



Andělé opět přilétli...!

S příchodem adventu se Ostrava vždy rozzáří vánočními světly a krásnou atmosférou, předznamenávající Vánoce. Už pár let k ní nezbytně patří i tradiční setkání s veřejností Andělů ve Dvoraně, pořádané Úřadem městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz. Ani letos při této události, která se uskutečnila jak na veřejném prostoru před radnicí tak uvnitř, nechyběla naše organizace, zastoupená muzikanty ze skupiny Rytmy a sociálně-terapeutickými dílnami Centra pracovní činnosti s vánočním workshopem.



Bylo pro nás velkou poctou, že právě skupině Rytmy patřilo v sobotu odpoledne zahájení letošního bohatého programu Andělů ve Dvoraně. Chytlavé rytmy našich bubeníků přilákaly před radnicí malé i velké posluchače, jež pak přivítal starosta obvodu Petr Veselka v doprovodu dalších členů vedení radnice – místostarostů Aleny Pataky a Petra Kuše. Po jejich zdrcování už se začaly zaplňovat prostory radniční Dvorany, kde se odehrála vernisáž výstavy Marka Kulhavého, který ztvárnil téma Mozaika velkoměstské Ostravy 1925 – 2025. Toto téma

obsahuje také nový radniční kalendář vydaný pro rok 2025.

Vernisáž výstavy i křtení kalendáře doprovázelo taneční vystoupení našich kamarádů z Bílé holubice. Živo bylo také ve vstupní hale radnice, kde prezentovaly své výrobky některé neziskové organizace, ale úspěch zejména u dětí měl stánek Čtyřlístku, nabízející nejen ručně dělané výrobky našich klientů s vánoční tematikou, ale hlavně možnost tvořit si vánoční ozdoby dle vlastní fantazie. A tou děti nikdy šetřit nemusí (na snímku vlevo na str. 2 Žaneta



Sandu s jednou z malých tvůrkyň). Samozřejmě, pro zájemce o koupi našich rukodělných výrobků připravilo Centrum pracovní činnosti vánoční nabídku, v níž převažovaly textilní vánoční ozdoby, proutěné domečky a samozřejmě nepostradatelní textilní andělé...

Program odpoledne ještě nabízel setkání s vánočními zvyky a ochutnávkami – jak se slaví Vánoce od Japonska po Švédsko, nabídku stánků neziskových organizací, výstavu betlémů, povídání o českých Vánocích v kavárničce Modrý anděl, vánoční lahůdky, ale i ty hudební v podobě kapel Everyday Friday a The Lewis Creaven Band. Všem se i letos s Anděly ve Dvoraně moc líbilo a už se těšíme na ty příští!

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Setkání seniorů Čtyřlístku

K hezkým tradicím, k nimž se v naší organizaci již desítky let rádi vracíme, patří každoroční setkání seniorů - bývalých zaměstnanců Čtyřlístku. Až na jedinou výjimku, spojenou s covidovou pandemií,

jsme tuto tradici dosud nikdy neporušili. Letošní setkání se uskutečnilo již 24. října a o tom, že se na ni senioři Čtyřlístku opravdu těšili, svědčí fakt, že se jich ve společenském sále Kulturního domu v Ostravě-Muglinově, kde se tato událost odehrála, sešlo více než čtyřicet.

Naše hosty přivítal ředitel organizace, PhDr. Svatopluk Aniol, který je seznámil s aktuálním děním ve Čtyřlístku a se všemi změnami, jež se odehrály během uplynulého roku. Jak už to v životě bývá, byly mezi nimi události radostné, ale i dramatické, poznamenané zejména letošními zářijovými povodněmi.

K příjemné náladě a radosti našich seniorů ze vzájemného setkání pak přispělo hudební a pěvecké vystoupení hostů tohoto odpoledne – paní MgA. Barbory Baranové a Ing. Michala Veseleho, kteří zazpívali sérii pamětnických, věčně zelených „evergreenů“ domácí i zahraniční provenience.

Čtyřlístek jako hostitel nezapomněl ani na letošní jubilanty ve věku od 65 do 80 let, kterým ředitel organizace pogrataloval k životním výročím. Tím hlavním však byla

krásná a srdečná atmosféra, naplněná vzpomínkami na uplynulá léta na pracovištích Čtyřlístku a dlouholetá (dnes už nejen) pracovní přátelství. Všichni také kvitovali s velkým po-



vděkem fakt, že organizace na své zaměstnance nezapomíná ani v době, kdy jsou již na zaslouženém odpočinku a těší se na další setkání opět za rok.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Vlakem s Mikulášem

Už třetím rokem trvá spolupráce naší organizace se zájmovým sdružením Slezský železniční spolek v Ostravě, který nás pravidelně zve na zážitkové jízdy pro veřejnost po železnici, a to nejen v rámci našeho města, ale i do jeho okolí. Díky tomu jsme i letos ve dnech 30. listopadu a 1. prosince dostali pozvání od Slezského železničního spolku k tradičně pořádané okružní jízdě Mikulášským vlakem kolem Ostravy.

Těšili jsme se velice, protože zážitkem je vždy nejen cesta samotná, ale také zvláštní – mikulášská atmosféra, která jízdu vlakem doprovází. Vždyť kdy se komu poštěstí, aby s ním cestovaly takové nadpozemské bytosti, jako svatý Mikuláš a andělé, ale také pekelníci - čerti, kteří cestou nejen nadělují, ale s mikulášskou jízdou se starají o to, aby bylo i jinak veselo – zpívalo se a hrálo.

Není proto divu, že o tyto jízdy, jež se letos odehrávaly v obou víkendových dnech na přelomu listopadu a prosince, je vždy velký zájem. Zúčastnili se i naši klienti z chráněných bydlení a z Domova Barevný svět.

Mikulášskou jízdu tentokrát nerámovalo dramatické zimní počasí ani sněhová nadílka, jak



tomu bylo vloni, ale i tak se tento zážitek všem moc líbil. Děkujeme za něj členům Slezského železničního spolku, kteří jej nejen pro nás připravili, a těšíme se zase za rok ve stejnou dobu!

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**



Naše „premiéra“ v Tieto Evry

Pro každého, kdo přichází k nákupnímu centru Karolina,

je sousední prosklená budova společnosti Tieto Evry nepřehlédnutelná. Nejen pro svou architekturu, ale i nesporný ekologický aspekt, jenž je její součástí. Letos poprvé jsme právě sem dostali od společnosti Tieto Evry pozvání, abychom ve dvoraně společnosti uspořádali 10. prosince vánoční prodejní výstavu rukodělných prací našich klientů.



Vítaly nás tady nevšední prostory i bohatá zeleň, zasazená do moderní budovy, odpovídající požadavkům 21. století, kterou zdobí před vstupem název Organica...

Vánoční prodejní výstavka Centra pracovní činnosti

Adventní čas si žádá „řádnou přípravu“. Také u nás v Centru pracovní činnosti jsme už dávno před tímto obdobím pilně šili, lepili, oplétali, natírali, lakovali, řezali a brousili – prostě a jednoduše tvořili a vyráběli, abychom na předvánoční prodejní výstavce, která patří u nás ve Čtyřlístku k hezkým tradicím, uspokojili naše věrné a dychtivé zákazníky, potěšili jejich oko i duši a vánočně je naladili.

A tak po roce opět zažily naše prodejní stánky ve vstupní hale sídla Čtyřlístku „obležení zákazníky“, a to nejen z řad našich zaměstnanců, ale i osazenstva přátel z Domova Korýtko. Doslova na „dračku“ šly všechny naše výrobky...

Největší zájem byl samozřejmě o dekorace s vánoční tematikou (šité, dřevěné, lepené, stromky, andělé velcí i malí, vánoční kapříci, věnce, atd.), ale i další výrobky z keramiky, textilu nebo papíru.

Klienti Centra pracovní činnosti s podporou zaměstnanců se opravdu činili a vystavené výrobky s vánoční tematikou byly vskutku reprezentativní. K letošním „hitům“ našich dílen nepochybně patřily šité i háčované textilní ozdoby na stromeček, šitá zvířátka, sněhuláci nebo andělé, dřevodílna prezentovala krásné domečky, vánoční stromky nebo drobné ozdoby se světýlky. Samozřejmě nemohly chybět ani oblíbené tašky z džínoviny, tkané koberečky nebo dekorace z proutí.

Vystavené výrobky poutaly pozornost hlavně žen, kterých je však v této IT společnosti méně. I tak jsme byli se svou prodejní „premiérou“ v Tietu spokojeni a všem, kteří se na ní podíleli, patří velký dík.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**



Své zákazníky a obdivovatele si našly i zimně vyzdobené dřevěné, pedikové a keramické domečky – ty zmizely z pultu jako první spolu s anděly.

Pro všechny zúčastněné byly dekorace pohlazením pro duši.. Kouzelné Vánoce všem tímto přejí zaměstnanci Centra pracovní činnosti.

Text a foto: **JANA GROMOTOVIČOVÁ**
Centrum pracovní činnosti

Události

Halloween v Nové Bělé

U nás v domku jsme letos opět společně s klienty oslavili Halloween, a to v pátek 1. listopadu. V dopoledních hodinách se zdobily jak stoly tak i denní místnosti a zároveň se pekly naše oblíbené strašidelné muffiny. Také jsme se pustili do dlabání a vyřezávání dýní.



Po obědě nastala ta očekávaná chvíle, kdy jsme se ustrojili do strašidelných kostýmů, a aby byl každý kostým co nejlepší a měl ten správný „šmrnc“, namalovali jsme si i obličeje. Připravovali jsme samozřejmě také stoly s jídlem, nápoji

Rozsvícení vánočního stromu

V neděli 1. prosince se ve Svinově konala tradiční akce rozsvícení vánočního stromu, která přilákala širokou veřejnost, včetně klientů a pracovníků Domku U Rourovny. Atmosféra byla plná vánočního kouzla a společné radosti. Události se zúčastnili nejen místní obyvatelé, ale i významní hosté



a různými dobrotami v dušičkovém stylu s typickými barvami, jež k tomuto svátku patří.

Pak jsme si pustili tematickou hudbu, která se všem líbila a zábava mohla začít. Zpívalo se, tančilo, a samozřejmě i fotilo, aby bylo na co vzpomínat. Zkrátka celé naše halloweenské dopoledne se neslo v zábavném duchu a podařilo se nám vykouzlit úsměvy na tvářích všech klientů.

Text a foto: **EVA SKÁCELOVÁ**
Domov Barevný svět – Domek Nová Bělá



– místostarosta městského obvodu Svinov, místní farář, sbormistr známého kostelního sboru a jiní.

Pro návštěvníky připravili organizátoři teplou zelnou polévku, jejíž výtěžek byl pak věnován klientům Čtyřlístku z Domova Jandova – domků Rošického a U Rourovny na jejich aktivizační činnosti. Místostarosta obvodu zároveň veřejně poděkoval pracovníkům Domku U Rourovny za jejich náročnou a obětavou práci a pečovatelky domku pak také sklídily potlesk místních obyvatel.

Naši klienti si užívali nejen atmosféru vánočních trhů, k němuž patřilo i pěvecké vystoupení v podání kostelního sboru, jenž zpíval známé vánoční koledy. Zajímavý byl i program místních myslivců, kteří návštěvníkům zahráli na lesní rohy. Mezi všemi zúčastněnými panovala příjemná vánoční atmosféra. Fotografie, jež vznikly během tohoto setkání, budou krásnou vzpomínkou pro všechny, kteří byli při tom.

Text: **ANDREA FEDOROVÁ**

Foto: **HANA BABISZOVÁ**

Domov Jandova – Domek U Rourovny



Přišel i Mikuláš!

Ano, přišel i Mikuláš, a to k nám do Domku Vývozní. Aby nebyl sám, vzal s sebou čerta a anděla. Bylo samozřejmě hodně radosti, trochu pláče a sliby, že se opravdu všichni polepší...

Ať je lidem pět, nebo padesát, oslava příchodu Sv. Mikuláše je stále krásná tradice, která by neměla chybět v adventním čase. Náš velký dík patří všem, kteří se na naší mikulášské nadílce podíleli osobní přítomností, nebo přípravou kostýmů, ale i stravovacím provozem za mikulášské dobrotky. V neposlední řadě patří dík i panu Rostovi Petříkovi za důstojné a velebné ztvárnění postavy svatého Mikuláše.

A my se budeme těšit na toto adventní setkání zase za rok.

Text a foto: **ZDENKA SKLENÁŘOVÁ**

Domov na Liščině – Domek Vývozní



Jandovka peče

Jen málo činností obvykle sklídí takový úspěch, jako společné vánoční pečení. Snad je to onou možností dotýkat se nejprve mouky, poté hnětení těsta a posléze z něj vytvářet roztodivné tvary, které se vloží do trouby, vychutnávat omamnou vůni sladkého pečiva a těšit se, až si na nich po vychladnutí všichni pochutnají... Je to určitě i omamnou vůní, která se z rozpálené trouby line... V neposlední řadě je to však celkovou atmosférou, kterou pro „své“ mladé muže z Domku Jandova připravily kolegyně z domácnosti C - Michaela a Denisa.

byly úplně všude. Nakonec jsme však společnými silami zvládli i tento nelehký úkol – určitě i díky vidině brzké ochutnávky upečeného „cukroví“.

Venku se již smrákalo, když jsme společně zasedli k našim „výtvorům“. Netřeba sáhodlouze komentovat, že misky byly prázdné velice rychle...

Text: **MARTIN POBOŘIL**

Domov Jandova

Fotografie: **autor, DENISA ADYOVÁ**
a **MICHAELA SMĚJOVÁ**

Domov Jandova – Domek Jandova

Předvánoční ‘Alšák’

Stalo se již tradicí, že nejedna evropská metropole, ale takřka každé město pořádá vánoční trhy. Nejinak je tomu i v Ostravě, i když nejsou tak proslavené. Zato jich tu máme hned několik. Všechny spojuje předvánoční nálada a stánky s občerstvením či rukodělnými výtvary.

Spolu s mladými muži Markem a Gabrielem a kolegyněmi Michaelou a Denisou z domácnosti C Domku Jandova jsme se jednoho prosincového dne vypravili na trhy v Ostravě-Porubě. Už řadu let zkrášlují zdejší Alšovo náměstí a nás zajímalo, zda se trhy budou mladíkům líbit.

Po pohodlné cestě Boltem nás přivítal do slova nepopsatelný vítr, takže Marek i Gabriel chvíli konsternovaně hleděli kolem sebe a nevěřili vlastním očím. S odchodem větrného počasí se však dostavila příjemná atmosféra



a dobrá nálada. Ta byla obohacena nejen procházkou mezi stánky či prohlídkou betlému, ale především občerstvením, které jsme si všichni vychutnávali. I když ceny jídla a pití nebyly zrovna „lidové“, určitě člověk alespoň jednou v roce rád podlehne oné sváteční atmosféře a na nějakou tu korunu zase tak nehledí...



Byli jsme sice teple oblečení a hrálo nás mládí ☺, přece jen jsme se po čase těšili i zpátky domů, zvláště když jsme opět využili služeb společnosti Bolt, se kterou máme velice dobré zkušenosti. Za pár minut jsme všichni byli zase v teplíčku a Marek s Gabrielem ještě dlouho vstřebávali zážitky, které pro ně nejsou zrovna nejobvyklejší. Věřme, že kdyby mohli, i nám, doprovodu, poděkují za to, že jsme jim zpestřili čas čekání na Štědrý den a dárky, které s sebou tento poetický čas přináší.

Text: **MARTIN POBOŘIL**

Foto: autor textu a **DENISA ANDYOVÁ**

Domov Jandova – Domek Jandova

Vánoce ve Lhotce

Advent je období čtyř neděl před 25. prosincem. Je to doba radostného očekávání, přípravy na Vánoce, doba rozjímání. Jak se zpívá v písni Zdeňka Borovce a Jaromíra Vomáčky „Už se zase těšíme na Ježíška“, všichni jsme byli v očekávání, jaký dáreček pod stroměčkem najdeme.

Abychom ukrátily čas očekávání, společně s klientkami jsme nachystaly vánoční venkovní výzdobu a osvětlení. Ve čtvrtek 28. listopadu uvařily vánoční punč a v podvečerních hodinách slavnostně rozsvítily domeček a výzdobu. Pozvaly jsme i naše kamarády z Petřkovic



a Výškovice na „Vánoční tvoření“, které se uskutečnilo 6. prosince v dopoledních hodinách.

Klientky se na tyto akce vždy velice těší, protože opět uvidí své kamarády. Nachystaly výborný punč, cukroví a za zvuku koled jim šlo tvoření dobře od ruky. Během adventu jsme pak s klientkami pekly vánoční cukroví, které provonělo celý náš domov.

A pak nastal velký den - Štědrý večer. Pod vánočním stroměčkem na všechny čekalo hodně dárků, každá klientka si tam našla ten svůj. Na každé z nich bylo znát, že jsou rády za každý dáreček, který dostaly. Krásný nový rok 2025 nejen v pracovním, ale i osobním životě přeje celý náš ženský kolektiv ze Lhotky.

Text a foto: **JITKA ŠEFRÁNKOVÁ**

Domov Barevný svět – Domek Lhotka



Vánoční workshop

V sobotu odpoledne 7. prosince jsme v Chráněném bydlení Thomayerova uspořádali vánoční workshop. Pozvání na tuto výtvarnou dílnu přijali i naši kamarádi z chráněných bydlení Letní a Bronzová.

Všichni se sešli v kuchyni, kde vládla vánoční atmosféra provoněná vánočním punčem a povídáním si o Vánocích. Pak měli všichni možnost nazdobit z papíru zápichy s vánoční tematikou - rybičkami, hvězdičkami nebo stromčky a dalšími symboly Vánoc.

Některé návrhy byly velmi kreativní a slečna Renáta Slezáková z Bronzové – zkušená výtvarnice - vytvořila překvapivě krásnou, barevně a vkusně vybarvenou a třpytkami nazdobenou rybičku, kterou nakonec dozdobila zelenou mašli. Pečovatelka Marcela Nosiadková k rybičce ještě tavnou pistolí připevnila špejli a zápich byl hotový.

Všechny klienty tato dílna velice bavila, byli nadšení a měli radost z vydařených ozdob. Potom si všichni venku nasbírali smrkové větvičky a napíchali je do malých květináčů s florexem jako ikebany na vánoční stůl. Každý si je pak ještě nazdobil třpytivými vánočními ozdobami sám, podle svého vkusu. Do hotových květináčů před tím ještě použili vánoční zápichy.



Vánoční tvoření všichni završili společným občerstvením - dobrou kávou, punčem, chlebičky, zákuskem a buchtou. Zkrátka a dobře - bylo milo a veselo a všichni odcházeli domů spokojení s plnými bříšky a navíc ještě krásnou výzdobou na vánoční tabuli nebo jen tak pro radost do svého pokoje.



Text a foto: **MARCELA NOSIADKOVÁ**
Chráněné bydlení
Čtyřlístek



Láska mateřská

Nemálo obyvatel našich domečků své rodiče nikdy nepoznalo. Jiní mají to štěstí a s rodinou zůstávají v kontaktu. Jsou i tací, na které se štěstí usmálo až po letech. Nebudeme nikoho soudit a pátrat, proč se o své dítě nezajímali dříve, ale oceňme, že se tak děje alespoň teď, a to podle pravidla „pozdě, ale přece“.

Maminka se o svého syna Gabriela z Domku Jandova zajímala už od dětství, ale až v poslední době se snaží o kontakt pravidelnější a zdá se, že i mnohem pevnější. Rozhodně není v lehké situaci – vždyť Gabriel ji téměř nezná – a potrvá ještě dlouho, než si na sebe zvyknou a uvědomí si, že by je mělo pojít silné pouto. To se však musí v obou nejprve probudit. Až se tak ale stane, určitě to bude přínosem a životním

obohacením nejen pro Gabriela, ale i pro jeho maminku. Snad se jim podaří dohnat alespoň část toho, co oba během let tolik postrádali, totiž mateřskou i synovskou lásku...

Text: MARTIN POBOŘIL

Domov Jandova

Foto: MICHAELA SMĚJOVÁ

Domov Jandova - Domek Jandova

Pro dobrou náladu

Jistě to znáte: zdánlivě bez důvodu je vám smutno, jste unaveni, někdy protivní k lidem, kteří si to nezaslouží... Proč by tomu tak nemohlo být i u dětí? Vždyť i ony mají nárok na své projevy, které ne vždy lahodí našemu oku či sluchu...

Svě o tom víme i v Domku Syllabova... Děti, ale i mladí muži a ženy dokážou dát najevo velice nahlas, že se jim něco nelíbí, že něco chtějí, někam chtějí, s někým chtějí... A tak mnohdy nezbude, než vzít mladého „nezbedu“ na výlet. Jen tak, pro dobrou náladu.

Docela často tak vyrážíme s devítiletým Kryštofem. Naše cesty za poznáním má velice rád a pokaždé se na ně těší, někdy je ale vysloveně potřebuje – to když je plačtivý, předrážděný, křičí... Je pak s podivem, jak



rychle se dokáže uklidnit. Nejprve si prohlíží jedoucí auta, poté se kochá výhledem z autobusu, trolejbusu či tramvaje. Nakonec vyrážíme na dlouhé túry. Nejraději máme Slezskou Ostravu, v oblíbě jsou i malebná zákoutí širšího centra města. Pokud poblíž teče řeka, je Kryštof maximálně spokojen a já vím, že dnes už jej křičet neuslyšíme...

Je to možná i návod pro nás, dospěláky. Než šáhneme po léku na uklidnění nebo proti bolesti hlavy, pokud jen trochu můžeme, jdeme se projít ven. Zaženeme chmury, provětráme se a zjistíme, že se nakonec i bez prášků docela dobře obejdeme.

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

Lidské 'mládě'

Snad vás název článku příliš nepohoršuje, ale je to tak – podobně jako zvířecí „dětí“ musí projít náročnou výchovou svých dospělých rodičů, tak i děti, které k nám přicházejí, čeká ještě dlouhá cesta, než se trochu „uchočí“ a stanou se dospělejšími... Kromě vlastních rodičů na ně působí nemálo vlivů, ale přiznejme si, že podstatnou



úlohu sehráváme hlavně my, pracovníci v přímé péči, kteří jim rodiče často nahrazujeme... Malý Pavlík sice svůj domov má, ale velkou část života teď tráví i v domově číslo dva - v Domku Syllabova.

úrovni, avšak jeho „vystoupení“ jsou již mnohem méně častá... Pavel se dá zlákat k leččemu, i když stále je zatím spíše pasivnější. Přesto jej zaujala pověstná kašna Ikara na Prokešově náměstí před Magistrátem města Ostravy, se zájmem se proběhl i jednou z nejznámějších ostravských pasáží (v domě z roku 1929) u Knihovny města Ostravy poblíž mostu Miloše Sýkory. Toho podzimního dne chlapec ušel opravdu hodně, ale na rozdíl od naší první cesty vůbec nenařikal a nekřičel.

Ukazuje se, že individuální, lidský, kamarádský, zároveň však důsledný přístup je přesně to, co naše děti potřebují. Asi nám to nedají najevo hned, ale určitě i ony dříve nebo později pochopí, že díky nám a naší práci se mohou cítit daleko lépe a jejich život může být mnohem barevnější...

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

Protiklady se přitahují

Neplatí to samozřejmě vždy, ale setkáváme se s tím velmi často. Je pak jedno, zda jde o páry manželské, přátelské či kamarádské, zda je jeden upovídaný a druhý pro změnu „mlčící ryba“, zda ten menší musí vzhlížet velmi, velmi vysoko, když se chce podívat do očí tomu vyššímu... Běžné jsou i rozdíly u spolubydlících našich domečků...

Dalibor a Jiří z Domku Syllabova se znají už drahně let. Zatímco ten první má rád svůj klid, jeho protějšek pro změnu pořád „někde lítá“...

Kromě jiného je však spojuje to, že oba mají „svůj svět“, který jim zpestřuje život. Tím se možná odlišují od ostatních, ale možná právě

tato odlišnost je spojuje. Třeba při pravidelných procházkách blízkým parkem, kdy důstojně kráčejí Dalibor pořád cosi mluví, zatímco



S Kryštofem na klíně

Zejména rodiče mi jistě dají za pravdu, že není kouzelnějšího pocitu, než když vám dítě usne, a vy máte konečně chvíli klid! U dětí a mladých mužů a žen z Domku Syllabova tento moment samozřejmě zažíváme v době poledního klidu, kdy mnozí z obyvatel opravdu touží po blahodárném odpočinku, ale zcela jistě na něj nenarazíme na výletě. Ale „zázraky“ se dějí!

Kryštof, blondáček s bezelstnými očima a rošťáckým úsměvem, je znám svou nezdolnou živelností, kdy dokáže skákat na sedačce, věšet se hlavou dolů, sedět na parapetu či pobíhat po pokojích a podporovat ostatní v jejich „zlobení“... Rád se zapojí do všeho neznámého a stejně tak vyhledává i naše cesty do neznáma, kdy objevujeme skryté malebnosti našeho města. Ono odpoledne na sklonku léta jsme toho ušli opravdu hodně: kus Heřmanic, část Komenského sadů, nábřeží Ostravice a Černou Louku... Není divu, že při svačině na lavičce v přírodním zákoutí Masarykova náměstí, kde kdysi dávno stávala květinová síň, se Kryštofovi najednou začala zavírat očka a on „odpadl“. Složil se mi do klína a chvíli o sobě nevěděl... Jak už to u dětí bývá, jak rychle

zamyšlený Jirka předvádí svou rychlou, energickou chůzi, aby zakrátko zpomalil či úplně zastavil a počkal na svého kamaráda, až k němu dojde. Během svačinky na lavičce pak ani nepoznáte, že oba mladí muži jsou tak rozdílní – dobré jídlo je totiž tím, co je naopak spojuje...

A tak na příkladu Jiřího a Dalibora můžeme naprosto lehce dospět k hlavní myšlence celého povídání: Každý jsme jiný, což ale neznamená, že je to špatně. Často i lidé naprosto rozdílní mohou fungovat skvěle a bez jakýchkoli problémů, protože právě jejich odlišnost je vzájemně spojuje. Navíc – když bychom byli všichni stejní, svět by byl nevýslovně nudný...

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



usnou, tak se většinou i rychle vzbudí. A tak i má „šťastná chvíle“ brzy skončila. Stačila však k tomu, abychom oba nabrali síly a vydali se na závěrečnou část výletu, totiž cestu domů.

Kryštof je sice malý neposeda, ale jsme rádi za to, jaký je. Je to živel, ale víte u něj, že cítí, vnímá, prožívá a aktivně se zapojuje, což rozhodně nemůžeme brát jako samozřejmost. Kdyby popíral své JÁ, už by to nebyl on a asi bychom si to ani nepřáli...

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

I krátká procházka znamená mnoho...

Honza, náš nový klient v Domku Rošického, se seznamuje s prostředím i okolím. Většinou má rád klid a preferuje, když není rušen. Jedno sobotní dopoledne jsme Honzovi nabídli společnou procházku.

Přestože nemluví, reaguje Honza na dění kolem sebe. Zaujatě sledoval pracující bagr a projíždějící auta, která ho zjevně zaujala. I beze slov jsme vnímaly jeho pozornost a zájem o okolí.

Auta ho zaujala natolik, že jsme se zastavili a společně pozorovali nákladní auto, které projíždělo kolem nás. Je to prostě kluk, jak má být – jeho zájem o motorová vozidla je zřejmý. Když jsme pokračovali v naší procházce tam, kde už panovalo ticho, jako by se Honza opět ponořil do svého vlastního světa. Okolí už nesledoval s takovým nadšením.



jen stěží...



Auta jsou zkrátka a dobře mužskou záležitostí, a Honza to rozhodně potvrzuje. Svět kolem nás je plný zvuků a ruchů, a každý si najde něco, co ho zaujme. Našel si to své a svou reakcí jasně dával najevo: Zastav se, tohle mě zajímá! S Honzou se ve světě aut rozhodně neztratíte.

Text: **MONIKA HOŇKOVÁ**
a **DAGMAR KUBISOVÁ**

Domov Jandova – Domek E. Rošického

Sára v centru dění

Každá vesnička, městys či město má své „centrum dění“, kde to „žije“. Nejinak je tomu i v Ostravě, jen se nám ta místa nějak střídají. Zatímco teď bychom našli nejvíce lidí v nákupních centrech, jako je třeba Forum Nová Karolina, dříve tomu tak rozhodně nebylo... Stačí si představit centrum Ostravy v době, kdy na celém území města nestál jediný super- či hypermarket, a není tomu tak dávno. Ti mladší by se možná divili, ti starší z nás by zavzpomínali, že centrum skutečně „žilo“ a veškeré ulice byly lemovány fungujícími obchody. Při pohledu na prázdné výlohy pěší zóny lze tomu uvěřit



Se Sárou z Domku Syllabova jsme využili nádherný podzimní den a vydali se do míst, která byla přirozeným centrem Moravské Ostravy ještě mnohem dříve, a to už v době středověku, na Kostelní náměstí a Velkou ulici. Kvůli sanaci starých domů už náměstí vlastně ani tvar náměstí nemá, ale to se teď může změnit – staví se tam totiž nový polyfunkční dům, takže je šance, že někdy příště už Sára uvidí nový, zároveň však velmi starobylý kout Ostravy, který díky nové stavbě získá na atraktivnosti. Tu už mimochodem znovu dostala i Velká ulice, po dostavbě domu Nové Lauby i nově a krásně předlážděná. A tak jsme si s Klárou projeli místa, která mají velkou šanci stát se obohacením uliční sítě centra města. Je jasné, že naši cestu za poznáním jsme ukončili - jak jinak - v cukrárně.

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

Filip na cestách

Letní dny se dají vyplnit všelijak – někdo je stráví u bazénu či na koupališti, jiní objevují přírodní krásy nebo obdivují starobylé hrady a zámky... Muži a ženy z Domku Jandova si oblíbili pobyt na zahradě a s velkou oblibou vyrážejí i do blízkého okolí domku. Většinou jsou totiž už poněkud pasivnější, a tak chůze není jejich nejsilnější stránkou. I kvůli zdravotním důvodům se mnozí z nich přemisťují na vozíku, což jim ale vůbec nebrání poznávat alespoň zábřežské Pískové Doly.

Kromě zámku Zábřeh či několika sakrálních (tj. náboženských - pozn. autora) staveb jsme spolu navštívili např. Školní statek, rybníky Pod Bedříškou či břehy řeky Odry, která se vine docela nedaleko.

I Filip chůzi mnoho nedá a stačí mu překonat jen kratší vzdálenosti, avšak snaží se a snahu je třeba ocenit. Třeba návštěvou blízké pizzerie. Tu mají muži i ženy obzvlášť rádi. Třeba i proto, že pizza se může ukusovat, aniž bychom používali příbor. A tak jsme s Filipem naši letní cestu za poznáním završili činností z nejoblíbenějších, avšak doufáme, že pizza není ten hlavní důvod, proč se Filip na procházce cítil tak příjemně a uvolněně...

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



Čtyři z tanku a pes

Ti „životem zkušenější“ z vás jistě poznali název svého času oblíbeného polského seriálu z období 2. světové války. Pro ostatní jsou to jen prázdná slova, ale slovo „tank“ jsme zaregistrovali snad všichni. Méně se však ví, že první tanky se proháněly už v roce 1915 na bojištích 1. světové války. Po roce 1945 se postavilo nepřeborné množství památníků obětem války, kdy hlavní dominantou byl právě tank. Mnohé z památníků už dávno zanikly, ale možná nevíte, že tank 051, který dnes najdeme na podstavci památníku poblíž Slezskoostravské radnice, je jako jeden z mála v Česku původní – skutečně se podílel při osvobození našeho města.



Právě sem jsme si jednoho zimního odpoledne zašli s Petrem a Kryštofem z Domku Syllabova. Obešli jsme si památník kolem do kola a přesvědčili se na vlastní oči, že i po těch



letech je tank ve skvělé kondici. Naštěstí už dávno nevnímáme jeho skutečný smysl, no kluky určitě uchvátí jeho celková konstrukce, kola a pásy. Jako správní kluci si hráli a stále hrají s „autíčky“ a právě tanky - vedle bagrů, míchaček a popelářských vozů - mají v jejich sbírkách nezastupitelné místo.

Je v pořádku, že symboly historie zachováme i pro příští generace. Právě hrdost (neplést s pýchou!) je to, za co bychom se neměli nikdy stydět. Je dobře, když se o to nenásilně snaží i naši mladí...

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

Výprava do zoo

Hned ráno již byli všichni klienti nachystáni a celým domkem poletovala otázka: *‘Už půjdeme?’* Po probrání a naplánování celého programu, jsme se všichni přezuli a po osmé hodině se konečně vydali na cestu..

Cestou jsme všichni probírali, co vlastně kdo chce v zoo vidět. Pan Lohutín se například těšil na kočky, paní Machalová zase na všechna zvířata a například pan Martinásek na

oběd. Po zaplacení vstupného a průchodu bránou se okamžitě všichni rozběhli k plameňákům. Někteří si vytáhli své telefony a začali fotit. Pan Válek konstatoval, že podobné slepice mají naši sousedi na zahradě. Naše pouť ostravskou zoo tedy započala. Každé zvíře bylo pro všechny velkým „wow“!

Asi v půli cesty se všichni klienti shodli, že je čas na kávu a následně i na nějaký ten oběd. Po prohlídce pavilonu evoluce jsme se tedy všichni vydali najít vhodnou restauraci. V té si každý sám vybral, na co měl zrovna chuť, ať to byly nudle s mákem nebo třeba smažený sýr s hranolky.

Po vydatném obědě se naše rychlost o dost snížila a více jsme si začali vychutnávat výběhy různých zvířat a sledovat chování některých je-

dinců. Všichni klienti bez rozdílu byli však naprosto nadšení z pavilonu hrochů, kde právě pracovníci zoo hrochy krmili.

Když už jsme se vraceli zpátky k východu, udělali jsme si ještě jednu pauzu na odpolední kávu u výběhu koz. Ty však naši malou výpravu natolik zaujaly, že jsme nakonec v jejich výběhu strávili značnou část dnešního výletu.

Po kávě jsme si to již opravdu namířili k východu, ale cestou jsme samozřejmě nezapomněli na obchod se suvenýry, kde si každý koupil přesně to, co se mu zdálo, že bude nejlepší vzpomínkou na tento den. Při návratu domů jsme všichni probírali dnešní zážitky a zároveň už také plánovali další výlety za dobrodružstvím...

Text a foto: **DOMINIK PŘEČEK**
Domov na Liščině – Domek Uhrova



Slezská jede!

Jako velká část Ostravanů jsem Slezskou Ostravu znal pouze jako „území nikoho“ mezi centrem a zoologickou zahradou. Teprve mnohem později, po přestěhování do této dříve opomíjené čtvrti a při nesčetných procházkách s pejsky, jsem poznal, jak krásné až malebné kouty zde můžeme najít. A protože tentýž názor sdílí mnohem více lidí, není divu, že se ze Slezské stává pomalu, ale jistě jakýsi „ostravský Barrandov“. Slezská Ostrava opravdu „jede“ a v mezích svých finančních možností se stará, ať tento ostravský obvod vzkvétá. Jistě tomu přispívá i nová zástavba, patrná především na tzv. hladnovském kopci.



Právě sem se s dětmi, muži i ženami Domova Jandova vydávám nejčastěji a nejraději.

„Soudruzi“ se družili

Aby bylo jasno, výraz „soudruh“ dříve znamenal společníka, druha ve společné věci. A tak jsme mohli narazit na soudruhy - sběratele kaktusů, soudruhy - milovníky vín, soudruhy - vášnivé cestovatele... Dnes má tento výraz poněkud odlišný význam, přesto však oslovil autora příspěvku natolik, aby jej použil v jeho původním významu...

Je jasné, že obyvatelé domků se druží a jsou z nich tedy soudruzi. Tohoto krásného vztahu využíváme i na našich cestách za poznáním, kdy se druží starší s mladším, klidný s tím poněkud divočejším, někdy za doprovodu slečny praktikantky či stážistky, jak se přihodilo i na jedné z prosincových výprav.

V poslední době tohoto sdružování využíváme hlavně na Domku Syllabova a těší nás výsledky, které jsou patrné už na první pohled. Starší Petr usměrňuje mladšího a divočejšího

Jako naposledy s Kryštofem z Domku Syllabova. Naši „cestu za poznáním“ jsme začali na vyhlídkové, nedávno opravené lávce nad Bazaly. Chvilí jsme se kochali panoramatem „města, které nikdy nespí“, a po vydatné svačině se vydali dolů z kopce.

Chudák Kryštof netušil, kolik schodišť jsem si na něj „vymyslel, ale překonal je všechna. To poslední ústilo poblíž jedné z nejstarších ostravských elektráren (z roku 1896), nádherné stavby z režného zdiva, která drahně let z velké části ležela ladem. Teď se však blýská na časy – stavba prochází rekonstrukcí, jejímž výsledkem by měly být nové nájemní byty. Záslužné je, že zvenku by si budova měla zachovat podobný ráz a vzhled jako dosud. Po lávce vedoucí z náměstí Jurije Gagarina do centra města jsme se dostali zpět na Moravu a posléze i domů do „domečku“.

Je mi jasné, že Kryštof i všichni ostatní ocení spíše bohatou svačinku než pohled na krásná ostravská zákoutí. Na druhé straně však věřím, že svým způsobem vnímají i ta zákoutí, a právě proto stojí za to tyto cesty za poznáním podnikat.

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



Pavlíka, vysoký a ve svém světě žijící Jiří si nechá poradit od slečny stážistky či „komandujícího“ Petra, malý Pavel se díky starším soudruhům dovítí, že si křikem nemůže vynucovat vše, co si umane. A tak bychom mohli pokračovat.

Je docela příjemné zjistit, že družící se soudruzi různého věku mohou spolu vycházet pěkně, a navíc se vzájemně obohacovat. A pokud se tak stane na místech, která mají snad nejraději, totiž na náplavce řeky Ostravice nebo na Masarykově náměstí a okolních uličkách, je nasnadě, že družnost v družině obdobně zaměřených z nich dělá soudruhy, kteří se budou rádi družít i po skončení soudružských akcí. A o to vlastně jde.

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

V parku

Možná jste při návštěvě nejednoho zámku uslyšeli zmínku, že zámeckou budovu obklopuje nádherný anglický park. Jsem dalek poučování kohokoli, no věřím, že mezi čtenáři se najdou i Ti, již se poučit nechají docela rádi... Tak tedy, stručně řečeno, jde o takový park, který vypadá, jako by tam vše rostlo samo od sebe, náhodně. Stromy, keře či skupiny květin jsou rafinovaně rozmístěny tak, že se člověk prochází cestičkami a připadá si opravdu jako v panenské přírodě. Na rozdíl např. od parku francouzského, který pro změnu všechny udivuje svou čarokrásnou výzdobou „živých plotů“ a květin, vyznačující se přísnou osovou souměrností.



S obyvateli našich domečků francouzské parky nenavštěvujeme, to bychom museli zajet do některého ze zámků a jejich bezprostředního okolí. Parky anglického typu však navštěvujeme docela často, a to se ani nemusíme hnout z Ostravy. S chlapci a děvčaty z Domku Syllabova se pravidelně a rádi procházíme prostorným parkem s in-line hřištěm hned za Lékařskou fakultou Ostravské univerzity. Snad proto, že se rozprostírá na území, kde dříve sídlila krajská nemocnice, se park pyšní statnými stromy a keři, z nichž mnohé opravdu pamatují časy velmi staré. Zejména mladí muži se občas brouzdají i mimo cestičky a s potěšením sledují, jak se jim zetlelá půda propadá pod nohama. Pokud na zemi leží sníh, je jejich potěšení o to větší. Se slečnou praktikantkou se nechali vyfotit krátce poté, co s velkým zanícením všichni sledovali skupinku veverek a pelášícího divokého králíka.

O Ostravě se často tvrdí, že je škaredá. Mám názor přesně opačný. Člověk jen musí chtít dívat se opravdu pořádně a kupodivu zjistí, že krásná sice opravdu asi není, ale své kouzlo a neobvyklost určitě má. A to je právě to, co ji odlišuje od měst jiných, byť mnohem

krásnějších. Snažím se o to, ať tento názor sdílejí i obyvatelé našich domečků, se kterými podnikám už tradiční „cesty do neznáma“.

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

Kultura



Vernisáž za zvuků bubnů...

Po letech spolupráce by se dalo říci, že ve vítkovické pobočce Knihovny města Ostravy už jsme skoro jako „doma“. Své výstavní prostory nám zdejší knihovnice otevřely i letos na podzim, kde jsme tady ve spolupráci s neziskovou organizací Fotografiemi pro radost uspořádali 4. listopadu vernisáž fotografické výstavy nazvané Život kolem nás.



Výstavní kolekci tvořilo přes padesát snímků klientů příspěvkových organizací nebo členů neziskovek, pečujících o lidi s mentálním postižením z celé České republiky, kteří jsou zapojeni do celostátního projektu Fotografiemi

pro radost. Tato putovní výstava nejlepších snímků loňského ročníku soutěže Fotografiemi pro radost zahajovala letos v únoru ve Dvoraně Úřadu městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz a končí opět v Ostravě – tentokrát na půdě pobočky Knihovny města Ostravy ve Vítkovicích.

Výstavu zahájili členové hudební skupiny Rytmus ostravského Čtyřlístku, mezi nimiž jsou rovněž zdatní fotografové a pravidelní účastníci fotografických workshopů projektu Fotografiemi pro radost, vedených každoročně profesionálními fotografy Jarmilou Štukovou a Václavem Šilhou. Vystavené snímky zachycují každodenní život lidí s mentálním postižením, jejich dny všední i sváteční, společné zážitky z cest nebo okamžiky volnočasových aktivit věnovaných sportu, kultuře nebo společenským událostem tam, kde žijí a kde jsou jejich domovy. Autory snímků jsou jak lidé se zdravotním postižením, tak ti, kteří o ně pe-

čují v zařízeních sociálních služeb nebo v neziskových organizacích. Výstava, která ve vítkovické pobočce Knihovny města Ostravy potrvá do konce letošního roku, je zajímavým pohledem do světa lidí se zdravotním (mentálním) postižením a rozhodně stojí za vidění.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**
a **VLADIMÍRA KALOČOVÁ**

Hudební Vánoce

V předvečer svátku svatého Mikuláše nás kamarádi z Domova Jandova – Domku E. Rošického - pozvali na předvánoční posezení spojené s hudebním vystoupením, které se konalo. Tento adventní den se stal nejen oslavou blížících se svátků, ale i příležitostí k tomu, abychom se všichni společně setkali a ponořili se do kouzelné vánoční atmosféry.

S kolegyněmi jsme připravily vše potřebné, abychom vytvořily útulné prostředí plné pohodové nálady, drobných dobrot a spousty úsměvů, které rozjasnily tváře přítomných. Okouzující zvuky vánočních koled se nesly celým domkem. Byly doprovázeny povídáním o tradičních zvycích, které k těmto svátkům neodmyslitelně patří. Nechyběl ani milý okamžik, kdy jsme společně zazpívali známou píseň Happy Birthday pro klienta Pavla Jedličku, který právě slavil narozeniny.

Koledy, známé melodie a veselý smích, se mísily do jedinečné symfonie radosti a pohody.



Struny kytary naší kolegyně - paní Moniky Hoňkové - a klávesy pana Jana Plecha, doprovázel nejen zpěv klientů a pracovníků, ale také jejich smích a potlesk, jenž se nesl celým domkem.

Někteří klienti a pečovatelky se dokonce odhodlali k menším, nenápadným tanečkům. Zvláště některé kolegyně se nebály předvést své taneční kreace, a tím ještě více zpříjemnily bezstarostné adventní dopoledne.

Věříme, že toto hudební společné vystoupení nebylo poslední, a že budeme moci i nadále přinášet radost a zábavu prostřednictvím kytary a klavíru.

Text:
MONIKA HOŇKOVÁ
a **DAGMAR KUBISOVÁ**
Foto: **ŠÁRKA ČAŠOVÁ**
*Domov Jandova – Domek
Rošického*



Advent v Centru pracovní činnosti

K předvánočnímu období neodmyslitelně patří vánoční večírky. I my jsme letos opět připravili den plný dobrot, písni, tance a splněných přání v krásně vyzdobené jídelně. Zavoněly zde i perníčky, ze světýlek a betlému byli všichni naši klienti nadšení!



Hned v úvodu nás vánočně naladilo několik básní, které procítěně přednesl Daniel. Na večírek přijeli všichni a moc se na něj těšili. Naše Martina s Monikou (každá z nich bydlí v jiném domku) se po dlouhé době opět rády setkaly a měly si o čem povídat.

Bylo vidět, že nám hodně chyběli kamarádi, ale i zábava – tanec a hudba nám okamžitě „rozproudily krev“. Sílu jsme pak nabírali baštěním dobrot – chlebičků, jednohubek, cukroví a výborným nealko grogem, jehož vůně se li- nula široko daleko. Pak se znovu tančilo a pouš- těly se písničky na přání.

Zábava to byla úžasná. Už jsme se tak dlouho společně nenasmáli a tak dobře si neza- tancovali. Kouzlo adventního období umocnilo sváteční náladu, k níž přispělo i slavnostní ob- lečení všech zúčastněných, radost a veselí. Ni- kdo neodcházel zklamán. Vždyť když je pří- jemně a veselo, utíká čas nějak rychleji. Proto už se všichni těšíme na další podobnou akci a hlavně na shledání se svými kamarády!

Text a foto: **JANA GROMOTOVIČOVÁ**
Centrum pracovní činnosti

Sport

Kopaná Havířov 2024

Ve stylu „pachatel se vrací na místo činu“, jsme se také letos vypravili na fotbalový turnaj O pohár SANTÉ v Havířově a v duchu doufali, že se nám opět podaří obhájit loňské prvenství. Letošní 17. ročník se uskutečnil v úterý 22. října ve sportovní hale Slávie.

Náš fotbalový tým se během roku rozrostl o další členy, kteří již od ledna pravidelně trénují, ale naproti tomu nám zase chyběl brankář On- dra, který se ještě zotavuje po operaci kolene. Velkou pomocí byl další partner Rost'a Švec,

který krásně doplnil Romana Jirsu a Libora Blat- ného.

Natěšení jsme přijeli do haly v Havířově a hned první zápas jsme zvládli na jedničku. No- váčci se snažili a v brance Ondru výborně na- hradil Honza Polhoš. Podpora a rady partnerů



se nemíjely účinkem a naši hoši podávali vyrovnaný fotbalový výkon. Celý turnajový den se nám dařilo a tak jsme opět odjížděli ověření medailemi za první místo a domů vezli krásný pohár. Složení našeho týmu: Jan Polhoš, Aleš Turlej, Kamil Sasko, Tomáš Ujházy, Dominik Rozacký a Dominik Herák a výše jmenovaní partneři.

Sice unaveni, ale nadšení a spokojeni se už nyní těšíme na další ročník tohoto turnaje.

Text a ilustrační foto:
VLADIMÍRA KALOČOVÁ

Malá olympiáda



Celková atmosféra byla skvělá, nejvíce radosti způsobilo závěrečné vyhodnocení, kdy všichni zúčastnění dostali diplom, sladkou odměnu a tři nejlepší sportovci získali medaili.

V příjemném říjnovém odpoledni jsme společně s klienty domku Vývozní uspořádali malou domácí olympiádu. Soutěžilo se v disciplínách házení míčkem na terč, navlékání korálků na čes, střelení z pistole na terč a dalších zajímavých sportovních aktivitách. Zúčastnili se všichni obyvatelé domku. Přivítali jsme i milé hosty z řad veřejných opatrovníků.

Všichni jsme si tento sportovní den užili a z řad klientů už zazněly dotazy, kdy si to zase zopakujeme. Takže někdy brzy...

Text: **ZDEŇKA SKLENÁŘOVÁ**

Foto: **PATRICIE ŘÍMANOVÁ**

Domov na Liščině – Domek Vývozní

Pingpongová klání ve Zlíně

Jedna z téměř pravidelných akcí je Turnaj ve stolním tenisu ve Zlíně. V tomto roce proběhl ve čtvrtek 24. října a my jsme se tam vydali s nemalou skupinou stolních tenistů. Naštěstí nikdo nezaspal a v brzkých ranních hodinách jsme se před nádražím sešli všichni, takže jsme mohli odjet hájit „barvy“ Čtyřlístku v plném počtu.

Na turnaj se přihlásilo více než 80 účastníků. Úroveň byla vysoká a postoupit ze skupiny do „pavouka“ bylo náročné, hlavně v kategorii

mužů. Některým našim „borcům“ se to však podařilo a zajistili si postupová místa.

Nakonec na stupně vítězů vystoupala jen naše děvčata. V kategorii ženy A naše „žehlíčka



v ohni“ nezklamala a stejně jako loni si finálový zápas skupiny zahrály proti sobě Karla Foltová a Maruška Horváthová.

Domů jsme přivezli celou sbírku medailí: zlato Marie Horváthová, stříbro Karla Foltová a v kategorii ženy B se letos podařilo vybojovat 3. místo Petře Hamroziové. Všem našim sportovkyním gratulujeme!

Text a foto: **VLADIMÍRA KALOČOVÁ**

Medaile ze Dvora

Také letos nechyběli naši sportovci na Národním turnaji ČHSO ve stolním tenisu, kdy se o druhém listopadovém víkendu (8. - 10. listopadu) sešla skoro stovka sportovců z celé naší republiky. Tento turnaj je jedním z nejdéle konaných turnajů v rámci Speciálních olympiád - téměř od samého vzniku tohoto, dnes již spolku.

Po příjezdu, registracích, ubytování a obědě proběhlo slavnostní zahájení turnaje, jehož se zúčastnila nejen prezidentka Speciálních olympiád, ale i starosta města Dvůr Králové nad Labem a ředitelka hostitelské školy.



Soutěže začaly hned v pátek klasicky skupinami Unified a čtyřhrami. Naši sportovci hráli ve všech kategoriích: Unified Karla Foltová a Vladka Kaločová, čtyřhry muži: Aleš Turlej a Josef Kovář, čtyřhry ženy Karla Foltová a Marie Horváthová, čtyřhry smíšené – mix – Aleš Turlej a Karla Foltová a Josef Kovář s Marií Horváthovou. Poslední členka našeho týmu – Petra Hamroziová - očekávala své zápasy až v sobotu a tak alespoň pořádně fandila a držela palce. Už v pátek to na našich hrudích cinkalo zasluženými medailemi.

V sobotu program pokračoval nejdříve dohrávkou mixů a rozřazovacími zápasy dvouher. Podle těchto zápasů posoudí komise úroveň hráče a následně je rozděluje do menších skupin s přibližně stejnou výkonností. Celý den sportovci bojovali o co nejlepší umístění. Někdy

se dařilo víc, někdy méně, svou roli hrálo i momentální štěstíčko, ale naši borci podávali neuvěřitelné výkony. Všichni si zaslouží velkou pochvalu.

Odměnou jim pak byla večerní diskotéka, kde se mohli více pobavit s kamarády, dát si kofolku a rozpohybovat svá těla zase jinak než za pingpongovým stolem. Ti, kteří ještě neměli vše odehráno, a poslední zápasy je čekaly až v neděli, šli raději vzorně spát, aby načerpali síly na poslední den turnaje.

Jako každý rok i tentokrát vše rychle uteklo a my se v neděli krátce po poledni loučili s přáteli, jejich trenéry, rozhodčími a se všemi, kteří byli součástí letošního 31. ročníku Národního turnaje ve Dvoře Králové nad Labem. Pyšní na své medaile a s pocitem dobře odvedené „práce“ jsme naskočili do auta k Bědovi Seberovi, jenž nás bezpečně odvezl tam i zpět a složili svá znavená těla na sedadla.

A jak to všechno dopadlo? Ve čtyřhrách jsme vybojovali dvě první místa - Karla Foltová a Marie Horváthová, Aleš Turlej a Josef Kovář a jedno třetí místo ve čtyřhře mix – Aleš Turlej a Karla Foltová, ve dvouhrách získal Aleš Turlej

zlato, Marie Horváthová stříbro a pomyslný bronz vybojovaly Petra Hamroziová a Karla Foltová. Skvělá byla samozřejmě i dvě čtvrtá místa

v kategorii Unified a ve čtyřhrách mix. Všem našim skvělým reprezentantům gratulujeme!

Text a foto: VLADIMÍRA KALOČOVÁ



Bowlingové koule a naši borci

Letošní Národní turnaj v bowlingu se uskutečnil v Praze v pátek a v sobotu 22. a 23. listopadu a stejně jako v minulých letech, se na slavnostním zahájení podílela krátkým vystoupením i naše skupina Rytmý.



Na cestu do naší matičky stověžaté jsme se museli vydat již velmi brzy ráno, abychom vše stihli a byli včas na místě konání turnaje. Cesta byla naštěstí bezproblémová a malé ranní zdržení při nástupu některých sportovců ji nijak neovlivnilo. Na místo – do pražského hotelu Duo a do herny Xbowling Prosek Duo, jsme dojeli podle plánu. Během chvilky jsme vybalili bubny, připravili ozvučení, převlékli trička a čekali na zahájení turnaje. Náš hudební vstup všechny rozpohyboval a rozehlál těla před sportovními výkony. Však to je také účelem tohoto vystoupení, jak podotkla ředitelka bowlingového sportu Speciálních olympiád, Mgr. Adriana Novotná.

A pak už honem sbalit bubny, převléknout trička za dresy a nastoupit na dráhy v pozici sportovců. Již v pátek proběhly všechny rozřazovací zápasy a tak mohli rozhodčí zařadit jednotlivé sportovce do sobotních finálových skupin. Letos se tohoto oblíbeného turnaje zúčast-

nil rekordní počet sportovců, takže byl pro organizátory náročnější. Objevily se i zcela nové sportovní kluby, které na turnaj přijely poprvé.

Většinou našich sportovců se rozřazovací zápasy velmi povedly a dosáhli vysokého počtu bodů. Tímto výkonem si zajistili místa ve výkonnostně lepších skupinách. O to složitější pro ně pak bylo zopakovat výkon i v sobotu a vybojovat nějaké medaile. Nakonec to přece jen na našich hrudích cinkalo, i když zlato nám tentokrát uniklo. Na pomyslnou bednu se postavili Karla Foltová, Dominik Herák, Milan Skalička a Zdeněk Krátký, kteří obsadili 2. a 3. místa. Těsně pod ní, tedy 4. a 5. místo obsadili Petr Cupal a Jirka Mucha. Nevadí, i tak odvedli skvělý výkon!

Zpátky do Ostravy jsme vyjeli hned po skončení turnaje, ale i tak bylo už pozdní odpoledne. Tentokrát jsme tedy nezastavovali v průběhu cesty na oběd, ale cílem bylo naplnit břicha dobrou večeří. Náš oblíbený motorest Studená Loučka má večer bohužel zavřeno, a tak jsme hledali jiné místo s občerstvením, které máme ve směru naší cesty. Na internetu jsme objevili restauraci Na Cihlářce v Moravské Třebové, zarezervovali si místa a neudělali jsme chybu. Restaurace byla příjemná,



personál ochotný a vstřícný. A jídlo? Naprosto luxusní!

Tímto ještě dodatečně děkujeme Úřadu městského obvodu Radvanice a Bartovice za poskytnutí účelového příspěvku, jehož část jsme na toto občerstvení pro členy skupiny Rytmy využili.

Text a foto: **VLADIMÍRA KALOČOVÁ**

Máme Mistryni republiky!



Letos jsme se zúčastnili Mistrovství České republiky Českého svazu mentálně postižených sportovců ve stolním tenisu, který se tradičně konal v Hradci Králové. Výroční, třicátý ročník turnaje, se uskutečnil ve dnech 27. a 28. listopadu a stejně jako

v letech předešlých poskytl své útočiště pro konání turnaje Mateřská škola speciální Základní školy a Praktické školy Hradecká ve své tělocvičně.



Český svaz mentálně postižených sportovců sdružuje ve svých řadách nejen sportovce z Domovů a podobných zařízení sociálních služeb, ale hlavně žáky speciálních a praktických škol. Úroveň výkonů je tak mnohem vyšší než v olympiádách speciálních. I přesto se našim stolním tenistům podařilo vybojovat výborná místa.

Muži - Aleš Turlej a Pepa Kovář - se ve velmi silné kategorii mužů probíjovali ze svých skupin do postupového „pavouka“ na čelní místa. I když bojovali jako lvi a podali velmi dobrý výkon, na nejvyšší umístění bohužel jejich forma nestačila a podlehli ve výřazovacích zápasech.

Na stupně vítězů se podle předpokladů postavili sportovci, kteří figurojí v celorepublikové reprezentaci Českého svazu mentálně postižených sportovců.

Děvčata mají tradičně skupinu méně početnou, ale i zde je konkurence veliká. O to víc potěšily výkony našich sportovkyň, kdy se podařilo Karle Foltové získat titul Mistryně ČR v kategorii ženy B a Marušce Horváthové 3. místo v kategorii ženy A. Bez medailí neodešly ani ze čtyřher, kdy utvořily dvojice s kolegyněmi z jiných sportovních klubů. Maruška se svou dlouholetou kamarádkou Janičkou z Integrity Hradec Králové a Karla utvořily dvojici se zlínskou sportovkyní SK Naděje. Obě dvojice si své medaile zaslouženě vybojovaly. Maruška se postavila na stupeň nejvyšší a na krk jí pověsili medaili zlatou. Karla se svou sportovní partnerkou obsadily místo třetí a zaslouženě získaly bronzové medaile.

Ve čtvrték odpoledne se celá naše výprava, unavená ale spokojená, přemístila na nádraží a rychlíkem vyrazila směrem k domovu.

Text a foto: **VLADIMÍRA KALOČOVÁ**

Advent se sportem

Národní turnaj ve fotbale - Zlínský pohár je každoročním vrcholem fotbalového sportu Speciálních olympiád a fotbalisti se na něj vždycky velmi těší. Ten letošní se uskutečnil ve dnech 29. listopadu – 1. prosince ve Zlíně s mezinárodní účastí. Přijely týmy nejen z České republiky, ale také ze Slovenska a Maďarska.



Po rozřazovacích zápasech, které jsou ve speciálních olympiádách běžné ve většině sportů, se náš tým nominoval do silnější sku-

piny A. S přehledem jsme porazili nejen slovenský tým z Okoče, ale také tým maďarských Speciálních olympiád. Zuby jsme si vylámali až při zápase se zlínským týmem A, i když naši



hoši statečně bojovali o každý míč. Krásně se vypracovali i nováčci - oba Dominikové (Rozačský a Herák). Ti byli na tomto velkém turnaji úplně poprvé.

Nutno dodat, že naše sobotní fotbalová klání byla vždy okořeněna zásahem zdravotníka – první zápas s Okočí – krátce po začátku, kdy náš brankář Ondra Šuráb zasáhl ve vyložené gólové šanci soupeře, dostal křeč do na jaře operovaného kotníku a z hřiště odkulhal. Do branky tak narychlo naskočil Honza Polhoš a začal doslova brankářsky čarovat. Také jeho zásluhou jsme první zápas vyhráli. Při hře s Maďary se karta obrátila a zdravotník vybíhal k hráči soupeře. Naštěstí ani u něj se nejednalo o vážný úraz, ale epileptický záchvat mu znemožnil pokračovat ve hře. Poslední sobotní zápas (s týmem Zlín A) – zdravotnice Eliška již byla raději připravena. Opět začátek zápasu, opět brankářský zákrok Ondry a opět nutnost rychlého převlečení Honzy a výměna v brance. Tentokrát to u Ondry odnesl malíček na ruce, který okamžitě otekl, a my měli zase o hráče méně.

Po večeri všichni padli do postelí a sbírali síly na nedělní finálový zápas – opět s týmem Zlín A. I když jsou „Zlíňáci“ o generaci mladší, loni se nám podařilo je porazit a doufali jsme, že by to mohlo klapnout i letos. Bohužel, i když první gól padl do jejich brány a my

jsme nemalou chvíli drželi vedení zápasu ve svých rukou, resp. na svých nohou, nedokázali jsme své vedení pojistit další brankou a nakonec bylo vyrovnáno. Do konce zápasu se nám už nepodařilo překvapit jejich výborného brankáře a další gól padl do naší branky. Finále jsme tedy prohráli 1:2 a ze Zlína domů jsme vezli medaile stříbrné. Jsme rádi, že jsme mohli být i letos součástí tohoto turnaje a stříbro nás nakonec ani nemrzí – byli prostě lepší.

Velký díky patří našim partnerům Romanovi Jirsovi a Rostovi Švecovi. Jsou hráčům velkou oporou, rádci a příkladem. Hrají krásný fotbal a jejich podpora je velkou pomocí. Jsme neskonale vděční za to, že obětují svůj volný čas a v neposlední řadě i finance a s našimi kluky na turnaje jedou jen za dobrý pocit a slůvka DĚKUJI !!!

Text a foto: **VLADIMÍRA KALOČOVÁ**



Významný den paní Zdeňky

Šedesáté narozeniny jsou významným jubileem. Tento den byl velmi významný i pro paní Zdeňku Žandovou, která je naší klientkou již od roku 1985.

Jednoho listopadového víkendu oslavila naše milá klientka svůj den v kruhu klientů domku Jandova, ale také své nejbližší rodiny, která přijela jí pogratulovat z dalekých krajů. Oslava probíhala v příjemné atmosféře s velkou radostí z darů a připraveného občerstvení. Bohaté pohoštění zahrnovalo množství dobrot a na stole nechyběla ani kytice a narozeninový dort. Ten byl nejen pastvou pro oči, ale také symfonií chutí. Paní Zdeňka zářila spokojeností a s nadšením přijímala dary a srdečná



přání do dalších let. Tato oslava nebyla jen narozeninovou, ale také připomenutím jak důležitý je kontakt s rodinou. Přejme si, ať máme takových okamžiků co nejvíce. A ještě jednou paní Zdeňko – *Vše nejlepší k narozeninám, hodně zdraví a pohody do dalších let!*

Text a foto: **EVA LUKASZCZYKOVÁ**
Domov Jandova – Domek Jandova

Malá vzpomínka

(Jiří Vala únor 1986 – říjen 2024)

V roce 1992 k nám na Pískové doly přišel velmi veselý, společenský a vždy pozitivně nalaďený kluk jménem Jirka. Vysmátý od ucha k uchu a jiskrou v oku nás okamžitě přesvědčil, že se chce ze života radovat. Od roku 1995 žil Jirka v Muglinově, kde se mohl setkávat s koňmi formou terapie, a nejen to. Také miloval canisterapii, při které velmi rád relaxoval v srsti psů. Jezdil na různé výlety, akce a několikrát si mohl i přes svůj handicap „zaplavat“ v bazénu. Svým smíchem nezkazil žádnou legraci. Rád poslouchal jakoukoliv hudbu a na plesech se zájmem pozoroval všechny tanečníky s rozzářenou tváří.

Přestože nepoužíval slova, dokázal dát jasně najevo, co cítí a jak se cítí. Jiřík komunikoval očima a výrazy tváře. Díky transformaci se po mnoha letech v roce 2021 vrátil zpět na Pískové doly – nyní již Domek Jandova. Zde se okamžitě sžil s novým prostředím

a optimismem sobě vlastním opět kolem

sebe rozdával široké úsměvy. Bohužel se Jirkovi začátkem tohoto roku zhoršoval zdravotní stav, ale přesto se nevzdával a bojoval. V létě si vychutnával pobyt na zahradě, procházky k řece a zaujatě pozoroval ptáky a poslouchal jejich zpěv.

Pomalu přicházel podzim, listí tiše opadávalo ze stromů a stejně tak tiše a v pokoji nás Jirka opustil. Děkujeme rodině Jiříka, že nám umožnili, abychom se zúčastnili posledního rozloučení. Přestože byl velmi těžce postižený, verbálně nekomunikoval a byl imobilní, zanechal nám zde na sebe spoustu krásných vzpomínek.

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



Pracovní výročí

Říjen – prosinec 2024

V posledním čtvrtletí letošního roku oslavilo významná pracovní jubilea celkem šest našich kolegyně ze tří zařízení Čtyřlístku.

Hned v říjnu a listopadu slavily čtvrtstoletí práce pro naši organizaci tři pečovatelky, z toho dvě z Domova Barevný svět: vedoucí Domku Lhotka, paní **JITKA ŠEF-RÁNKOVÁ**, která má za sebou nejen bohaté zkušenosti z každodenní práce s klienty, ale i jako muzikantka a spolupracovnice členů naší hudební skupiny Rytmus, se zkušenostmi v oblasti muzikoterapie, která se navíc ve volném čase aktivně věnuje odborové činnosti jako předsedkyně odborové organizace Čtyřlístku a v Domku Výškovice to byla paní **MONIKA OŠTÁDALOVÁ**. V Centru pracovní činnosti slavila toto pracovní výročí paní **DAGMAR KOVAŘČIKOVÁ** a neuvěřitelných třicet



let práce pro naši organizaci paní **LADA PĚK-NICOVÁ**, stejně jako v Chráněném bydlení Letní paní **PETRA OBRUSNÍKOVÁ**. Důvod k oslavě pracovního jubilea měla v listopadu i paní **JANA MEJSTŘÍKOVÁ** z Domova Barevný svět – Domku Petřkovice, která o naše klienty pečuje již od roku 2004. Všem uvedeným dámám patří za jejich nevšední obětavost a věrnost ve prospěch klientů velké poděkování.

Vítáme mezi námi!

V období od října do prosince letošního roku jsme v řadách nových zaměstnanců naší organizace přivítali čtyři nové pečovatelky, a to v Domově Barevný svět – Domku Výškovice paní **VERONIKU HAROKOVOU** a paní **GABRIELU HOLMANOVOU**, v Domově Jandova – Domku Syllabova paní **LENKU HNILKOVOU** a v Domově na Liščině – Domku Uhrova paní **RENATU JAVORSKOU**. Do pracovního poměru

ve stravovacím provozu Hladnovská nastoupila jako nová kuchařka paní **MARTA HOMOLOVÁ** a v prádelně Domova Barevný svět v říjnu přivítali také novou prادلenu – paní **VĚRU ŠTĚPÁNKOVOU**. Všem našim novým kolegyním přejeme hodně úspěchů a spokojenosti nejen na pracovišti, ale i v kolektivu jejich spolupracovníků.

Redakce

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.: 555 132 201, 555 132 205, e-mail: sekretariat@ctyrlistekostrava.cz, rywikova.bohdana@ctyrlistekostrava.cz. **Vydání** číslo 4/2024, **ročník** XVII. Neprodejné. **Zodpovědný redaktor:** Mgr. Bohdana Rywíková. **Redakční rada:** PhDr. Svatopluk Aniol, Mgr. Bohdana Rywíková, Mgr. Šárka Změlíková, Bc. et Bc. Lukáš Krupala, Mgr. Vladimíra Kaločová, Iva Hyklová. Příští číslo vyjde v březnu 2025. **Časopis Zrcadlo v tištěné podobě nelze šířit mimo jednotlivá zařízení vydavatel**

