

ZRCADLO

Čtvrtletník Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením Ostrava,
příspěvkové organizace, ročník VI., dvojčíslo 3 - 4, září - prosinec 2013



CO SE U NÁS DĚJE?

S Bc. Michaelou Šarmanovou o novém domově za evropské peníze

Příjemný poklid zahrady Domova Barevný svět narušil začátkem září hluk bagrů, jejichž lopatky se zahryzly do země pod střechou někdejšího jezdiště hipoterapie Čtyřlístku. Postupem času jej vystřídal rachot nákladních aut, která na staveništi přivážejí stavební materiál, jenž dostává postupně konkrétní tvar v podobě nové budovy, vyrůstající v zahradě Domova Barevný svět nebyvalým tempem. Vzniká tady Domov se zvláštním režimem Hladnovská, jeden z dalších projektů, na jehož výstavbu se naši organizaci podařilo získat finanční zdroje z Regionálního operačního programu Moravskoslezsko. Jeho budova by měla být dokončena v lednu příštího roku a od dubna bude zahájen provoz nové pobytové služby, určené klientům se specifickými potřebami. Požádali jsme vedoucí tohoto nového domova, paní Bc. MICHAELU ŠARMANOVOU, DiS., aby nám odpověděla na několik otázek, spojených se vznikem nového domova:

Kolika klientům je určena služba Domov se zvláštním režimem Hladnovská?

Nové zařízení bude poskytovat sociální službu dvanácti klientům. Již dnes máme zájemce z řad klientů Domova Barevný svět a Domova na Liščině.

Co se rozumí pod pojmem „specifické potřeby“ klientů?

Služba Domova se zvláštním režimem je určena dospělým lidem s mentálním postižením, kteří

potřebují vysokou míru podpory během celého dne a nemohou z důvodů problémového chování čerpat službu v jiné pobytové službě. Problémovým chováním v našem případě rozumíme především projevy fyzické agresivity vůči svému okolí či výrazné sebepoškozování klientů v afektu.



Investice do vaší budoucnosti
Evropská unie
PODPOROVÁNO Z EVROPSKÉHO FONDU
PRO REGIONÁLNÍ ROZVOJ



Ovlivní nějak tato nová služba také život v domovech Barevný svět a na Liščině?

Určitě. Myšlenka vhodné služby pro klienty s projevy fyzické agrese vznikala postupně také na půdě Domova Barevný svět. V době, kdy jsem v Domově Barevný svět pracovala, jsme s kolegy v provozu museli řešit opakující se fyzické ataky některých klientů a jejich specifické projevy tak, aby služba



byla co nejbezpečnější a zároveň kvalitní. Bohužel, ve velkém zařízení o více než stovce klientů lze provozní, personální a technické podmínky přizpůsobovat jejich specifickým požadavkům pouze do určité míry či obtížně.

Proto vidím smysl nové služby především ve vytváření důstojného, podnětného a bezpečného domova, kde budou mít naši klienti mnohem víc soukromí (vlastní jednolůžkové pokoje). Chceme také dosáhnout snížení projevů těžké fyzické agrese v jejich chování, a tím do jisté míry i napomoci ke stabilizaci jejich zdravotního stavu.

Život klientů v Domově Barevný svět či v Domově na Liščině může nepochybně pozitivně ovlivnit i nepřítomnost klientů s těmito projevy...

Jaké požadavky budou kladeny na zaměstnance nového domova a s kolika lidmi počítáte?

V Domově se zvláštním režimem bude pracovat 13 pracovníků v sociálních službách a 5 zdravotních sester. Při jejich výběru jsme již dnes „sáhli“ do řad současných pracovníků organizace, neboť mají zkušenosti při zvládnutí agrese u klientů. Mimo kvalifikační požadavky (pracovníci se nyní připravují

ve vzdělávacích kurzech doslova „šitých na míru“ týmu domova se zvláštním režimem) jsme kladli důraz na komunikativnost, schopnost empatie a také např. na základní teoretické i praktické znalosti z oblasti dodržování práv klientů. Pracovníci v Domově se zvláštním režimem Hladnovská musí mimo jiné umět zvládat stresové situace, mít organizační schopnosti, být spolehliví a samostatní. Budou muset řešit krizové situace v týmu i samostatně, budou se muset umět při práci s klienty rychle a správně rozhodovat.

Co si od této nové služby slibujete a jak dalece „zapadne“ do probíhajícího transformačního procesu v naší organizaci?

Transformační záměry organizace vycházejí z „Konceptu transformace sociálních služeb zajišťovaných příspěvkovými organizacemi“, schválené usnesením rady statutárního města Ostrava dne 26. 4. 2011. Jedním ze stanovených cílů je vybudování nové služby pro klienty se specifickými potřebami. Služba domova se zvláštním režimem pro naši cílovou skupinu v síti poskytovatelů sociálních služeb dosud chybí. Přechod klientů do Domova se zvláštním režimem Hladnovská může pomoci ostatním službám organizace snížit kapacitu klientů ve stávajících zařízeních, a tím snadněji přizpůsobit provozní podmínky. Hlavním přínosem je pak především, dle mého názoru, zlepšení životních podmínek klientů organizace.

Ptala se: **BOHDANA RYWIKOVÁ**



PODPORUJEME
VAŠI BUDOUCNOST
www.esfcr.cz

Ad foto: Na předchozí straně a vlevo nahoře vizualizace budoucí podoby Domova se zvláštním režimem Hladnovská. Dole: Každým dnem jsme od léta pozorovali rychle rostoucí stavbu nového domova, jehož hrubá stavba je dnes již před dokončením.



SLOVO TRANSFORMACE VE VŠECH PÁDECH

Slovo „transformace“ se v současné době skloňuje v naší organizaci čím dál častěji téměř ve všech pádech. Proč tomu tak je? Zaměstnanci všech zařízení Čtyřlístku mohou v letošním roce sledovat řadu změn, které se odehrávají velmi rychle doslova před našima očima. Většina z nich souvisí právě s procesem transformace.

V letošním roce jsme otevřeli dvě nové služby – chráněná bydlení v Ostravě-Martinově a v Ostravě-Vítkovicích. Již v loňském roce se uskutečnila rekonstrukce Domova na Liščině, která zahrnovala změny dispozičního řešení budov A a B, v nichž vznikly nové dvou a jednolůžkové pokoje se samostatnými koupelnami. Zkrásněl také areál zahrady domova, kde byl mimo jiné vybudován nový propojovací chodník mezi dvěma hlavními budovami zařízení, areál dostal také nové oplocení s kamerovým systémem... Jak uvádí zpráva vedení naší organizace o naplňování „Koncepce transformace sociálních služeb“, budou pobytové služby Čtyřlístku procházet dalšími „humanizačními procesy“, které by měly vést k dalšímu zkvalitňování poskytovaných služeb a zvyšování životního komfortu našich klientů.

To je také jeden z důvodů, proč se letos v létě dočasně přestěhovali klienti z Domova Beruška do Domova Barevný svět. Díky financím z Regionálního operačního programu Moravskoslezsko se podařilo získat zdroje na rekonstrukci Domova Beruška. Jeho kapacita sice zůstane zachována, ale děti zde už v příštím roce najdou více pohodlí i soukromí: budou zde pouze dvoulůžkové pokoje, žádný pokoj nebude průchozí,lepší se úroveň



hygienických zařízení a místností pro rehabilitaci. Vzniknout mají také nové prostory pro společné aktivity dětí i pro jejich individuální přípravu do školy, ale pamatuje se rovněž na vytvoření podmínek pro jejich přípravu na zvládnání základů péče o domácnost...

O tom, že v areálu zahrady Domova Barevný svět vyrůstá nové pobytové zařízení a nová služba – Domov se zvláštním režimem Hladnovská, píšeme na jiném místě našeho časopisu. I tento domov je součástí transformačního procesu v naší organizaci. A záměry jdou ještě dál: Domov Barevný svět – největší pobytové zařízení Čtyřlístku, by měl v nejbližších letech doznat nejvýraznějších změn. Postupně se bude snižovat jeho kapacita, a to tak, že část klientů přejde do jiných služeb: chráněného bydlení, domova se zvláštním režimem, Domova na Liščině a dalších. Pro ty, kteří zůstanou, se bude hledat prostředí co nejvíce se blížící životu v přirozeném prostředí. Příjem nových klientů se od letošního roku zastavil, k 1. září letošního roku se kapacita tohoto zařízení snížila o 10 %, až na současných 124 klientů.



Velké změny čekají v nejbližší době také Stacionář Třebovice, jehož budova bude v blízké době rekonstruována a od roku 2015 by zde měly vzniknout dvě nové služby: domov a stavebně oddělené chráněné bydlení. Také v tomto případě byla podána žádost na spolufinancování z Regionálního operačního programu Moravskoslezsko

Transformační plány v naší organizaci podporují v současné době dva velké projekty, financované z evropských fondů prostřednictvím Operačního programu lidské zdroje a zaměstnanost, a to projekty Podpora procesu transformace Domova Barevný svět a Podpora procesu transformace organizace Čtyřlístek – centra pro osoby se zdravotním postižením Ostrava, jež zahrnuje procesy transformace tří zařízení organizace: Domova na Liščině, Domova Beruška a Stacionáře Třebovice. Jak vysvětluje manažerka organizace pro transformaci, paní Mgr. Šárka Matyášková, „Oba projekty jsou plánovány na dva roky – končit by měly v květnu a červnu roku 2015. Jejich hlavním

smyslem je důkladná analýza potřeb uživatelů sociální služby, aby mohli žít v zařízeních nebo domovech rodinného typu. Lidé by se neměli bát, že kvůli transformaci a snižování kapacit některých našich zařízení, přijdou o práci,“ uklidňuje paní Mgr. Matyášková a pokračuje: „Když se postaví nový domov se zvláštním režimem, i tam budou potřební zaměstnanci, kteří mají dobrou kvalifikaci a zkušenosti, takže mohou plynule přecházet do nových služeb. Některé změny naopak budou vyžadovat zvýšení počtu zaměstnanců, protože cílem transformačního procesu není 'natlačit' všechny klienty do chráněného bydlení, ale jde také o humanizaci stávajících služeb, tedy o zlepšení životních podmínek klientů,“ uzavírá Šárka Matyášková.

K transformačním procesům v naší organizaci se na stránkách Zrcadla budeme pravidelně vracet. Redakce uvítá všechny vaše dotazy nebo náměty, které vás zajímají a o nichž byste se v našem časopisu také rádi dočetli.

Text a ilustrační foto z Chráněného bydlení Thomayerova: **BOHDANA RYWIKOVÁ**



OPERAČNÍ PROGRAM
LIDSKÉ ZDROJE
A ZAMĚSTNANOST

PODPORUJEME
VAŠI BUDOUCNOST
www.esfcr.cz

BERUŠKY SE STĚHOVALY...

V polovině letošního července jsme opustili naši Berušku a přestěhovali se do přechodného bydliště, Domova Barevný svět v Ostravě-Muglínově. Balení a přípravy na stěhování, to všechno bylo pro 'berušky' velmi dlouhé a náročné. Museli jsme vyklidit celý 'domeček', tudíž ve vnitřních prostorách nezůstalo vůbec nic. Hned ráno se začalo se stěhováním postelí, skříní, hromad krabic s oblečením, hračkami... Odpoledne do svých nových pokojků dorazily děti, které se rozdělily do dvou pater Domova Barevný svět. Děti z oddělení 1 byly ubytovány v přízemí 0 B a děti z oddělení 2 a 3 ve 3. patře na oddělení C. Ve druhém patře 'úřaduje' naše paní vedoucí, společně s vedoucí oddělení sociální péče a sociální pracovníci. V této rodince je i šatna pro pracovníky a herna, kde je i dopolední vyučování pro některé naše školáky.

Děti si na nové bydlení zvykly bez problémů docela rychle. Radost nám udělala velká zahrada, kde jsme strávili hezké, slunečné prázdninové chvíle. Domov Barevný svět nám nabízí spoustu volnočasových aktivit, jako jsou střední diskotéky na zahradě, sportovní dny, které pořádají pracovníci ve spolupráci s rehabilitací. Máme také možnost kdykoliv si zajít „zasportovat“ do tělocvičny nebo relaxovat do nočního nebo denního snoezelenu. Velký úspěch tady mají nejen naši, ale i zdejší kuchaři. V kuchyni nás vždy všichni vítají s úsměvem a dětem tady všechno moc chutná. Jsou nadšené z častějších studených večeří, sladkých snídaní a celkově si jídlo moc pochvalují...!

Děkujeme všem, kteří nám vytvořili takové příjemné bydlení, moc se nám tady líbí! Ale přece jen se těšíme, až se vrátíme „domů“, do nové Berušky.

MICHAELA PROCHÁZKOVÁ
Domov Beruška



HVĚZDNÝ ROK PANÍ LIBUŠE GAJDOVÉ

Na události opravdu bohatý rok má za sebou naše kolegyně, vychovatelka Domova na Liščině, paní Libuše Gajdová. V letošním roce nejen oslavila významné životní jubileum, ale také sklídila několik ocenění za vynikající výsledky své práce. Prestižní ocenění za dlouholetou práci a mimořádné výsledky ve prospěch osob s handicapem – Křišťálový kamínek za rok 2013, získala na slavnostním večeru letošních Evropských dnů handicapu v Domě kultury města Ostravy v úterý 8. října. Mezi prvními gratulanty, kteří naši Libuše přišli do Domu kultury blahopřát k ocenění, byla poslankyně Parlamentu ČR, PhDr. Jaroslava Wenigerová, ředitel naší organizace PhDr. Svatopluk Aniol s manželkou, přátelé a spolupracovníci paní Gajdové. Nechyběla při tom dokonce ani její maminka, pro niž bylo ocenění záslužné práce její dcery tím nejkrásnějším dárkem k právě slaveným narozeninám... Další ocenění pro paní Libuši Gajdovou přišlo letos 11. prosince: na slavnostním odpoledni k Mezinárodnímu dnu zdravotně postižených, při němž se tradičně uděluje Cena hejtmana, obdržela v ostravském Domě umění z rukou hejtmana Moravskoslezského kraje Miroslava Nováka čestné uznání.



Všichni víme, jak obětavě se paní Gajdová věnuje našim klientům ve svém pracovním čase i mimo něj již řadu let. Skvělých výsledků dosáhla zejména v oblasti muzikoterapie. Je zakladatelkou a zároveň vedoucí hudebního souboru Rytmy, jež tvoří klienti několika našich domovů. Své nadšení a radost z hudby dokáže úspěšně přenášet i na ně a jejich společná práce přináší skvělé výsledky. Soubor Rytmy pod jejím vedením často vystupuje na veřejnosti a sklízí zasloužené úspěchy jak doma, tak na vystoupeních v zahraničí (Polsko). Držíme palce, aby jí obrovský elán vydržel i do dalších let a k oběma oceněním samozřejmě upřímně blahopřejeme!

Text a foto (rw)

Na snímku nahoře: Paní Libuše Gajdová na Evropských dnech handicapu, kde jí k ocenění Křišťálovým kamínkem přišel blahopřát ředitel Čtyřlístku, PhDr. Svatopluk Aniol s chotí a kolegyně z Domova Barevný svět - Mgr. Vladimíra Kaločová a Martina Skýbová.

Na fotografii vlevo: Paní Libuše Gajdová přebírá v ostravském Domě umění čestné uznání z rukou hejtmana Moravskoslezského kraje, Miroslava Nováka.

PROTI ZMĚNÁM V DOPRAVĚ

Celkem 128 zaměstnanců Domova Barevný svět v Ostravě-Muglinově připojilo letos v srpnu svůj podpis pod žádost, týkající se změn v trolejbusové dopravě, k nimž přistoupil Dopravní podnik Ostrava od nového školního roku. Konkrétně se jedná o trolejbusové linky č. 103 a 105, jejichž trasy a časové intervaly byly natolik změněny, že nejen zaměstnanci, ale také klienti naší organizace mají od 1. září letošního roku velké problémy s dopravou do centra města a zpět.



Zejména zaměstnanci, pracující v nepřetržitém provozu, se od září potýkají s dopravou do Domova Barevný svět především ve víkendových dnech, kdy trolejbusová linka č. 103 nejedí vůbec a trasa linky č. 105 byla nově změněna tak, že lidé dojíždějící z městských obvodů Ostrava-Jih a Poruba již nemohou přestupovat na Náměstí republiky, jak byli dosud zvyklí. „Žádáme o zachování trolejbusových linek č. 103 a 105, které jezdily z Náměstí republiky přes zastávku Mexiko a zpět. Tyto trolejbusové linky byly v minulosti zavedeny z bezpečnostních důvodů kvůli přepadení několika našich kolegů v pozdních večerních a časných ranních hodinách, po konci směn. Obáváme se o svou bezpečnost. I naši klienti

využívají těchto linek k nákupům a výletům...“ napsali ve své žádosti zaměstnanci Čtyřlístku.

Jak uvádí předsedkyně naší odborové organizace, paní Bc. Dagmar Drobíková, obzvláště ve večerních a nočních hodinách mají zaměstnanci oprávněnou obavu z přecházení z Muglinovské ulice na Hladnovskou, neboť v této oblasti podstupují značná bezpečnostní rizika. A dodává: „Také pro klienty, zejména imobilní, kteří používají trolejbus k cestování do centra města a zpět do Domova Barevný svět, je pouze jedna linka, jež zůstala zachována, velmi omezující...“

Vedení ostravského Čtyřlístku zaslalo žádost svých zaměstnanců Magistrátu města Ostravy s vírou, že se podmínky trolejbusové dopravy ve městě změní opět k lepšímu.

Bohužel, podle prvních signálů z Dopravního podniku města Ostravy a ostravského magistrátu, zatím je malá pravděpodobnost, že by se v dohledné době cokoliv v městské trolejbusové dopravě změnilo k lepšímu. Jistou nadějí je však ujištění odboru dopravy Magistrátu města Ostravy, koordinátora ODIS s. r. o. a Dopravního podniku Ostrava a. s., že nově vzniklou situaci v provozu městské hromadné dopravy monitorují a při nejbližších změnách v dopravě koncem roku lze očekávat dílčí, nikoliv však pronikavé úpravy ve stávajících jízdních řádech...

BOHDANA RYWIKOVÁ

JAK SE VÁM LÍBÍ?

Nové logo Čtyřlístku

Možná jste již zaznamenali, nejen v záhlaví tohoto vydání časopisu Zrcadlo, že naše organizace začala používat nové logo: stylizované srdíčko se Čtyřlístkem. Autorem nové značky naší organizace je grafik Dalibor Andryšek, s nímž spolupracujeme již několik let. „Srdíčkové“ logo se postupně začne objevovat na všech materiálech naší organizace: na dopisním papíře, vizitkách, v propagačních letácích, pozvánkách atd., zkrátka všude tam, kde se chceme zviditelnit. Věříme, že se nové logo rychle ujme a bude se líbit. Mělo by evokovat fakt, že ostravský Čtyřlístek je zkrátka srdeční záležitostí pro všechny, kdo v něm žijí a pracují. Každé ze zařízení Čtyřlístku bude mít logo stejné, pouze jeho barva bude jiná. V listopadu došlo ještě k další změně, a to v e-mailových adresách zaměstnanců naší organizace a svou grafickou podobu změnilo letos v prosinci také internetové stránky organizace.

(rw)



ČTYŘLÍSTEK CENTRUM PRO OSOBY SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM OSTRAVA
PŘÍSPĚVKOVÁ ORGANIZACE

Události od léta do zimy...

TERAPIE LOUTKOU

Téměř dva roky již trvá naše spolupráce s občanským sdružením Theatr ludem, které klientům DBS nabízí „terapii loutkou“. Naši klienti spolu s terapeuty a jednou až dvěma velkými loutkami, za pomoci několika rekvizit a

barevných papírů, z nichž se dá ledacos vytvořit, spoluvytvářejí příběh. Ten je pokaždé jiný. Často je vázán na právě probíhající roční období a s ním související aktivity.

V červenci klienti pracovali na příběhu, v němž se odehrávala příprava na cestu k vodě, za opalováním a koupáním, v srpnu sklízeli pomyslné ovoce (které vytvořili sami z barevných papírů), pak se dozvěděli a symbolicky vyzkoušeli, jak ovoce zavařovat. Loutka je přitom mediátorem, usnadňujícím kontakt, komunikaci, dotek. Jedním z pozorovatelných úspěchů v rámci této terapie je klient s diagnózou autismu, jenž se v počátcích terapie odvracel, zakrýval si uši, bál se podat ruku na pozdrav, nechtěl se zapojit do nabízených aktivit. Nyní se jeho schopnosti spolupráce a komunikace značně posunuly dopředu. Rád podá ruku k pozdravu, připojí se k činnosti, kterou se zabývají ostatní, usmívá se... Už žádné zakrývání uší ani odvracení hlavy.

Vzhledem k tomu, že

v Domově Barevný svět nyní sídlí také děti z Berušky, nabídl nám Theatr ludem uspořádat „workshop“ také pro ně. V červenci a v srpnu se uskutečnila dvě úspěšná setkání. Děti reagovaly velmi živě, hodně se v průběhu dění nasmály, zapojovaly se do aktivit s velkým nadšením a k hlavním aktérům, Irence Iškievové a Honzovi Karaffovi z Divadla loutek, si ihned vytvořily pěkný a velmi bezprostřední vztah. Už se těšíme na další tvůrčí setkání...

Text a foto: **LENKA ČERNIKOVSKÁ**
psycholožka

MENTAL CAFÉ NA FESTIVALU V ULICÍCH

V rámci doprovodné akce ostravských Colours of Ostrava - Festivalu v ulicích, byla letos poprvé na Masarykově náměstí v Ostravě ve dnech 19. a 20. července otevřena kavárna Mental Café, v níž v době od jedenácti hodin dopoledne do 22.00 hodin obsluhovala návštěvníky kavárny pětice našich klientů – Dáša Ďurišová, Martina Pazderová, Jirka Šimíček, Jirka Mucha a Jirka Červeňák. Tento projekt, jenž zároveň upozorňoval návštěvníky na význam zaměstnávání lidí se zdravotním postižením a připravovanou mobilní cyklokavárnu Mental Café, podpořila společnost ArcelorMittal Ostrava.

Naši „kavárníci“ však byli během prázdnin vidět ještě i na Slezskoostravském hradě, kde se až do 8. srpna konaly divadelní Shakespearovské slavnosti. Jenom Martinu Pazderovou v kavárně protentokrát vystřídal Kamil Mitáš... Všem šla práce nejen dobře od ruky, ale zároveň se těšili zájmu návštěvníků z řad veřejnosti i médií.

Jak nám vysvětlila organizátorka Mental Café na Festivalu v ulicích, paní Ivana Martáková, „Jedná se o navazující činnost k projektu Filmové pondělky s Mental Power, probíhající po celý rok 2012 v ostravské Shakespearově kavárně. Byly to pravidelné večery s projekcemi filmů, ve kterých hrají mentálně i tělesně postižení (ne)herci. V rámci těchto filmových dnů zajišťovali obsluhu kavárny lidé se

zdravotním postižením, kteří byli pro svou práci zaškoleni a za práci dostávali pravidelnou finanční odměnu. Postupem času se tato milá obsluha zapojila i do práce v dalších kavárnách v centru Ostravy.

Hlavním cílem projektu je zapojit osoby s postižením do práce obsluhy v běžných kavárenských provozech, naučit je jakým způsobem si mohou vydělat peníze, naučit je novým dovednostem a komunikačním schopnostem. Cílem je rovněž setkávání veřejnosti s osobami s handicapem na běžných místech a v běžných životních situacích a bourání předsudků s tím spojených.“

Jak dodává paní Martáková, „Mental Café je v podstatě totéž, tentokrát však mimo obsluhu v běžných kavárnách chceme vyjet s kávou za lidmi do ulic, parků a různých veřejných míst setkávání.“ Poprvé jsme se tedy můžete mohli setkat se značkou Mental Café letos v červenci na Masarykově náměstí v Ostravě v rámci Festivalu v ulicích ještě formou „klasické“ kavárny. Myšlenku Mental Café – pojízdná kavárna - se rozhodla podpořit společnost ArcelorMittal v rámci projektu Tanec pro život.

Za vytačený obnos v tanečních stanech společnosti ArcelorMittal na festivalech Colours of Ostrava a Festival v ulicích v Ostravě, bude pořízena mobilní kavárna, která pak umožní nabízet kvalitní kávu ve společnosti milé obsluhy na různých místech v Ostravě a kulturních, společenských, sportovních a dalších akcích. Budeme se na ni těšit společně s našimi klienty...



(rw)

Fota z Mental Café na Masarykově náměstí s Dagmar Ďurišovou nahoře zprava a Martinou Pazderovou dole.



NOC SNŮ V OSTRAVSKÉ ZOO



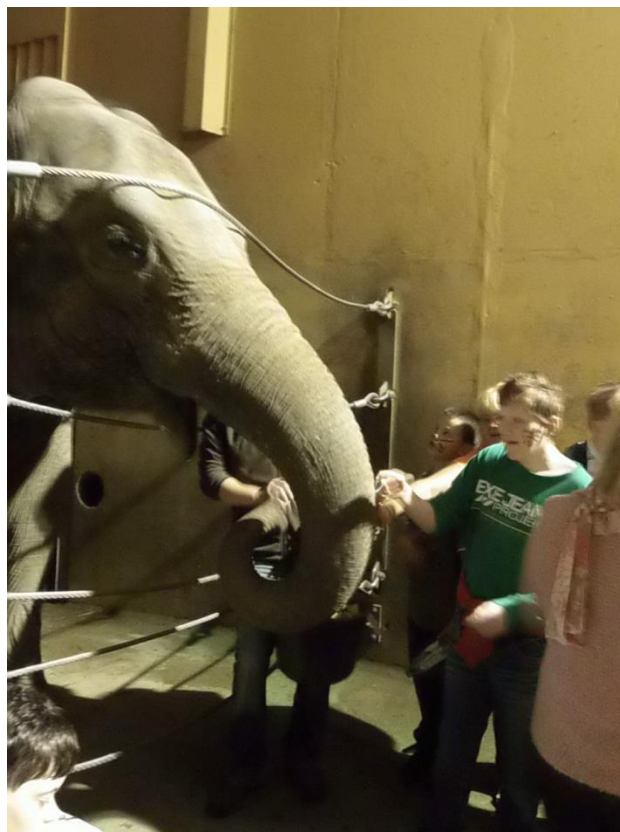
Kvůli nepřízní červnového počasí se letos opět až na druhý pokus podařilo uspořádat ve středu 4. září Noc snů v ostravské zoologické zahradě pro děti a dospělé se zdravotním postižením. Díky dobrému nápadu a pochopení zaměstnanců ostravské Zoo tak měly desítky handicapovaných dětí i dospělých z Ostravy a

I když se stmívalo mnohem dříve než v letních měsících, zahrada měla pro každého z nás své kouzlo a letos nás tady čekalo mnoho nových překvapení. Třeba zajímavá expozice Amazonie, která byla malým nahlédnutím do rostlinné i živočišné říše amazonského pralesa, úžasné setkání s podmořským světem, nebo naopak docela prozaické setkání s hospodářskými zvířaty chovanými ve středoevropských končinách, o jejichž podobě často městské děti nemají ani potuchy. Pracovníci Zoo byli opět připraveni seznámit nás s různými zajímavostmi ze světa živočišné říše, mezi nimiž nás zaujaly třeba sloní stoličky. O jejich velikosti a tvrdosti jsme až dosud neměli ani tušení! Však také návštěva slonince a krmení slonů bylo opět zlatým hřebem a zároveň závěrem letošní vydařené Noci snů v Zoo.

Ocenili jsme, kolik se toho během uplynulého roku v ostravské Zoo změnilo k lepšímu, jaké nové stezky tady přibýly a také jak se podmínky pro zdejší zvířata neustále mění k lepšímu. Každopádně děkujeme vedení Zoo a všem jejím zaměstnancům za to, že nám umožňují každoročně tato nevšední setkání i mimořádné zážitky mimo běžné návštěvnické hodiny. Tak zase na shledanou příští rok ve stejnou dobu!

Text a foto: (rw)

okolí možnost nahlédnout ve večerních hodinách „do zákulisí“ zoologické zahrady, kam se většinou běžní návštěvníci nedostanou. Nechyběl při tom ani náš Čtyřlístek, odkud se mezi zvířátka do ostravské Stromovky vypravilo více než osmdesát klientů.



V. SETKÁNÍ S POLICIÍ ČR

Přestože se s příslušníky ostravských záchranných sborů Integrovaného bezpečnostního centra Moravskoslezského kraje setkáváme již půl desetiletí, pokaždé se na tento prázdninový den velmi těšíme. Naši přátelé z řad krajské i městské policie a hasičského záchranného sboru pro nás totiž vždy připraví nějaká zajímavá překvapení. Výjimkou nebyl ani letošní rok, kdy mezi nás ve čtvrtek 25. srpna do zahrady Domova Barevný svět zavítali se svými speciálně vycvičenými psy jak krajští, tak městští policisté, kteří navíc přivezli dva statné policejní koně a předvedli nám i malou ukázkou toho, co tito kladrubští hřebci dovedou.



Pro nejdovádňější děvčata a kluky bylo nejkrásnější odměnou, když si mohli sami sednout do koňského sedla a trochu se projet. Těm méně odvážným stačilo alespoň pohlazení koňské hlavy anebo také některého z policejních psů, kteří projevy sympatií od našich klientů přijímali s velkou radostí... Tradičně obrovský zájem však byl o svezení na policejním motocyklu nebo v „rychlém“ passatu dopravní policie. Ještěže máme tak velkou zahradu! Vešlo se sem i hasičské auto a my nestačili žasnout nad tím, co všechno se do něj kromě vody vejde a jak moc toho v případě potřeby hasiči musí umět. Některé z nás naopak zaujal stánek městské policie, kde byly k vidění nejen policejní zbraně, ale pro další zájemce byly k dispozici i pastelky a omalovánky s policejní tematikou... Společně strávený čas nám utekl jako voda, ale slíbili jsme si, že hezkou tradici prázdninových setkání určitě dodržíme i za rok!

Tim však návštěva ostravských policistů ve Čtyřlístku ani zdaleka nekončila.

Organizátorka těchto akcí a zároveň patronka naší spolupráce se záchrannými sbory Integrovaného bezpečnostního centra Moravskoslezského kraje v Ostravě, paní plukovnice Mgr. Jana Kubošová, projevila zájem seznámit se také s podmínkami našich klientů v novém chráněném bydlení v Martinově a ve Vítkovicích. A tak si koncem srpna ještě udělala pár hodin času k návštěvě našich klientů v jejich nových domovech. V Chráněném bydlení Martinovská se jí rád ujal Kamil Mítáš, který byl sám doma, ve Vítkovicích se paní plukovnici dostalo vřelého přivítání od Petra Laníka, jenž se stal nadšeným průvodcem vzácného hosta po celé budově chráněného bydlení a vysvětlil paní plukovnici všechny jeho výhody. Paní Kubošová přivezla pro obyvatele bydlení pěkné upomínkové dárky a slíbila, že se opět někdy přijede podívat. Navíc letos opět zorganizovala mezi svými kolegy sbírku, která by měla klientům jak v Martinově, tak v Thomayerově ulici ve Vítkovicích opět trochu zpříjemnit jejich bydlení.



Text a foto: (rw)

Na snímcích: Krásní policejní kladrubští koně sklízeli snad ještě větší obdiv našich klientů, než policejní technika. Vlevo dole: Paní plukovnice Jana Kubošová na návštěvě Chráněného bydlení Thomayerova, kde se jí ujal jako průvodce Petr Laník...

=====

DAGMAR ĎURIŠOVÁ JUBILUJÍCÍ

Krásné životní jubileum oslavila ve středu 28. srpna naše kamarádka a klientka Domova Barevný svět – Dáša Ďurišová. V zaměstnanecké jídelně, kterou jí pomohla vyzdobit paní vychovatelka Dagmar Drobíková, přijímala naše jubilantka četné gratulace od přátel i zaměstnanců Čtyřlístku, mezi nimiž nechyběl ani pan ředitel. Všichni jsme Dagmar upřímně popřáli hodně zdraví, radosti, spokojenosti a pohody do dalších let.



GRATULUJEME!

Dagmar Ďurišová (na snímku zprava) přijímala v den svých narozenin upřímné gratulace jak od svých kamarádů a přátel, tak od četných zaměstnanců Domova Barevný svět, kde žije. Na snímku s vedoucí úseku sociální péče Domova Barevný svět – Marií Hurníkovou.



Poděkování, které potěší...

Po nedávném startu našeho syna, Jakuba Ševečka, ve využívání služeb, jež poskytuje Vaše zařízení v Ostravě Třebovicích, máme potřebu vyjádřit Vám poděkování za přístup a úroveň péče, která je zde našemu synovi věnována. V průběhu života Kuby jsme využívali služeb různých zařízení a institucí, nicméně máme pocit, a z reakcí našeho syna usuzujeme, že současný stav mu z dosavadních zařízení vyhovuje nejlépe. Jinými slovy, máme potřebu konstatovat, že náš syn je v Třebovicích šťastný, doma o zážitcích na jeho poměry obsáhle hovoří a velmi se těší na pondělky, kdy bude zase mezi svými.

S ohledem na skutečnost, že Kuba je silně společensky orientován a má mimořádně vyvinuté sociální citění, lze dovozovat, že tento stav je především výsledkem vstřícných a profesionálně správných postojů, které vůči

klientům chová personál. Ostatně z návštěv zařízení máme pocit, že se to obecně odráží na spokojenosti všech uživatelů a atmosféře, která v zařízení panuje.

Zároveň musíme s povděkem konstatovat, že Kubík se nám domů vrací také čistý a voňavý a ani přes týden se jej nestydíme svléci u lékaře. Víme, že při jeho typu postižení to dá velkou práci a u dosavadní péče ani tato záležitost nebyla samozřejmostí. Jediným problémem jsou jeho protesty při odchodech domů, které jsou podmíněny jeho autistickými sklony, a koneckonců jsou právě vyjádřením jeho spokojenosti s pobytem ve stacionáři. Jsme na tyto stavy zvyklí, umíme s nimi pracovat a víme, že časem ve spolupráci s personálem odezní. Ještě jednou děkujeme. Jsme spokojeni s volbou, kterou jsme udělali. Spadlo nám ze srdce hodně velké břímě...

Manželé Ševečkovi, Ostrava

=====

PODZIMNÍ SETKÁNÍ S ADROU

Ve středu 23. října se uskutečnilo v Domově Barevný svět první setkání některých našich uživatelů s paní Romanou Vaverkovou, která spolupracuje s organizací ADRA a našim klientům nabídla hodinku relaxační techniky s prvky arteterapie a muzikoterapie. Klienti byli plni očekávání, co je asi ve velkém pytlí, v kufro a v tašce, které uviděli...

Představili jsme se navzájem a odtajnilí pomůcky: buben, hmatové pytlíky, voňavý olej, šátky a notebook. Za příjemné relaxační hudby jsme si voňavým olejem masírovali části obličeje, boltce uší, krk, promnuli si všechny klouby prstů rukou a nakonec dlaně. Tím jsme byli příjemně naladěni na tvorbu doprovodů hudby, která zněla z počítače. Na velký buben hrála paní Romana, my jsme doprovázeli tleskáním i pleskáním do kolen. A že nám to šlo!

Největším zážitkem bylo otevření kufro. Z něj na nás vykoukla hromada šátků, jeden krásnější než druhý. Každý jsme si jeden vybrali a v rytmu hudby jsme do nich foukali, ovinovali předloktí, mávali, přehodili přes hlavu, lehce s nimi pohazovali... A pak přišlo tajemno. Co je v pytlících? Podle hmatu jsme určovali vatu, uzávěry z minerálek, rýži a malé míčky. Bylo to pro nás velmi obtížné, ale s podporou paní psycholožky a vychovatelky jsme i tohle zvládli. Při srdečném loučení s paní Romanou jsme se ptali: Kdy se uvidíme příště? Těšíme se na další setkání.



Text a foto: DAGMAR DROBÍKOVÁ

vychovatelka

Domov Barevný svět

Snímek autorky článku zachycuje paní Romanu Vaverkovou při její hodině relaxační techniky v prostorách snoezelenu Domova Barevný svět.

Kdo je připraven, není zaskočen...

Ve dnech od 19. do 20. listopadu se uskutečnil v zasedací místnosti Domova Barevný svět seminář, určený především budoucím zaměstnancům nového Domova se zvláštním režimem Hladnovská, o němž podrobněji píšeme na jiném místě našeho časopisu. Seminář vedl PhDr. Hynek Jůn, Ph.D., předseda organizace

Pan dr. Jůn je velmi aktivní v oblasti poradenství a přednáškové činnosti pro všechny, kdo pomáhají osobám trpícím autismem. Mimo to je autorem odborných publikací s názvy „*Moc, pomoc a bezmoc v sociálních službách a zdravotnictví*“ a také „*Agrese u lidí s mentální retardací a s autismem*“. Pod vedením dr. Jůna a K. Balické jsme se nejen dozvídali, ale také trénovali, jak pomoci klientovi v případě rozvíjejícího se afektivního záchvatu, jak zabránit sebeublížení, ublížení jiným a také škodám na majetku.

Postupně se všichni zúčastnění střídali v rolích klientů a pečujícího personálu. „Školení“ kladlo značné nároky na fyzické nasazení účastníků. Místa se scény nácviků podobaly boji o život, ale nebyla nouze ani o uvolňující smích. Nebylo to obyčklé sezení na židličce a koukání před sebe. Kromě výuky praktických obranných a znehybnujících úchopů byla předána účastníkům semináře také celková filozofie náhledu na afektivní záchvat, která se zaměstnancům organizace Apla a chráněného bydlení pro osoby s mentální retardací a autismem osvědčuje: Při afektivním záchvatu je vhodné ke klientovi přistupovat podobně, jako kdyby prodělával právě

APLA Praha (společnost, zabývající se pomocí osobám s poruchami autistického spektra a všem těm, kdo o ně pečují) a paní Kateřina Balická, DiS., vedoucí chráněného bydlení pro osoby s mentálním postižením a autismem v Libčicích.

jeden ze svých záchvatů člověk s epilepsií – tedy je důležité zůstat v klidu, klidně na klienta promlouvat, zabránit riziku úrazu a ohrožení okolí díky ochranným a obranným úchopům, jejichž působením je klientova nashromážděná energie rychle spotřebována, záchvat probíhá v mnohem kratším časovém intervalu a brzy odeznívá. Následně se klient uklidní, začíná opět reagovat na běžné slovní pokyny a není zapotřebí ani jakékoli další pomoci zdravotnické a medicínské. Shrnutí: toto školení bylo velmi intenzivní, výrazně akční a prožitkové.

LENKA ČERNIKOVSKÁ
psycholožka

Co ukázala anketa...

Domov Barevný svět a Den otevřených dveří

V rámci Týdne sociálních služeb, pořádaného každoročně na podzim Asociací poskytovatelů sociálních služeb ve spolupráci s ministerstvem práce a sociálních věcí připravila také naše organizace 9. října ve všech svých zařízeních Den otevřených dveří. Při této příležitosti mají návštěvníci tradičně možnost nahlédnout „pod pokličku“ života klientů v našich pobytových zařízeních, stacionářích a v sociálně terapeutických dílnách. V Domově Barevný svět letos připravili příchozím návštěvníkům drobná překvapení, a to jednak v podobě prodejní výstavy rukodělných výrobků klientů, která se setkala s velkým úspěchem, ale zdejší personál také zajímalo, jak vnímají toto zařízení návštěvníci zvenčí.

Anketní lístek obsahoval celkem pět jednoduchých otázek: 1. Kde jste se dozvěděl(a) o našem zařízení?; 2. Co Vás během návštěvy příjemně překvapilo?; 3. Co se Vám v zařízení během návštěvy nelíbilo?; 4. Myslíte, že by se mělo něco v zařízení změnit? Pokud ano, uveďte co.; 5. Byl(a) jste spokojen(a) s prezentací zařízení?

Domov Barevný svět při této příležitosti navštívilo celkem 41 návštěvníků, z nichž větší polovina (24) vyplnila anketní lístky. Ukázalo se, že převážná většina z nich se o Čtyřlístku (a Domově Barevný svět) dověděla z internetu (celkem 13 respondentů), tři z nich ze školy a zbývajících osm lidí u nás buď pracovalo v minulosti, nebo se o nás dověděli od přátel, spolužáků, z rodiny anebo bydli poblíž.

Během návštěvy v Domově Barevný svět většinu z nich příjemně překvapilo chování a spokojenost klientů, příjemný personál, vysoce bylo hodnoceno pěkné, klidné, milé a rodinné prostředí domova, barevnost, pohoda a domácí atmosféra, pocit útulna.... Těmito slovy návštěvníci popisovali své dojmy. Pozitivně hodnotili také vybavení pokojů dívek, profesionalitu personálu a kvalitu poskytované péče, líbily se jim vystavené obrázky a fotografie z pořádaných akcí, příjemně zapůsobil i takový detail, jako je například terasa, spojující tělocvičnu se zahradou. Někteří dotázaní hodnotili kladně a bez výjimek úplně všechno. ...

Na otázku, co se jim v Domově Barevný svět nelíbilo, třináct z návštěvníků neodpovědělo. Čtyři odpověděli, že nic, dvěma vadily dlouhé chodby, jednu kritiku sklídila WC a šero na chodbách.



Většina návštěvníků však měla problém s odpovědí na otázku, v čem by se mohlo něco v Domově Barevný svět změnit. Ti, kteří přece jen odpověděli, navrhovali, aby se změnila vstupní hala, aby bylo v pokojích méně klientů a pečovalo o ně víc zaměstnanců a aby bylo mezi personálem zařízení více mužů.

Na poslední otázku, týkající se spokojenosti s prezentací zařízení, odpověděla většina respondentů velice kladně, až nadšeně.

Takto získaná zpětná vazba sama o sobě může být dobrou inspirací nejen pro vedení zařízení, které se zapojilo do projektu financovaného z evropských fondů v rámci operačního programu Lidské zdroje a zaměstnanost „Podpora procesu transformace v Domově Barevný svět“, ale i pro samotné zaměstnance. Napomáhá k tomu, abychom na

jedné straně netrpěli „provozní slepotou“ a na druhé straně může být motivací, abychom se pozorněji (a mnohdy také pozitivněji) dívali kolem sebe a přemýšleli o tom, co by se ještě dalo zlepšit.

Protože, jak také odpověděl jeden z návštěvníků: „Stále je co zlepšovat“...

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Snímek na předcházející straně dokládá, že výstavka rukodělných prací klientů Domova Barevný svět se těšila zasloužené pozornosti návštěvníků Dne otevřených dveří.



OPERAČNÍ PROGRAM
LIDSKÉ ZDROJE
A ZAMĚSTNANOST

PODPORUJEME
VAŠI BUDOUCNOST
www.esfcr.cz

SETKÁNÍ S NAŠIMI SENIORY

Patří k hezké tradici u nás ve Čtyřlístku, že pamatujeme na své bývalé zaměstnance, kteří odvedli mnoho let práce naší organizaci a nyní tráví čas zaslouženého odpočinku. Také v letošním roce jsme uspořádali společné setkání s našimi seniory, kteří se mezi své bývalé kolegy velmi rádi vrací a vítají také možnost každoročních setkání s nimi. Mnozí z nich jsou dodnes velmi aktivní s mnoha zájmy, jiní naopak vítají možnost vytržení ze samoty a setkání s přáteli. To letošní se uskutečnilo ve čtvrtek 9. října a zúčastnilo se jej celkem 38 bývalých zaměstnanců Čtyřlístku z 89 pozvaných.

V přívětivě vyzdobené jídelně klientů přivítal naše hosty ředitel organizace, PhDr. Svatopluk Aniol, spolu s vedoucí personálního a mzdového oddělení, paní Miluší Bystroňovou. Seznámili je s aktuálními změnami v organizaci i s perspektivními záměry do budoucna. V ničím nerušené atmosféře časného odpoledne si pak přítomné dámy a pánové vyměňovali zážitky, dojmy i vzpomínky na události uplynulých let. Ve společnosti kolegů a přátel u šálku kávy samozřejmě čas utíká mnohem rychleji, než bychom si přáli. Všichni si však slíbili, že v příštím roce se pod přívětivou střešou Čtyřlístku opět rádi setkají.

Text a foto (rw)



Záběr z letošního setkání našich seniorů – bývalých zaměstnanců Čtyřlístku, kteří se sešli v jídelně klientů Domova Barevný svět. Ta se alespoň na pár hodin proměnila v příjemnou kavárnu plnou pohody...

Pochvala studentům Gymnázia Olgy Havlové a Výboru dobré vůle...



Letos v říjnu uspořádali studenti ostravského gymnázia Olgy Havlové spolu s Výborem dobré vůle – Nadací Olgy Havlové v rámci Nadačního dne Olgy Havlové v Ostravě prodejní výstavu spojenou s dražbou nejruznějších předmětů, které věnovaly známé osobnosti ze světa sportu, jako například Barbora Špotáková, David Svoboda, Věra Čáslavská, Dana Zátoková, hráči HC Vítkovice Steel, hráči FC Baník a další sportovci. Prodej a dražba předmětů společně se vstupným na akci vynesly celkem 36.869 korun a tuto částku Nadace Olgy Havlové zdvojnásobila.

Konečný obnos ve výši 73.738 korun byl rozdělen mezi osm charitativních a neziskových organizací v Ostravě: dobrovolnické sdružení ADRA, Asociaci TRIGON, Centrum pro rodinu a sociální péči o. s., Charitu Ostrava, Hospic Frýdek-Místek, p. o., Mobilní hospic Ondrášek, o. p. s., Občanské sdružení Vzájemné soužití a dostalo se také na Stacionář Třebovice ostravského Čtyřlístku. Z výtěžku prodejní výstavy a Nadace Olgy Havlové jsme takto získali částku přesahující devět tisíc korun, kterou Stacionář Třebovice využije na dovybavení muzikorelaxační místnosti pro klienty zařízení. To, že studenti Gymnázia Olgy Havlové chtěli touto formou pomoci i naší organizaci, není náhoda. Se Stacionářem v Třebovicích a jeho klienty jsou v úzkém kontaktu již několik let a každoročně spolupracují jako volontéři na naší Třebovické olympiádě.

Letošní rok je Rokem Olgy Havlové, která by se v červenci dožila osmdesátí let. Při této příležitosti se uskutečnila řada akcí, připomínajících veřejnosti osobnost paní Olgy a její odkaz nadaci nesoucí její jméno.

(rw)

Poprvé vycházejí Listy sociální práce – nový časopis (nejen) pro sociální pracovníky

Potřeba kvalitního periodika určeného k podpoře a rozvoji sociální práce v České republice a cíleného především na sociální pracovníky v praxi vedla Asociaci poskytovatelů sociálních služeb ČR ve spolupráci s ministerstvem práce a sociálních věcí, Kanceláří veřejného ochránce práv a Společností sociálních pracovníků ČR k založení nového odborného časopisu Listy sociální práce. Časopis pokrývá sociální práci nejen v prostředí poskytování sociálních služeb, ale zabývá se i tématy týkajícími se také oblasti školství, vězeňství, zdravotnictví, veřejné správy, sociálně právní ochrany dětí aj.

První, „nulté“ číslo nového média, vyšlo začátkem prosince v nákladu 2500 výtisků a na svých 28 stranách přineslo mimo jiné pohledy Igora Tomeše, Jiřiny Šiklové, Jiřího Horeckého či Radka Sudy na potřebu podpory sociální práce, rozhovor s ředitelem odboru sociálních služeb a sociální práce MPSV Petrem Hanušem, sondy Růženy Kulhánkové a Pavly

Kodymové do historie činnosti sociálních pracovníků od vzniku republiky po současnost či úvahu Marie Bílové nad rolí vyšších odborných škol při vzdělávání sociálních pracovníků. Kancelář veřejného ochránce práv (Magdalena Paulusová, Andrea Vašíčková) se zabývá poučovací povinností o nepojistných sociálních dávkách, Irena Podivínská otevírá téma opatrovnictví, na duchovní rozměr sociální práce je zaměřen článek prezidenta Charity ČR Pavla Posáda. Transformaci zařízení poskytujícího sociální služby osobám se zdravotním postižením se věnuje případová studie Domova bez zámku z Náměště nad Oslavou.

První vydání odborného pololetníku Listy sociální práce je všem zájemcům distribuováno zdarma. Objednat si jej je možné na adrese tajemnice@apsscr.cz. Na stejné adrese je také možné již nyní si zajistit předplatné časopisu pro příští rok, které za dvě plánovaná vydání činí 99 Kč. Další číslo Listů sociální práce vyjde v dubnu příštího roku.

ZDENĚK KAŠPÁREK
mediální specialista

=====

Pstruží nás stále láká



Prvního srpnového a velmi horkého dne jsme využili k výletu do Pstruží. Výbornou náladu nám nezkazila ani nevydařená doprava na místo, která byla způsobena výlukou na českých drahách, jež trvala snad třikrát déle než obvykle. Těšili jsme se hlavně na bazén, protože teplota vystoupala ke třicítce. Když jsme dorazili do cíle, a to do srubu naší paní vedoucí, občerstvili jsme se vychlazenými nápoji a domácím borůvkovým koláčem a pak hurá do bazénu. Mezitím, co jsme se koupali, nám manžel paní hostitelky ugriloval klobásky a maso. Po jídle jsme odpočívali ve stínu pod stromy, procházeli se po zahradě a hráli si s miláčkem rodiny, labradorem Ronym. Děkujeme paní vedoucí a všem zaměstnancům, kteří nabízejí chvíle svého soukromí i našim klientům.

RENÁTA ŠUMKOVÁ
Stacionář Třebovice

Stanování s kamarády v Opavici

Začátkem srpna, ve dnech od 6. do 8. srpna, jsem byl poprvé v životě stanovat! Vyrázili jsme z Domova Barevný svět kolem deváté ráno. Zastavili jsme se ještě pro Aleše Turleje a Kamila Mitáše do Martinova (pozn. red.: Chráněné bydlení Martinovská) a jelo se. Když jsme dorazili na místo, vybalili jsme si věci a postavili stany. Všichni, kromě mě a Pepy Kováře, se jeli podívat do Hynčic, kde je zahrada Eldorado – předchůdce dnešních dinoparků. Já jsem chtěl zůstat v Opavici spolu s Pepou Kovářem u bazénu.

Když se ostatní vrátili, vytáhli jsme gril na večerní grilování párků a šli připravit spací místa ve stanu. Moc jsem se na moje první spaní ve stanu těšil. Při grilování hrál Pavel Kolín na kytaru a my jsme zpívali a povídali si různé příhody.

První noc ve stanu byla zajímavá a spalo se mi moc dobře. Ráno mě vzbudila vůně připravené kávy na stole a snídaně. Měli jsme chleba s pomazánkou, která mi moc chutnala. Po snídani vyrazili ostatní na Linhartovský zámek, kde měli domluvenou prohlídku. Já jsem s Terkou (Votočkovou – pozn. red.) vyrazil na malý výlet do blízkého okolí. Poprvé v životě jsem viděl splav a moc se mi líbil.

Po návratu mě i ostatních z Linhartovic přišel vhod oběd – guláš, který jsme si společně připravili. Po celou dobu jsme se koupali v bazénu. Večer jsme zase potěšili všechny sousedy naším zpěvem s kytarou, bubnem a jinými drobnými nástroji.

Poslední den naší výpravy jsme měli domluvenou exkurzi v zařízení Krajánek. Pozdravili jsme se s kamarády a prohlédli si jejich nové dílny a opravené byty. Dostali jsme bohaté občerstvení. Na výletě v Albrechticích (pozn. Město Albrechtice, kde se zařízení Krajánek nachází) jsem se skamarádil s Maruškou Laciou. Hodně jsme si povídali, Maruška mi pomáhala, podávala mi pití a šla se se mnou projít.

To, že už pojedeme domů, jsem poznal podle toho, že se před branou zahrady, kde jsme stanovali, objevil náš Ivánek (Ivan Marhula). Byl jsem tak rád, že ho vidím, že jsem ho šel hned přivítat a povyprávět mu své zážitky. Domů jsme přijeli kolem sedmé večer, unavení, ale spokojení. Celou cestu domů jsem seděl s Maruškou. Vykládali jsme si, jak se nám výlet líbil a také jsme si zazpívali. Naše přátelství přetrvává dosud. Maruška za mnou chodí na návštěvu nebo já za ní. Na zahradě jsme si o víkendu udělali malý piknik a poslouchali hudbu.

VÍT MAŇASEK
Domov Barevný svět

Zámek Linhartovy a Eldorádo Hynčice

Navštívili jsme zámek Linhartovy a Eldorádo Hynčice 6. srpna, když jsme vezli stanovat kamarády do Města Albrechtic. Byli jsme příjemně překvapeni pestrostí exponátů. Prohlédli jsme si psací stroje, vycpaná zvířata, obrovité postavy z pohádek, vyrobené kašírováním, ale také sbírku keramických výrobků, poštovních známek, obrazů a hlavně modelů ze stavebnice Merkur. Ty se nám obzvlášť líbily. Kolotoč se točil, jeřáb pracoval, vídeňské kolo jsme mohli roztočit a u vláčků jsme se zdrželi nejdéle. Mile nás překvapila možnost cokoli si vyfotit.

Po prohlídce zámku, občerstvení z balíčků se stravou v zámeckém parku, jsme se autobusem přemístili do Hynčic, kde jsme si v přírodním areálu soukromé zahrady, s názvem Eldorádo, zavzpomínali na dětství - prohlédli pohádkové postavičky, dinosaury a zvířátka, vyfotili se u perníkové chaloupky. Cestou domů jsme navštívili restauraci Pustý mlýn ve Skrochovicích a pochutnali si na zmrzlinových pohárech s ovocem. Byl to skvělý den!

MARTINA SKÝBOVÁ
vychovatelka
Domov Barevný svět

Večeře na grilu

Liščínskou zahradou se line libá vůně a všichni jsou nedočkaví. Dnes, to je 8. srpna, večeříme v přírodě. Využili jsme krásnou zahradu s altánem a s novým krbem, který jsme si svépomocí postavili. Úkoly jsou rozděleny: Osádka pracovníků v sociálních službách (Hanka, Zuzka, Katka, Nicol) hlídala klobásy dopékající se na grilu. „Hmmm, ta vůně...“! Horký den jsme si zpříjemnili osvěžením pod zahradní sprchou a tancem za doprovodu oblíbených melodií. Konečně!!! Bašta může začít, servírujeme ve stylovém oblečení. Slibujeme si, že takovou dobrotu určitě brzy zopakujeme. Tento podvečer byl zdařilý také zásluhou zaměstnanců naší kuchyně. Děkujeme za vstřícnost a hlavně za klobásky!

Klienti Domova na Liščině



Lištičky na raftech, aneb zdolání divoké řeky Odry Tentokrát šlo o život, ale naštěstí vše dobře dopadlo!

Výlet na raftech byl letos naplánován na 17. srpna a organizačně zajištěn paní Marií Pešlovou - skvěle. Za což velice děkujeme. S nadšením a výrazem ostřílených vodáků, jsme spustily rafty na vodu a jaly se pádel. Naším cílem byla řeka Odra v polském Zabelkowě. Některé z nás tímto sportem „nepolíbené“ měly děs v očích. Dobrý tým se však pozná a prověří v krizových situacích. Jedna posádka ze tří raftů se dostala do nesnáží, ostatní neváhali a připluli na pomoc. Zkrátka a dobře,

záchranná akce jako řemen. Pod hladinou nám zmizela jedna lištička. Ale naštěstí na pomoc přispěla jiná. Pár šrámů a natržené šortky, ale jinak usměvavé a v naprostém pořádku. A už nás mokré a plné zážitků řeka unášela k cíli. Na břehu u dobrého obědu, všichni jako jeden souhlasili, že den byl báječný. Tak zase příště... loď AHOJ!

Za Liščínské raftáky
KATKA HEJDUKOVÁ



Rozloučení v Děhylově



Díky paní Király, maminky jednoho z našich klientů, měli jeho imobilní kamarádi ze Stacionáře Třebovice možnost strávit krásné odpoledne na její chatě v Děhylově. Když jsme dorazili na místo, nacházející se blízko zdejší loděnice, čekala na nás velká hostina, kterou pro nás paní Király připravila. Po občerstvení jsme se mohli houpat na houpačce anebo se mazlit s domácími zvířátky pjskem a kočičkou, což všichni s radostí uvítali. Dobrou náladu provázelo povídání a zpívání a než jsme se nadáli, nastal čas k odjezdu.

Děkujeme paní Király za vřelé přijetí a čas, který nám věnovala a těšíme se na další spolupráci s ní a ostatními rodiči našich klientů.

RENÁTA ŠUMKOVÁ
pracovnice v sociálních službách
Stacionář Třebovice

Výlet na Helfštýn

Pracovnice prvního patra Domova Barevný svět pod vedením Marty Kempné připravily pro své klienty na konci prázdnin 29. srpna výlet, jehož náplní byla prohlídka hradu Helfštýna. Ráno po osmé vyjela skupinka třinácti klientů z prvního a druhého patra Domova Barevný svět spolu s doprovodem pracovníků v sociálních službách. Nechyběla samozřejmě ani nezbytně dobrá nálada a pořádná svačinka na cestu. Trošku jsme se báli deštivého počasí, ale sluníčko nás nakonec provázelo po celý den.

Autobusem jsme dojeli přímo k hradu, a tak jsme se mohli vydat na průzkum největší hradní zříceniny na Moravě. Prohlédli jsme si nejen celý areál hradu za tlustým hradebním zdívem, ale i výstavu kovových soch, které tady o předchozím víkendu vytvořili umělci kováři během proslulého festivalu Hefaiston. Nejvíc nás ale zaujala Trubačská věž.

Zdolali ji jen největší odvážlivci, ale odměna stála za to: zvěže totiž byla nádherná vyhlídka na Moravskou bránu a celé okolí hradu.

Cestou zpátky jsme si ještě udělali zastávku na historickém náměstí v Lipníku nad Bečvou, kde jsme si odpočali u šálku kávy a dobrých zákusků. Všichni naši výletníci i přes svůj zdravotní handicap, včetně dvou imobilních klientů, byli nadšeni z neobvyklých zážitků a velmi příjemné atmosféry výletu. K té přispěl i řidič autobusu, pan Ivan Marhula, který nás bavil svým vyprávěním a také nás bezpečně dovezl zpátky domů.

Výlet se opravdu zdařil. Pracovnice v sociálních službách navíc posílil v týmové práci a dodal odvahu k dalším aktivitám ve prospěch klientů.

MARTINA KEMPNÁ
Domov Barevný svět

Srpen ve znamení cestování

Počasí v srpnu vyšlo výborně, byl tedy prostor pro výlety a poznávání nedalekých míst, měst a jejich památek zajímavých míst. Tak trochu paradoxní bylo, když jsme se o prvním srpnovém víkendu vydali na peřeje na Ostravici. Bohužel, právě ten byl upršený a zatažený. To nás ovšem neodradilo a na výlet jsme se přesto vydali. Na peřeje jsme se dostali a místo osvěžování nohou v průzračné vodě jsme sehráli souboj o největší počet žabiček. Beze sporu vyhrál Dominik Rozacký, který hodil žabku o osmi skocích!

Dalším našim společným výletem byl směr - hrad Bouzov. To vám byla krása, ještě umocněná nádherným pohledem z věže hradu. Všichni statečně zvládli velký počet schodů a tak se nám naskytl úžasný pohled na nádvoří a do blízkého okolí. Místo bylo pro nás ještě výjimečnější, když jsme se dozvěděli, že se právě tady točila známá pohádka O princezně Jasněnce a létajícím ševci.

Při zpáteční cestě jsme se také zastavili v nedalekých Javořických jeskyních. Procházka jeskynním labyrintem nás příjemně osvěžila, ale



také zaujala množstvím útvarů (stalagnitů, stalagtitů), jež útočily na naši fantazii, a tak jsme je mohli různě pojmenovávat.

Jedna z posledních cest tohoto léta směřovala do Kopřivnice a Štramberku. Můžeme doporučit místní arboretum, které je vybudováno a zvelebováno vedle vápenky Kotouč. Je to skalnatý prostor, kde se nachází ohrožené druhy rostlin a živočichů. Na místních skalách si můžete zasláňovat, popovídat si s kozami a přechít si něco málo o minulosti tohoto místa. Nad arboretum najdete rozhlednu, která byla rovněž jedním z našich cílů, jež jsme úspěšně zvládli. Cestu proloženou častým odpočinkem jsme zvládli



s nadšením a pohodou. Příště bychom jen chtěli využít služeb malého vláčku, který po Štramberku jezdí a tak dává návštěvníkům šanci pohodlně rozhlédnout po tomto krásném historickém místě...

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



Unavení, ale šťastní na výletě ve Štramberku...

Víte, kde je Tarzanie?

My jsme ji už objevili! Podařilo se nám to na společném letním výletě do Beskyd. Ze svého domova jsme se vydali autem po výpadovce na Frýdek- Místek, ale než jsme dojezдили do Trojanovic, projeli jsme kolem naší bývalé chaty v Pstruží. Nostalgicky jsme zamáčkli slzu a zdálky popřáli hezké bydlení klientům, kteří tam jsou nyní (zařízení *Náš svět – Pržno*). Když jsme dorazili na velké parkoviště pod lanovkou na Pustevny, vydali jsme se k jejímu nástupnímu místu. Prošli jsme po můstku přes říčku Lomnou, pozorovali okolí, poslouchali zvuky v přírodě, rozlišovali listnaté a jehličnaté stromy, hovořili o počasí, kladech i záporech svítícího sluníčka. Se zájmem jsme sledovali nasedání osob na sedačky a Veronika Vaidová se Simonou Majorošovou si to i vyzkoušely – ale že to bylo to vysoko! Při cestě dolů k parkovišti už jsme zahlédli šipku na Tarzanii, ale tudy bychom

se Slávkem na vozíku neprošli. Cestou nás míjely skupinky turistů a obdivovaly nás, jak tu chůzi zvládáme. Došli jsme zpět k parkovišti a schodům, které vedly ke vchodu do Tarzanie. Potkali jsme se s Dominikem Rozackým, který tam přijel s babičkou. Obešli jsme cestou až dolů k trampolínám a odtud jsme si prohlíželi lezecké atrakce mezi stromy a fandili všem, kteří je zdolávali. Dominika jsme už ale nezahledli. Počkáme, až přijede z prázdnin, snad se pochlubí, že překážky zvládl. V přírodě nám chutnal řízek, chléb i okurka. A co by to byl za výlet bez nějaké dobrůtky! Přejeli jsme tedy autem do Čeladné, kde jsme v rámci procházky láznemi nakrmili kozičky mrkví a suchým chlebem a nadrobili chléb rybkám v jezírku. Na terase restaurace „U sestřiček“ jsme si pochutnali na zmrzlíně a společně se na rozloučenou vyfotili u fontánky. Prožili jsme krásný prázdninový den.

DAGMAR DROBÍKOVÁ

vychovatelka

Domov Barevný svět

LOUČENÍ S PRÁZDNINAMI

v hotelu Vista

Odpoledne plné zábavy a her jako rozloučení s prázdninami pro téměř padesát našich klientů připravili ve čtvrtek 29. srpna zaměstnanci ostravského hotelu Vista. Iniciátorem této akce byl předseda představenstva společnosti Eset Group, Mgr. Ing. Pavel Sychra, jenž s tímto nápadem přišel poprvé již v loňském roce a udělal tak spolu se svými kolegy velkou radost více než šedesátce klientů ze všech zařízení Čtyřlístku, kteří v areálu hotelu Vista prožili skvělé odpoledne zakončené diskotékou.

Organizátor, Mgr., Ing. Pavel Sychra, je toho názoru, že „je naší povinností podporovat společenskou odpovědnost a pomáhat těm, kteří si sami pomoci nemohou. Otázkou je, komu a jakým způsobem. V loňském roce se zrodil nápad uspořádat zábavné soutěžní odpoledne pro klienty s mentálním a tělesným postižením z ostravského Čtyřlístku. Do té doby jsme sice neměli s pořádáním podobných akcí žádnou zkušenost, takže jsme dost dobře nedokázali odhadnout, do čeho jdeme, ale nakonec byli ze setkání s hendikepovanými lidmi všichni příjemně překvapeni a měli jsme velkou radost, že se vše povedlo k oboustranné spokojenosti.“

Také na letošním „loučení s prázdninami“ v hotelu Vista připravili jeho zaměstnanci pro malé i dospělé klienty Čtyřlístku řadu zábavných soutěží ve venkovním areálu hotelu, diskotéku a stejně jako v loňském roce také něco dobrého na zub jako odměnu pro soutěžící. Naše očekávání se naplnila beze zbytku: počasí této události opravdu přálo a potěšení ze společného setkání s přáteli z hotelu Vista opravdu nic nezkalilo. Báječně jsme se





bavili nejen při zábavných soutěžích pod širým nebem, ale i po jejich skončení přímo v hotelu, kde na nás čekala prima diskotéka, plno zábavy a štědré odměny pro všechny, kteří se do odpoledních soutěží zapojili.

Tím však kontakty hotelu se Čtyřlístkem zdaleka neskončily. Pod patronací společnosti Boswell tady pro nás připravují na leden příštího roku již druhý benefiční koncert ve prospěch klientů ostravského Čtyřlístku.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Snímek na předcházející straně a fotografie vlevo zachycuje naše klienty v plném zaujetí při soutěžních hrách v areálu hotelu Vista, kde pro nás zdejší zaměstnanci připravili krásné rozloučení s letošními prázdninami.

Naše reportáž...

NA EXKURZI V NOŠOVICÍCH

Navštívili jsme nejmodernější automobilku v Evropě

V úterý 29. října jsme se vypravili na exkurzi do automobilky Hyundai v Nošovicích, abychom mohli na vlastní oči vidět celý proces výroby aut. Naše jedenáctičlenná skupina z Domova Barevný svět a Podporovaného samostatného bydlení vyrazila na cestu brzy ráno, abychom mohli vyzvednout ještě další členy „posádky“, jež tvořili kamarádi z Chráněného bydlení Thomayerova. Zde je třeba podotknout, že mezi nimi byl i Petr Laník, který se pohybuje na invalidním vozíku, ale celou cestu zvládl výborně, moc se snažil a ani trošku si nestěžoval. Výstupy a nástupy do autobusu zvládal s obdivuhodným přehledem. Na tuto poznávací cestu se nakonec vydalo 17 klientů Čtyřlístku.

Hned po našem přesném příjezdu do továrny, kam nás odvezl náš krásný fialkový autobus s milým panem řidičem Ivanem Marhulou, jsme se nestačili divit, jak je všude kolem krásně čisto. Ve vestibulu nás přivítal pan průvodce a pozval nás do kinosálu na filmovou projekci, díky níž jsme se seznámili s historií továrny a jejím výrobním programem. Potom jsme si oblékli reflexní vesty, ochranné brýle, na krk jsme si zavěsili malé rádio přijímač a do uší sluchátka, abychom slyšeli slovo průvodce. Všichni jsme pochopili, že tento oděv a ochranné prostředky jsou důležité pro naši



bezpečnost, kdyby se v provozu náhodou něco porouchalo, aby nás mohli zachránit... A pak už hurá na motorový vláček, kterým jsme celou továrnou projížděli.

V automobilce Hyundai se vyrábějí modely této značky i30, i30 SW, ix35 a ix20. V továrních halách, rozkládajících se na ploše více než 200 hektarů, pracuje téměř tři a půl tisíce zaměstnanců. Navštívili jsme hned několik výrobních hal, jako například lakovnu, převodovkárnu, svařovnu a nakonec i montážní halu. Viděli jsme mnoho zajímavých věcí, jako třeba svařovací roboty nebo plně automatizované linky. Exkurze v nás zanechala silné zážitky, na které budeme ještě dlouho vzpomínat. Všem vřele doporučujeme tuto zajímavou exkurzi také podniknout.

MARTINA SKÝBOVÁ
vychovatelka
Domov Barevný svět

Jak si Berušky užívaly v Komorní Lhotce...

Už od chvíle zrušení našich pobytů v někdejší Ozdravném centru Čtyřlístku ve Frýdlantu nad Ostravicí jsme doufali, že se nám zase někdy naskytne možnost vyrazit s dětmi někam na delší cestu za dobrodružstvím. Díky našemu zřizovateli, statutárnímu městu Ostrava, se nám to podařilo, a tak jsme v pondělí 21. října vyrazili s dětmi na týdenní pobyt do Komorní Lhotky, do penzionu Zátíší.

Při příjezdu do penzionu nás přivítalo slunečné počasí a krásná příroda. Ubytovali jsme se a hned se vydali prozkoumat všechny prostory budovy a jejího okolí. Největší úspěch měla hned od začátku venkovní trampolína, na které se všechny děti pořádně vyřádily.

Druhý den jsme si vyšli na procházku na nedaleký kopec Godula. Cestou jsme pozorovali přírodu, srnky v lese a podařilo se nám najít i pár hříbků. Došli jsme až do chaty Ondráš, která se na kopci nachází a na místě jsme se odměnili svačinou a točenou kofolou. Procházka se všem moc líbila, poznávali jsme krásnou přírodu.

Během pobytu jsme využívali různé služby, jež nám penzion Zátíší nabízel. Děti se chodily vyhřívat do infrasauny, relaxovat do solné jeskyně a chodily si zahrát minibowling. Tyto aktivity si opravdu užívaly. Počasí nám po celý týden přálo, takže jsme mohli opékat párky, večer si udělat stezku odvahy, vydovářet se na prolézačkách, houpačkách u penzionu, chodit do lesa...



Poslední den, se nám bohužel stala nepříjemná věc a skončili jsme s úrazem na ošetření v Trinecké nemocnici. Ale naštěstí vše dobře dopadlo a při večerním návratu zpět do penzionu jsme se s celým pobytem rozloučili bouřlivou diskotékou a soutěžemi o sladké odměny.

Celý týden jsme si s dětmi opravdu užili a rádi bychom věřili, že se do tak pěkného a příjemného prostředí jednou opět vrátíme.

Text a foto:
MICHAELA PROCHÁZKOVÁ
Domov Beruška

Děti dětem 2013 v Dolním Benešově

a vítaná trofej pro Stacionář Třebovice

Jako každoročně také letos jsme v předvánočním čase přijali nabídku na akci „Děti dětem“, která se pravidelně odehrává v Dolním Benešově. Letos se konal již 25. ročník tohoto setkání, pořádaného 4. prosince Domem kultury v Dolním Benešově. Opět jsme se zde setkali s mnoha kamarády nejen od nás ze Čtyřlístku (z Domova Beruška nebo z Domova Barevný svět), ale také z Domova Fontána z Hlučína a různých speciálních škol.

Privítal nás bohatě vyzdobený sál s krásně prostřenými stoly, spoustou dárků a obrovskými vánočními stromy. Pořadatelé se letos opravdu snažili. Připravili pestrý program – taneční vystoupení mažoretek všech věkových kategorií, tanečního romského klubu, výborné kapely, se kterou jsme si s chutí zazpívali a zatancovali. Výbornou náladu umocnila tombola, kdy zástupci jednotlivých organizací vystoupili na podium a losovali krásně zabalené dárky. Pro náš stacionář byla šťastným číslem třicítka, která nám zajistila 1. cenu: LED televizi s úhlopříčkou 105 cm! Nemohli jsme tomu ani uvěřit a radost nabrala nevídaného rozměru. Končili jsme až s posledními muzikanty, vůbec se nám nechtělo jet domů, ale bohužel i všechno hezké musí jednou skončit...

Děkujeme organizátorům za krásný program a pohoštění, jež chutnalo nejen nám, kteří jsme se zúčastnili, ale mnoho dobrot jsme přivezli také ostatním kamarádům, kteří nemohli jet s námi. Dárky nám udělaly radost ještě jednou, když jsme se sešli ve stacionáři u vánočního stromečku 17. prosince.

Dovolte mi, abych jménem našich klientů a zaměstnanců Stacionáře Třebovice popřála do roku 2014 všem lidem ve Čtyřlístku hodně zdraví, tolerance, více pokory a slušnosti, lásku a humor – nezbytný pro tuto dobu a mějte na paměti: **Na tomto světě jsme jen krátce a žijeme jen jednou !!!**

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



Na snímku:

Paní Mgr. Hana Zábranová (zprava) přebírá vítěznou trofej z tomboly na setkání Děti dětem v Dolním Benešově...

Vánoční škola pečení v obchodním domě Laso aneb Jak se co dělá...



Pěknou akci uspořádala pro ostravskou veřejnost v adventním čase ostravská cateringová firma Golis spol. s r. o. spolu s firmou Pekaři a spol. z Ostravy-Poruby a Střední školou hotelnictví v Šilheřovicích: na „stříbrnou“ předvánoční sobotu společně otevřely v přízemí obchodního domu Laso na Masarykově náměstí improvizovanou pekárnu vánočního pečiva a cukroví.

Pozvání na tuto „vánoční školu pečení“ dostali nejen běžní návštěvníci obchodního domu, ale také naši klienti z Domova Barevný svět prostřednictvím ostravského magistrátu a městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz. Naše děvčata měla možnost zapojit se pod dohledem zkušených cukrářek do

zdobení vánočních perníčků, ale i vykrajování lineckého a dalšího vánočního cukroví. Opravdovou mistrovskou zkouškou však bylo pletení vánočky. Z našich snímků je patrné, že tento pekařský „majstrštyk“ patrně nejvíc zaujal Dášu Ďurišovou, které šlo pletení vánočky docela dobře od ruky. Zlatou tečkou téměř dvouhodinového „vánočního pečení“ v obchodním domě Laso byla možnost konzumace vlastních výrobků a také dárek na rozloučenou pro všechny, kteří se do pečení cukroví zapojili: skvělá domácí vánočka.

Byl to nejen hezký předvánoční nápad, ale pro naše klienty samozřejmě i velmi dobrá a poučná zkušenost, neboť díky ní už dnes vědí, jak se vlastně kouzlí všechny ty dobroty, jež nacházíme na Štědrý den i během celých Vánoc na svých stolech...

Text: **BOHDANA RYWIKOVÁ**
Foto: **MICHAL MARIÁNEK**



VESELÝ ROK 2013

Jsmo klienty Domova barevný svět a žijeme ve 3. patře domova. Ano žijeme. Je ještě spousta těch, kteří, když se řekne 3. patro, tak si představí oddělení, kde se jen leží, sedí a nic se neděje. Nic však není takové, jak se může zdát.

I my máme své zájmy, radosti a sny. Umíme se bavit, smát se a užívat si radostí, kterých není moc, ale o to si jich víc vážíme.

Díky naší paní vedoucí, Dagmar Kubisové, jsme si několikrát během roku zaplavali v bazénu. Jezdíme do aquaparku v Bohumině, kde je spousta atrakcí. Někteří z nás byli v tak velkém bazénu poprvé v životě a byli jsme nadšení, jak to všude kolem střiká a jak je příjemné nechat se hezky nadnášet. Protáhli jsme si těla a pořádně jsme se



unavili. No prostě paráda.

V březnu jsme se hodili do „GALA“ a vyrazili na Hispánský bál Čtyřlístku, kde Zdenka s Pepikem roztočili své vozíky a večer přijeli plni dojmů a příjemně unavení. O pár týdnů později, hned jak sluníčko zahřálo zem, vyjeli jsme si na celodenní výlet do Štramberku. Projeli jsme uličkami starobylého města a z náměstí obdivovali majestátnost nejnámější městské památky - štramberské Trúby, zatímco jsme si pochtňovali na tradičních „Štramberských uších“.



V dubnu nás pozvali kamarádi z Domova Beruška na svůj „Bábovkový den“, při němž pracovnice upekly skvělé buchty a bábovky. Kromě báječných dobrot pro nás odehrály i loutkové představení z vlastní autorské dílny, po němž následovala zábava s kamarády, kteří s námi často jezdí na výlety. Byl to pro nás veselý a nevšední den. Cílem jednoho z výletů, na nějž jsme jeli společně s kamarády z Berušky, byla olomoucká Zoo, kde jsme viděli spoustu exotických zvířat. Dokonce jsme tady objevili akvárium se žraloky! Zvířata jsme se nebáli, protože některá už známe z Ostravské Zoo, kam pravidelně jezdíme na Noc snů. Při té si můžeme některá zvířata dokonce i pohladit anebo „ohřát“ hady přímo na vlastním těle. To je vždycky velký zážitek.

No, a když se Havířov baví, tak se bavíme i my. Pravidelně dostáváme pozvání na tuto velkou akci, pořádanou ve městě pro malé i velké se zdravotním postižením. Letos jsme na ní viděli i kouzelníka a jeho magickou show. Byla tam spousta známých osobností, s nimiž jsme měli možnost se vyfotit a poslechnout si známé hity, které slycháváme v rádiu a v televizi.

A protože jsou mezi námi chlapi jak se patří, navštívili jsme také výstavu amerických automobilů na výstavišti Černá louka, kde byl dokonce k vidění i legendární cadillac zpěváka Elvise Presleyho.

V hotelu Vista jsme se v srpnu rozloučili s létem. Připravili tady pro nás různé hry a soutěže. Snažili jsme se ze všech sil a sklídili „ovoce“ v podobě účastnických diplomů. Několik našich kamarádů si však vysoutěžilo i medaile v jednotlivých disciplínách.

A to ještě není z našich zážitků všechno. Navštěvuje nás také „Mašlička“, moc milá loutka, která nás vždy zaručeně rozesměje. Taky se moc těšíme na muzikoterapii s manželi Plecháčkovými.

Zúčastňujeme se spousty akcí pořádaných přímo u nás v Domově Barevný svět. Jezdí za námi například ostravští hasiči a máme moc rádi také letní návštěvy příslušníků Policie ČR a jejich čtyřnohých kamarádů, které si můžeme pohladit.

Na zahradě domova také

opékáme párky, grilujeme, bavíme se na diskotékách. Trochu strašidelná, ale zajímavá byla i Hubertova stezka.

Viděli jsme spoustu uměleckých vystoupení. Dokonce jsme si letos sami na vlastní kůži vyzkoušeli účinkovat na prknech, která znamenají svět. Byli jsme součástí nádherného koncertního projektu Všechny barvy duhy v Národním divadle moravskoslezském. Pocity nervozity se po krátké době rozpustily a zůstávají v nás vzpomínky z celkové atmosféry a krásného prostředí. Rodiče na nás byli pyšní a všem se vystoupení líbilo. Moc děkuje kamarádům z Domova Beruška, že nás k tomuto vystoupení přizvali.

To vše jsme prožívali v roce 2013. Už se těšíme na vánoční atmosféru a na další akce v roce 2014.

Text a foto: **ZUZANA PEXOVÁ**
pracovnice v sociálních službách
Domov Barevný svět



=====



Jaké byly sedmé Všechny barvy duhy?

S odstupem několika týdnů je možná o něco snazší popisovat událost, na kterou se mnoho z nás celý rok těšilo: sedmý ročník koncertu Všechny barvy duhy, který jsme pořádali 11. listopadu v Divadle Antonína Dvořáka v Ostravě opět v neodmyslitelné spolupráci s Národním divadlem moravskoslezským, Lidovou konzervatoří a Múžickou školou v Ostravě a s finanční podporou Moravskoslezského kraje, statutárního města Ostrava, městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz a společnosti ArcelorMittal Ostrava. Letos poprvé převzala nad našim koncertem záštitu první dáma České republiky – manželka prezidenta, paní Ivana Zemanová, k níž se připojili také generální konzulka Generálního konzulátu Polské republiky v Ostravě, paní Anna Olszewska, náměstek hejtmána Moravskoslezského kraje

Vedle našich klientů tradičně na „Barvách duhy“ účinkují žáci ostravské Lidové konzervatoře a Múžické školy. Poprvé jsme přivítali zahraničního hosta ze Slovenska – vynikajícího nevidomého tenoristu Mariana Banga, který už má řadu zkušeností z domácích i zahraničních profesionálních pódíí a na Slovensku jej také doprovází přezdívka „slovenský Bocelli“. Letos dostal Marian Bango pozvání z Bruselu, kde se má během adventních dnů setkat Andreou Bocellim – svým obdivovaným italským protějškem a vzorem... U nás v Ostravě zazářil Marian

Svatomír Recman a náměstek primátora města Ostravy Martin Štěpánek. Na scéně Divadla Antonína Dvořáka se letos vystřídalo více než sto dvacet účinkujících, handicapovaných dětí i dospělých z České republiky, Polska a Slovenska spolu s profesionálními umělci pod patronací popové hvězdy Petry Janů. Jen z naší organizace se na programu koncertu přímo podílelo téměř osmdesát klientů a zaměstnanců



Bango v duetu s dalším hostem koncertu, přední sólistkou opery Národního divadla moravskoslezského, sopranistkou Evou Dřízgovou-Jirušovou, ale i jako sólista. Na jevišti si však doslova užíval setkání se svým českým přítelem a další hostující hvězdou večera, nevidomým zpěvákem a instrumentalistou Radkem Žaludem.. Také Radek má za sebou četné zkušenosti na profesionálních pódiích: často spolupracuje s Danielem Landou, s nímž se zúčastnil několika benefičních koncertů, jako zpěvák nebo instrumentalista spolupracoval s Bárou Basikovou, Anetou Langerovou, Tomášem Klusem, s Plzeňskou filharmonií, byl hostem operní pěvkyně Evy Urbanové, podílel se na písňových nahrávkách Michala Horáčka, Zory Jandové, Daniela Landy, Tomáše Kluse a dalších. Radek Žalud neskryval svou radost nad tím, že bude jedním z hostů letošního koncertu Všechny barvy duhy, na



němž si mimo

jiné zazpíval i s Petrou Janů. „Myslím, že podobných příležitostí, jako je koncert Všechny barvy duhy, není pro zdravotně postižené umělce nikdy dost. Jsou to velmi pozitivní události v naší negativní době, a proto jsou tak potřebné. Osobně si nemohu stěžovat, ale dobře vím, jak je pro zdravotně postiženého člověka těžké prosadit svůj talent. Kromě toho podobné projekty spojují lidi, kteří by se možná jinak nesečkali a chtějí pomáhat jiným. Také proto jsem do toho šel s nadšením,“ vyznal Radek Žalud.

Polsko reprezentovala letošní vítězka polské celonárodní soutěže pro zdravotně postižené zpěváky Zaczarowana Piosenka, Julia Bagińska, která přes svůj malý vzrůst a útlý věk dokázala, jak velký talent může dřímát v drobném těle...

Více než tříhodinový koncertní maraton diváky téměř nenechal vydechnout a má-li mluvit sama za sebe, řekla bych, že letos byli těmi největšími hvězdami právě klienti a zaměstnanci Čtyřlístku, kteří prokázali obrovskou míru tvořivosti a nápaditosti. Úvod koncertu patřil již tradičně dětem z Domova Beruška, letos společně s klienty 3. patra



Domova Barevný svět. Naladili báječnou atmosféru a přesvědčili publikum, že i na invalidním vozíku lze hrát divadlo, „tančit“ a rozdávat radost jiným lidem. Velké ocenění patří i paní Kateřině Trefilové, která přes zdravotní potíže nastudovala taneční vystoupení s klientkami Domova Barevný svět a přivedla je opět na jeviště Divadla Antonína Dvořáka. Poprvé letos ve světle divadelních ramp zazářili klienti Centra pracovní činnosti, zatímco divadelně zkušenější klienti Stacionáře Třebovice pod choreografickým vedením Dany Čihánkové nadchli svým „černým divadlem“, efektním tanečním vystoupením na klasiku Bedřicha Smetany. Očekávání určitě nezklamaly ani naše Rytmy z Domova na



Liščině, které se postupně rozrůstají o „novou krev“ z Domova Barevný svět a Domova Beruška. Jejich program letos navíc ozvláštnili speciální hosté – neslyšící členové skupiny Tiché rytmy a společně připravili divákům nádherný zážitek v závěru koncertu.

Skvělé nápady, ale i humor jsou vlastní paní Marcelce Štěpánové, která spolu s vychovatelkami Domova Barevný svět - Martinou Skýbovou a Dagmar Drobíkovou – připravila velmi vtipné hudební vystoupení „Dokud se zpívá“, v němž vesele přiblížila svou vizi stáří našich pěveckých hvězd. Jeho aktérkou se stala i sama Petra Janů, která během koncertu nezůstala snad ani na chvíli ve své šatně, ale naopak: prostála jej v jevištním portálu a nemohla se odtrhnout od dění na scéně. Na otázku „Jaké dojmy si z tohoto koncertu odnesete?“, odpověděla lakonicky jedním slovem: „Radost...“. Tato popová legenda se nebránila dojetí ani nadšení nad výkony všech účinkujících, kteří se během večera na jevišti střídali, a také s ní zpívali. S obrovským nadšením a téměř profesionálním výkonem, ať už to byl Štěpán Klos z Múzičké školy anebo trémou (jenom trošku) zasažený Radek Žalud... Snad jenom naše děvčata z Domova Barevný svět vzala to, že si s nimi Petra Janů také zazpívala, jako úplnou samozřejmost...



Určitě nejen pro mne byly největším překvapením večera dva, troufám si říci umělecké výkony: náš vozíčkář Robert Sloboda, jenž „tančil“ spolu se členy Cirkusu trochu jinak – Leonkou Macurovou a Tritypos a také Kamil Mitáš z chráněného bydlení, který se ukázal ve zcela novém a nečekaném světle: jako skvělý tanečník spolu s členkami sdružení Bílá holubice a pod choreografickým vedením Igora Vejsady.



Každým rokem se přesvědčujeme také o tom, jak obrovský díl úspěchů jednotlivých ročníků koncertu Všechny barvy duhy nesou také ti, které sice na jevišti nevidíme, ale bez jejichž spolupráce by nebylo možné dosáhnout takového scénického účinku, jaký jednotlivá vystoupení mají. Jsou to zaměstnanci Národního divadla moravskoslezského – zvukaři, osvětlovači, jevištní technici, ale také garderobiérky, inspicientky, inspektorka hlediště, šatnářky, bufetářky a uvaděčky... Zejména osvětlovači pod vedením pana Radka Oreniče odvádějí vždy skvělou práci a

dovedou doslova „dotvářet“ celkový obraz každého vystoupení a vyčarovat s pomocí světla to, čemu se říká „jevištní řeč“. Totéž by se dalo jistě napsat také o zvukařích, na slovo vzatých profesionálech, kteří dovedou rychle reagovat na každou změnu situace i na nečekaná přání účinkujících. Ti všichni pomáhají dotvářet celkový obraz koncertu a jistě mají velkou zásluhu na tom, že se divákům velmi líbí nejen to, co vidí na jevišti, ale i jaké mají pocity v hledišti,

Ukazuje se, že na koncertu



Všechny barvy duhy ze sebe všichni chtějí vydat to nejlepší, bez ohledu na své postavení nebo zdravotní postižení. Po zásluze jim za to patří náš veliký obdiv a dík. Zároveň už se moc těšíme na příští ročník koncertu Všechny barvy duhy a na to, čím nás překvapí... Bude to již 29. září příštího roku.

Text: **BOHDANA RYWIKOVÁ**
Foto: **WERNER ULLMANN**



FOLKLOR BEZ HRANIC **OPĚT VE ČTYŘLÍSTKU**



Vracíme se kousek v čase k další významné události, patřící neodmyslitelně k prázdninovým dnům: je jí letní festival městských folklorních souborů – Folklor bez hranic, jehož účastníci pravidelně hostují také u nás ve Čtyřlístku. Letošní los organizátorů festivalu padl na dva soubory – jeden domácí a jeden zahraniční. Z Buchlovic na Jižní Moravě k nám v úterý 13. srpna zavítalo folklorní studio Buchlovice, které od roku 1991 propaguje folklorní tradice z oblasti Chřibska. Zahraničním hostem tohoto krásného dopoledne v tělocvičně Domova Barevný svět byl folklorní soubor Gaziantep ze stejnojmenného města v Turecku. Nejen nádherné melodie i slova moravských písní, jež jsou nám tak blízké, ale také barvitě kroje, neobvyklá hudba a rytmy, v nichž se prolínají pestrá kultura a prastaré tradice této oblasti na hranicích se Sýrií, ovlivňovaná jak Středomořím, tak Arábií – všechna ta exotika nadchla naše publikum ze všech zařízení Čtyřlístku.

Účinkující jsme po zásluze odměnili nadšeným potleskem, ale nenechali jsme si ujít ani příležitost, abychom se s vzácnými hosty také na památku vyfotografovali... Tak za rok opět na shledanou s Folklorem bez hranic!

(rw)

LÉTO S PIMPRLATY

Dvě krásná dopoledne, 5. a 14. srpna, jsme si užili v prostředí alternativní scény Divadla loutek v Ostravě. Interaktivní výstava loutek byla pro nás příležitostí si na ně nejen sáhnout, zkusit, jak jsou těžké, ale také je vodit v prostoru, nebo zkusit si rukou ovládat tlamičku myši a lišky tak, aby to vypadalo, že s námi mluví. Nebylo to vůbec jednoduché! Potěšili jsme se s postavami pejska a kočičky, zlého černého psa, Pinocchia,

doktora. Vyráběli jsme vlastní loutky a na závěr jsme se zapojili do představení „O cvrčkovi“. V malém amfiteátru se rozléhalo naše volání i zpěv, když jsme pomáhali cvrčkovi přivolat jeho přátele- žížalu a hada. Za hezký zážitek děkujeme hercům i ostatním zaměstnancům divadla.

Text a foto: DAGAMR DROBÍKOVÁ



DUCH NAD ZLATO JEN PRO NÁS...

Pěkný dárek připravila našim klientům Česká televize, která pozvala Čtyřlístek na mikulášské promítání televizní pohádky Duch nad zlato, jež bude mít svou premiéru na televizních obrazovkách letos o Vánocích. Pozvání do ostravského Cinestaru v obchodním centru Futurum nám samozřejmě udělalo velikou radost.

Ještě v předsálí kina na nás čekalo několik příjemných překvapení, jako třeba reálné postavičky oblíbených večerníčkovských hrdinů – Křemílka a Vochoomůrky, s nimiž jsme se mohli vyfotografovat a také sladká mikulášská nadílka v podobě



čokoládového adventního kalendáře a televizní suvenýry. Největší radost nám ale udělala samotná pohádka režiséra Zdeňka Zelenky, kterou natočil na motivy literární předlohy Hanse Christiana Andersena. V kině jsme se trochu báli, ale i smáli, když jsme sledovali napínavý pohádkový příběh tuláka Vojty a jeho kouzelného křesadla, s jehož pomocí měl najít štěstí, jenom kdyby mu cestu k němu nezkomplikovala hamižná dvorní dáma... My už samozřejmě víme, jak to všechno dopadlo. Ale stejně se budeme těšit, až na Štědrý večer pohádku uvidíme znovu se svými kamarády, kteří na ni do kina jít nemohli.

(rw)

Foto: SIMONA FRANZOVÁ

Čtyřlístek vystavuje...

DERNISÁŽ V KNIHOVNĚ

Patří k pěkným tradicím spolupráce ostravského Čtyřlístku s Knihovnou města Ostravy pořádat pravidelně výstavy či jiné kulturní akce v jejich pobočkách. Díky tomu se výtvarné práce našich klientů objevují každoročně o prázdninách v pobočce Knihovny města Ostravy v ulici Jiřího Trnky 10 v Ostravě na Fifejdách. Letos jsme se zde představili výstavou nazvanou Pod letním nebem, připravenou kreativním ateliérem Domova na Liščině.

Na přání vedení této knihovny jsme na počátku nového školního roku uspořádali 3. září společnou

„dernisáž“ v závěru výstavy pro návštěvníky knihovny.

O kulturní program dernisáže se opět postarali naši klienti z Domova na Liščině a z Domova Barevný svět – členové souboru Rytmy. Stejně jako výstava samotná i jejich vystoupení se návštěvníkům knihovny moc líbilo a stalo se tak příjemnou tečkou za pěkným letním setkáním s výtvarnou tvorbou našich klientů a zároveň pozvánkou na příští výstavu v roce 2014, na kterou už se tady všichni upřímně těší....

Text a foto: (rw)



~~~~~



# Výstava Svět podle nás

v Galerii Ametyst Fakultní nemocnice Ostrava

Barvy, radost a pohoda prozářily od pondělí 19. srpna výstavní prostory Galerie Ametyst Fakultní nemocnice v Ostravě-Porubě. Právě tady vystavovali naši klienti ve dnech od 19. srpna do 13. září pod názvem Svět podle nás své kresby a malby, které vznikly v kreativním ateliéru Domova na Liščině a v ergodilně rehabilitačního oddělení. Do Galerie Ametyst se svými výtvarnými pracemi vracejí naši klienti pravidelně již šestnáct let.

Letošní výstavní kolekci tvořily malby vytvořené technikou akrylu nebo tempery, jež vznikly v rámci arteterapií anebo jako součást volnočasových aktivit klientů. Náměty jednotlivých obrazů byly inspirovány jak vlastními představami, tak přírodními motivy či exotickými náměty, mezi nimiž letos dominovaly obrazy s exotickou tematikou. Na výstavě byly zastoupeny také obrazy mandal, jejichž malba je pro klienty způsobem relaxace i cestou do hlubin vlastního nitra a sebepoznání.

Každoroční letní výstavy klientů ostravského Čtyřlístku v Galerii Ametyst jsou velmi populární, a to nejen mezi pacienty nemocnice, ale i mezi jejími zaměstnanci. Autoři jednotlivých prací věří, že pocity, jež vkládají do svých obrazů, pozitivně vnímají i ti, kteří se s nimi na výstavě v nemocničním prostředí setkávají poprvé. To je také od samého počátku smyslem tradičních výstav ostravského Čtyřlístku v Galerii Ametyst. A jak se zdá, podle ohlasu návštěvníků, nejen v Galerii Ametyst pozitivní energie vyzařující z vystavených obrazů opravdu funguje...

Text a foto: BOHDANA RYWIKOVÁ



## Čtyřlístek v Divadle loutek

Aktuální inscenace v repertoáru ostravského Divadla loutek – Čtyřlístek zasahuje, inspirovala instalaci výstavy ostravského Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením, jež byla k vidění ve vstupní hale divadla od 17. června až do 16. září letošního roku. Během celých prázdnin, kdy divadlo otvíralo své dveře návštěvníkům nejrůznějších workshopů a pořádalo „Léto s pimprlaty“ (viz výše), rozhodně nebyla nouze o obdivovatele vystavených kreseb a maleb našich klientů. V historii Čtyřlístku to byla druhá výstava Čtyřlístku v Divadle loutek Ostrava, které naši klienti velmi rádi navštěvují i jako diváci a také se nechali inspirovat některými uváděnými inscenacemi: vedle legendárního Čtyřlístku to byla třeba i liška Bystrouška...

Text a foto: (rw)



## ADVENTNÍ VÝSTAVA V PASÁŽI

Kolekce téměř dvaceti kreseb a maleb, které vytvořili klienti Čtyřlístku, převážně z Domova Barevný svět, je od 29. listopadu letošního roku k vidění na adventní výstavě nazvané Náš svět v pasáži centrály Knihovny města Ostravy u Sýkora mostu.

Spolupráce ostravského Čtyřlístku a Knihovny města Ostravy má mnohaletou tradici a spočívá nejen v každoročních výstavách nebo koncertech handicapovaných lidí v prostorách knihovny a jejích poboček, ale také v dalších aktivitách, jež otevírají zdravotně postiženým lidem jiný svět, díky možnosti pracovat s počítačem, audio nahrávkám v hudebním oddělení knihovny anebo různým zájmovým workshopům. Současná výstava výtvarných prací klientů Čtyřlístku měla být v pasáži Knihovny města Ostravy k vidění do 3. ledna příštího roku, ale ohlas návštěvníků

knihovny i veřejnosti je tak velký, že byla prodloužena až do konce ledna. Pokud tedy výstava zatím unikala vaší pozornosti, nenechte si ji ujít a při svých toulkách centrem Ostravy se zajděte projít i pasáží Knihovny města Ostravy a Komorní scény Aréna.

Text a foto: (rw)

Na snímku dole: Mezi vystavenými kresbami a malbami našich klientů v pasáži Knihovny města Ostravy je také rozměrná kresba Ilony Homolové z Podpory samostatného bydlení: Betlém.



# NAŠE VÁNOČNÍ PRODEJNÍ VÝSTAVY



Stejně jako k velikonočním svátkům také k Vánocům se u nás ve Čtyřlístku vztahuje řada

nejrůznějších aktivit. Již řadu let k nim neodmyslitelně patří vánoční prodejní výstavy rukodělných prací našich klientů, dalo by se říci „jarmarky“ s vánoční tematikou, které se pravidelně pořádají pro zaměstnance organizace v Domově Barevný svět a pro veřejnost na ostravské radnici a v posledních několika letech také v budově krajského úřadu Moravskoslezského kraje a v rámci vánočních prodejních trhů i na Masarykově náměstí v Ostravě. Právě tady se v jednom ze stánků komunitních služeb pokoušel letos upoutat pozornost nakupujících Domov na Liščině nápaditými rukodělky svých klientů, ale tentokrát počasí nákupům pod širým nebem příliš nepřálo a proto byl právě v tento den zájem o předvánoční nákupy o poznání slabší než vloni. Podstatně větší zvědavost a zájem však budily prodejní výstavy „pod střechou“ - mezi našimi zaměstnanci v Domově Barevný svět a na ostravském magistrátu. Tradičně největší úspěch jsme však slavili na krajském úřadu Moravskoslezského kraje, kde naše výrobky budily opravdové nadšení, jak o tom ostatně svědčí i fotografie...

Text a foto: (rw)

Na snímku nahoře: Mgr. Marie Pešlová s paní Blankou Košťálovou z Domova na Liščině na vánočních prodejních trzích na Masarykově náměstí. Dole: O poznání veseleji bylo na vánoční výstavě v budově krajského úřadu Moravskoslezského kraje, kde zájem o výrobky našich klientů překonával všechna očekávání...



## Fotografické toulky pana Miroslava Szlaura

Snad každý z nás má nějaké zájmy a koníčky. Někdo sportuje, jiný holduje kultuře a umění... V osobnosti pana Miroslava Szlaura, s nímž se v posledních několika měsících často setkáváme u výdejního okénka zaměstnanecké jídelny Domova Barevný svět, se spojuje hned několik zájmů: kromě toho, že je výborným kuchařem, holduje turistice, z níž také pramení jeho velká láska k přírodě a její kráse a fotografická vášeň. Jako turista procestoval (a hlavně prošlapal) pan Szlaur pěkný kus Evropy i České republiky. Všude, kam jede, je jeho nepostradatelným průvodcem fotoaparát, jímž zachycuje všechna úchvatná místa, která ho zaujmou. Samozřejmě, rád by se o tyto zážitky

podělil i s ostatními, a tak vznikl nápad založit u nás ve Čtyřlístku jakousi fotografickou „minigalerii“, kde by mohli nejen pan Szlaur, ale i jiní zaměstnanci naší organizace prezentovat své fotografické umění a obrázky ze zajímavých míst doma nebo v zahraničí, jež navštívili. Jako malou „ochutnávku“ otiskujeme jeden ze snímků pana Miroslava Szlaura, v němž odhalil podzimní kouzlo Poodří – jednoho z jistebnických rybníků. Další jeho fotografii jsme využili na poslední stranu tohoto vydání Zrcadla, pořízenou v Beskydech, pod Lysou horou. Určitě se s nimi setkáte i v připravované minigalerii Čtyřlístku, která by měl být otevřena v lednu příštího roku v prostorách správy organizace.

(rw)

Foto: MIROSLAV SZLAUR



## Sport

### Modrá vládla na oválu

Jako každoročně, také letos se sportovci naší organizace SK Medvědi (Stacionář Třebovice) a SK Sluníčko (spojené „království“ DBS, PSB a CHBM) zúčastnili sportovní olympiády ve Frýdku–Místku, která se konala ve dnech 19. až 20. září 2013. Ačkoliv jsme se předem nedomlouvali, obě družstva vyrazila na akci v dresech modré barvy. Ale vlastnímu závodu předcházelo příjemné čtvrté odpoledne.

Do Beskyd jsme vyrazili s naším Ivánkem (Marhulou – pozn. red.) služebním autobusem. Na registraci v hotelu Srdce Beskyd jsme sice chvíli čekali, ale díky tomu jsme měli čas dobře si prohlédnout nejbližší okolí hotelu. Ten byl docela studený, pokojíčky se nám však líbily. Spustili jsme všechna „ohřívátka“ a odjeli společně

s ostatními ubytovanými sportovci na oběd, který pro nás připravovali v hotelu Hamr na Ostravici. Trošku zklamaní jsme byli z informace, že odjezd zpátky bude až po večerní diskotéce. Naše parádnice zalitovaly, protože diskotékové oblečení zůstalo v hotelu. Ale co naplat, musíme to zvládnout i ve sportovním. Po výtečném obědě se uskutečnilo slavnostní zahájení. Pořadatelé nás překvapili veselými parukami, které měli na hlavách nejen oni, ale přinesli je i pro všechny přítomné. A rázem bylo veselo!!!

Připravené zábavné soutěže byly o to zajímavější, že jsme se navzájem skoro nepoznávali. Atmosféru kazilo jen husté mrholení, ale jsme přece sportovci a nějaká ta kapka vody nás nerozhází... Druhou půlku odpoledne



jsme strávili procházkou, kdy jsme dlouho a toužebně hledali cestu do nejbližšího lesa. Naše snaha byla zakončena úspěchem – konečně!!! Někteří se vrhli do remízku a už se jen ozývaly nadšené výkřiky: „Mám!“, Tady je!“, „Hříbky pojdte ke mně!“. Unavení a spokojení s houbařskými úlovkami jsme se vraceli na „Hamr“ k večeri. Na diskotéce jsme si zatančili, navázali nová kamarádství a přátelství a po příjemně stráveném dni nás autobus odvezl zpět na Čeladnou do našeho hotelu. Nikdo již se moc nezdržoval – „umýt, vyčůrat, pyžamo a spát“, protože nás čekal náročný den a brzké ranní vstávání.

Páteční den byl dnem velkého soutěžení na atletickém stadionu ve Frýdku – Místku. Soutěžili jsme všichni ve všech disciplínách jako i v předešlých letech. A teď nastal náš čas! Hlavně běh na 400 m

nám dal pořádně zabrat a prověřil naši „fyzičku“. Všechny soutěže jsme absolvovali výborně a dosáhli jsme nejednoho úspěchu. Nejen, že jako družstva stáli naši Medvědi na stupních vítězů (2. místo) a Sluníčka vybojovala „bramborovou“ medaili, ale také v jednotlivých soutěžích se nám dařilo – Kamil Sasko vybojoval dvě 1. místa (hod míčkem a skok do dálky), Josef Kovář 3. místo (hod míčkem), Aleš Turlej 3. místo (běh na 400 m). Ve štafetovém běhu a přetahování lanem se ukázalo, jakou sílu má týmová spolupráce. A výsledky? Štafety: 2. Místo - SK Sluníčko (Marie Laciová, Jiří Válek, Dominik Rozacký, Kamil Mitáš a Josef Kovář), 3. Místo - SK Medvědi (Žaneta Pavelcová, Petra Knopová, Ondřej Šuráb, Aleš turlej a Kamil Sasko), přetahování lana: 2. Místo SK Medvědi po náročném finálovém boji se sportovci Harmonie Krnov. Třešničkou na dortu bylo vyhlášení Kamila Saska druhým nejlepším sportovcem, mužem, této olympiády.

Zkrátka a dobře, modrými dresy se to „na bedně“ jen hemžilo. Dohromady jsme přivezli 30 medailí. Poděkování patří všem sportovcům nejen za výkony sportovní, ale také za ukázkovou týmovou spolupráci a podporu, chování fair play a celkové vystupování a reprezentaci Čtyřlístku.

Slovem i obrazem zaznamenaly: **VLADIMÍRA KALOČOVÁ** a **MARTINA STRMISOVÁ**  
Domov Barevný svět

## NAŠI NA X. CZECH OPEN VE STOLNÍM TENISU 2013

Mezinárodní turnaj hendikepovaných stolních tenistů Czech Open 2013 – Para Table Tennis se letos odehrál také s naší účastí. Ve dnech 10. – 14. září hostila Ostrava hendikepované stolní tenisty ze třiceti států světa. Mezi sportovci na vozíčcích a různě tělesně znevýhodněnými, byla letos otevřena také kategorie mentálně hendikepovaných. Za naši republiku byli nominováni sportovci reprezentace stolního tenisu Českého svazu mentálně postižených sportovců. V této reprezentaci má trvalé místo naše klientka, stolní tenistka Marie Horváthová a

členka sportovního klubu Rapid (bývalá klientka) Jarmila Kunderová. Obě ostravské dámy společně s ostatními členy reprezentace bojovaly na tomto světovém turnaji o vzácné medaile. I když na ně nakonec nedosáhly, v těžké konkurenci odvedly kvalitní výkon, za nějž zaslouží pochvalu. Naši sportovci si mohli prohlédnout hru evropských paralympijských špiček v tomto sportu. Za všechny bychom měli zmínit havírovského Ivana Karabce, jenž vybojoval ve své kategorii bronzovou medaili a je nám velkým sportovním vzorem.

**VLADIMÍRA KALOČOVÁ**  
vychovatelka

# EVROPSKÉ DNY HANDICAPU 2013: Mezinárodní turnaj v kopané

Celkem šest fotbalových týmů ze čtyř zemí (Česká republika, Itálie, Polsko, Slovensko) se letos utkalo v tradičním Mezinárodním turnaji v kopané, jenž zahajoval XXI. ročník Evropských dnů handicapu v Ostravě. Turnaj se opět odehrál v organizační režii Čtyřlístku pod patronací našeho sportovně založeného ředitele, pana PhDr. Svatopluka Aniola a neméně nadšených kolegyní - Mgr. Vladimíry Kaločové a Martiny Skýbové. Do sportovního areálu Ostravské univerzity ve Varenské ulici přišli fandit našemu fotbalovému týmu Medvědi snad všichni, kdo mohli. Síly soupeřů byly velmi vyrovnané a přesto, že tribuny diváků obsadili téměř výhradně naši klienti se svými doprovody a sportovní nasazení týmu Čtyřlístku bylo veliké, v silné konkurenci zkušených soupeřů se jim vynikající výsledky minulých let obhájit nepodařilo. Medvědi skončili na posledním místě, zatímco medaile si z Ostravy odvezli fotbalisté z SK Duha Zlín, druzí byli Italové z klubu CILS Cesena a třetí místo obsadili Slováci ze ŠZŠI Trenčín. Slabou útěchou z letošní prohry našich reprezentantů byla povzbudivá přítomnost několika fotbalových hvězd ostravského Baníku. Ale nevádí. Důležité je, že SK Medvědi jsou odhodlaní v příštím roce dokázat, že se s letošní porážkou rozhodně smířit nehodlají...



Text a foto: (rw)

*Ad foto: vpravo nahoře soška pro nejlepšího střelce turnaje. Bohužel, i ta nám v letošním roce na Evropských dnech handicapu unikla... Dole: Náš fotbalový tým SK Medvědi.*



## XVIII. ročník Vánočního turnaje ve stolním tenisu Memoriál Václava Benedíka

První prosincová sobota v roce patří již tradičně naší vrcholné soutěži ve stolním tenisu, která je od loňského roku memoriálem, nesoucím jméno svého zesnulého zakladatele a trenéra, pana Václava Benedíka. V letošním ročníku turnaje soutěžilo celkem šest sportovních týmů – kromě pěti družstev hostitelské organizace to byli také sportovci ze sportovních klubů Chachaři v Porubě, Beskyd Frýdek-Místek a Prapos

Na stupně vítězů se v kategorii A – muži probojoval přes své zranění náš bývalý klient, Jan Kubík, který s radostí přijal pozvání na turnaj jako host, jako druhý se hned za ním umístil Aleš Turlej z SK Medvědi

Stacionáře

v Třebovicích a jako třetí člen téhož sportovního klubu, Ondřej Šuráb. Na pomyslné čtvrté příčce skončil Josef Kovář z SK Sluníčko Domova Barevný svět, jemuž třetí místo jen o vlásek uniklo...

V kategorii B – muži zvítězil Robert Farkaš z SK Beskyd Frýdek-Místek a další dvě příčky obsadili členové téhož klubu: Jiří Spousta a Jiří Pospíšil. V kategorii žen byla od samého začátku jasnou favoritkou Marie Horváthová, která pak v duelu vítězů kategorií mužů a žen přemohla i Jana Kubíka. Mezi ženami se probojovala na druhé místo za Marii Horváthovou Květoslava Tancošová, rovněž ze sportovního klubu Sluníčko Domova Barevný svět a třetí



místo patřilo Marii Kubicové z SK Lišáci Domova na Liščině.

Mezi začínajícími stolními tenisty si vedl nejlépe Jaroslav Novotný z SK Chachaři Poruba, jako druhý se umístil člen stejného klubu – Martin Nevím a povzbudivě třetí místo obsadila domácí Petra Hamroziová z SK Sluníčko.

Velký dík za výbornou organizaci turnaje patří nejen Vladěně Kaločové, Pavlovi Kolínovi a dalším pracovníkům naší organizace, ale také dobrovolníkům z řad Společnosti pro pomoc mentálně postiženým a sponzorům – společností Vae Controls a Famos, které finančně podpořily letošní ročník Vánočního turnaje ve stolním tenisu. Nelze zapomenout ani na kolegyně z ergodilny rehabilitačního oddělení Čtyřlístku, kreativního ateliéru Domova na Liščině, Centra pracovní činnosti a Stacionáře v Třebovicích, kde vznikly za pomoci klientů neodmyslitelné účastnické ceny Vánočního turnaje ve stolním tenisu – originální keramické zvonečky, jež mají nejen pro rozhodčí turnaje, ale i hráče často sběratelskou hodnotu...

Již dnes se tedy můžeme těšit na další ročník Vánočního turnaje ve stolním tenisu, který se uskuteční na Mikuláše příštího roku.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Na snímku nahoře: *Dva dlouholetí šampioni Čtyřlístku ve stolním tenisu v dramatickém duelu - Marie Horváthová a Jan Kubík.*

=====

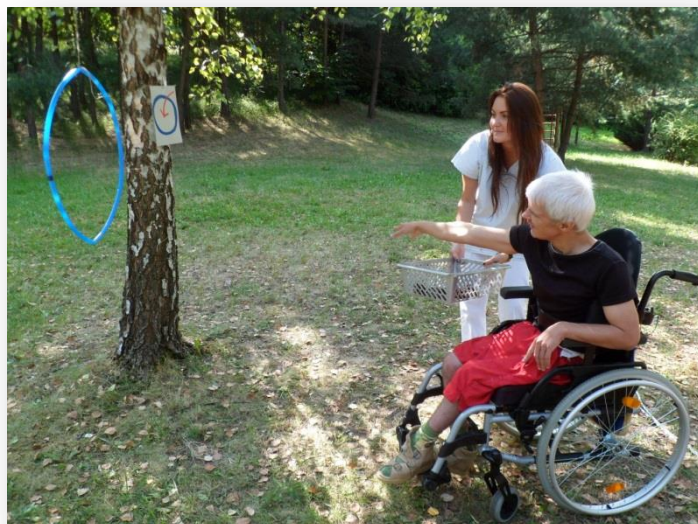
# SPORTOVNÍ HRÁTKY, ANEB „POHYB NÁS BAVÍ“

V pondělí 12. srpna uspořádal kolektiv fyzioterapeutek oddělení rehabilitace sportovní dopoledne pro naše klienty z Domova Barevný svět i z Domova Beruška. Počasí nám přálo, a proto jsme využili areál zahrady Domova Barevný svět, nabízející dostatečně velký prostor i různorodost terénu. Během dopoledne klienti plnili několik sportovních úkolů a nakonec na ně čekala malá odměna.

Na zahradě bylo rozmístěno celkem 6 stanovišť, na kterých museli sportovci zvládnout několik disciplín, jako například slalomový běh, házení a hledání míčků, hod houbou, malování na plátno, válení míče mezi překážkami, lezení nebo hod šiškou do kruhu. Za splnění každého úkolu dostal soutěžící značku z daného stanoviště. Když se mu podařilo nasbírat všech šest značek, čekala na něj odměna v podobě „sladkého stromu“, na němž byly zavěšeny nejrůznější sladkosti, které si mohli sami vybrat a utrhnout.

Za pomoc během soutěžního dopoledne patří velký dík také paní vychovatelce Vladce Kaločové za odměňování soutěžících a paní psycholožce Lence Černikovské, která naše snažení fotograficky zdokumentovala. Klienty sportování bavilo, nálada byla veselá, účast velká, a tak jsme si to snad všichni pěkně užili. Už nyní můžeme přemýšlet, jaké sportovní disciplíny připravíme pro naše klienty v příštím roce.

Text: Kolektiv rehabilitace  
Foto: LENKA ČERNIKOVSKÁ



## Helpštýnské lezení

Od té doby, kdy si naši „(horo)lezci“ ze Čtyřlístku mohli vyzkoušet, jaké to je sáhnout si na skutečnou skálu, uplynul skoro rok. Tehdy poprvé vyměnili překlíčku a umělé chyty za skutečné lezení v přírodě. Letos jsme byli opět pozváni na lezecký výlet, pořádaný paní Alexandrou Gendovou, majitelkou lezecké stěny Tendon blok, jenž se tentokrát uskutečnil pod hradem Helfštýn.

V sobotu 28. září jsme si dali v ranních hodinách sraz na ostravském hlavním nádraží spolu s dalšími dětmi

z různých ostravských zařízení. Po hodinové jízdě vlakem nás čekal zhruba čtyřkilometrový úsek pěší turistiky, který nás dovedl přímo na skály pod hradem. Tam už byly pro děti připraveny odjištěné cesty. Instruktorce rozdaly dětem sedací úvazky, přilby a speciální boty a mohlo se začít. Své síly mohly děti změřit na třech cestách, kde se postupně střídaly. Když naši lezeckou skupinku: Dominika Heráka, Honzika Polhoše a Marušku Laciovou zmohla únava a hlad, vydali jsme se podívat přímo k hradu. Sluníčko svítilo a louka před hradem přímo vybízela k pikniku. Postupně se k nám přidávaly děti z dalších zařízení. Po zaslouženém odpočinku jsme se vrátili zpět ke skalám. Vytrvalci se pustili do dalších lezeckých výstupů. Jiní opékali párky, odpočívali a užívali si slunečních paprsků. Ale den už se nemilosrdně chýlil ke konci a přišel čas vydat se společně na vlak. Do Domova Barevný svět jsme se sice vrátili až za tmy, ale příjemně unavení, spokojení a plní nových zážitků. A jak nám to šlo? Posuďte sami...

Text a foto: HANA MIČULKOVÁ  
fyzioterapeutka

Rehabilitační oddělení



Na snímku nahoře: Maruška Laciová „ve stěně“...



## Omluva

Omlouváme se všem našim čtenářům, kteří (možná) s netrpělivostí očekávali v září třetí vydání našeho letošního čtvrtletníku, ale nedočkali se. Bohužel, nebylo v silách redakce dostat tomuto termínu pro přemíru jiných pracovních úkolů, a tak jsme se po dohodě s vedením organizace rozhodli k jinému kroku, a to, že vydáme v prosinci dvojčíslo Zrcadla, v němž se dočtete o všech událostech, jež se odehrály v uplynulém pololetí u nás ve Čtyřlístku a které jsme stačili zachytit na stránkách časopisu. Věříme, že nám laskavý čtenář promine a bohatý obsah tohoto čísla bude snad alespoň malou útěchou za naši prodlevu.

Redakce

## Vítáme mezi námi

V uplynulém pololetí se řady našich zaměstnanců rozrostly o jedenáct nových kolegů a kolegů, mezi nimiž dominují pracovnice v sociálních službách (celkem sedm). Tři z nich nastoupily do Domova na Liščině; jsou to paní **Veronika Bartáková**, **Monika Kijovská** a **Zuzana Pavlatová** a jako nová administrativní pracovnice také **Martina Káňová**. Dvě nové pracovnice v sociálních službách mezi sebou přivítali v Domově Barevný svět – paní **Moniku Červenkovou** a **Lenku Sedlákovou**, paní **Jana Gromotovičová** a **Vlasta Sihelníková** posílily řady zaměstnanců Centra pracovní činnosti a do Chráněného bydlení Thomayerova nově nastoupila jako pracovnice v sociálních službách paní **Kamila Kanalošová**. Jako nová kontrolorka organizace působí od září ve Čtyřlístku paní **Ing. Marie Hrbáčková** a naším staronovým kolegou se stal v autodopravě jako řidič pan **Vladislav Herot**. Všem našim novým kolegům přejeme na jejich pracovištích hodně úspěchů i pracovního elánu.

Redakce

## Dobroty z naší kuchyně:

### Honzovy buchty

*Již několikrát v našem čtvrtletníku jsme zveřejňovali technologické postupy přípravy některých známých a žádaných jídel nebo některých netradičních pokrmů. Možná bude některé z vás zajímat, kolik surovin se zpracovává na přípravu oběda pro naše klienty a zaměstnance Domova Barevný svět.*

*Dovedete si představit, kolik surovin se spotřebuje na 163 porcí výtečných „Honzových buchet“ z naší kuchyně? Je to více než 24 kg polohrubé mouky, osmdesát deka droždí, přes tři kila krystalového cukru, osmdesát deka citronů, 48 vajec, přes šestnáct deka soli a téměř šest kilo másla. A jak je to s náplní do buchet? Přes tři*

*kila máku, více než pět litrů mléka, přes čtyřicet deka rozinek a citronů, téměř kilo a půl krystalového cukru, čtvrt litru rumu a devadesát deka perníku na strouhání. Pokud byste raději volili povidlovou náplň, pak je to bezmála pět a půl kila povidel a třicet deka mladé skořice. Pro tvarohovou náplň byste spotřebovali přes osmdesát deka tvarohu, čtvrt kila citronů a osmdesát deka cukrové mouky.*

*Podrobný rozpočet je k dispozici v redakci našeho časopisu, pokud byste se chystali péct Honzovy buchty pro hodně velkou rodinnou oslavu. Náš článek je spíše ilustrací pro představu strážníků, v jakých „rozměrech“ musí uvažovat provozáři i kuchaři největšího stravovacího provozu naší organizace...*

**MIROSLAV SZLAUR**  
stravovací provoz





*Hodně zdraví, štěstí, lásky a splněných nadějí  
v novém roce 2014  
přeje svým čtenářům  
redakce časopisu  
Zrcadlo*

**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 - 4, ročník VI. Náklad: 35 kusů. Neprodejné. **Zodpovědný redaktor:** Mgr. Bohdana Rywiková. **Redakční rada:** PhDr. Svatopluk Aniol, Ing. Miroslava Lindovská, Miluše Bystroňová, Bc. Lukáš Křupala. Příští číslo vyjde v březnu 2014. **Časopis Zrcadlo v tištěné podobě nelze šířit mimo jednotlivá zařízení vydavatele, pořizovat kopie časopisu nebo jej předávat jiným osobám mimo vydavatelskou organizaci.**