVE, SUCHÉ ROHLÍKY I CHLEBA, JABLKA A PIJE VODU. V ČESKÉ REPUBLICE JE 25 OŠETŘOVATELŮ SLONŮ. JE DOBŘE, ŽE SLONY MÁME V OSTRAVĚ. BĚŽTE SE TAM TAKY PODÍVAT! BUDOU SE VÁM LÍBIT!  
**ZVU VÁS JÁ, PATRICIE - BABETKA - BALÁŽOVÁ Z DOMOVA BAREVNÝ SVĚT.**



Krásného slona pro nás namalovala: **MARTINA PAZDEROVÁ**

# Monika Dírová a Jirka Šimíček: krok ke štěstí

S Monikou Dírovou a Jiřím Šimíčkem se setkáváme při nejrůznějších příležitostech jako s nerozlučnou dvojicí, v níž jeden bez druhého neudělá ani krok. Jiskra sympatií přeskočila zhruba před rokem, kdy se stal Jirka klientem Domova Barevný svět. Nakonec slovo dalo slovo a oba mladí lidé se rozhodli, že se společně zasnoubí. Velký den „D“ nastal v sobotu 12. července letošního roku a jako zasnubní místo zvolili oba snoubenci rodinku 2D, která je zároveň také Jirkovým druhým domovem. Významné role oddávající se ujala pracovníce sociální péče, paní Jaroslava Honusová, před níž oba snoubenci také stvrdili své partnerství polibkem za zvuků Vivaldiho Svatebního pochodu...



Samotným zasnubám samozřejmě předcházela důkladná příprava, při níž snoubenci pečlivě volili nejen oblečení pro tuto slavnostní příležitost, ale také jídelníček, který pro ně připravili zaměstnanci rodinky 2D spolu s klienty. A tak v zasnubním menu vedle tradičního řízku s bramborovým salátem nechyběly ani lahůdky: obložené chlebíčky, jednohubky, zasnubní dort, minizákusky a šampaňské pro slavnostní přípitek. Mezi pozvanými hosty byli jak kamarádi z řad klientů Domova Barevný svět, tak zaměstnanci, kteří oběma šťastným snoubencům věnovali řadu milých dáreků.

Monika s Jirkou přivítali i možnost prožít společně jakousi malou „svatební cestu“, kterou pro ně

představoval týdenní pobyt v našem Ozdravném centru ve Frýdlantu nad Ostravicí a také jedno krásné společně prožité odpoledne v Aquaparku v Bohumíně, kam je pozvala spolu s dalšími klienty paní vychovatelka Dagmar Drobíková.

Tuto výjimečnou událost pro nás fotograficky zaznamenala Moničina kamarádka a spolubydlící – Libuška Plaskurová.

Fotografie: **LIBUŠE PLASKUROVÁ**  
Na snímcích: *Paní Jaroslava Honusová v roli oddávající „matrikářky“, dole: šťastní snoubenci Monika Dírová a Jirka Šimíček.*



## Letní setkání Lenky a Romana Bihariových



Lenička jej provedla zahradou Domova Barevný svět a už se těší, že také ona někdy přijede na návštěvu za Romanem do jeho petřvaldského domova...

V minulém čísle Zrcadla jsme přinesli dojemnou reportáž o nečekaném setkání matky s dcerou – Aničky Sznapkové z Domova na Liščině, která se při loňské Vánoční diskotéce s rádiem Kiss Morava po čtyřiceti letech odloučení poprvé potkala se svou maminkou, klientkou Zámku Nová Horka, o. p. s. pro mentálně postižené ženy, jež poznala v Aničce svou dceru.

Anička však není sama, kdo žije v odloučení od svých blízkých. Také Lenka Bihariová, klientka Domova Barevný svět, konečně může prožívat radost ze setkání se svým bratrem Romanem. V srpnu za ní přijel na návštěvu v doprovodu sociální pracovníce paní Taťány Chmielové z Ústavu sociální péče pro mládež v Petřvaldu, kde Roman žije. Lenička měla z bratrovy návštěvy velkou radost. Povíдали si o všem, co v poslední době zažili,



### Modré „žihadlo“

Od té doby, kdy na silnice vyjel první automobil, uběhla hezká řádka let. Více než sto roků mohou všichni dospěláci, pokud vlastní řidičský průkaz, ve svých rukou pevně třímát volant a sklízet nepokrytý obdiv a závistivé pohledy dětí. Malí caparti i školáci z našeho Domova Beruška však nezávidí nikomu. Nemají proč.

Ač řidičský průkaz ještě nemají, od června se společně starají o krásné „žihadlo“. Je celé modré, naleštěné a parkuje přímo na oddělení. Vůbec nevádí, že auto je pouze jednomístné a jezdí na „elektrinu“. Důležité je, že všem přináší radost. Vždyť jízdě po koberci mezi stoly a židlemi se vyrovná máloco... Výskot a spokojené pohledy rozdováděných kluků a holek nikoho nenechají na pochybách, že i děti bez „řidičáku“ mohou být dobrými řidiči.



### BERUŠKA U VODY



Všeobecně se ví, že lidské tělo je z velké části tvořeno vodou. Z toho můžeme usoudit, že o další dávky této životadárné tekutiny už nikdo z nás nestojí. Opak je však pravdou! „Důkazem“ jsou naše děti...

Během letních měsíců se permanentně „čabraly“ v bazénku na zahradě, několikrát si „zařádily“ v nádherném zábřežském koupališti, ale naprosto je uchvály návštěvy Žermanické přehrady.

„Teto, dívej, já plavu!“ Tak to byly nejčastější výkřiky, které se z dětských úst ozývaly, a vůbec nevádílo, že šlo spíše o jakési „kopání rukama nohama“. Fotbálek s místními kluky, setkání s pejskem a jeho venčení, pohazení živého kapra... To vše byly zážitky, na které se nezapomíná. A když si je navíc děti spojí s neodolatelnou atmosférou při opékání párků a s chutí nezdravých, leč tak báječně chutnajících smažených hranolků, kterých se naši uondaní „vodníčci“ nemohli nabažit, můžeme směle tvrdit, že vody není nikdy dost – naše děti jsou toho živým „důkazem“.

Texty a fotografie: MARTIN POBOŘIL

### Léto v Domově na Liščině

O létě se tvrdívá, že s sebou přináší „okurkovou sezonu“. Není to pravda. Letošní léta na Liščině se neslo ve znamení hledání a vytváření lepších podmínek pro uživatele. Dřívější přesuny skladu a archivu umožnily i změnu místnosti rehabilitace. Od srpna sídlí v suterénu budovy A. Zrodilo se zde příjemné prostředí pro cvičení a zároveň se tím uvolnila místnost pro vznik nového, pohodlně vybaveného pokoje pro tři uživatele. Klienti Domova na Liščině tak zároveň získali více komfortu, více klidu i soukromí. Další změna v bydlení nastala v budově B, kde díky novému řešení vnitřního uspořádání vznikl další byt pro dva uživatele. S jeho obsazením rozhodně nebyl žádný problém. Nově vzniklá dvojice spolubydlících rychle našla společné zájmy a vzájemně dobře vychází. Potvrzuje se, že „rozvolňování“ počtu klientů v jednotlivých pokojích vede k jejich větší spokojenosti. Tímto směrem jistě povede i naše další cesta v pomoci klientům k většímu pohodlí.

KARLA LAPIŠOVÁ  
Domov na Liščině

## Smutný konec jedné lípy

*Než se narodí malý človíček, uběhne zpravidla devět měsíců. Než dospěje, proteče hodně vody v Ostravici. Ale než „dospěje“ lípa, náš národní strom, trvá to i celá staletí. Po všech ten čas nás oblažuje svým malebným tvarem, vůní rozkvetlých květů i stínem, který se během horkých dnů stává naším útočištěm. Až jednou...*

*...Přijde obrovský vítr, jak se stalo jednoho prázdninového pondělního odpoledne, a lípa u Domova Beruška se za bolestného sténání a vzdychání tiše a nehlučně odporoučí k zemi. Její kmen i větvoví rozložitě koruny jsou rozřezány a po částech odvezeny... Bez lípy je nám smutno, ale víme, že také ona byla součástí věčného koloběhu života. Určitě se znovu „narodí“ další lípy, aby nás opět a zase oblažovaly svým malebným tvarem, vůní květů i stínem...*



Text a foto: **MARTIN POBOŘIL**  
Domov Beruška

## Sport, relaxace

### ATLETICKÉ VAVŘÍNY PUTOVALY DO VÍTKOVIC

Ačkoliv bývá léto obdobím dovolených a odpočinku, sportovci z Centra pracovní výchovy letos nezaháleli. I v letních měsících pilně trénovali, aby mohli v srpnu změřit své síly s ostatními sportovci na Celostátních atletických hrách ČHSO v Olomouci.

Když nadešel den „D“: 21. srpna, sbalili jsme tašky a dresy a vyrazili vlakem směr Olomouc. Již ve čtvrtek odpoledne se uskutečnila semifinálová kola některých atletických disciplín. Odměnou za snahu byla pro nás podvečerní procházka olomouckým výstavištěm Flora, prohlídka zdejších parků a zahrad plných krásných květů, rostlin a keřů. Koncert kapely Plastic people, který se právě ve Smetanových sadech konal, byl sice hlučný, ale zajímavý. Přesto jsme se raději rozhodli pro zdravý spánek, abychom nabrali síly do dalšího dne, kdy nás čekaly náročné soutěže.

Páteční sportovní klání proběhlo za pěkného počasí a v příjemné soutěživé atmosféře. Největším našim zážitkem ze sportovního zápolení byl běh Tomáše Stuchlého na 1.500 m. Všichni jsme mu drželi palce a mohutně ho povzbuzovali.



V sobotu atletické soutěže vyvrcholily finálovými koly jednotlivých disciplín. Po jejich skončení byla naše výprava, ve složení Jan Kubík, Martin Janeček, Bohumil Liška, Lukáš Ryšavý a Tomáš Stuchlý, ověněna pěti zlatými, jednou stříbrnou a jednou bronzovou

medailí! Nejpyšnější jsme na vítězství ve štafetovém běhu, který je pokládán za vrchol každé atletické soutěže. Zde jsme si opět ověřili, jak je důležitá spolupráce a souhra týmu.

Neděle již pro nás byla skutečným dnem odpočinku. Dopoledne jsme navštívili olomouckou zoologickou zahradu na Kopečku. Nadchly nás volné výběhy zvířat, jimiž jsme mohli procházet, ale nejvíc se nám líbila mořská akvária. Doslova jsme od nich nemohli

odtrhnout oči. Ze zoologické zahrady jsme se ještě přemístili do opačné části Olomouce. V obchodním centru Olympia totiž právě probíhal koncert finalistů X faktoru a ten jsme přece museli vidět! Jiří Zonyga i Martina Pártlová byli perfektní, skupina All X nás však opravu „dostala“. Zážitky, které z jejich vystoupení máme, se nedají popsat. Byli strhující, úžasní a nezapomenutelní. Plní dojmů jsme se vraceli domů. Unavení, ale šťastní a spokojení.

**VLADIMÍRA KALOČOVÁ**  
Centrum pracovní výchovy

## Vítáme mezi námi!

► Během prázdninových měsíců a v září obohatili naše řady noví pracovníci, s nimiž se nyní budeme potkávat téměř ve všech zařízeních Čtyřlístku: **V Domově Beruška** jsou to kolegyně Bc. Dagmar Sabóová, Kristina Stříbná a paní Kamila Fedáková; řady zaměstnanců **Domova Barevný svět** posílily Bc. Martina Mžíková, Marie Varešková a Věra Nováková, DiS., která plní své poslání mezi klienty podporovaného samostatného bydlení; **v Domě na Liščině** nově působí Olga Plonková a Lucie Larišová; mezi nové tváře **Centra pracovní výchovy** patří Lenka Foldynová, DiS. a Pavel Švestka, **v Centru pracovní činnosti** našla nové působiště paní Naděžda Čenkovičová, DiS. **Sociálně-právní oddělení** Čtyřlístku posílila paní Jana Hornová, DiS., novou tvář **ekonomického útvaru** správy organizace je paní Martina Šrámková a novou kolegyni, paní Renátu Šlesingerovou, přivítal v prádelně také **provozně-technický útvar**. Všem novým zaměstnancům přejeme hodně štěstí a věříme, že je práce ve Čtyřlístku bude těšit i přes možná úskalí, která každodenní život v sociálních službách přináší...

► **V září také došlo k některým významným personálním změnám v některých našich zařízeních a na sociálně-právním oddělení Čtyřlístku. Po odchodu pana Mgr. Edwina Krče do nového působiště se vedení Centra pracovní výchovy ujala paní Bc. Hana Nohelová, zastupující vedoucí Stacionáře Třebovice je pan Bc. Lukáš Křupala. Jeho původní pozici vedoucího sociálně-právního oddělení zaujala kolegyně Michaela Šarmanová, DiS.**

## Pro mlsné jazýčky



### Francouzský salát

**Suroviny (porce pro 5 osob):** 25 dkg šunky, 20 dkg sterilované kukuřice bez nálevu, 50 dkg rajčat, 5 vajec, 12,5 dkg sýru Cihla, 12,5 dkg uzeného sýra, ½ hlávkového salátu, ocet, sůl, hořčice, černý mletý pepř, petrželová nať.

**Postup:** Šunku a sýry nakrájíme na malé kostičky nebo nudličky, stejně jako rajčata, vše smícháme se sterilovanou kukuřicí a dochutíme kořením. Vychlazený salát podáváme na listu hlávkového salátu a ozdobíme jej čtvrtkami natvrdo uvařeného vejce.

**Dobrou chuť Vám přeje kolektiv stravovacího provozu  
Domova Barevný svět**

## Ovocný řez

**Korpus:** 6 vajec, 180 g cukru krupice, 180 g polohrubé mouky, 50 g oleje, vysypat plech hrubou moukou.

**Postup:** Vejce vyšleháme s cukrem dohusta, přidáme polohrubou mouku, zamícháme a nakonec jemně vmícháme polovinu oleje a přelijeme na vymazaný a vysypaný plech. Pečeme v troubě vyhřáté na 180°C.

**Krém:** 250 g másla, 40 g pudinku, 200 g mletého cukru, 200 ml mléka.

**Postup:** Uvaříme pudink s mlékem, po vychladnutí do něj zašleháme cukr a máslo.

**Poleva:** 50 g cukru krupice, 120 g pudinku, 1 kg kompotu.

**Postup:** Šťávu z kompotu dolijeme vodou na 1 litr, osladíme cukrem a uvaříme spolu s pudinkem.

(kompotové ovoce jemně nakrájíme). Upečený a vychladlý korpus potřeme krémem, na který klademe jemně nakrájené kompotované ovoce. Zalijeme studeným pudinkem a necháme vychladit v lednici.



S přáním dobré chuti

**ANNA LIŠTVANOVÁ**

s kolektivem stravovacího provozu Stacionáře Třebovice

## Tipy pro zdraví

### Alespoň jednou týdně rybičky!



*Že jsou ryby bohaté na bílkoviny, vitamíny a minerály – to není žádná novinka. Ale že v jejich spotřebě zaostáváme například za Nory v poměru 4,24 kg na osobu a rok, to je informace z kategorie těch smutnějších. Přitom není nic snazšího, než otevřít třeba krabičku s baltickými sardinkami. Plechovka rybiček pokryje denní dávku vitamínu D.*

### Fazole nad maso

*Stejně jako ostatní luštěniny, jsou fazole suchá, jedlá semena rostlin, přičemž některá (jako fazole) lze jíst i v čerstvém stavu. Dnes jsou k dostání v sušené i čerstvé podobě, ale i předvařené nebo konzervované. Kromě bílkovin jsou fazole dobrým zdrojem vlákniny, draslíku, fosforu, železa či zinku.*

Zdraví a k tomu štěstí přeje **ANNA LIŠTVANOVÁ**  
s kolektivem stravovacího provozu Stacionáře Třebovice

**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: [uspostrava@uspostrava.cz](mailto:uspostrava@uspostrava.cz), [usprywikova@uspostrava.cz](mailto:usprywikova@uspostrava.cz). Číslo 3, ročník I. Náklad: 16 kusů. Neprodejné. **Zodpovědný redaktor:** Mgr. Bohdana Rywиковá. **Redakční rada:** Ing. Tamara Šeligová, Ing. Svatopluk Lipina, Ing. Miroslava Lindovská, Miluše Bystroňová, Bc. Olga Skurčáková, Bc. Lukáš Křupa. Příští číslo vyjde v prosinci 2008.