



# ZRCADLO ZRCADLO

Čtvrtletník Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením  
Ostrava, příspěvkové organizace, ročník V., číslo 3., říjen 2012

## JAKÉ BYLY „BARVY DUHY“ 2012



Bylo by nepochybně nadlidským úkolem chtít popsat atmosféru letošního šestého ročníku koncertu Všechny barvy duhy: Neskrývané slzy dojetí, radost, silné emoce, několikaminutové závěrečné ovace nadšeného publika „ve stoje“... Takové bylo finále tohoto koncertu, jenž 22. října zaplnil hlediště ostravského Divadla Antonína Dvořáka. Letošní „Barvy duhy“ nebyly výjimečné pouze počtem účinkujících, kterých bylo více než sto šedesát, ale také rozmanitostí programu, v němž společně

vystupovali profesionální zpěváci, hudebníci a tanečníci se zdravotně postiženými lidmi. S finanční podporou statutárního města Ostravy a Moravskoslezského kraje pořádá každoročně tento koncert naše organizace ve spolupráci s Národním divadlem moravskoslezským a Lidovou konzervatoří a Múzikovou školou v Ostravě. Partnerem koncertu byl i letos Generální konzulát Polské republiky v Ostravě.

Koncertní program obsahoval celkem dvanáct čísel, v nichž se střídali a nebo vystupovali společně profesionálové s neprofesionály, zdraví s postiženými a všichni společně dokázali, že v tomto velkolepém programu není malých rolí, zato jsou k vidění opravdu velké výkony... Již tradičně patřil úvod koncertu našim „Beriškám“, které opět navodily s humorem a ve svižném tempu celkovou atmosféru koncertu, umocněnou spontánností a radostí všech vystupujících. „Flinstoneovi“ klientů a zaměstnanců Domova Beruška opět překvapili



nápaditostí a vtípem, a okamžitě si získali srdce všech diváků. Klientům Čtyřlístku, tentokrát z Domova Barevný svět, patřila také dvě následující tanečně pohybová vystoupení – Horolezci v nastudování paní Kateřiny Trefilové na známou melodii Ivana Mládka, zatímco paní Marcela Štěpánová letos vsadila na úsměvnou „pamětnickou“ písničku Edity Štaubertové „Babičko, nauč mě charleston“ a spolu s Martinou Skýbovou a klientkami Domova Barevný svět „vystřihly“ působivý retro klip o setkání dvou generací, v němž opět nechyběl smysl pro humor. A nejen to. Děvčata okouzila také svými stylovými kostýmy, které byly jako vystřižené z dobového módního žurnálu.



Mezi vrcholná čísla koncertního programu letos patřilo společné vystoupení bubeníků Čtyřlístku s Afričany z Pobřeží slonoviny pod uměleckým vedením pana Siaka Shabby Tioté. Společně nadchli publikum jak svým

hudebním výkonem, tak spontánností a bezprostředností. Velkou radost měl určitě „frontman“ naší skupiny Rytmy, Daniel Toráč, když ho dvojice afrických muzikantů pozvala mezi sebe, aby si spolu s nimi zaimprovizoval na bubny. A šlo jim to všem náramně! Africké bubny oživily také samostatné hudební vystoupení skupiny Rytmy, která se neustále rozrůstá o nové hráče, a kdyby bylo k dispozici více hudebních nástrojů, není pochyb o tom, že by tato skupina nadšených muzikantů pod vedením paní Libuše Gajdové, dál rychle rostla. Jak se zdá, zájem o aktivní provozování



hudby mezi klienty Domova na Liščině a Domova Barevný svět rozhodně nechybí. Obrovským překvapením bylo také vystoupení klientů Čtyřlístku se studenty, členy pěveckého sboru Gymnázia a Střední odborné školy v Orlové – Lutyni, kteří společně nastudovali část slavného Webberova muzikálu Kočky a připravili obecenstvu nečekaně velkolepý pěvecký, hudební i vizuální zážitek (viz obrázek na titulní straně, nahoře).

Členové občanského sdružení Bílá holubice, programově se věnujícího uměleckým aktivitám handicapovaných lidí, představili část svého nového tanečního projektu Duha na originální hudbu Michala Sedláčka. Jako zahraniční host koncertu se letos připojila také vítězka polského soutěžního festivalu Zaczarowana Piosenka, Patrycja Nocuń z Bielawy (na snímku vpravo). Odbornou porotu polské prestižní soutěže překvapila kvalitou svého pěveckého výkonu, přestože je z padesáti procent neslyšící a bouřlivým potleskem nad jejím výkonem nešetřilo ani ostravské publikum.

Zdravotně postižení žáci Múzické školy v Ostravě-Mariánských Horách patří tradičně k velkým hvězdám a oporám koncertů Všechny barvy duhy a nebylo tomu jinak ani letos. Svými hudebními a hlavně pěveckými výkony byli téměř rovnocennými partnery letošním hostům koncertu – Petrovi Bendemu, který si s chutí zazpíval s Radovanem Gruberem, stejně jako Markéta Bosáková s Adamem Blažkem úspěšně sekundovali hostující zpěvačce Victorii a její kapele. Múzické škole patřil také závěr večera, jenž byl hudební reminiscencí na slavnou éru Beatles a její nestárnoucí písničky, které také doslova „zvedly ze židlí“ publikum divadla.

Koncerty Všechny barvy duhy každoročně nabízejí handicapovaným lidem příležitost veřejně vystupovat na profesionální divadelní scéně s veškerým potřebným zázemím. Účinkující každoročně oceňují především fakt, že v bezbariérovém divadle mají prakticky z kteréhokoli místa přístup jak na jeviště, tak do hlediště. A nejen to. Mohou si ověřit svůj talent vedle profesionálních (i neprofesionálních) zpěváků, muzikantů nebo tanečníků, což se v plné míře naplnilo i v letošním roce. Jak již bylo řečeno, letos přijali pozvání na koncert zpěvačka Victoria, pocházející z Kapského Města, a zpěvák Petr



Bende. Hosty koncertů Všechny barvy duhy jsou již tradičně i členové uměleckých souborů partnerské organizace, Národního divadla moravskoslezského. Letos jimi byli sólisté baletu, Barbora Kaufmannová a Filip Staněk s tanečním sólem z připravované světové premiéry baletu Poslední samuraj.

Šestý ročník koncertu Všechny barvy duhy, nad nímž převzali záštitu náměstek hejtmána Moravskoslezského kraje Svatomír Recman a náměstek primátora města Ostravy Martin Štěpánek, patří již minulosti a začínají přípravy jeho dalšího, sedmého ročníku v roce 2013. K pozitivům tohoto projektu, jehož úroveň, obliba i prestiž rok od roku rostou, patří skutečnost, že na jevišti se všechny nerovnosti stírají a potlesk diváků vždy patří po zásluze všem účinkujícím bez rozdílu, neboť každý z nich vydává ze sebe to nejlepší.



Text: **BOHDANA RYWIKOVÁ**  
Fotografie: **WERNER ULLMANN**



*Při společném bubnování se členy skupiny Afrikana si to Daniel Toráč z Domova Barevný svět (na snímku vpravo) opravdu užíval... Snímek vlevo nahore zachycuje žáka Múžické školy, Radovana Grubera, který si letos zazpíval písničku Vstávej společně se svým idolem, Petrem Bendem. Také jim patřily nadšené ovace diváků.*

## Regiogrants Arcelor Mittal pomohl našim klientům



Letos v létě vypsala společnost ArcelorMittal v Ostravě výběrové řízení na grantové projekty Regiogrants, které byly určeny neziskovým a dalším organizacím v oblasti kultury, školství a sociálních služeb. ArcelorMittal Ostrava patří mezi firmy, které si plně uvědomují svou odpovědnost za region, v němž působí, za lidi, kteří v něm žijí, i za své zaměstnance. Důsledně uplatňuje politiku firemní odpovědnosti, jež tvoří nedílnou součást systému řízení společnosti. Svě o tom ví také naše organizace,

kterou ArcelorMittal již několikrát finančně podpořil a díky této pomoci bylo mimo jiné možné zakoupit řadu potřebných rehabilitačních pomůcek pro naše ošetrovatelské oddělení a také se podařilo upravit atrium Domova Barevný svět a zpřístupnit jej klientům a jejich rodinným příslušníkům při návštěvách svých blízkých.

Slavnostní předání finančních darů v rámci Regiogrants 2012 se uskutečnilo ve středu 5. září letošního roku v multizánrovém centru současného umění Cooltour na Černé louce. Vedle zástupců neziskových a příspěvkových organizací ostravského regionu se tohoto setkání zúčastnil generální ředitel společnosti ArcelorMittal Ostrava pan Tapas Rajderkar a členové hodnotící komise, paní Šárka Tekielová a pan Aleš Juchelka. Naši organizaci reprezentoval její ředitel, pan Svatopluk Aniol a vedoucí sestra Čtyřlístku, paní Marta Buržáková, která také při této slavnostní příležitosti převzala od generálního ředitele ArcelorMittalu Tapase Rajderkara symbolický šek v hodnotě devadesáti tisíc korun. Díky této finanční podpoře bude možné zakoupit pro ošetrovatelské oddělení Čtyřlístku váhy pro vozíčkáře Kern a zvedák pro imobilní klienty. Je to pro naši organizaci nepochybně významná pomoc a zároveň jeden z úspěšných projektů, který získal nadační podporu.



(rw)  
 Na snímku: Vedoucí sestra, Marta Buržáková, přebírá symbolický šek z rukou generálního ředitele společnosti ArcelorMittal Ostrava, pana Tapase Raiderkara.

## Čtyřlístek v ostravských kavárnách

### Ostravské kavárny se zapojily do myšlenky Mental Power

Od letošního září můžeme opět každé pondělí od 17 hodin shlédnout v Shakespearově kavárně na Černé louce krátké hrané filmy, v rámci Filmových pondělí s Mental Power. Jedinečnost těchto podvečerní tkví nejen v netradičních filmech, ale také v neobvyklé obsluze. Obsluhu v době promítání zajišťují lidé s mentálním handicapem. Jedná se o klienty ostravského Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením, kteří byli vybráni ve výběrovém řízení, zaškoleni a od ledna v kavárně obsluhují v rámci filmových pondělí.

Organizátorka akce, nám dobře známá manažerka Bílé holubice a producentka filmu Voňavá pochoutka, paní Ivana Martáková, chce ukázat, že potkávat se osobně s lidmi s mentálním postižením lze nejen v ústavních zařízeních, ale také v každodenním životě a neznamena to pro nás žádné ohrožení. Naopak, lze zjistit, že životy „postižených“ jsou plnohodnotné, neboť tito lidé jsou ochotni a schopni pracovat i tvořit, že mají spoustu přátel a aktivit a konečně i to, že se od nich „my zdraví“ máme co učit.



Od září se navíc obsluha rozšířila i do další kavárny v centru Ostravy. „Jsem velice ráda, že naši „číšníci“ dostanou novou příležitost. Oslovila jsem majitele a provozní svých oblíbených kaváren, zda by se od září zapojili do myšlenky Mental Power (pro neangličtináře – mentální síla) a jednou týdně by umožnili obsluhovat našim číšníkům z řad klientů Čtyřlístku v jejich kavárně. Většina z nich byla nápadu nakloněna,“ pochvaluje si organizátorka projektu Ivana Martáková. S touto nezvyklou obsluhou se lidé v kavárnách setkávají v pondělí v rámci Filmových pondělí v Shakespearově kavárně, a v úterý v Café Ostravanka. V současné době naši klienti

s úspěchem obsluhují v Shakespearově kavárně a v Café Ostravanka. Jak dodává paní Martáková, „pokud se obsluha osvědčí a reakce hostů budou pozitivní, uvažují i další kavárny o tom, že se do tohoto projektu zapojí.“

Obsluhující z řad postižených jsou za svou práci placeni, což je pro všechny něco nového a výjimečného. Své možnosti pracovat za peníze si váží a jsou nadšeni brigádníci. Peníze získala organizátorka tohoto projektu díky dotaci statutárního města Ostravy. „Existuje mnoho speciálních kaváren, kde obsluhují pouze lidé s různým druhem zdravotního postižení. Přestože si těchto aktivit vážím, myslím si, že to vede opět a jen k další selekci a

vyřucování. Proto jsem oslovila již fungující a vyhlášené kavárny, aby se s 'postíženou' obsluhou mohli setkávat jejich běžní návštěvníci. Sama jsem zvědavá, jaké budou reakce, ale věřím, že to nikoho pohoršovat nebude, neboť není co," dodává organizátorka.

Pokud se v některé ze zmíněných kaváren potkáte se známými tvářemi od nás ze Čtyřlístku, užíjte si to a dejte vědět organizátorům, pokud budete mít potřebu či chuť něco sdělit. Informace o dalších aktivitách Mental Power Ostrava najdete na jejich stránkách na adrese [www.mentalova.cz](http://www.mentalova.cz).

(im)

Ilustrační foto z letošního ledna: Do Shakespearovy kavárny přišly vyzkoušet fungující pondělní obsluhu také vedoucí Domova na Liščině Šárka Matyášková a vedoucí sociálního oddělení Milada Tomešová. Však to také Martinovi Procházkovi šlo pěkně od ruky!

## TÝDEN SOCIÁLNÍCH SLUŽEB

### a Den otevřených dveří Čtyřlístku

Pod sloganem „... aby se člověk cítil být člověkem“ se od 8. do 14. října 2012 uskutečnil již 4. ročník celostátního Týdne sociálních služeb České republiky. Projekt tradičně vyhlašovaný Asociací poskytovatelů sociálních služeb ČR a Ministerstvem práce a sociálních věcí pravidelně představuje široké veřejnosti sociální služby, které jsou v České republice poskytovány přibližně sedmi procentům populace a jež od devadesátých let minulého století procházejí procesem výrazného zvyšování kvality i dostupnosti.

Stejně jako v uplynulých letech patřilo mezi hlavní události Týdne sociálních služeb slavnostní vyhlášení výsledků výtvarné soutěže pro děti Šťastné stáří očima dětí (Praha, 9. 10.) a Výroční kongres poskytovatelů sociálních služeb ČR, který se již počtvrté uskutečnil v tábořském hotelu Palcát ve dnech 11. a 12. října letošního roku.

Týden sociálních služeb však již tradičně zahrnuje také řadu aktivit na regionální a lokální úrovni, ke kterým se mohou připojit jednotliví poskytovatelé sociálních služeb, orgány veřejné správy, zájmová sdružení a další organizace. Lze se tak zapojit např. do celostátního Dne otevřených dveří poskytovatelů sociálních služeb či do tzv.

„doprovodných aktivit“, kam každoročně patří řada výstav, soutěží, festivalů, přednášek, seminářů, konferencí apod. pro poskytovatele či uživatele sociálních služeb nebo širokou veřejnost.

Naše organizace se k Týdnu sociálních služeb připojila Dnem otevřených dveří, který se uskutečnil ve čtvrtek 11. října ve všech zařízeních Čtyřlístku. Možnosti navštívit naše domovy, stacionáře nebo sociálně terapeutické dílny využilo celkem 116 návštěvníků z řad odborné veřejnosti, ale také studující mládeže, partnerských organizací a nebo rodinných příslušníků našich klientů.

(rw)

## DOBROVOLNICTVÍ



## Podzimní odpoledne s ADROU

Jednoho krásného podzimního odpoledne jsme ve stacionáři v Třebovicích přivítali tři vily. Přijely k nám ze sdružení ADRA a přivezly s sebou dvě velké papírové krabice plné váziček, triček, květináčů, barev a ubrousků. S širokým úsměvem a viditelně dobrou náladou si okamžitě získaly zájem uživatelů týdenního stacionáře, což se na terase chystá za překvapení. Nádherné slunečné podzimní odpoledne jim i nám hrálo do těšení se na nové kamarádky a nové poznání. Nabídky nám takovou spoustu výtvarných technik, že jsme měli problém si vybrat. Asi nejvíce se líbilo malování speciálními barvami na bílá trička, a to buď prsty, nebo štětcem. Malovali nejen ti, kteří

*mají zkušenosti a malují rádi, ale přilákali jsme i ty, kteří si zprvu netroufali, ale hned zůstali. Celkovou atmosféru krásného dne umocnilo i prostředí, ve kterém všechna díla vznikala. Na terase pod stromy a nově nainstalovanými markýzami to šlo skoro samo. Nakonec jsme si vše nafotili a s výsledkem se chceme podělit i s Vámi! Hezké, že? Děkujeme Vendulce a jejím dvěma kolegyním z ADRY za kouzelné odpoledne. Podle jedné písničky, v níž se zpívá, že „...dobro nestojí nic“, jsme zažili nevšední odpoledne. Je to tak vždy a všude?*

**Stacionář Třebovice**



## **NAŠE KAMARÁDKY...**

**Pokaždé, když za námi přijdou naše dobrovolnice, máme z toho velkou radost! Každou z děvčat máme na něco jiného. Milá teta Alenka za námi chodí hlavně o víkendy. Už dlouhé čtyři roky. Se všemi se přivítá, povídá si s námi, čte nám a pokaždé přinese nějakou dobrotu. A když má čas, dokonce upeče buchtu, na které si všichni vždycky pochutnáme! Letos byla dokonce vybrána mezi nejlepší dobrovolníky a užije si let balónek, který si opravdu zaslouží!**

Lenka, naše kudrnaté sluníčko, s námi maluje, učí nás plést náramky, navlékat korálky a dokonce s námi nacvičila krásné vystoupení na vánoční besídku. Tančíme a hrajeme na Orffovy nástroje, zpíváme. Je hodně tvůrčí a vždycky nás dokáže zabavit a překvapit něčím novým.

A Lucka? Náš úžasný živel, který s námi pěkně dovádí! Hrajeme na schovávanou, venku si házíme s talířem, míčem, běháme a řádíme. Splnila nám přání a na návštěvu přivedla i svého přítele Jirku a čtyřnohého kamaráda.

S Jirkou jsme hráli fotbal a Rockyho vyzkoušeli z toho, co umí – házeli jsme mu míček, hlásali různé povely a užili si se všemi spoustu legrace. Na holky se vždycky těšíme a máme je moc rádi!



---

## Dobrovolnictví a dobrovolníci ve Čtyřlístku

**Stále více se do povědomí veřejnosti dostává pojem dobrovolnictví. Co je vlastně dobrovolnictví? Definice říká: je to samostatná činnost ve prospěch druhých bez nároku na finanční odměnu. Za touto strohou větou jsou však stovky lidí a stovky hodin strávených u postelí nemocných dětí, seniorů a osob s postižením. Dobrovolníci pomáhají odstraňovat následky živelných katastrof, pomáhají lidem vyrovnat se s následky osudu.**

Motivací do zapojení do dobrovolnické činnosti může být mnoho. Altruismus, snaha být užitečný, kvalita vlastního života, náboženské přesvědčení, společenské důvody - seznámit se s lidmi s podobnými zájmy, ale také profesní zkušenosti. A možná právě tato motivace přivedla dobrovolníky i do organizace Čtyřlístek. V roce 2009 jsme navázali spolupráci s dobrovolnickým centrem ADRA, která trvá dosud.

Od podzimu roku 2009 se konkrétně v našem zařízení Domov Na Liščině, zapojilo do činnosti 21 dobrovolníků, většinou z řad studentů ostravských škol. Ti naplňují volný čas uživatelů domova různými aktivitami. Povídají si s nimi, čtou jim z knížek, nebo si sami nechávají číst, píšou s klienty dopisy rodinným příslušníkům, hrají společenské hry, sportují, účastní se kreativních činností. Pokud je v zařízení individuální akce s tematickým zaměřením, dobrovolníci se také účastní a rádi vypomáhají.

Každoročně na jaře a na podzim se konají supervize za přítomnosti psycholožky, paní Andrey Sikorové, koordinátorů dobrovolnického centra ADRA, kontaktních osob a dobrovolníků organizace

Čtyřlístek. Na těchto supervizích si mohou dobrovolníci navzájem sdělit své zážitky a zkušenosti, které v průběhu docházení do organizace zaznamenali.

Zlatým hřebem je pak „Vánoční supervize“, společná pro všechny dobrovolnické programy, jež se koná v Domově pro seniory Slunečnice v Ostravě-Porubě. O tom, že spolupráce s dobrovolníky z centra ADRA, je na velmi dobré úrovni, svědčí fakt, že ze tří bývalých dobrovolníků se stali zaměstnanci Čtyřlístku a pracují nyní v Domově na Liščině.

Tímto článkem bych chtěla za vedení Domova na Liščině i za naše klienty poděkovat všem dobrovolníkům za jejich vstřícný přístup k uživatelům, za čas, který jim věnují, za toleranci, pokud se vyskytnou menší komplikace. Těšíme se na další spolupráci.

**ZDEŇKA SKLENÁŘOVÁ**

pracovnice v sociálních službách a kontaktní osoba  
pro spolupráci s ADROU  
Domov Na Liščině

---

## DOBROVOLNICTVÍ OČIMA PSYCHOLOGA

**Déle než tři roky pracuji jako psycholožka v organizaci sociální péče s osobami s mentálním a kombinovaným postižením a mám možnost pozorovat vliv kontaktů s dobrovolníky na ně. V našich pobytových zařízeních žije mimo jiné řada osob s hendikepem, jež nemají rodiče ani jiné příbuzné, kteří by je navštěvovali.**

*Tito lidé tím samozřejmě duševně trpí, neboť v lidské psychice je zakódována potřeba mít někoho blízkého*

*(mít s někým blízký vztah), mít někoho, koho zajímáme, pro koho jsme jedineční a důležití. V dětství jsou to zejména rodiče, později partner, který tuto potřebu naplňuje. Tento faktor je bazálním faktorem rozvoje a stabilizace naší psychiky.*

*Ti z našich klientů, jež rodina a příbuzní nenavštěvují, pak trpí také tím, že jsou každý týden (hlavně před víkendem) svědky toho, jak se jejich spolubydlíci chystají na návštěvu svých příbuzných, „rodinná buňka“ (tj. oddělení v sociálním zařízení) se „vylidňuje“ a oni cítí smutek, neboť si uvědomují, že pro ně zde není nikdo, kdo by je někam vzal, odvedl je být jen na půl den, nebo na den mimo zařízení, v němž jsou trvale domovem.*

*V případě těchto klientů bez funkčního rodinného zázemí je dobrovolník svým působením významným terapeutem*



klientovy duše. Máme zkušenosti s tím, že klient se na „svého“ dobrovolníka velice těší. Dochází k rychlému navázání přátelského vztahu. Často je tento vztah podobný vztahu dítěte k rodiči. V případě velmi mladých dobrovolníků je vztah více kamarádský. Bývám svědkem toho, že klient do té doby povadlý, posmutnělý, s kolísající motivací k aktivizujícím činnostem (koníčky, rehabilitační cvičení), dostává „vitr do plachet“ – život ho začíná bavit, jeho „vnitřní motor“ jako by „naskočil“. Klient, který byl dříve obtížně motivovatelný, se opět rád učí, cvičí, věnuje se různým zájmovým činnostem... Např. kreslí pro dobrovolníka obrázky, aby ho jimi mohl obdarovat, potěšit... Jako by vše v jeho životě náhle dostalo smysl.

Proto jsem vděčná za každého dobrovolníka, zejména za takového, pro něhož dobrovolnictví není jen formou praxe při studiu sociální práce a jeho zájem o klienty nekončí předáním maturitního vysvědčení. Čím je dobrovolník vyzrálejší osobností, uvědomující si, jak významnou, téměř „životodárnou“ osobou se stává vstoupením do klientovy životní dráhy, tím je cennější. Neboť ztráta dobrovolníka je velmi bolestná záležitost a z výše uvedeného jasně vyplývá, že je to ztráta srovnatelná se ztrátou mámy, táty, nebo sourozence.

**PhDr. LENKA ČERNIKOVSKÁ**  
psycholožka

Snímek na předcházející straně zachycuje jednoho z dobrovolníků Čtyřlístku – herce Národního divadla moravskoslezského, Františka Večeřu, který se s klienty věnuje také dramaterapii, ale s některými z nich tráví mnoho dalších hodin svého volného času. Během prázdnin je také učil jezdit na kole...

## PRÁZDNINOVÁ OHLÉDNUTÍ...

### ČTVRTÉ SETKÁNÍ S POLICIÍ ČESKÉ REPUBLIKY...

Poplašné sirény, které se ve čtvrtek 16. srpna rozléhaly ze zahrady Domova Barevný svět, rozhodně nebyly důvodem ke zneklidnění obyvatel okolních domů, ale právě naopak. Ve Čtyřlístku se totiž uskutečnilo tradiční, již čtvrté setkání klientů organizace s policisty, k nimž se letos připojili také příslušníci Hasičského záchranného sboru z Ostravy se svou požární technikou.



Setkání s příslušníky policejních sborů – městské i státní policie, patří dnes už téměř k tradičním akcím, které našim klientům pravidelně zpestřují letní prázdninové dny. Největšímu zájmu se jako obvykle i letos těšila hlavně technika – silniční vozy a motocykly, které opět přivezli příslušníci Policie České republiky, krajského ředitelství Policie Moravskoslezského kraje, dopravního odboru, a letos také požární technikou dokonale vybavený vůz Hasičského záchranného sboru. Nemenší pozornost však budili také služební psi Policie ČR – pes Deny a speciálně vycvičený pes skupiny kynologie Adonis, jenž ve spolupráci se svým psovodem, panem Milošem Kučerou, předvedl bezchybné ukázky vyhledávání osob v zasypaných objektech. Návštěva obou pejsků však přinesla radost také v jiném

směru: Deny i Adonis se chovali ke svému publiku tak přátelsky a vstřícně, že si je bez obav pohladili i ti nejméně smělí. Ukázka práce s policejními psy se tak brzy proměnila pro mnohé z klientů v příjemnou hodinu „canisterapie“...

Také dva koně ostravské Městské policie, kladrubští hřebci Mango a Soloc, se těšili velkému obdivu malých i dospělých klientů Čtyřlístku. Přes prvotní obavy z mohutnosti zvířat dokázali klienti brzy překonat svůj strach a nenechali si ujít ani projíždku na koňském hřbetě. Však nám oba koně opět poněkud bolestně připomněli nedávné loučení s dvojicí našich čtyřnohých přátel – Elišem a Norikou, kteří našli nový domov na farmě občanského sdružení Chewal v Bystřici u Jablunkova. Mango a Soloc si zase mohli spolu s našimi klienty vyzkoušet, co to je, když se řekne „hipoterapie“...



Klukovský zájem budil i stánek příslušnic Městské policie z úseku prevence kriminality, které prezentovaly policejní zbraně a ochranné prostředky. Přítomné policistky ochotně odpovídaly na všechny zvědavé otázky, a kdo chtěl, mohl si dokonce „zastřílet“, samozřejmě z nenabité pistole.

Pro všechny klienty, kteří se tohoto setkání letos mohli zúčastnit (a bylo jich více než padesát ze všech zařízení Čtyřlístku), se tohle letní dopoledne moc líbilo. Ostravským policistům a hasičům patří velký dík za to, že si při své náročné práci našli čas, aby zavítali mezi zdravotně postižené děti a dospělé a připravili jim spoustu poučných a zároveň nezapomenutelných zážitků.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Na snímku vpravo: *Také Pěťa Laník patřil k těm, kteří si nenechali ujít možnost „prozkoumat“ policejní zbraně, jež byly k vidění u stánku Městské policie Ostrava...*



## SOBOTNÍ PŘEKVAPENÍ

Jednoho sobotního odpoledne zatroubilo pod našimi okny hasičské auto! Na chvíli jsme se lekli, že někde hoří. Příjemným překvapením ale bylo, že hasiči za námi přijeli jen tak, na návštěvu. Rychle jsme vyběhli ven před Berušku.

Z auta začali vyskakovat urostlí chlapíci v uniformách a za nimi naše vedoucí Jana! Dobrovolní hasiči ze Šenova přijeli, aby nám udělali radost a ukázali, co nás už dlouho zajímá – jak vlastně z blízka vypadá to velké červené auto a co všechno je potřeba k hašení požáru. Hasiči byli velice milí a ochotní, s úsměvem se nám věnovali, všechno nám vysvětlili, ukázali. Mohli jsme „prošmejdit“ celé auto, sednout si za volant, vyzkoušet vysílačku. Hasiči nám předvedli přenášení zraněného na nosítkách, v roli zraněného jsme se všichni vystřídali. A nejvíc se nám líbilo, že jsme se mohli navléknout do těžkých hasičských obleků a zkusit si přílbu. To byla paráda!

Hasičská sobota byla pro nás krásným zážitkem, a aby toho nebylo málo, den jsme zakončili netradičně – stanováním. Večer jsme si opekli párky, zazpívali si a ti nejdůležitější z nás si ve spacácích ustlali i s tetami ve stanu na naší zahradě.

**ZUZANA PROKŠOVÁ**  
Domov Beruška



## ...a prý, že nerostou!

Houbařská sezona ještě ani nezačala, ale v našem Třebovickém parku se každodenně od ranních hodin potkávají lidé, tzv. pejskaři, kteří venčí své miláčky u Opavice, lidé jdoucí do práce – zaměstnanci Stacionáře Třebovice, naši klienti, dále ošetřovatelky nedalekého psího útulku, cyklisté, lidé bez zaměstnání, nebo také důchodci... Tento různorodý „vzorek“ obyvatelstva však spojuje velmi oblíbená a typicky česká záliba:



houbaření! Nevzhlížejí k nebi, nekochají se přírodou a nádhernými vzrostlými stromy, z nichž leckteré jsou vzácné, dovezené z dalekých krajů kdysi dávno, ještě v dobách, kdy zde stál třebovický zámeček obklopený nádherným parkem... Všichni jsou shrbeni k zemi a hledají houby. Vyskytují se zde modráky, klouzci, babky a pýchavka královská. A právě poslední houba dorůstá velkého objemu i gramáže a je nejen krásná, ale výborně chutná!!! Nevěříte? Tak se podívejte na naše fotografie! Bylo to skoro jako ve známém příběhu o Císařově pekaři a Pekařově císaři: „Ten dělá to a ten zas tohle a všichni dohromady se pořádně najedli!“

Text a foto: **HANA ZÁBRANOVÁ**, Stacionář Třebovice



A houbové řízečky, vlastnoručně připravené, chutnaly opravdu výborně...!

## POD CIRKUSOVÝM ŠAPITÓ



Pan Pavel Holuša, ředitel Nadace Podkova, nabídl našim klientům příjemné zpestření prázdninového dne návštěvou jednoho z nejslavnějších českých cirkusů – Humberto, který právě v srpnu v Ostravě hostoval. A tak pozvání k návštěvě jednoho cirkusového představení využili v pátek 17. srpna klienti Domova Barevný svět a Domova Beruška. Všichni se moc těšili na bohatý program a hlavně na exotická zvířata.

Na začátku představení nás uvítala mladá akrobatka, která představila cirkus vedený rodinou Navrátilových. Ta nám pak předvedla své akrobatické umění na laně. Pak na nás čekala ukázka drezúry s medvědem, který před sebou koulel sudy a skákal podle povelů svého krotitele. Mezi cvičenými zvířaty tady byly k vidění i kozy, jež přeskakovaly překážky a sloni, kteří si na povel uměli sednout i tančit. Mezi jednotlivými čísly bavil obecnostvo klaun, jenž určitě nesmí chybět v žádném pořádném

cirkuse. Také cvičení psi nám ukázali, jak proskakovat kruhy a běhat po rampě. Akrobati nám představili velice nebezpečné cviky na hrazdě i na laně. Představení bylo moc pěkné, protože jsme viděli nejrůznější skvěle vycvičená exotická zvířata (velblouda, lamu) i různé druhy koní.

Poněkud nečekaný a hodně dobrodružný zážitek si pro tentokrát z cirkusu odnesl Honzík Polhoš z Domova Beruška, který se na chvíli převtělil do kůže pilota a ve svém stříbřitém aeroplánu se ocitl až pod samou kopulí cirkusového šapitó...

I když se to všechno událo pod dohledem pozorného klauna, kdo ví, co se v té chvíli odehrávalo v Honzíkově mysli. Každopádně všichni budou na toto nezapomenutelné představení dlouho vzpomínat.

(db a dbs)

Foto: VLADIMÍRA KALOČOVÁ

---

## PRÁZDNINOVÉ STANOVÁNÍ U RYBNÍKA LAŠA



**Stalo se už tradicí, že se Stacionář Třebovice v létě chystá na stanování u rybníka Laša. Očekávaný den se blížil a nám nastala spousta starostí: kdo bude stavět stany, kdo zajistí guláš, kdo nakoupí párky na opékání a kdo připraví soutěže? Samozřejmě, že jsme všechno zajistili a šlo se na věc.**

Všechny tyto věci nezvládneme sami, a tak se přidávají tatínkové, zdravotní sestřičky, vedoucí a další zaměstnanci Stacionáře. Program byl nabitý k prasknutí, například postavit stany, nachystat dřevo na táborák, zvládnout za pomoci tatínka chytání ryb. Ještě, že jsme měli uvařený gulášek. A po dobrém obědě nás čekal odpočinek.

Celý den nám paní Gabka slibovala překvapení, moc jsme se těšili, co že nás to čeká. A je to tu! otevírají se vrata a přijíždějí známá auta našich kamarádů – fotbalistů Ostrava-Steelers, kteří přece nemohou chybět na žádné naší akci. Jsou tady ve velkém počtu, jako vždy. Pohostíme je gulášem a už na ně čekáme, aby si s námi zasoutěžili a strávili s námi příjemné odpoledne.

Velkým zážitkem byla pro nás loďka na rybníku. A poradili jsme si i bez pádel. Vždyť pomocí lopat se dá taky odrážet a plout po vodě. Všechny krásné věci, zážitky a pohoda rychle končí. Je večer a kamarádi fotbalisté se vracejí ke svým rodinám. Ale ne všichni, zůstávají dva a ti nám pomáhají s táborákem. Den se blíží ke svému konci a my jdeme spát do našich připravených stanů.

Jak naše stanování zhodnotit? Paráda. Na závěr ještě musíme poděkovat všem, kteří byli ochotni se na tomto báječném dnu podílet. Rodičům, zaměstnancům, ale především a myslíme si, že se nebude

nikdo  
zlobit,  
děkujeme  
našim

kamarádům fotbalistům Ostrava-Steelers, kteří jsou tu vždy pro nás. Mají své zájmy, rodiny, povinnosti a přesto si na nás udělají čas.

Text a foto: **GABRIELA VOZNICOVÁ a KLIENTI**  
Stacionář Třebovice



*U rybníku Laša nás čekala spousta pěkných zážitků, nejen těch tábornických, ale také sportovních...*

---



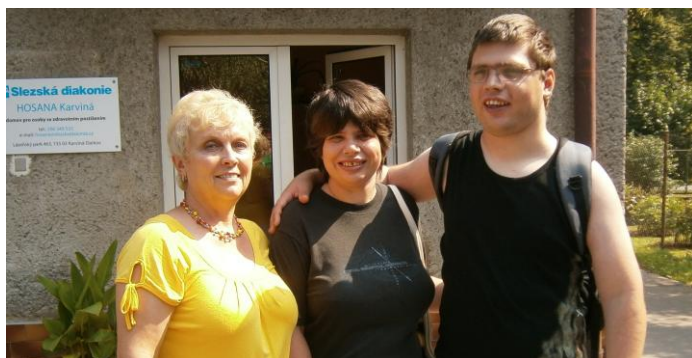
## A ještě jedno zajímavé dopoledne na Laši...

Poslední krásné letní dny lákaly všechny do přírody a k vodě. I my jsme vyrazili do přírody blízko našeho zařízení. Vzali jsme rybářské pruty s tím, že se nám podaří něco chytit. Nahodili jsme udice a čekali, co se bude dít, kaprovi se k nám moc nechtělo, a tak jsme si čekání zpříjemnili opékáním špekáčků. Špekáčky nám moc chutnaly, ale kapr pořád nikde! Naštěstí tam chytal místní rybář, kterému se podařilo kapra ulovit. K naší radosti nám kapra na chvíli půjčil. Všichni jsme měli radost a s kaprem jsme se vyfotili. Příjemné dopoledne jsme ukončili zpíváním při kytáře.

Text a foto: **JARMILA ŠUGAROVÁ**  
Stacionář Třebovice

## POSLEDNÍ PRÁZDNINOVÝ DEN Nejen s Dášou a Martinou...

Byl krásný letní den, 23. srpna, který jsme strávili celodenním výletem do Karviné. Navštívili jsme bývalé klientky Čtyřlístku, které nyní bydlí v zařízení Slezská diakonie Hosana. Pozdravili jsme Petru Římanovou, Tomáš Lohutín předal své sestře Renátě nejen společný dárek, ale i dopis kamarádek z Centra pracovní činnosti. My jsme oplátkou obdrželi dopis pro Šárku Kuchtovou a pozdrav pro kamarády z Domova na Liščině od Jarky Pihíkové. Procházka parkem nám všem velmi prospěla. Nerozlučné dvojice – Renáty - Dudková a Slezáková i sestry Věra a Anička Nagyovy, si užívaly možnost celý den si povídat. I naši tři Tomášové – Tancoš, Černý a Lohutín, se většinou drželi pospolu. Dáša věnovala pozornost Máriovi a ostatní se živě zapojovali do rozhovorů. Všechny uživatele potěšilo, že paní v parku



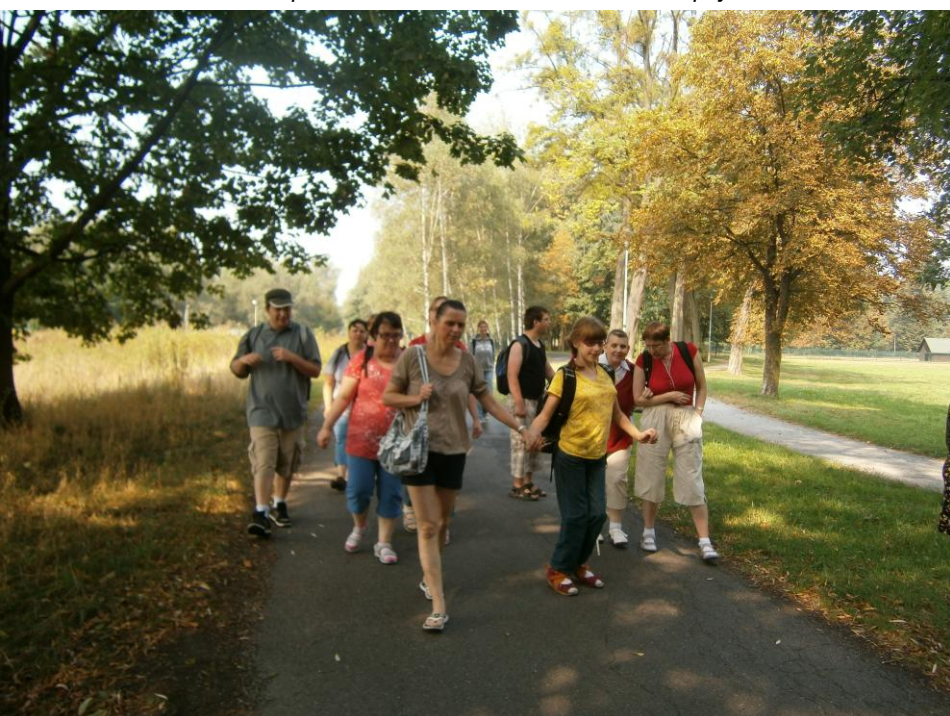
dovolila pohladit své pejsky. Navštívili jsme také karvinský kostel i zámek. Letní bouřku s deštěm jsme přečkali v letní restauraci u kafička a zmrzliny a poté jsme ještě stihli nakoupit drobnosti pro potěšení. S výletem jsme byli spokojeni a snad nebyl poslední...

Text a foto:  
**DAGMAR DROBÍKOVÁ a MARTINA SKÝBOVÁ**

Domov Barevný svět

Na snímku nahoře: Paní Dagmar Drobíková a Tomáš Lohutín na návštěvě u své sestry, Renátky Lohutínové v Karviné.

Dole: Na procházce v karvinském parku...



# Hurá za pokladem!

Prázdniny utekly jako voda, blížily se ke svému konci a my jsme se rozhodli pro děti vymyslet nějaké to dobrodružství, které v Berušce ještě nebylo. S tetami jsme vymysleli přítele Freda, který dětem poslal tajemný dopis. Schoval pro ně poklad, a ten děti musí najít. V dopise byla popsána i cesta, jak se k pokladu dostat. Celé dobrodružství totiž spočívalo v tom, že se za ním

Šli jsme tedy po šípkách. Jejich směr ukazoval cestu mezi rodinné domky, přes nedaleký park a dětské hřiště. Děti si samy přečetly úkoly, které pro ně byly připraveny v zalepených obálkách a pečlivě odpovídaly na otázky, jež psaníčka obsahovala. Úkoly byly nejen vědomostní, ale také pohybové, takže se měly dělat dřepy, doskátat po jedné noze k cíli atd..... No, zasmáli jsme se všichni.

Úsměvy na rtech začaly uvadat v okamžiku, kdy děti viděly, že cesta po šípkách vede zpět k Berušce. Začaly se vyptávat, co to má znamenat, že žádný poklad nenašly a že se vrací zpět domů. Po chvíli ale zjistily, že poslední šipka s označením CÍL vede směrem do naší zahrady. To znamenalo, že zbývá poslední obálka, kterou si přečetly a zjistily, že poklad je schovaný právě někde v areálu zahrady. Po odemčení branky se všichni rozběhli a začali usilovně hledat poklad, na nějž se tak těšili. Najednou zazněl výkřik: „Mám! Našla jsem ho!“, zavolala Maruška. V tu chvíli se všechny děti seběhly ke stanu, který je na zahradě postavený a začaly křičet radostí, protože tam poklad opravdu byl.

Když se krabice s pokladem otvírala, všichni netrpělivě čekali, co tam asi bude. A ejhle...krabice byla plná sladkých dobrot, ze kterých měly děti ohromnou radost. Byly nesmírně rády, že jejich cesta za dobrodružstvím nebyla zbytečná, stála opravdu za to a našly očekávaný poklad. Tento krásný prázdninový den jsme zakončili grilováním párků a večerní diskotékou na zahradě Berušky.

**MICHAELA PROCHÁZKOVÁ**  
Domov Beruška



Úspěšní hledači „pokladů“ z Domova Beruška...

# Loučení s prázdninami v hotelu Vista

Krásné rozloučení s letošními prázdninami pro nás připravili ve čtvrtek 30. srpna přátelé z hotelu Vista v Ostravě-Zábřehu. Předseda představenstva společnosti Eset group, která hotel vlastní, pan Mgr. Ing. Pavel Sychra, patří také ke sponzorům Čtyřlístku, přišel s hezkým nápadem, připravit pro naše klienty v areálu hotelu odpoledne plné soutěží a her s diskotékou.



A jak slíbil, tak udělal. Počasí nám opravdu náramně přálo a zájem o tuto akci byl ve Čtyřlístku obrovský. Do hotelu Vista se sjela téměř šedesátka klientů ze všech zařízení Čtyřlístku, s výjimkou našich nejmenších z Domova Beruška. Ve venkovním areálu hotelu na nás čekalo mnoho zajímavých soutěží, při kterých jsme si vyzkoušeli postřeh, přesnost i trpělivost. Rolí volentérů se ujali zaměstnanci hotelu, kteří také vymysleli všechny ty důmyslné hry a soutěže. Všichni byli tak zaujatí plněním jednotlivých úkolů, že si ani nestačili všimnout, jak rychle čas ubíhá. Ale najednou bylo všechno hotovo, všechny soutěže absolvovány a všechny získané body zaznamenány.

Jako odměnu za všechnu tu námahu pro nás zdejší kuchaři vykouzlili v hotelovém salonku úžasné občerstvení, v němž vedle spousty jiných dobrot nechyběla ani čokoládová fontána... Odpoledne plné překvapení a her vyvrcholilo taneční diskotékou, při níž jsme se všichni výborně pobavili a zatancili si i se svými hostiteli. Samozřejmě nejvíc jsme se ale těšili na slavnostní vyhodnocení všech soutěží, protože každý byl

zvědavý, jak dopadl a kdo si odnese vavříny vítězství. Ta chvíle konečně přišla, když se pan Sychra chopil mikrofonu, zatímco jeho spolupracovníci už měli připravené medaile a bohaté ceny nejen pro vítěze, ale také sladké odměny a účastnické diplomy pro všechny soutěžící.

Vítězové jednotlivých disciplín měli pochopitelně velikou radost a těšili se ze svého úspěchu i cen, jež dostali. Důležité však bylo, že vyhráli úplně všichni, kteří se tohoto nádherného odpoledne v hotelu Vista zúčastnili. V paměti jim ještě nadlouho zůstaly vzpomínky na tento nezapomenutelný a událostmi i zážitky nabitý den. Náš velký dík za to všechno patří nejen panu Pavlovi Sychrovi, ale celému perfektně sešranému týmu hotelových pracovníků, kteří to všechno pro nás dokonale zorganizovali a připravili a po celou dobu naší přítomnosti byli také skvělymi a pozornými hostiteli. Lze si vůbec přát lepší rozloučení s prázdninami?

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**



*Snímek nahoře zachycuje Jirku Válka uprostřed soutěžního zaujetí, zatímco na fotografii vpravo jsou klienti Čtyřlístku ve víru disko tanců spolu s organizátory odpoledne z hotelu Vista...*

## JAK LIŠČINSKÉ ZOMBIE DOBYLY KARVINOU

Součástí letošního Dne horníků, který se uskutečnil 1. září v Karvině, byl mimo jiné také karnevalový průvod. Akce, na které jsme nemohli chybět. Všichni přece víte, že Liščina je místem smíchu, radosti a spousty legrace a je jedno, jestli jste klient nebo zaměstnanec. Hlavně že jste pro každou legraci. Uznejte tedy sami, copak bychom na karnevalu v Karvině mohli chybět a přijít o možnost ze sebe udělat nějaké zajímavé a netradiční bytosti?

Na karnevalu nás kromě úžasného zážitku lákala i možnost získat finanční cenu za nejlepší masku. Před kulturním domem v Karvině jsme se zařadili do průvodu a prošli spolu s ostatními částí města. Skončili jsme na náměstí, kde vyvrcholila soutěž a byly vyhlášeny nejlepší masky. Nevěřili byste, jak zombie ožily, když zjistily, že za svou poctivou snahu získaly dvacet tisíc korun z Nadace OKD! Radost byla obrovská, pořad jsme tomu nemohli uvěřit, ale bylo tomu tak. Když jsme se vraceli domů na Liščinu, čekalo nás velké přivítání i s transparentem. No, prostě zase jeden úžasný den pro Liščiňáky...

**MARIE LEŠŠO**  
Domov na Liščině

Přípravy byly veliké. Jen maskování nám zabralo dvě hodiny, a to nepočítáme přípravu kostýmů! Ale naše snaha stála za to. A za co jsme se namaškarili? Protože patříme ve Čtyřlístku k nejstarším, udělali jsme ze sebe ZOMBIE. O tom, že se nám proměna dokonale podařila, svědčilo i to, že jsme nejednoho člověka pořádně vyděsili. Dokonce ani náš řidič, pan Ivan Marhula, který nás do Karvině vezl, nikoho nepoznal.



Takhe vypadala dokonalá „zombie“ proměna à la Domov na Liščině...

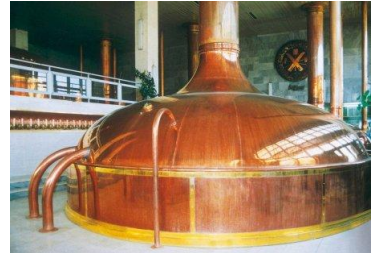


## Na exkurzi v pivovaru Ostravar

Právě tenhle nápad se zrodil v kanceláři Podporovaného samostatného bydlení, kde se sešla pětice našich uživatelů a začali se bavit o pivo. Pak se někdo zeptal: „A jak se vlastně pivo vyrábí?“ Následovalo hrobové ticho, do něhož se ozvalo: „No a nemůžeme se na to jít podívat?“ Otázka byla vyslovena a teď ještě zbývalo na ni odpovědět a nápad uskutečnit.

Objednali jsme si prohlídku provozu v „Pivovaru Ostravar“ na jeden ze srpnových dnů. Nastal den „D“ a šlo se. „Ostravar“ patří mezi desítku největších pivovarů v České republice a je od svého založení v roce 1897 vyhlášený kvalitou své produkce, která uspěla v mnoha degustačních soutěžích a byla mnohokrát v historii oceňována.

Protože většina našich klientů viděla film *Postřižiny*, odehrávající se v prostředí pivovaru, mysleli si, že v ostravském pivovaru to bude vypadat podobně. Nikdo si vlastně ani nedovedl pořádně představit, jak to v dnešním pivovaru vypadá a jak se vlastně pivo vaří. O to víc byli všichni překvapeni, když viděli moderní provozy. Prováděla nás jimi velice milá slečna, která všechny ohromila svými vědomostmi a znalostmi historie i technologie výroby zlatého moku.



Procházeli jsme postupně „varnou“, kde v sedmi nádobách s měděnými vnějšími a nerezovými vnitřními povrchy vše začíná, ale do „spilky“, kde při teplotě 12° C pivo kvasí v otevřených kádích, nás z důvodu přísných hygienických pravidel nepustili. Zato v „ležáckém sklepě“ nás ohromily velké ležácké tanky (obrovské nerezové válce, jež se k našemu údivu čistí stále tak, že se do něj jeden ze zaměstnanců musí spustit malým otvorem a ručně celou nádobu vyčistí), v nichž pivo dozrává 20 – 60 dnů. Tam jsme se také zdrželi o něco déle, protože se začala

rozvíjet žhavá diskuze na téma, kdo se do nádoby dokáže protáhnout a kdo ne.

K dalším provozům, kam jsme mohli nakouknout, patřila „filtrace“, kde se pivo čistí a zvyšuje se jeho trvanlivost, a „stáčírna lahví“. Tady se pivo stáčí do půllitrových vratných lahví. Celou trasu jsme zakončili v pivovarském muzeu ve Staré varně, kde jsme se mohli seznámit s ukázkami výroby sudů, prohlédnout si přepravní sudy z 20. let minulého století, nebo historické čelo sudu a mnoho historických skleněných lahví od piva. Celou expozici doplňovaly pivní etikety a dokumentární fotografie o historii výroby piva.

Naši exkurzi zakončila nezbytná ochutnávka piv z produkce ostravského pivovaru, která se pochopitelně setkala s velkým ohlasem. Měli jsme také možnost koupit si tady originální pivní sklenice s logem jednotlivých piv Ostravar a také této nabídky jsme plně využili. Každý ze suvenýrů nám bude určitě ještě dlouho připomínat jeden zajímavý den, během něhož jsme se dověděli, z čeho vzniká a jak se vyrábí nejoblíbenější český nápoj...



Text a foto: **LENKA FOLDYNOVÁ**  
Podpora samostatného bydlení

## Hledání třebovického koláče...

Pro klienty třebovického stacionáře jsme 12. září uspořádali zábavnou akci s názvem „Hledání třebovického koláče“. Byla spojena s vědomostní soutěží, úkolem bylo najít patnáct otázek rozmístěných po zahradě areálu a správné odpovědi vepsat do připravené křížovky. Po vyplnění tajenky museli jednotliví soutěžící najít barevný praporek určené barvy a v jeho blízkosti ukrytý poklad. Když jej objevili, zjistili, že jsou v něm ukryté koláče, které mohli sníst. Úspěšné hledání zakončila diskotéka, na níž si klienti s chutí zatančili.

**JAROSLAVA HANELOVÁ**  
Stacionář Třebovice





# BOHATÉ VÝSTAVNÍ LÉTO (I PODZIM) ČTYŘLÍSTKU

## Výstavy v Dole Michal, Knihovně města Ostravy v Galerii Ametyst a ve Vyšší odborné škole zdravotní a sociální

Ve spolupráci s Národním památkovým ústavem – odborným pracovištěm v Ostravě, jsme od 4. července do konce prázdnin uspořádali výstavu výtvarných a rukodělných prací našich klientů ve velkorysých výstavních prostorách Národní kulturní památky Důl Michal v Ostravě-Michálkovicích. A protože to byla první společná akce nově započaté kulturní spolupráce mezi naší organizací a Národním památkovým ústavem, nemohla chybět ani vernisáž. Jejimi hosty byli převážně pracovníci Národního památkového ústavu, ale také naši klienti a zaměstnanci Čtyřlístku.

Správce Dolu Michal, pan ing. Alexandr Zaspal, při vernisáži ocenil krásu vystavených prací a vyjádřil přání, aby se spolupráce se Čtyřlístkem dále rozvíjela i v jiných oblastech, třeba hudebních. Tuto myšlenku podtrhlo vystoupení naší skupiny Rytmy, tvořené klienty Domova na Liščině a Domova Barevný svět pod vedením paní Libuše Gajdové, která do hudební produkce zapojila i přítomné hosty, včetně pana správce. Pak už nezbývalo, než se potěšit prohlídkou výstavy, na níž byly zastoupeny práce klientů čtyř zařízení Čtyřlístku, a ochutnat připravené dobroty, které vlastnoručně napekla kurátorka výstavy, paní Mgr. Květa Jordánová a báječné svatební koláčky, jimiž k vernisáži sponzorsky přispělo pekařství Seval. A pokud jste výstavu navštívit nestihli, nevadí. Věříme, že úspěšně navázaná spolupráce bude pokračovat i v příštím roce.

Premiérovou výstavou v Památkovém dole Michal v Michálkovicích však naše letní výstavní aktivity neskončily. Pokračovaly dalšími dvěma, dnes již tradičními prázdninovými výstavami v Knihovně města Ostravy, pobočce na Fifejdách

a v Galerii Ametyst, kde výsledky malířské tvorby klientů představil kreativní ateliér Domova na Liščině. Od 11. září pak byla k vidění výstava obrazů našich klientů ve výstavních prostorách Vyšší odborné školy zdravotní a sociální v Ostravě na Jízdárenské ulici. Vernisáže se zúčastnili jak studenti školy, tak pedagogové. Její program opět zpříjemnili členové naší skupiny Rytmy pod vedením paní Libuše Gajdové (viz foto). Sklídili nadšený potlesk přítomných návštěvníků vernisáže, pro něž byla zároveň pozvánkou na připravovaný šestý ročník koncertu Všechny barvy duhy.

Text a foto: rw



## RYTMY MEZI ŘETÍZKY...

### Netradiční hudební show

Od počátku letošního roku se velmi slibně rozvíjí spolupráce mezi Čtyřlístkem a Národním památkovým ústavem – odloučeným pracovištěm Důl Michal v Ostravě-Michálkovicích, kde byla po celé prázdniny k vidění výstava výtvarných prací našich klientů, jež se setkávala s velmi příznivým ohlasem návštěvníků. Při její vernisáži se pracovníkům památkového ústavu velmi líbilo vystoupení hudební skupiny našich klientů Rytmy, a tak nás požádali o samostatný koncert. Uskutečnil se pro ostravskou veřejnost ve středu 22. srpna ve výjimečném prostředí bývalé řetězkové šatny Dolu Michal. Tato událost zaujala nejen návštěvníky dolu, ale i reportéry ze zpravodajské redakce ostravského studia České televize, kteří o ní přišli natočit reportáž odvysílanou pak v Událostech z regionu. Koncert, vedený a komentovaný paní Libuší Gajdovou, se moc líbil a pracovníci Národního památkového ústavu už se těší stejně jako my na další spolupráci a společné zajímavé akce, jež udělají radost jak našim klientům, tak ostravské veřejnosti. Tuto událost popsala její hlavní aktérka, paní Libuše Gajdová, následujícími slovy:



*V netradičním prostředí bývalého hornického dolu Michal, dnes národní kulturní památky v Michálkovicích, se uskutečnil veřejný koncert klientů Domova na Liščině a Domova Barevný svět. Tak jako na každou prezentaci hudební skupiny „Rytmy“, se i tentokrát všichni účinkující pečlivě připravovali. Společně s klienty obou zařízení jsme vytvořili podrobný scénář našeho hudebního vystoupení. Do programu jsme zařadili průřez bohatou činností muzikoterapie. Zpěv za doprovodu varhan, hra na Orffovy nástroje, zobcové flétny, a v neposlední řadě bubnování na djembe. Vše ve skupinové sestavě.*

*Naše hudební skupina se poprvé v tomto hornickém muzeu představila v červenci při vernisáži výstavy obrazů klientů Čtyřlístku, kterou uvedl správce národní kulturní památky, Ing. Alexandr Zaspal. Návštěvníkům jsme se představili jako bubenický tým. Po skončení doprovodného programu vernisáže jsme byli osloveni k další spolupráci. Jak z vernisáže, tak hudebního doprovodu, byl pan Ing. Alexandr Zaspal zcela nadšen a nešetřil slovy obdivu a chvály. Netrvalo dlouho, a další pozvání ke koncertnímu vystoupení se stalo skutečností.*

*Naším úkolem bylo úspěšně prezentovat Čtyřlístek na veřejnosti v oblasti hudební činnosti. Jisté zkušenosti máme, ale přesto mezi účinkujícími vládla tréma a přání, co nejlépe zvládnout průběh koncertu, a vytvořit co nejlepší atmosféru. Naše pozvání také přijali a zároveň hosty našeho koncertu byli profesionální muzikoterapeuté, Mgr. Michaela Plecháčková, Daniel Plecháček a Pavel Vank, kteří zahráli samostatně i společně s našimi klienty za zvuků didgeridoo, brzové pentatonické flétny a djembe bubnů pro všechny naše posluchače. Dokonalým zvládnutím těchto nástrojů tak připravili přítomným návštěvníkům neuvěřitelně hudební zážitek.*

*Závěrem bych chtěla poděkovat za účast na koncertu také pracovníkům z jednotlivých zařízení naší organizace, kteří věnovali svůj volný čas, a ocenili bouřlivým potleskem snahu a um našich klientů.*

**LIBUŠE GAJDOVÁ**  
Domov na Liščině



*V prostorách bývalých šaten památkového dolu Michal v Ostravě – Michálkovicích našly Rytmy skutečně originální koncertní prostředí i pozorné posluchače...*

Foto: BOHDANA RYWIKOVÁ



## FOLKLOR BEZ HRANIC OPĚT VE ČTYŘLÍSTKU

Již patnáct let je Ostrava každoročně v srpnu dějištěm Mezinárodního festivalu Folklor bez hranic, jehož účastníci pravidelně vystupují také u nás ve Čtyřlístku. V letošním roce jsme přivítali dva soubory, které nám přivezly nejen krásu lidových písní a tanců ze dvou různých zemí – Polska a Srbska, ale vnesly do našich srdcí hodně radosti a nového poznání, že jinde mají písně a tance, jež sice neznáme, ale jsou přinejmenším stejně krásné jako ty naše.

Největší část programu patřila studentskému souboru písní a tanců Poloniny z Rzeszówa, jehož

repertoár tvoří nám blízké lidové písně z regionů jižního a východního Polska, zatímco srbský folklorní soubor Kud Branko Radicevic z Bělehradu představil originální balkánskou melodiku i tance, v nichž byly patrné i turecké vlivy. Oba soubory patří k nejlepším ve svých zemích, hostovaly v mnoha státech Evropy a v zámoří. Byli jsme rádi, že jejich letošní umělecká návštěva patřila kromě jiných také ostravskému Čtyřlístku... Odměnili jsme je bouřlivým potleskem i nadšenými ovacemi a těšíme se (snad) někdy zase na shledanou.

Text a foto (rw)

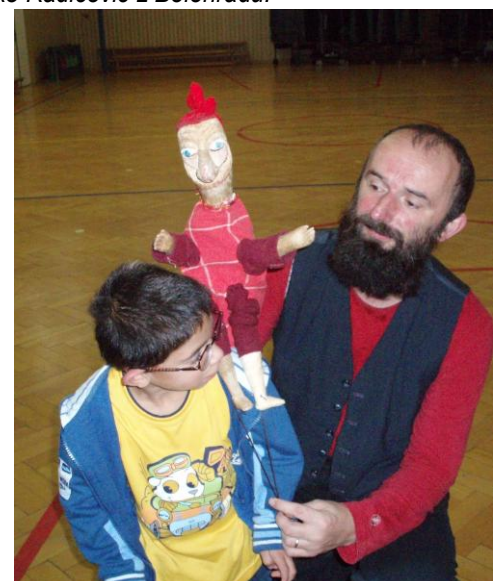


*Libivé balkánské rytmy nám ve Čtyřlístku představil srbský folklorní soubor Kud Branko Radicevic z Bělehradu.*

## Divadelní pout' bez bariér aneb Loutky, které nikde nechtěli...

V týdnu od 24. do 27. září se stala Ostrava dějištěm sedmého ročníku přehlídky Divadelní pout' bez bariér, jejímž pořadatelem je každé dva roky Ostravské divadlo loutek. Tato kulturní instituce na nás myslí pravidelně nejen lákavými pozvánkami do divadla na jeho vlastní představení, ale v rámci Divadelní pouti bez bariér nás tradičně „obdarovává“ i divadelními představeními přímo ve Čtyřlístku.

Ne jinak tomu bylo i letos, kdy k nám v rámci přehlídky zavítalo divadlo Cirkus Žebřík z Prahy s loutkovou klauniádou Miloše Samka „Loutky, které nikde nechtěli“. Všem divákům, kteří se v tělocvičně Domova Barevný svět na představení sešli, se veselé vyprávění o cestách světem spolu s loutkami a veselými zvířátky moc líbilo. A ještě větší radost jim udělal pan Samek na závěr, když malým i velkým zájemcům umožnil důkladné seznámení s loutkami samotnými. Kdo ví, zda se mezi našimi klienty někdy v budoucnosti nezrodí také loutkoherci...





## Modrý slon pro naše klienty

Každoročně pořádá sdružení Artefaktum.cz a Centrum pro zdravotně postižené Libereckého kraje o. s. celostátní soutěž o Cenu Modrého slona, jež byla v letošním roce součástí IX. ročníku projektu „Tvoříme duši“. Soutěž je vypisována v celkem deseti kategoriích, mezi něž patří také výtvarné obory – malba, keramika, fotografie nebo textilní tvorba. V letošním roce se do soutěže přihlásili klienti Domova Barevný svět a poslali své výtvarné práce. Ti nejlepší se počátkem léta dočkali ocenění: Renáta Slezáková, Jiří Šimíček a Kamil Mitáš získali čestná uznání a medaile s emblémem „Modrého slona“. Gratulujeme! V historii Čtyřlístku je to již podruhé, kdy naši klienti obdrželi ocenění Modrý slon. Jako první jej získala Adélka Sadílková za literární tvorbu.

(rw)

## VOŇAVÁ POCHOUTKA SBÍRÁ VAVŘÍNY...

Film Voňavá pochoutka, který získal cenu za nejlepší kameru a čestné uznání poroty pro hlavního představitele Jiřího Muchu na letošním Mezinárodním festivalu filmů s mentálně postiženými (ne)herci Mental Power Prague Film Festival, sbírá další ocenění na filmových festivalech. Pro nás je důležité, že většinu rolí v tomto filmu vytvořili klienti Čtyřlístku, kteří také obsadili první dvě hlavní role (Jiří Mucha a Monika Dírová, dále pak Martina Pazderová, Jiří Šimíček a řada dalších).



Základem celé myšlenky bylo natočit krátký hraný film na profesionální úrovni, jehož hlavními aktéry (popř. spoluautory) budou převážně mentálně a kombinovaně postižení (ne)herci. Principem bylo propojení práce profesionálních umělců a

odborníků a lidí s handicapem, kteří se společně podíleli na vzniku filmu.

Voňavá pochoutka je krátkometrážním hraným filmem, vyprávějícím příběh mladého muže, Emila, jenž se jako každý týden rozhodl přivést své přítelkyni malý dárek. Po čase samozřejmě začíná fantazie ochabovat a Emil dostává spásnou myšlenku, udělat své vyvolené radost nákupem zcela originálního dárku v obchodě se sýrem...

Když si jej vítězoslavně odnáší z prodejny, vůbec netuší, na jaké problémy mu takhle nenápadná krabice s dárkem

zadělává... Doveze dárek své přítelkyni Jitce? A co vše může jedno „originální“ překvapení způsobit?

Slavnostní premiéra filmu, jehož režie se ujal Pavel Šimák (kamera Petr Kožušník, střih Jaromír Vašek, hudba Tomáš Rossi, zvuk Marcel Weiss, produkce Ivana Martáková) se uskutečnila letos 7. května v multižánrovém centru Cooltour na Černé louce v Ostravě (viz minulé číslo Zrcadla). Na podzim se film zúčastnil dalších tří filmových festivalů a na všech sklídl velký úspěch. V sobotu 6. října jej ocenila porota i diváci na 12. ročníku Mezinárodního festivalu



studentských filmů v Písku nejen tím, že jej poslali do hlavní soutěže v sekci 'handicapovaní tvůrci', ale také smíchem, který se ozýval během projekce a závěrečným potleskem.

To o kus dál, na prvním ročníku festivalu Dobromysl v Hradci Králové, získal rovnou 1. místo za nejlepší hraný film a cenu 100.000 Kč, která je vázaná kontraktem na natočení filmu pro vylosovanou organizaci.

O týden později, 12. října, bodovala Voňavá pochoutka na festivalu filmů Terrapin v Pržně, kde získala 1. místo v sekci o životě handicapovaných (profi filmy). Přestože jsme film točili hlavně pro radost, určitě jsme rádi za různá ocenění, která se Voňavé pochoutce dostávají a třeba ještě dostanou. „Všem hercům a tvůrcům ještě

jednou děkuji a těším se na další spolupráci“, vzkazuje i našim klientům produkční a spoluproducentka filmu, paní Ivana Martáková.

(im)  
Foto z natáčení Voňavé pochoutky: LENKA ČERNIKOVSKÁ

## SPORT

### ČTYŘLÍSTEK BODOVAL NA EVROPSKÝCH DNECH HANDICAPU

# Mezinárodní fotbalový turnaj

V týdnu od 1. do 5. října letošního roku se v Ostravě uskutečnil jubilejní, již dvacátý ročník Evropských dnů handicapu. Čtyřlístek při nich nechyběl ani tentokrát. Právě jemu totiž připadla organizace zahajovacího dne Evropských dnů handicapu, k němuž dnes již neodmyslitelně patří Mezinárodní turnaj v přizpůsobené kopané. Letošního ročníku se zúčastnily sportovní týmy z Itálie, Maďarska, Polska a Slovenska, domácí borce reprezentovali fotbalisté z SK Duha ze Zlína a Medvědi ze Čtyřlístku.

Všechny sportovce přišli povzbudit nejen oficiální hosté, reprezentovaní poslankyní Parlamentu ČR, paní Jaroslavou Wenigerovou, náměstkem primátora města Ostravy Martinem Štěpánkem a v odpoledních hodinách také generální konzulkou Generálního konzulátu Polské republiky v Ostravě, paní Annou Olszewskou a další, ale také fotbalové hvězdy ostravského Baníku a hlavně naši klienti.

XX. ročník Evropských dnů handicapu byl zahájen za obrovského povzbuzování obecnostva, které roztleskaly malé mažoretky Tom Krokodýl Ostrava a rytmické bubnování studentů Janáčkovy konzervatoře. „Evropské dny handicapu patří k nejvýznamnějším akcím, které město Ostrava dlouhodobě podporuje. Letos to je částkou 1,8 milionu korun. Ceníme si práce jejich organizátorů, kteří mimo jiné ukazují, jak široký záběr má práce našich neziskových organizací,“ řekl mimo jiné náměstek primátora Martin Štěpánek. Slavnostního výkopu se zhostil fotbalista Antonín Buček z FC Baník Ostrava. Klub převzal nad letošním ročníkem tohoto v Evropě ojedinělého turnaje patronát. „Je neskutečné, s jakým nasazením ti kluci hrají. Mám obrovskou chuť být na hřišti s nimi,“ řekl při sledování prvních zápasů prvoligový brankář.

Během celého dne se odehrávaly napínavé zápasy. Finále soutěže pak patřilo týmům sportovců z Trenčína a ostravského Čtyřlístku, který nakonec podlehl neúprosnému tlaku Slováků a při skóre 3 : 1 skončil v turnaji jako druhý před italským týmem Cils Cesena. Ředitel Čtyřlístku a zároveň garant celého turnaje, Svatopluk Aniol,



neskrýval spokojenost s jeho průběhem a hlavně vysoce oceňoval výkonnostní vzestup jednotlivých hráčů. „Letos jsme uspořádali již třetí ročník tohoto fotbalového svátku. V každém mužstvu hrají také partneři bez handicapu. Podle pravidel UNIFIED však nesmějí chytat v bráně ani střílet góly. Letos jsme měli možnost ocenit jednoho z nich. Cenu fair play Českého hnutí speciálních olympiád získal Giulianini Tommaso z Itálie,“ uvedl pan ředitel.

Naši sportovci si odnesli z turnaje nejen druhé místo a cenný pohár, ale také cenu nejlepšího brankáře pro Ondřeje Šurába z SK Medvědi a navíc ještě podpisy a fotografie fotbalových hvězd Baníku.

Na slavnostním večeru „20 let s námi“, který se uskutečnil v úterý 2. října v ostravském Divadle loutek, byl pak spolu s dalšími významnými osobnostmi oceněn za



mezinárodní spolupráci v rámci Evropských dnů handicapu, náš pan ředitel Svatopluk Aniol. Všem vítězům a oceněným upřímně gratulujeme!

Text a foto: (rw)

*Snímky na předcházející straně zachycují dramatické okamžiky turnaje v přizpůsobené kopané i chvíle, kdy si náš tým SK Medvědi vychutnával své ocenění.*



Plakáty i fotografie s podpisy baníkovských fotbalových hvězd šly po turnaji doslova „na dračku“...

## NA TĚRLICKÉM OKRUHU...

Ve dnech 18. a 19. srpna letošního roku se v Těrlicku uskutečnil evropský šampionát IRRC (International Road Racing Championship) – Havířovský zlatý kahanec – závod motocyklů na Těrlickém okruhu. Silniční motocyklové závody, které se jezdily o trofej Zlatý kahanec, mají dlouhou historii a patřily k nejvýznamnějším motocyklovým závodům ve střední Evropě. Je to třetí nejstarší silniční motocyklový závod v tehdejší Československu, vždyť první závod O Zlatý kahanec se jel už v roce 1948...Po letech závodění na nejrůznějších okruzích se od roku 1965 definitivně zabydlel nedaleko Havířova v nádherném prostředí Těrlické přehrady a nově vzniklý Těrlický okruh se rázem stal nejrychlejší závodní trati u nás a jednou z 10 nejrychlejších tratí v Evropě. Letos se uskutečnil již XXIX. ročník této soutěže.

Díky iniciativě ředitele Nadace Podkova, pana Pavla Holuši, se podařilo získat od organizátorů soutěže volný vstup pro naše klienty z Domova Barevný svět a z Domova na Liščině, kteří v sobotu 18. srpna rádi využili tohoto pozvání. Hlavně pro kluky to byl zážitek nad jiné vzácný: vždyť kolikrát se jim poštěstí být přímými svědky tak dramatického závodu a vidět pohromadě tolik úžasných motocyklových strojů z celého světa? Cesta do Těrlicka byla tedy nejen příjemným sobotním výletem, ale hlavně vzrušující událostí, na kterou budou ještě hodně dlouho vzpomínat... Děkujeme za ni!



Na snímku: Šťastný Dominik Rozacký, pózující před krásnou závodní motorkou Kawassaki...

(rw)

---

## Olympijský Londýn v Berušce



Letní olympiáda v Londýně byla v plném proudu, fandili jsme našim sportovcům a slavíme jejich úspěchy! Napadlo nás, že bychom si taky mohli zasportovat a to opravdu olympijsky! Z Berušky se stal velký stadion a my hlavní hvězdy. Abychom mohli začít, museli jsme se nejprve dozvědět, co všechno taková pravá olympiáda obnáší. Ale to nejdůležitější jsme si museli vyrobit sami: olympijský oheň! Zároveň jsme namalovali spoustu vlajek, dresů a také jednotlivé sporty a sportovce. Vše máme připraveno, takže můžeme vyrazit na start! Překážkový běh, maratón, skok do dálky, hod diskem, závodili jsme na kolech, v tenisu, zkrátka ve všem, co nás napadlo. Během odpoledne jsme měli výbornou atmosféru a připadali jsme si jako opravdoví slavní sportovci! Jediným rozdílem bylo to, že nám větší radost udělala hromada sladkostí, kterou pro nás tety připravily, než opravdové medaile! Sladkou odměnu jsme si odnesli zpátky k televizi, kde jsme se usadili a opět se přenesli do Londýna, kde naši bojovali skoro stejně jako my dnes na zahradě...

**ILONA DOLEŽALOVÁ**  
Domov Beruška

---

### Malí kuchaři

## Mám chuť na něco dobrého...

Jaká pěkná jídla jsme to jednoho deštivého odpoledne našli na obrázcích v časopise! Zjistili jsme, že u obrázků jsou i recepty na všechny možné dobroty, a tak nás napadlo, že bychom si něco mohli „uvařit“. Pohledali jsme různé letáky a dali se do toho. Vybrali jsme si jídla, která nás nejvíce lákala, pečlivě si přečetli, co všechno k tomu budeme potřebovat, jaký je postup a co musíme udělat. Nastříhali jsme všechny suroviny, které do daného jídla patřily, skládali je a lepili na papír postupně za sebou, tak, jak bychom to dělali v opravdové kuchyni. Abychom si byli jisti, že to bude všechno správně, s výsledkem jsme se šli poradit s panem kuchařem. Jeho hodnocení, že se nám to podařilo na výtečnou, nás potěšilo, ale na druhou stranu prohlášení, že když už jsme si takhle navařili výborně sami, on může domů a večer nepotřebujeme, nás vyděsilo! Přece jenom není nad pořádnou dobrotu od našich kuchařů! Ale z naší práce jsme měli velkou radost a už přemýšlíme co si „uvaříme“ příště!



Text a foto: **ILONA DOLEŽALOVÁ**  
Domov Beruška

Na snímku: Úspěšný „kuchařský tým“ z Domova Beruška...

---

## Setkání seniorů 2012

Patří k hezkým tradicím v naší organizaci, že nezapomínáme na své bývalé zaměstnance – seniory. Jednou v roce pro ně pořádáme již několik let společenská setkání, jež se každoročně snažíme našim seniorům zpestřit zajímavým programem. S ubývajícemi penězi bohužel klesají i naše možnosti, ale protože je mezi bývalými zaměstnanci zájem o tato setkání veliký, dohodli jsme se již v loňském roce, že je budeme pořádat na půdě mateřské organizace, kde to sice všichni dobře znají, ale o to zajímavější pro ně bude možnost setkat se navíc jak s klienty, tak s bývalými kolegy.



Z více než stovky zvaných seniorů přijala téměř polovina

z nich naše pozvání, ale bylo i mnoho těch, kteří se chtěli zúčastnit, avšak ať už z osobních nebo ze zdravotních důvodů, přijít nemohli. Letošní setkání se uskutečnilo 24. září v jídelně klientů Domova Barevný svět, kde jsme připravili pro naše bývalé kolegyně a kolegy program s překvapením: promítli jsme jim zkrácený záznam loňského koncertu „Všechny barvy duhy“, oceněný animovaný film Ilony Homolové „Les“ a do třetice pak letošní filmovou novinku, na níž se z velké části podíleli klienti naší organizace, filmovou grotesku „Voňavá pochoutka“, která (jak uvádíme na jiném místě) letos nasbírala řadu ocenění na nejrůznějších festivalech. Senioři byli filmem nadšeni a byli také velmi překvapeni tím, co všechno se u nás ve Čtyřlístku děje a jak pestrou a různorodou formu může mít práce s klienty.



Na adresu vedení organizace nešetřili chválou, a tak její ředitel, PhDr. Svatopluk Aniol i vedoucí personálního oddělení, Miluše Bystroňová, vyslechli opět upřímná slova díky a nadšení z toho, že Čtyřlístek na své seniory nezapomíná. Pro mnohé z našich bývalých kolegů má velkou cenu nejen to, že vnímají vzájemnou zaměstnaneckou solidaritu a cítí se být součástí velkého kolektivu Čtyřlístku, ale také to, že alespoň jednou v roce mají možnost sejít se s bývalými spolupracovníky, potěšit se a podělit se s nimi o své prožitky, zavzpomínat a zároveň se také seznámit se všemi změnami, jež se během uplynulého roku ve Čtyřlístku udály. To určitě není málo. Však už se také všichni opět těší na další setkání v roce 2013.

Text a foto: (rw)

Na snímcích: *Pohled do klientské jídelny Domova Barevný svět, kde se uskutečnilo naše letošní setkání seniorů Čtyřlístku.*

## Vítáme mezi námi!

V uplynulých týdnech a měsících (červenec až říjen) jsme mezi sebou přivítali celkem deset nových kolegyně a kolegů v různých zařízeních naší organizace. Řady pracovníků v sociálních službách posílilo celkem sedm žen, a to v Domově Barevný svět paní **Michaela Bialková**, **Kristýna Kupčová**, **Ivana Lednická** a **Hana Moravcová**, v Domově na Liščině pak paní **Zuzana Pijáková**, **Jitka Svozilová**

a **Kateřina Štorková**. Stravovací provoz Domova Barevný svět má nového skladníka: na tuto pozici nastoupila naše staronová kolegyně, paní **Sárka Šatanová**. V Domově Beruška pracuje od července jako nová kuchařka, paní **Bronislava Škrobánková** a provoz údržby posílil nový elektrikář, pan **Oldřich Kubík**. Všem novým kolegyním a kolegovi přejeme na jejich pracovištích hodně úspěchů!

**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 V. Náklad: 31 kusů. Neprodejné. **Zodpovědný redaktor:** Mgr. Bohdana Rywiková. **Redakční rada:** PhDr. Svatopluk Aniol, Ing. Miroslava Lindovská, Miluše Bystroňová, Bc. Lukáš Křupala. Příští číslo vyjde v prosinci 2012. **Časopis Zrcadlo v tištěné podobě nelze šířit mimo jednotlivá zařízení vydavatele, pořizovat kopie časopisu nebo jej předávat jiným osobám mimo vydavatelskou organizaci.**