



ZRCADLO

Čtvrtletník Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením Ostrava,
příspěvkové organizace, ročník VI., číslo 1., březen 2013

LEPŠÍ BYDLENÍ ZA EVROPSKÉ PENÍZE

Rok s rokem se sešel a téměř k nepoznání se změnilý některé rezidenční části dvou budov našeho Domova na Liščině. Díky finanční podpoře Evropského programu pro regionální rozvoj – Regionálního operačního programu NUTS II Moravskoslezsko, se na sklonku loňského roku dočkalo dvanáct zdejších klientů nových nebo nově zrekonstruovaných pokojů, které jim nabízejí nejen více pohodlí a moderní vybavení, ale především více osobního soukromí. A jak už jsme referovali v jednom z loňských vydání Zrcadla, pronikavými změnami prošel také areál zdejší zahrady, kde byl vybudován nový spojovací chodník a postaveno nové oplocení s kamerovým systémem.

„Rekonstrukce pěti dvoulůžkových pokojů a jedna nová garsoniéra se samostatným pokojem a kuchyňskou linkou, která byla dokončena i s vybavením 27. listopadu loňského roku, udělala obyvatelům Domova na Liščině pochopitelně velkou radost, neboť nové bydlení jim konečně může nabídnout pocit skutečného domova, nikoliv pouhého ‘ubytování’“, komentuje změny k lepšímu



Investice do vaší budoucnosti

Evropská unie

PODPOROVÁNO Z EVROPSKÉHO FONDU
PRO REGIONÁLNÍ ROZVOJ

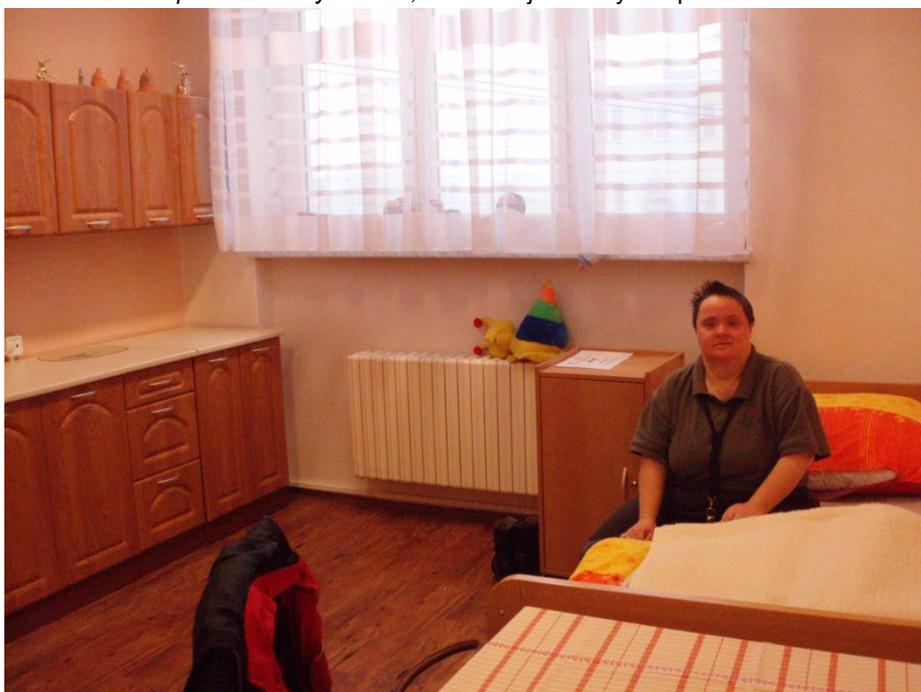


vedoucí Domova na Liščině, paní Mgr. Šárka Matyášková.

Rozsáhlá rekonstrukce zahradního areálu a modernizace vnitřních prostor Domova na Liščině, kterou na základě výběrového řízení dodavatelsky zajišťovala společnost SV UNIPS s. r. o., předpokládala celkové náklady ve výši 8,470 mil. korun, z nichž převážnou část, více než 7 milionů korun, měla pokrýt dotace z rozpočtu Regionální rady, Regionu soudržnosti Moravskoslezsko, a zbývajících 1,247 mil. Kč zřizovatel Čtyřlístku, statutární město Ostrava. Díky veřejným zakázkám se nakonec ukázalo, že celkové skutečné výdaje projektu nepřekročí 4,7 mil. korun.

Tím ovšem změny ve Čtyřlístku zdaleka nekončí. V Thomayerově ulici v Ostravě-Vítkovicích finišují práce na rekonstrukci někdejší rodinné vily, kde Čtyřlístek nabídne zájemcům novou službu: chráněné bydlení. Jenom stavební práce, jež zajišťuje společnost Stavby COMPLET Technologické s. r. o., představují výdaje pět milionů korun. Předpokládá se, že celkové výdaje se nakonec vyhoupnou až na 6,5 mil. korun (i když původně se počítalo s téměř jedenácti miliony). Také tato nová služba Čtyřlístku vzniká díky financím z Evropského programu pro regionální rozvoj – Regionálního operačního programu NUTS II Moravskoslezsko, pokrývajících náklady na tento projekt z 85 procent, zatímco zbývajících část financuje opět statutární město Ostrava. V Chráněném bydlení Thomayerova, jež bude kompletně dokončeno letos v květnu, najde nový domov devět mladých lidí se zdravotním postižením, včetně dvou imobilních klientů.

Evropská unie v letošním roce podpoří ještě další dva projekty ostravského Čtyřlístku, a to téměř dvanácti miliony korun vybudování nového Domova se zvláštním režimem v Ostravě-Muglinově a částkou převyšující pět



milionů korun rekonstrukci Domova Beruška v Ostravě-Zábřehu. Naše organizace se tak svými projekty zařadila mezi úspěšné žadatele, kterým peníze z evropských fondů opravdu výrazně pomáhají.

Ale to ještě není všechno. V těchto dnech se dokončují vnitřní úpravy rodinné vilky v Martinovské ulici v Ostravě-Martinově, kde letos v dubnu získá Čtyřlístek nové zařízení pro naše klienty: Chráněné bydlení Martinovská. Na této adrese najde nový domov šest klientů díky investici statutárního města Ostrava ve prospěch naší organizace. Více podrobností však přineseme až v příštím vydání Zrcadla.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Na snímku na předcházející straně: *Jedna ze spokojených klientek Domova na Liščině v novém bydlení...*

=====

Byli jsme při tom:

OSTRAVSKÝ MASOPUST

Masopust, a zvláště pak několik posledních dnů tohoto období (fašank, fašanky, končiny, bláznivé dny, konec masopustu), býval v minulosti oficiálním svátkem hodování, během něhož bylo třeba se dosyta najíst. Pak následoval dlouhý čtyřicetidenní půst – až do Velikonoc. V době masopustu se na šlechtických dvorech konaly plesy a hostiny, ve městech tancovačky, na vesnicích vepřové hody. Masopust končil v noci před Popeleční středou, kdy ponocný zatroubil na roh a rychtář všechny vyzval k rozchodu. Druhý den (na Popeleční středě) se naposledy jedly mastné rohlíky s kávou nebo mlékem, dopoledne byla ještě povolena kořalka. Oběd však už byl přísně postní, což většinou bývala čočka s vajíčkem, sýr, chléb, vařená krupice, pečené brambory... Tolik tradice.

Letos poprvé se do ostravského masopustního veselí, jehož hlavními organizátorkami byly etnografka Ostravského muzea Markéta Palowská a její kolegyně Andrea Węglarzyová, zapojil také náš Čtyřlístek. Z Liščiny přišly obohatit masopustní průvod maškar veleúspěšné zombie, jež od svého ložského úspěchu v Karviné ještě zdokonalily a vylepšily svůj hrůzostrašný vzhled a staly se vděčným objektem fotoreportérů. Ze Stacionáře v Třebovicích zase přijeli naši barevní rytíři... Mezi tradičními masopustními maškarami bylo

možné zahlédnout i další neobvyklé figury na chůdách i bez nich, známé či neznámé...

Kromě ostravského Čtyřlístku se letošního masopustního reje, 12. února uprostřed Ostravy, zúčastnily také další organizace a instituce – občanská sdružení Theatr Ludem, Cirkus trochu jinak, Bílé divadlo, Janáčkova konzervatoř a gymnázium v Ostravě, Divadlo loutek, dětský folklorní soubor Hlubinka, dětský soubor Heleny Salichové, Střední umělecká škola v Ostravě, Muzikanti z Polanky a Sbor dobrovolných hasičů z Ostravy-Pustkovec. Pestré maškary budily samozřejmě velkou pozornost kolemjdoucích, nejvíc nadšení však vzbuzovala trojice „Martanů“ z Cirkusu trochu jinak, která dodávala této události téměř benátský půvab.

Na Masarykově náměstí před Ostravským muzeem se odehrál i tradiční masopustní program, v němž nechyběli bubeníci z naší skupiny Rytmý. Všem udělali radost a zakřepčil si s nimi také masopustní kozel, i když ho čekal nelítostný soud a pak ještě nelítostnější „poprava“ pod řeznickou sekerou. Naštěstí to všechno bylo jenom „jako“, v duchu masopustní tradice. Docela nakonec všichni společně „pochovali basu“, aby se





připravila cesta k probuzení jara... Takový byl náš letošní Masopust. Jsme rádi, že s námi Ostravské muzeum po letošní zkušenosti počítá i napřesrok...

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Na snímku zleva: Naši „zombíci“ z Liščíny se těšili nečekanému zájmu nejen přítomných fotografů, ale i četných diváků...

Luboš (‘ajt’ák’) má problém...

Z natáčení nového filmu režiséra Pavla Šimáka

Neděste se, nejedná se o ‘našeho’ ajt’áka (IT – zlidovělá zkratka počítačového technika; pozn. red.) Luboše Sáluse. Ten (pokud víme) žádný problém nemá, ale jde o název nového filmu, na jehož natáčení se podíleli naši herci – neherci. Pravdou je, že ve scénáři se to ajt’áky jen hemží. Nebudu prozrazovat děj tohoto rodičího se filmového dílka, ale pokusím se podělit o své zážitky z natáčení, které se odehrávalo v různých částech Ostravy i mimo ni ve dnech od 8. do 13. března letošního roku.

Režisér filmu, Pavel Šimák, svěřil tentokrát hlavní roli Ondrovi Šurábovi ze Stacionáře v Třebovicích, avšak svá neméně důležitá místa ve scénáři měli i četní další klienti Čtyřlístku, a proto jsme se na natáčení všichni moc těšili. Setkání po roce s filmovým štábem producentky Iwany Martákové, se událo za jásavého vítání na obou stranách, a pak už se všichni rychle vrhli do práce...

První filmové záběry se natáčely v interiérech objektu jednoho call centra v Ostravě. Po důkladné bezpečnostní kontrole nás zdejší pracovníci zavedli do jednoho z pavilonů tohoto obrovského komplexu. Pod bdělým dohledem ochranky a několika zodpovědných zaměstnanců, padly první filmové „klapky“ a začaly se natáčet jednotlivé filmové scény. Všechno docela „odsejpal“. Vždyť také naši herci už nejsou žádnými začátečníky. Jenom jedna scéna se však zdála být téměř nekonečná. Na vlastní kůži si obtíž i únavu spojenou s filmováním vyzkoušeli hlavně oba naši Jiříkové: Šimíček a Válek. Při páté klapce se ještě usmívali, s každou další se jim vkrádal do tváří jiný výraz. Po dvacáté klapce jsme už přestali počítat. O to větší radost byla, když se to konečně povedlo podle představ pana režiséra.





V neděli se natáčení přemístilo mimo hranice Ostravy: další velká skupina našich herců vyjela do lázní Darkov u Karviné. Tyto natáčecí prostory byly specifické svou nízkou teplotou. Lázeňské budovy jsou po zimě ještě pěkně promrzlé a malá elektrická kamínka, přinesená do jídelny, nás zahřát nedokázala. Naštěstí šel rychle záběr za záběrem, každý v jiném objektu či místnosti, a tak jsme se zahřívali pohybem sem a tam. Dobrou náladu nám udržoval taky Jirka Válek svými hláškami a postřehy.

Nejnáročnější asi bylo natáčení v bazénu, a to nejen pro nás. Voda tam naštěstí nebyla, takže utopení nehrozilo, ale chladno veliké. Herci v plavkách, s nafukovacími kruhy a jinými plaveckými pomůckami

představovali plavání. Oblečení i boty byly odneseny mimo záběr kamery, při každém přerušení natáčení je asistenti sice donesli, ale po chvíli opět odebrali, a tak to šlo pořád dokola...

Jak ve finále probíhalo konečné oblékání, to si možná dokážete představit: nikdo netušil, kde co má a všichni to chtěli okamžitě. Vzniklý chaos byl provázen výkřiky – „Kde mám ponožky?“, „Já nemám bundu!“, „Tohle nejsou moje boty!“ nebo „Čí je to čepice?“ a „Komu chybí šála???“. Ale i sobotní natáčecí den jsme přes to všechno zvládli doslova 'na jedničku'.

V pondělí se točilo přímo u nás, ve Čtyřlístku, v prostorách někdejšího zimního jezdiště bývalých stájí a v tělocvičně Domova Barevný svět. Tomuto natáčení ovšem předcházely velké přípravy. Stěny jezdiště musely být pokryty novou bělostnou barvou, ovšem jen do té doby, než se staly přímým dějištěm dalších scén natáčení. Naši herci si pořádně zařádili při hrách s barvami. Malovali a stříkali barvy nejen po stěnách, ale i po sobě navzájem. No, krásně se nám nakonec „vybarvili“...

Zatímco se herci realizovali v abstraktním umění, před tělocvičnou se shlukovali známí i neznámí tanečníci na vozíčkách. Pak už stačilo jen přestěhovat kamery, světla, mikrofony, stojany, zvukovou aparaturu, šňůry a kabely, prodlužovačky, notebooky, scénáře, poznámky režiséra a „klapku“ do tělocvičny... a jelo se dál! Večer už jsme všichni usínali únavou, ale s pocitem dobře odvedené práce.

Najednou je tady středa a poslední natáčecí den, opět v mrazivém Darkově. Počasí k nám bylo docela nemilosrdné, navíc se výrazně ochladilo. Dopoledne odjížděla na natáčení jen menší skupinka našich herců v čele s „Lubošem“ - Ondrou Šurábem, představitel titulu role. Tento den také mohl Jiřík Šimíček prokázat svou zdatnost při škrábání a krájení brambor v roli kuchaře. Ondra Šuráb se vozil po lázeňském parku v limuzíně, zatímco Marek Urbančík zkoušel před kamerou svůj pletářský um s vlnou a jehlicemi. S příjezdem odpolední skupiny se naše řady opět rozšířily. Přijeli nejen nedělní „pacienti“, ale také vyfešákování manažeri, mladíčká zdravotní sestřička Maruška Laciová, která si zahrála s hercem Národního divadla moravskoslezského, Igorem Orozovičem. Jeho ztvárnění role lékaře nám rozhýbalo bránice. Poslední záběry, poslední klapka a budeme se těšit na premiéru.

Co říci na závěr? DĚKUJEME! Ivanko (Martáková), Pavle (Šimáku), Petře (Kožušníku), Žofie (Milatová) a všichni ostatní členové filmového štábu - velký dík za to, co pro nás děláte! Užili jsme si opět bezvadný



filmový týden plný nových zážitků, poznání, zajímavé činnosti a hlavně fantastické pohody při spolupráci se štábem. Teď budeme nám všem držet palce, ať se „Luboš“ líbí ve festivalové soutěži, ale i kdyby na něj žádná cena nezbyla, stejně všechna ta námaha stála za to!

Text: **VLADIMÍRA KALOČOVÁ**

Fotografie: JINDŘICH MIŽDOCH a ONŘEJ SMÉKAL



Filmový štáb po natáčení ve vypuštěném bazénu v Lázních Darkov. Na předcházející straně: z natáčení v zimním jezdišti bývalých stájí v areálu Domova Barevný svět.

FILM „LUBOŠ MÁ PROBLÉM“ OČIMA TVŮRCŮ



Tým profesionálních filmařů dokončil natáčení v pořadí již druhého filmu s mentálně postiženými (ne)herci z Ostravy a okolí. Po loňské Voňavé pochoutce, která sklídila nemálo úspěchů na festivalech i při veřejných produkcích, se letos rozhodli filmaři natočit příběh současného přepracovaného 'ajtáka', který se pod tlakem svých šéfů zhroutí.

Stejně jako v roce 2012 bylo základem celé myšlenky natočit krátký hraný film na profesionální úrovni, jehož hlavními aktéry budou převážně mentálně a zdravotně postižení (ne)herci. Principem bylo propojení práce profesionálních umělců a odborníků a osob s handicapem, kteří se společně podíleli na vzniku filmu. „Chtěli jsme, aby si (ne)herci prošli celým procesem natáčení – od castingu, přes zkoušky, natáčení až po účast na premiéře a filmovém festivalu Mental Power Prague Film Festival a mohli tak zažít a poznat všechny oblasti, které souvisejí s natáčením filmů,“ řekla

organizátorka projektu a koproducentka filmu Ivana Martáková.

Přípravy na filmování se rozběhly na podzim loňského roku. Uskutečnil se casting a začalo se pracovat na scénáři, který se tentokrát rozhodl napsat sám režisér filmu, Pavel Šimák. Vycházel z castingových videí a zkušeností z loňského natáčení a snažil se respektovat schopnosti a dovednosti (ne)herců. Tak vznikl námět o mladém 'ajtákoví' Lubošovi, jenž je velmi dobrý ve svém oboru, což si uvědomují také jeho šéfové, kteří ho

zavalují prací a chtějí z něj dostat ještě lepší výkon. Ale Luboš tento tlak nakonec nevydrží a zhroutí se. Šéfové ho odvezou do léčebného sanatoria, aby se dal dohromady. Uzdraví se? Jaká překvapení ho v sanatoriu čekají?



Pětidenní natáčení začalo v pátek 8. března, kdy se v ranních hodinách do malého prostoru s luxusní vířivkou nahrulo asi 20 filmařů z řad profesionálů, ale také studentů Slezské univerzity v Opavě oboru Multimediální techniky a jeden vyplašený (ne)herec, který stál poprvé před kamerou. Celkem při natáčení štáb vystřídal 10 lokací (míst pro natáčení) v Ostravě a okolí. Po začátku již ve zmíněné vířivce společnosti Remissio v Ostravě, se štáb přesunul do bytu jedné ostravské herečky a dále do kanceláře ředitele České televize, televizního studia Ostrava. Následující dny se natáčelo také v jednom call centru v Ostravě, v Lázních Darkov, ve studiu České televize, v hotelu Imperial Ostrava, v centru Čtyřlístek v Ostravě-Muglinově a v interiéru luxusní

limuzíny společnosti BMW Cartec Group Ostrava.

„Všechny firmy a organizace, které nám letos poskytly zázemí pro natáčení, se k projektu postavily velmi pozitivně a vyšly nám maximálně vstříc, a to nejen lidsky, ale také finančně: své prostory nám poskytly zcela zdarma. Všichni vzali toto natáčení jako něco výjimečného, co si zaslouží jejich podporu,“ sdělila koproducentka filmu paní Martáková a dodala: „Také loňský film Voňavá pochoutka, jenž sklídl mnoho ocenění, nám pomohl získat skvělé kontakty a přispěl k získání finanční podpory Nadačního fondu Evraz a statutárního města Ostravy.“

Hlavními představiteli filmu byli stejně jako v loňském roce lidé z ostravského Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením, nově také z občanských sdružení Prapos a Bílá holubice a handicapovaní z rodin. Zážitky z natáčení jsou nezapomenutelné pro všechny zúčastněné a jen těžko se popisují. Když se spojí profesionalita s lidskostí, dětská naivita a bezelstnost, radost, přátelství, pracovitost, vytrvalost, humor a nadšení, musí vzniknout jen a jen jedinečné dílo a zážitek na celý život.

Film „Luboš má problém“ bude mít premiéru v první polovině května v multižánrovém centru Cooltour v Ostravě na Černé louce. Více informací, fotografie a zprávičky z natáčení najdete již brzy na internetové adrese

www.mentalova.cz.

Režie: Pavel Šimák, kamera: Petr Kožušník, střih: Jaromír Vašek, zvuk: Viktor Pokorný, hudba: Michal Sedláček, produkce: Ivana Martáková,

hrají: Ondřej Šuráb, Adam Plačko, Kamil Sasko, Martin Procházka, Zdeněk Krátký, Květa Tancošová, Marie Laciová a další (ne)herci. Z řad ostravských herců – profesionálů si ve filmu zahráli Igor Orozovič, Ivo Marták, František Večeřa, Lada Bělášková, Petra Lorencová, Andrea Mohylová a Jana Tabrea, z mimoostravských herců ve filmu uvidíme Ondřeje Brzobohatého, Pavla Lišku, Tomáše Matonohu, Josefa Poláška a další.

(im)

Fotografie: JINDŘICH MIŽDOCH a ONŘEJ SMÉKAL

Na snímku na předcházející straně: režisér filmu *Luboš má problém* - Pavel Šimák.

Nahoře: Ve filmu si opět s chutí zahrála i Dáša Ďurišová z *Domova Barevný svět*. Dole: Zleva představitel titulní role – „Luboš“ Ondřej Šuráb ze *Stacionáře Třebovice* s ostravským hercem Igorem Orozovičem, jednou z hvězd souboru činohry Národního divadla moravskoslezského v Ostravě, po jejich „barevné“ scéně.



Ples Čtyřlístku – tentokrát „hispánský“



V ohnivou „Carmen“ a švarného „toreadora“ se tentokrát proměnily populární moderátorky společenských plesů Čtyřlístku – Martina Skýbová a Vladěna Kaločová, které se letos opět staly průvodkyněmi pestrým programem plesového odpoledne našich klientů – Hispánského bálu. Uskutečnil se ve čtvrtek 28. března letošního roku, již tradičně ve vlnících prostorách Kulturního domu v Ostravě-Muglinově.

Jak se zdá, prostředí Iberského poloostrova a Latinské Ameriky skýtá bohaté zdroje inspirace, jež se nadmíru skvěle uplatnila během tříhodinového plesového programu. Návštěvníci si díky tomu nejen výborně zatančili, ale zcela nečekaně si v nápaditých soutěžích z dílny obou plesových moderátorek, také zasportovali. Kromě jiného se totiž chytal „býk“ do lasa a jedna soutěžní disciplína – kop míčem na branku, odkazovala také na fotbalový „Real Madrid“. V té se museli činit hlavně členové vedení organizace a fotbaloví nadšenci: náš pan ředitel Svatopluk Aniol a vedoucí provozně

technického útvaru, pan Vratislav Prokop, ale také asistentka ředitele, paní Jitka Míčková... Zájemců však bylo samozřejmě mnohem víc, hlavně z řad našich nejmenších „Berišáků“. Plesový čas nabité dějem neúprosně pádil i díky tomu, jak neúnavně nás zásoboval hity ze své hudební kolekce „dýdže“ Vlastimil Matyáš, který letos skvěle zastoupil Petra Jiříčka, a také proto, že obě naše průvodkyně (jež mimochodem zvládly veškeré slovo ve verších!) doslova sypaly jedno překvapení za druhým.

Všichni jsme byli zvědaví na letošní plesové hosty: byli jimi několikanásobní mistři a vicemistři světa a mistři

Evropy ve společenských tancích a tanečních formacích, členové tanečního klubu Jarky Calábkové, kteří nám předvedli jak něco z „latiny“ (tedy latinsko-amerických tanců), tak ze svého repertoáru v oblasti tanečních formací. Moc se nám líbili, nebo spíše líbily, neboť zastoupeny byly pouze dívky.

Jarní podvečer se ovšem chýlil ke svému vyvrcholení v podobě očekávané plesové tomboly, do níž letos opět štědře přispěli sponzoři: Nadační fond Tesco, velkoobchody Makro, Kaspá, Zajac, Stoklasa, Rappa a reklamní agentura Euro Public. Ani letos nikdo neodcházel



zklamán, protože vyhrál každý, kdo měl plesový kotilion. O jejich podobu, stejně jako o nápaditou výzdobu sálu Kulturního domu, se postaral kreativní ateliér Domova na Liščině, krásné „Španělky“ ze Stacionáře v Třebovicích pečovaly o naše blaho v plesovém bufetu. Také na občerstvení našich klientů se hojně podíleli sponzoři, takže velký dík patří také Pekařství Šeděnka, velkoobchodům Hruška a Ovocentrum. Domov Barevný svět zase zajistil hladký a bezproblémový chod plesové šatny, která občas čelila značným náporům návštěvníků...



Bohužel, letos jsme na plesu postrádali naše přátele z Polska, kteří se již připravovali na velikonoční svátky, ale naopak jsme přivítali jiné: sólistku Janáčkovy filharmonie Ostrava – houslistku Martinu Bačovou a jejího kamaráda, studenta Janáčkovy konzervatoře v Ostravě, Radka Novotného.

Všem se letošní ples opět velmi líbil, určitě nikdo neodcházel smutný nebo zklamaný, neboť všichni měli možnost setkat se s kamarády a přáteli z jiných zařízení, zatančit si a pobavit se. A na to hlavně jsme se přece těšili!

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Ve víru liščího tance

Hádejte, na co se budeme celý rok opět těšit? No přece na příští „Liščí ples“! Již po jedenácté jsme téměř protančili boty na Liščím plesu v Domově na Liščině, který ve čtvrtek 28. února zahájila vedoucí domova, Mgr. Šárka Matyášková.

Slavnostní polonézou jsme tak otevřeli dveře všem kamarádům ze Čtyřlístku, kteří si přišli spolu s námi užít taneční odpoledne. Velmi nás potěšila návštěva paní Mgr. Markéty Palowské, etnografky Ostravského muzea. V rozmanité nabídce hudby si každý přišel na své. A nejen tanečníci byli spokojeni. Rozdávala se tradiční tombola a bříška jsme naplnili výborným koláčem a dobrou kávičkou. Celý ples zakončila paní Matyášková, která všem poděkovala za příjemnou návštěvu a atmosféru. My Lišáci ještě jednou děkujeme a těšíme se na další rok.



Text a foto:
MARIE LEŠŠO
Domov na Liščině

ČTYŘLÍSTEK NA TALÍŘI...

Co přinesla anketa

Vepřové švej-ču-žou, polomské žebírko, králičí pikantní směs, ale také žralok marinovaný na másle, ryba hoki na kari se žampiony a mandlemi... Ne, není to nabídka žádné luxusní restaurace. Taková jídla lze najít v pestrém jídelníčku stravovacího provozu Domova Barevný svět a nejen tam. Nabízet co nejvyšší kvalitu, zdravý jídelníček a pestrou stravu za rozumnou cenu, o to se snaží opravdu všechny stravovací provozy v naší organizaci.

Na sklonku loňského roku se v zaměstnanecké jídelně Domova Barevný svět objevily anketní lístky, jejichž prostřednictvím se na strážníky obrátila vedoucí tohoto zařízení, Michaela Šarmanová, provozářka stravovacího provozu Šárka Šafránková a nutriční terapeutka Naděžda Škutová. Anketa byla anonymní a zahrnovala pět jednoduchých otázek: zda se dotazovaní stravují v jídelně Domova Barevný svět, zda jim vyhovují podávané porce jídel, jestli si dovedou vždy vybrat z nabídky jídel, zda by v zimních měsících uvítali více teplých pokrmů v poskytovaném výběru a jestli jim v nabídce nějaké oblíbené jídlo chybí. Každý dotazovaný měl také možnost doplnit otázky svými vlastními náměty, názory nebo postřehy.

Anketu se zúčastnilo celkem 75 zaměstnanců. Pro úplnost je však třeba uvést, že kuchyň Domova Barevný svět (DBS) nabízela v loňském roce možnost závodního stravování více než sto šedesáti zaměstnancům tohoto zařízení a čtrnácti zaměstnancům Centra pracovní činnosti. Připočítáme-li k tomu zaměstnance správy organizace, provozně technického útvaru a rehabilitace, je to celkem 225 potenciálních strážníků z řad zaměstnanců, kteří mohou využívat nabídky této kuchyně. Samozřejmě, zájem je individuální: někdo se v jídelně Domova Barevný svět stravuje pravidelně, jiní pouze nahodile, nebo vůbec ne. I tak vaří kuchyně DBS denně v průměru 230 až 240 obědů pro zaměstnance i klienty a až 120 (většinou teplých) večeří. Ještě do poloviny loňského roku zdejší kuchyň vařila také pro Centrum pracovní výchovy.



Výsledky ankety prokázaly, že drtivá většina (91 %) dotazovaných se stravuje v zaměstnanecké jídelně DBS. Ukazuje se, že strážníci jsou s velikostí podávaných porcí spokojeni, pouze čtyři procenta dotazovaných je považuje za nedostačující. Více teplých pokrmů ve výběru jídel v zimních měsících by uvítalo až 72 procent dotazovaných, zatímco necelé čtvrtině z nich vyhovují i studená jídla. Většina strážníků je spokojena se strukturou jídelníčku, 36 procent dotazovaných v něm nepostrádá ani své „oblíbené jídlo“, zatímco 57 procent ano. Ti touží i po „obyčejných“ jídelích, jako například po bramborácích, bramborách s cibulkou, hranolcích, smaženém sýru nebo haluškách s brynzou. Někteří volají po odlehčených teplých jídelích, rozmanitějších druzích těstovin nebo čerstvé zelenině (i jako příloze k masu), jiní by uvítali více různých druhů kompotů, větší porce bramborové kaše, saláty bez cibule, pestřejší nabídku ryb, ale třeba také nějaký ten zákusek k obědu... Zkrátka: kolik lidí, tolik chutí.

Na to, jak dopadla anketa z pohledu „druhé strany“, jsme se zeptali nutriční terapeutky Čtyřlístku, paní Naděždy Škutové, která se spolu s vedoucí Domova Barevný svět, vedoucí sestrou a provozářkou stravovacího provozu podílí na tvorbě jídelníčku a dohlíží především na to, aby strava pro klienty i zaměstnance všech zařízení organizace byla nejen pestrá a nutričně vyvážená, ale také zdravá a čerstvá.





„Anketa byla nepochybně velmi užitečná v tom, že každý ze strážníků Domova Barevný svět měl možnost vyjádřit se k tomu, co je mu předkládáno na talíř, co mu chutná a co mu naopak chybí. Máme možnost výběru jídel, ale bohužel, často chybí 'zpětná vazba' třeba prostřednictvím 'Knihy přání a stížností', která je k dispozici v zaměstnanecké jídelně Domova Barevný svět. Strážníci však do ní zapisují pouze to, zda byli, nebo nebyli spokojeni, ale ne to, co by si přáli. Pro mě osobně byla anketa zároveň inspirací, co by se ještě dalo zlepšit. Teoreticky vzato: všechna přání lze splnit, i když úplně každému asi vyhovět nelze...“

Když jsme si s paní Naďou o našich kuchyních i jídelničkách povídaly, samotnou mě překvapilo, že kvalita jídla je u nás ve Čtyřlístku obecně vyšší, než

bychom si možná mysleli. Jako strážník „odchovaný“ mnoha předešlými lety obědy v nejrůznějších restauracích a veřejných jídelnách, po příchodu do Čtyřlístku jsem ocenila péči, jaká se tady stravování klientů i zaměstnanců věnuje. Netušila jsem však, jak obsahově poctivá naše kuchyně je. Zkrátka, jako „od maminky“. Všechno domácí, žádné kupované polotovary, používají se pouze nejzdravější suroviny, výhradně přírodní oleje včetně olivového, solí se mořskou solí... Rozhodně bychom ve zdejších kuchyních marně hledali „polévky z pytlíku“. Používá se veškeré kvalitní koření, ale nic s glutamanem. A co hlavně: žádné jídlo se u nás „nešidí“.

„Někdy je samozřejmě i ve vaření těžké překonávat zažitá stereotypy, zaběhnuté zvyky, ale daří se nám to,“ dodává ještě paní Naďa. Většina našich kuchyní se snaží být ve vaření i pečení v maximální míře soběstačná, pečou se u nás dokonce i kynuté buchty, ale výjimky samozřejmě existují, hlavně pokud jde o běžné nebo jemné pečivo, na něž kapacita kuchyní nestačí.

Každé stravovací zařízení naší organizace má svou specifickou nabídku, přizpůsobenou klientele. V Domově na Liščině nabízejí například vedle klasické české kuchyně i různá exotická jídla. Jak ale říká paní Naďa Škutová, v kuchyních jde vždy o týmovou práci a o to, jak se lidé dokážou domluvit, jak jsou přístupní novým nápadům. Pokud se vaří jen „z povinnosti“ je to hned vidět. Ale myslím, že nic takového bychom u nás nenašli v žádné kuchyni...

Všude se snaží vycházet maximálně vstříc především přáním a potřebám klientů, i když někde je to docela tvrdý oříšek. Třeba v Domově Beruška, kde máme nejmladší klientelu, by bylo zřejmě jen těžko možné sladit přání dětí s požadavky zdravé výživy. Děti z „Berušky“ touží totiž nejvíc po sladkých jídelnách, zatímco zeleninka se moc nepapá... A tak nutriční terapeutka spolu s vedoucím kuchyně, panem Miroslavem Szlauerem, hledají stále nové cesty, jak dětem zdravou stravu nabídnout, aby o ni měly zájem a chutnala jim. Třeba i s pomocí změny názvů pokrmů (např. „Papouškova buchta“ nebo „Pomázánka z Berušky“ ad.).

Děti v Domově Beruška se zúčastňují schůzek stravovací komise a mohou si říci, jaká jídla jim chutnají. Také ve Stacionáři v Třebovicích se do jednání stravovací komise zapojují klienti. Vedoucí zdejšího stravovacího provozu, paní Anna Lištvanová, vychází vstříc každému požadavku, aby byli klienti maximálně spokojeni. Ti mají ve všech pobytových zařízeních organizace zajištěnou stravu pětikrát denně. V Domově Barevný svět se sestavuje denně dvanáct až čtrnáct individuálních jídelniček s mixovanou stravou, pro více než třicet klientů se připravuje jídelniček podle nejrůznějších diet, včetně bílkovinných, redukčních nebo naopak výživových diet. Nutriční terapeutka si pochvaluje, že u některých klientů jsou už výsledky těchto speciálně sestavovaných jídelniček hodně znát. A jak dodává: je to také zásluha personálu, že specifické potřeby klientů respektuje.

„Jsou to především klienti, z jejichž potřeb a zdravotního stavu musíme při sestavování jídelniček vycházet,“ navazuje paní Škutová. „Klient svou stravu musí samozřejmě vždy dostat v odpovídajícím množství, kvalitě i úpravě. V tomto směru sehrává důležitou roli personál, pečující o klienty, který musí spolupracovat a v nutných



případech musí umět stravu správně nabízet i podávat. Pokud jde o to, co by se ještě dalo zlepšit, velmi bych uvítala, kdyby se ulehčila práce zaměstnancům v kuchyních, kde dosud chybí odšťavňovače, blixery a coopery na šlehání či sekání a jiné vybavení. Nejdůležitější však je schopnost motivovat pracovníky kuchyní, podporovat je, vysvětlovat jim smysl jejich práce. Správná motivace samozřejmě není jen o penězích, často stačí i to, když vidí, že lidem chutná a ohlasy na jejich práci jsou pozitivní...

Málokterý ze zaměstnanců organizace si uvědomuje, jak skvělý „bonus“ mu zaměstnavatel poskytuje formou levného a zároveň kvalitního závodního stravování. Jak potvrzuje nutriční terapeutka, esteticky i nutričně splňující zdejší strava veškerá potřebná kritéria.

Co říci na závěr? Anketa spokojenosti strávníků je jedna věc, ale s její pomocí se nám tak trochu podařilo nahlédnout i do složitého organismu našich stravovacích provozů, které, ať už si to připouštíme, nebo ne, tvoří důležitou součást velkého celku a významnou měrou se také podílejí nejen na každodenní spokojenosti nás, strávníků, ale hlavně na spokojenosti a zdraví našich klientů. A to je podstatné.

Text a fotografie z kuchyně a zaměstnanecké jídelny Domova Bavevný svět:
BOHDANA RYWIKOVÁ

BERUŠÁCKÉ „PROSTŘENO“

Znáte televizní pořad **PROSTŘENO**? Naši kluci se jeden večer na tento pořad dívali a přišli s myšlenkou: „Co takhle něco dobrého si uvařit?“ No, proč ne! A začali jsme přemýšlet nad tím, co dobrého si ukuchíme. Když jsme dali dohromady „menší“ jídelníček, sepsali jsme na papír suroviny, které bylo potřeba jít nakoupit. A protože se mají naši velcí kluci učit poznávat hodnotu peněz, vyrazili jsme spolu na nákup a spojili tak příjemné s užitečným. Kluci se v obchodě velmi dobře orientovali, nakoupili, co bylo potřeba a už nám nic nebránilo v tom, aby se začalo s přípravou dobrot.



Jaké pochoutky myslíte, že jsme si připravili? Jako předkrm jsme zvolili „Piškotové jednohubky s banánem máčené v čokoládě“. Hlavním chodem byl „Jahodovo-čokoládový pudink zdobený mandarinkami“ a vše jsme završili dezertem „Jablkový závinem s vlašskými ořechy a rozinkami“.

Do kuchtěni se zapojili opravdu všichni. Ti menší máceli jednohubky v čokoládě, loupali předem natlučené ořechy na závin a ti větší strouhali jablíčka na struhadle, tvořili směs do závinu, kdy dohromady smíchali skořicový cukr, rozinky, ořechy a nastrouhaná jablka. Když byl předkrm a dezert hotový, společnými silami jsme se vrhli na přípravu pudingu. Po dokončení si jej děti samy nazdobily mandarinkou a zbylými rozinkami.

Co nám ještě chybělo? No přece prostřít stůl. Nechyběla kytička ve váze, poskládané ubrousky a naaranžované barevné perličky uprostřed stolu. A hurá ke stolu!

Dětem se sobotní den moc líbil, a to nejen z důvodu „mlsání“, ale především proto, že si mohly samy vše vyzkoušet a něco dobrého připravit. Role „kuchtičků“ se jim líbila, ale přiznaly, že práce kuchaře není zase tak úplně jednoduchá, jak to na první pohled vypadá...

MICHAELA PROCHÁZKOVÁ
Domov Beruška

Na exkurzi v lékárně

Málokdo má možnost nahlédnout do 'zákulisí' lékárny. Ale my jsme to štěstí měli. V úterý 19. února jsme byli na návštěvě v lékárně v Ostravě - Třebovicích. Vedoucí lékárny nám ukázala, jak se objednávají léky, kde jsou uloženy a také jak se některé z nich dělají. Podívali jsme se i do laboratoře, kde se míchají různé masti a připravují čípky. Viděli jsme přístroj, v němž se vyrábí destilovaná voda, a dozvěděli jsme se spoustu zajímavých věcí. Když nám paní magistra odpověděla na všechny naše všetečné otázky, věnovala nám na cestu do stacionáře malou pozornost: bonbony s obsahem léčivých bylin. Exkurze se nám velmi líbila a jako poděkování



jsme na oplátku věnovali paní magistře náš výrobek z keramické hlíny - krásné sluníčko, ze kterého měla velkou radost. Překvapilo ji, že jsme tak šikovní a umíme vyrábět takové hezké věci. Paní magistru jsme na oplátku pozvali na návštěvu k nám do stacionáře.

Text a foto: **RENÁTA HRBÁČOVÁ**
Stacionář Třebovice



Jak Liščina k Božce a Mikešovi přišla...

V Domově na Liščině máme velkou zahradu, ale byla hodně prázdná. Občas na ni zavítal nějaký místní voříšek nebo nás navštívili hafani Marie Leššo - Jack s Larou, ale když odešli, bylo nám smutno. Jenže co s tím? A pak jsme na to přišli. Proč bychom si nemohli pořídit vlastního pejska? Domluvili jsme se s Marií, která má se psy zkušenosti, a bylo rozhodnuto. Začali jsme vybírat nového kamaráda.

Chtěli jsme udělat dobrý skutek, takže naše cesta směřovala do útulku v Ostravě -Třebovicích. Pejšků nabízeli hodně. Nemohli jsme se rozhodnout, a proto jsme to raději nechali na pracovnících útulku. Přivedli malou černou fenku s nádhernými očima, která se okamžitě rozběhla ke své nové paničce, Alžbětě Didíkové. Skočila jí do klína a ta už ji nepustila. A tak Božka, tak se ta malá černá čiperka jmenuje, jela na Liščinu. V pokojíčku už měla vše připravené: pelíšek, misky, hračky i něco dobrého do břicha... Všichni byli nadšení. Najednou je u nás živo.

Alžbětka se ukázkově stará, Božka našla novou rodinu a my všichni skvělou kamarádku, vděčnou za každé pohlazení a milé slovo. Ale jenom Božka nám

nestačí. Nastěhoval se k nám ještě jeden nový kamarád: malý kocourek Mikeš, který už také zůstal a na Liščině se zabydlel. Oběma je u nás dobře. A jestli mají za sebou nějakou smutnou minulost, určitě už na ni zapoměli.

Nejvíc si s námi vyhraje asi Mikeš, protože Boženka je přece jenom hlavně Alžbětky a Ládi. Ti se o ni starají sami – venčí ji i krmí, a tak trochu jako poradce jim pomáhá paní Marie Leššo. Za to s Mikešem si všichni užívají obrovskou legraci. Vodu totiž pije jenom z vodovodního kohoutku, protože ji chce mít vždycky čerstvou a z misky mu nechutná. Jeho nejoblíbenější zábavou je „lov“ klíčů, se kterými řádí ve snoezelenu (ještě, že to neví paní Libuška Gajdová, ta by nám dala!). Pořád ho někdo hladí, ale on zatím spíš kouše a škrábe, protože je to ještě malý lump. Ale nedali bychom ho za nic na světě. Takže teď máme kocourka i pejska a už přemýšlíme, co si pořídíme příště.

A pokud byste snad chtěli, aby vaše zařízení také rozveselilo nějaké zvířátko, a nevíte jak na to, poradíme vám: Když se chce, tak jde všechno!



Text a foto: **Klienti Domova na Liščině**



Kamarád HUHU

Byl poslední únorový víkend a počasí se opravdu vydařilo. Přes noc napadlo tolik sněhu, že jsme toho museli hned využít. Co takhle vzít boby a zajít si zabobovat? No to byl nápad! A tak jsme nelenili, teple se oblékli a vyrazili na nedaleký kopec v Zábřehu, kde jsme se mohli vydovádět.

Bobovalo se, koulovalo, sněhové radovánky jsme si užili se vším všudy, a jak se patří. Při návratu do Berušky jsme se zahřáli teplým čajem, a protože jsme toho sněhu měli ještě málo, odpoledne jsme šli na zahradu, kde jsme si chtěli postavit sněhového kamaráda. Sněhu bylo

opravdu moc, a tak se nám to podařilo přímo skvěle! Postavili jsme obrovského sněhuláka s kyblíkem na hlavě, s šálou kolem krku a jak se patří, i smeták dostal do ruky! Knoflíčky, očička a pusinku měl z černých uhlíků a nechyběl samozřejmě ani nos z mrkvičky.

Když byl sněhulák hotový, koukali jsme na něj a říkáme si: „Něco mu chybí!“, „Co takhle dát mu jméno?“. „Bude to HUHU,“ řekl Dominik. A tak nám na zahradě přibyl nový kamarád, který se jmenoval HUHU. Vždy, když jsme vykoukli z okna, smál se na nás širokým úsměvem a my jsme měli ohromnou radost, že se nám povedl.

No řekněte, není to fešák? A co vy? Taky jste si postavili takového kamaráda jako my?

MICHAELA PROCHÁZKOVÁ

Domov Beruška

Dílna domácích prací v Kunčičkách



V Centru pracovní činnosti v Kunčičkách máme od ledna novou dílnu, ve které se budeme věnovat domácím pracím. Budeme se učit běžný domácí úklid, který je potřebný k samostatnému bydlení. Například utírání prachu, vysávání, vytírání, nebo co potřebujeme vědět o osobní hygieně.

Každý z nás si vybere některou z těchto činností za svůj osobní cíl (třeba já jsem si vybrala vysávání).

Učíme se umývat nádobí a po jídle utíráme stoly. Taky prostíráme talíře, příbory a hrníčky k obědu. V našich šatnách se učíme vytírat podlahu, utíráme parapety. Uklízíme si své skříňky. V kulturní místnosti vysáváme a utíráme prach. Zkoušíme i žehlit, ale zatím jenom látky nebo pokrčená trička. Až budeme mít pračku, tak to bude ještě pestřejší, protože se budeme učit i práť. Také se těším na místnost, kde budou počítače.

Na jaře a na podzim se budeme učit práci na zahradě: sázet kytky, pečovat o ně, hrabat listí. V dílně domácích prací se mi moc líbí. Naše mistrová, paní Alenka, nám se vším radí a pomáhá. Já se snažím pomáhat mamince, a tak si každou středu uklízím také svůj pokoj.

ADÉLA SADÍLKOVÁ

klientka Centra pracovní činnosti

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ ČTYŘLÍSTKU

Ve středu 15. května se uskuteční tradiční jarní Den otevřených dveří Čtyřlístku. Zájemci z řad široké veřejnosti budou mít možnost navštívit všechna zařízení naší organizace. Vedle Domova Beruška, Domova Barevný svět, Domova na Liščině, Stacionáře Třebovice a Centra pracovní činnosti, to bude také zbrusu nové pobytové zařízení – Chráněné bydlení Martinovská, kde od dubna najde nový domov jedna žena a pět mužů, klientů naší organizace. Všichni noví obyvatelé už se do chráněného bydlení velmi těší. Můžete se přijet do Martinova také podívat, jak se jim tam líbí... Více informací o nových pobytových službách Čtyřlístku přineseme v příštím čísle našeho časopisu.

(rw)

Foto: VRATISLAV PROKOP

Na snímku: Chráněné bydlení Martinovská nabízí příjemné a pohodlné bydlení pro naše klienty.



Jak jsme psali pohádku

Přiznáváme, že když jsme si z počátku uvědomili, do čeho jsme se to nechali namočit, neměli jsme z toho velkou radost. Vymyslet pohádku a do čtrnácti dnů napsat scénář, to není opravdu žádná legrace. Obzvlášť, nemáte-li v hlavě žádný kloudný nápad...

Přemýšlelo se ze všech sil, uvažovalo, vymýšlelo, ale ta pořádná myšlenka na novou pohádku stále nepřicházela. A pak nás najednou napadlo udělat pohádku na téma, které máme všichni rádi – jídlo! ☺ A už to šlo jako po másle! Najednou byla na světě princezna, která se ráda cpe jen čokoládami, k tomu přibyl král, kašpárek a další postavičky, jež jsou součástí krásného loutkového divadla Interbubak, které mělo být naší soutěžní odměnou za pohádku.

Nad scénářem jsme strávili několik dní, pořádně se u něj zapotili, ale také nasmáli. Postupně nás to začalo bavit a těšili jsme se na výsledek a následnou odměnu. Scénář je hotov, princeznu jsme díky čaroději naučili jíst všechno a nejen sladkosti a čekáme, co se bude dít....

Do nového měsíce jsme vkročili zvesela! Hned prvního března nám pan Martin Menšík, autor projektu a loutkového divadla Interbubak, přijel předat krásné loutkové divadlo! Všechno nám ukázal, vysvětlil a zaučil nás, jak s divadélkem pracovat. Divadlo s loutkami je opravdu krásné a my už se moc těšíme, až odstartujeme slavnostní premiéru pohádkou O princezně Karolínce! A kdo by chtěl vidět, jak to v takovém divadélku funguje, nebo se podívat na nějakou naši pohádku, tak neváhejte a ozvěte se! Berušky vás rády uvidí!



Děti a pracovníci Domova Beruška

Na snímku: *Radost z nového loutkového divadla děti v Domově Beruška nijak neskrývají...*



CHVÁLA TVOŘENÍ...

Co je to vlastně arteterapie...? Arteterapie zahrnuje výtvarné tvoření s cílem léčebného působení na lidskou psychiku. Stručně a trochu stroze definováno: plní funkci léčebně-relaxační, rehabilitační a socializační... Laik by možná poznamenal trochu přezíravě: No jo, něco si tam čmárají, patlají, aspoň se zabaví...Ale u našich klientů, tj. u osob s mentálním postižením, plní arteterapie úlohu důležitější, než by se mohlo na první pohled zdát. Osoba, která tvoří, se cítí být užitečná, má činnost, v níž se může realizovat, uplatnit své schopnosti a vyrovnat se ostatním lidem, tím se následně zlepšuje její sebedůvěra a duševní rovnováha, osobnost se „zpevňuje“.

Tvoření je krásnou i užitečnou náplní volného času, vyvádí z nečinnosti, odreagovává od stereotypu. Dochází při ní zároveň k rozvoji představivosti, tréninku koncentrace, zlepšování jemné motoriky ruky, vizuomotorické koordinace, zrakového vnímání. Výtvarné práce mnohých osob s mentálním postižením jsou velmi originální,

barevně sladěné, svěží, působivé. Také upřímné, nevykalkulované. Někteří klienti mají svůj osobitý, nezaměnitelný výtvarný rukopis. Není divu, že na mnoha výstavách během roku, kterých se zúčastňujeme, je o díla našich klientů zájem. A naši výtvarníci jsou na své výstavě hrdí.

Klienti Čtyřlístku mají to štěstí, že mohou rozvíjet své schopnosti tvorby v kreativním ateliéru Domova na Liščině, v ergodilně Domova Barevný svět, individuálně je k tvorbě vedou také jednotliví speciální pedagogové ve svých pracovních, funguje i výtvarný kroužek v odpoledních hodinách, tvoří se také v Centru pracovní činnosti v Kunčičkách.

Mám možnost s klienty být při jejich tvořivé práci, a mohu tedy říci, že v dílnách panuje tvořivá atmosféra, klid a pohoda.

LENKA ČERNIKOVSKÁ

psycholožka

Ilustrační foto: BOHDANA RYWIKOVÁ

SPORT

„Lezeme“

Terapie tak trochu jinak

Jak to všechno začalo? Majitelka lezeckého centra Tendon Blok v Ostravě-Vítkovicích, paní Alexandra Gendová, za námi přišla s nabídkou možného využití cvičné horolezecké stěny a zapůjčení materiálu pro naše klienty zcela zdarma. A protože děti lezení velmi nadchlo už v dřívější době a neustále se ptaly, kdy půjdeme zase, nabídku jsme velmi rádi přijali. Navíc mají lezecké pohyby velmi pozitivní vliv na rozvoj pohybových dovedností a schopností, a tak jsme vytvořili vlastní „lezecký tým“ a zařadili lezení do terapie. Je úžasné, když může být terapie zábavou.



zdolávajících převísle i kolmé části stěn. Všichni už se nemůžou dočkat, až si vše vyzkouší na vlastní kůži. Nejdříve se ale musíme rozehřát, pořádně rozcvičit, protáhnout a pak hurá ke všem těm chytům. Některé jsou dokonce ve tvaru zvířátek... A tak Domča velmi rychle dolézá k zelenému šnekovi, Honzík o kousek výš ke žluté plance a Jírka s Máriem traverzují po kamenné zdi chyt po chytu až k žlutému vláčku.

To, co se nedaří na první pokus, trénujeme a nakonec vytyčený cíl zvládneme. Po hodině už je cítit únava a tak pomalu končíme. Ještě závěrečné protažení a mizíme v šatně. Vracíme půjčené boty, loučíme se a vyrážíme směrem k zastávce městské hromadné dopravy. Naše „expedice“ se chýlí ke konci. Jsme unavení, ale za to šťastní a spokojeni. Za čtrnáct dnů na viděnou, opět ve stejné sestavě!

Text: **HANA MIČULKOVÁ**

Fota: **MARKÉTA BAYEROVÁ** (a klienti)



=====

Steelers ve Čtyřlístku

Během vánočních svátků nás již tradičně navštívilo několik našich kamarádů z klubu amerického fotbalu STEELERS. U stromečku jsme společně strávili příjemné chvíle, kreslili jsme a samozřejmě také zahráli stolní tenis. Velmi milým překvapením bylo předání finančního výtěžku ze sbírky, kterou

fotbalisté uspořádali v rámci mikulášské akce Steelers začátkem loňského prosince, které jsme se taky zúčastnili. Navíc nám předali i několik vánočních dárků s fotbalovou a sportovní tematikou. Velmi děkujeme za celoroční spolupráci a těšíme se i v letošním roce na další společné akce.

GABRIELA VOZNICOVÁ
Stacionář Třebovice



Vzdělávání

„Zase musím na seminář...“ aneb Proč se vzděláváme?



„Mentální postižení je vývojová porucha integrace psychických funkcí, která postihuje jedince ve všech složkách jeho osobnosti - duševní, tělesné i sociální. Nejvýraznějším rysem je trvale narušená poznávací schopnost.“ (...)

„Hmmm... prosím Tě mohl bys mluvit česky?...“

„Dobrá tedy: Mentálně postižený člověk je jednoduše hloupý, takhle bychom si rozuměli?“

Dříve, než se někdo začne zlobit a hledat v mém úvodu cokoliv skrytého a netaktního, uvádím na pravou míru, že zmíněný rozhovor je od začátku do konce smyšlený. Samozřejmě, kromě úvodní definice, která je svým obsahem platná a zároveň doufám, že vás poslední věta rozhovoru dostatečně zarazila. Je v tom záměr. Prostě mentálně postižený člověk není „hloupý“ a my bychom to měli vědět.

Možná bych svůj článek mohl uvést jiným způsobem. Tak tedy znovu: *Je třeba v našem zařízení vzdělávat zaměstnance?* Napadá mě první rychlá odpověď. Samozřejmě, že ano, nařizuje nám to zákon. Pak si ale uvědomím, že je to opět odpověď, která nás má také zarazit.

Můj článek má jediný záměr. Zdůraznit to, že vzdělávat zaměstnance, kteří pracují s osobami s různým typem zdravotního postižení, je naprosto nezbytné. Ne pro potřebu „čárky v prezenční listině“, ale právě proto, že jde v prvé řadě o osoby s postižením, o jejich život a jejich pochopení.

Pokud si to myslíme všichni, jsem za sebe rád a zbytečně mařím čas psaním. Chtějme se vzdělávat a dozvídat nové věci, chtějme vzdělávat druhé. Jenomže ono to až tak jednoduché není. Snadné je někomu říct „Udělej seminář“ a někomu jinému „Ty na něj půjdeš!“. Tím se však kvalitní vzdělávání nevytvoří. V Domově Barevný svět jsme se pokusili dát našemu internímu vzdělávání smysluplný rámec a nazvali jej „Barevnou akademií“. Má tři důležité principy.

První je ten, že je potřebný stálý tým interních lektorů, jenž bude navzájem spolupracovat a doplňovat se. Lektori předem vědí o svých tématech, mají čas se dostatečně připravit. Tím by měla být vzdělávací akce ze strany lektora připravena kvalitně a profesionálně. Být kvalitním lektorem není jednoduché, ne každému je příjemné hovořit před lidmi, ne každý má dar srozumitelně předávat informace druhým. Tlak na lektora je poměrně velký. Tím pádem si jistě zaslouží i stejně velkou podporu, o což se budeme snažit a prosazovat ji.

Druhým principem je důraz na výběr témat vzdělávacích akcí. Seminář o pěstování ovoce na naší zahradě by mohl být sice zajímavý, ale v praxi nám moc nepomůže. Chceme školit zaměstnance tak, aby se vzdělávání objektivně projevilo v jejich každodenní práci a možná ještě více v tom, že jim jejich každodenní práci usnadní. Témata na sebe navazují a doplňují se.

Třetím principem, a dost možná zároveň nejtěžším úkolem, je vybudovat našemu vzdělávání prestiž. A to především u zaměstnanců samotných. Zaměstnanci by měli vědět, že ani lektori nedělají vzdělávání pro „svou čárku“, ale proto, že nám jde o společnou věc. A tou je kvalitní celková péče o klienta.

„Proč z toho dělá takovou vědu? Každý přece ví, že člověk potřebuje dostat najíst, napít, být v suchu a teple a čistý...“. Chtěl bych si být jistý, že jsme v zařízení, kde mají zaměstnanci o další vzdělávání zájem, a že takové věty si můžu opravdu vymýšlet jen ve své hlavě. Snad jsme v Domově Barevný svět našli správný směr.

MAREK ZÁRUBA

Domov Barevný svět

Ilustrační foto: Bohdana Rywiková

Personálie...

Jubilující pan ředitel

Významné životní jubileum – šedesáté narozeniny - oslavil letos 13. ledna ředitel naší organizace, pan PhDr. Svatopluk Aniol, který stanul v čele našeho pracovního kolektivu v roce 2009. Řady gratulantů z celé organizace byly početné a jejich společným přáním, adresovaným panu řediteli, je samozřejmě pevné zdraví do dalších let a hlavně hodně sil při zvládání všech projektů a změn, jimiž naše organizace v současné době prochází. Gratulujeme!



Vítáme mezi námi

Také v tomto čtvrtletí jsme v řadách zaměstnanců naší organizace přivítali několik nových kolegů a kolegyň. Do Domova Barevný svět nastoupili čtyři pracovníci v sociálních službách – paní **Martina Chovancová**, **Ludmila Kardašová**, **Pavčina Zmeškalová** a pan **David Balušek**, dvě nové tváře mezi pracovníky v sociálních službách mají také v Domově na Liščině, kde od února pracuje paní

Růžena Viatrová a od března pan **Jiří Greger**. Do Stacionáře Třebovice nastoupila v březnu nová vedoucí zařízení, paní **Mgr. Taťána Piskallová** a nový pracovník v sociálních službách, pan **Richard Höbling**. Provoz údržby také posílil jako nový domovník pan **Josef Ondrušek**. Přejeme mnoho úspěchů!

(red)

=====

Představujeme novou tvář Čtyřlístku: vedoucí Stacionáře Třebovice Mgr. Taťánu Piskallovou

Možná jste se u nás již setkali se sympatickou dámou, která se od března letošního roku seznamuje s novým pracovním prostředím stacionáře v Třebovicích. Ano, je to paní Mgr. Taťána Piskallová, jež od 8. dubna definitivně přebírá pomyslné „žezlo“ vedení Stacionáře Třebovice.

Paní Taťána Piskallová je absolventkou Střední školy sociálně právní v Ostravě, poté se věnovala studiu na Ostravské univerzitě, kde nejdříve vystudovala bakalářský obor Fakulty zdravotně sociální - sociálně zdravotní a geriatrickou péči a pak následovalo magisterské studium na Filozofické fakultě téže univerzity v oboru sociální práce s poradenským zaměřením. Paní Piskallová působí v oblasti sociálních služeb od roku 1991, devět let pracovala v Městské nemocnici Ostrava jako vedoucí oddělení zdravotně sociálních služeb a od února loňského roku byla vedoucí sociálního úseku v Domově Sluníčko v Ostravě-Vítkovicích. Má bohaté pracovní zkušenosti, absolvovala také úctyhodný počet odborných kurzů, takže v její

osobnosti získává nejen trebovický stacionář, ale celá naše organizace výraznou posilu. Co pro ni osobně tato změna znamená? Ocitla se samozřejmě ve zcela nové situaci, a jak sama říká „v jiné cílové skupině“. Prostředí trebovického stacionáře i jeho klienti na ni však přenášejí svůj optimismus a pozitivní energii, a proto věří, že se jí podaří úspěšně zvládnout úkoly, které na ni během letošního roku čekají a jež úzce souvisejí s transformačními změnami v naší organizaci. Držíme palce a přejeme hodně štěstí!



Redakce

A nakonec: čerstvý nápoj k jarní očistě těla i duše

VÝBORNÝ DŽUSÍK (NEJEN) PRO DĚTI



Potřebujeme: 1,5 kg červené řepy, 1,4 kg mrkve a 1,5 kg pomeranče (takto získáme cca 2 litry šťávy), med.

Postup: Ze syrové červené řepy, mrkve a pomerančů „vymačkáme“ čistou šťávu. V případě potřeby můžeme takto získaný nápoj osladit medem. Přejeme dobrou chuť!

Doporučuje: **MIROSLAV SZLAUR**
Stravovací provoz Domova Beruška

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, usprywikova@uspostrava.cz. Číslo 1, ročník VI. Náklad: 32 kusů. Neprodejně. **Zodpovědný redaktor:** Mgr. Bohdana Rywíková. **Redakční rada:** PhDr. Svatopluk Aniol, Ing. Miroslava Lindovská, Miluše Bystroňová, Bc. Lukáš Křupala. Příští číslo vyjde v červnu 2013. **Časopis Zrcadlo v tištěné podobě nelze šířit mimo jednotlivá zařízení vydavatele, pořizovat kopie časopisu nebo jej předávat jiným osobám mimo vydavatelskou organizaci.**