



ZRCADLO

**Čtvrtletník Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením
Ostrava, příspěvkové organizace, ročník I., číslo 2., červen 2008**

KDO VÝŠ, KDO DÁL, KDO LÉPE...

Úvodní titulek zavání sice poněkud sportovní terminologií, ale všichni, kteří ve Čtyřlístku pracujeme, víme, že pro naše klienty platí většinou i v jejich každodennosti. Vždyť pro mnohé z nich je výkonem třeba i to, že zvládnou ujít alespoň pár samostatných krůčků, že dokáží udržet tužku v ruce a namalovat obrázek, napsat pár slov na nepopsanou čtvrtku papíru anebo třeba jen zavázat tkaničku bot... Každý ten maličký krok, každý všední úkon znamená pro většinu z nich jedno velké vítězství nad sebou samým, nad svým handicapem.



Proto vzbuzuje obdiv a nadšení i všechno to, co klienti v našich jednotlivých zařízeních zvládají ještě jaksí „navíc“, ve volném čase, v rámci svých nejrůznějších aktivit. Jaro bývá u nás ve Čtyřlístku obzvlášť bohaté na události. K těm pravidelným letos přibýly ještě některé další, jež nás přivedly na neobvyklá místa a do jiných prostor – do výstavních sál, na divadelní jeviště nebo na náměstí, jak o tom píšeme na dalších stránkách našeho časopisu.

Na titulní stranu jsme tentokrát vybrali snímek z letošní Třebovické olympiády v přizpůsobených sportech, která se přes zprvu velmi nejisté počasí opět vydala. Sportovní, kulturní a další události, jimiž centrum Čtyřlístek překračuje hranice jedné organizace, přinášejí našim klientům radost z nových poznání a setkání, přispívají k lepší komunikaci, k pocitu sounáležitosti s prostředním nebo kolektivem. Také to se snažíme zachytit v obsahu druhého čísla časopisu Zrcadlo.

A tak i když víme, že v jednotlivých zařízeních je vedle každodenních povinností i spousta jiné práce, spojené se zaváděním standardů kvality, vytvářením nových metodických postupů atd. atd., přivítali bychom více příspěvků do našeho časopisu s Vašimi vlastními pocity, zážitky a zkušenostmi, s nimiž se setkáváte v každodenní praxi a o něž byste se rádi podělili se svými kolegy z jiných zařízení. Časopis Zrcadlo by měl být (a chce být) prostředkem vzájemné komunikace, nabízet možnost výměny zkušeností a samozřejmě INSPIRACI pro nás pro všechny. Takže pište, fotografujte, „mejlujte“! Těšíme se na Vaše zprávy!

Redakce

Den otevřených dveří

Každoročně se otvírají pomyslné „brány“ všech našich zařízení každému, kdo má zájem nahlédnout do života Čtyřlístku a jeho klientů. Letos jsme uspořádali tradiční Den otevřených dveří ve středu 21. května. Možná to byl zásah „shůry“ (Pankrác, Servác, Bonifác?) proč právě v tento májový den si podávaly ruce Zima s Nepohodou, a tak cílené pozvánky a zprávy v médiích tentokrát přilákaly k návštěvě mnohem méně hostů než obvykle. Přesto se mezi nás přišlo podívat vedle rodičů a přátel klientů také více než šest desítek hostů z řad studentů, členů občanských sdružení Želvička, pracovníků Fontány Paskov, školní mládeže a dalších hostů. Všichni si odnášeli příjemný pocit z přátelské atmosféry, která je provázela na každém kroku, a nepochybně i nové poznatky.

Události



Na Jiráskově náměstí byla pro návštěvníky Dne sociálních služeb pod heslem „Lidé lidem“ připravena řada příjemných překvapení... Spolu s našimi klienty a jejich doprovody se přišla podívat na program dne i ředitelka organizace, paní ing. Tamara Šeligová (na snímku uprostřed).

Lidé lidem...

Také naše organizace se aktivně zapojila do letošního Dne sociálních služeb, který se uskutečnil 30. května na Jiráskově náměstí v Ostravě jako přehlídka sociálních služeb a souvisejících aktivit pod heslem „Lidé lidem“. Ostravské veřejnosti se zde představila řada organizací, věnujících se sociálním službám, které chtěly netradiční formou přiblížit život lidí s handicapem. Spolu s našimi klienty jsme se přišli podívat na bohatý celodenní program, k němuž jsme přispěli veselou pohádkou O Sněhurce v nastudování klientů Domova Barevný svět a hudebně-tanečním vystoupením klientů z Domova na Liščině. Ti, kteří nemohli v programu sami vystupovat, přišli svým přátelům alespoň zatleskat jako diváci. Líbily se i zábavné nápady zdravotních klaunů, kteří předvedli neuvěřitelná kouzla s obyčejnými nafukovacími balóny, stejně jako četná hudební vystoupení a další překvapení tohoto dne. Nejen náš obdiv sklídila také pestrá paleta nejrůznějších rukodělných výrobků ve stáncích, mezi nimiž nechyběl ani ten náš, z Centra pracovní činnosti, jehož klienti na náměstí prezentovali rovněž své umění tkaní na tkalcovském stavu a pletní proutěných košíků.

Fotografie: **Bohdana Rywíková** a **Dagmar Drobíková**



Živý zájem diváků sklídilo veselé pohádkové představení O Sněhurce, v nastudování klientů Domova Barevný svět, ale i taneční vystoupení klientů z Domova na Liščině (na snímku vpravo).

NEUVĚŘITELNÉ SETKÁNÍ

Paní Anička Sznapková z Domova na Liščině žije již od svých tří let v ústavních zařízeních. Vždy věděla, že má maminku, ale nikdy se s ní neseetkala, protože všechny kontakty byly přerušeny již v útlém dětství. Až jednou... Přicházel čas Vánoc, čas nadějí a splněných přání. A s ním přišlo také pozvání na tradiční diskotéku s rádiem Kiss Morava, kterou každoročně pořádáme v Kulturním domě Akord v Ostravě – Zábřehu.

Stejně jako jindy, i tentokrát se zde sešli klienti nejrůznějších domovů a center sociálních služeb z celého regionu, aby se při společném programu dobře pobavili. Součástí zábavy byly různé soutěžní hry, tanec a v neposlední řadě i možnost prezentace pěveckých a recitačních schopností. Přihlásila se také Anička, která se nejprve všem účastníkům představila celým jménem. V průběhu večera pak za Aničkou přišla malá, prošeďivělá paní a se slzami v očích jí řekla, že v ní poznala svou dceru, kterou čtyřicet let neviděla.

Maminka Aničky Sznapkové, paní Eliška, žije v Zámku Nová Horka, o. p. s., pro mentálně postižené ženy. I když mezi Domovem na Liščině a Novou Horkou u Studénky je určitá vzdálenost, rozhodně to nebyla tak velká překážka k tomu, aby se hned v lednu nemohla vydat paní Eliška v doprovodu pracovnice sociální péče za svou dcerou. Konečně si mohly po tolika letech vyprávět o své životní pouti, vyměnit si drobné dárky a užít si vzájemně přítomnosti.

Od té doby panuje mezi oběma ženami čilá korespondence a občas si zatelefonují. Také Anička měla možnost navštívit svou maminku v jejím bydlišti, odkud si



kromě setkání odnesla i hezké zážitky z právě probíhající pouti. A pak, že zázraky se nedějí...

ZDENA SKLENÁŘOVÁ
Domov na Liščině



Anička Sznapková se svou znovunalezenou maminkou na návštěvě na Zámku v Nové Horce.

Foto: autorka

HRAJTE BUBNY, HRAJTE PÍŠTALY... aneb JAK JSME ZPÍVALI V OPEŘE KOLOTOČ



Záběr z úvodní části Trojanovy opery Kolotoč.

V únoru roku 1960 měla v Ostravě svou českou jevištní premiéru opera Václava Trojana „Kolotoč“, kterou tento hudební skladatel a rozhlasový režisér věnoval především dětem. Podle slov hudební publicistky Evy Hostomské, skladatel v ní vyřešil problém, jak udržet zájem dětí po celou zpěvohru. Děj popisuje dobrodružství, která prožívají ve svém snu na kolotoči čtyři děti, jež usnuly na autíčku, v aeroplánu, na koničkovi a na kachničce...

A co s tím vším máme společného my? Po čtyřiceti osmi letech se k tomuto opernímu titulu letos vrátilo Národní divadlo moravskoslezské a nastudovalo operu Kolotoč jako součást stejnojmenného kulturně-společenského projektu KOLOTOČ 2008, do něhož zapojuje různé věkové i sociální skupiny. Již na sklonku loňského roku se k tomuto projektu připojili i naši klienti, z jejichž výtvarných návrhů pak vzešel plakát a logo projektu KOLOTOČ 2008 (viz Zrcadlo č. 1/2008). Ale to ještě zdaleka nebylo vše, čím jsme mohli přispět. Ředitel Národního divadla moravskoslezského, Mgr. Luděk Golat, nás oslovil nabídkou, zda bychom se nechtěli s našimi klienty zapojit do operní inscenace Kolotoč, neboť i sám skladatel Václav Trojan s dětskými diváky ve své koncepci přímo počítal. Zapojil do děje dětský sbor, rozdělený na tři skupiny: jedna zpívá v hledišti a dvě po stranách jeviště. Úkolem sboru je podchytit a oživit zájem o hudbu tam, kde děti jsou „chyceny“ dějem. Byla to samozřejmě dosti odvážná výzva pro všechny, ale někteří se jí nezalekli. Noty byly rozdány a našla se skupinka „odvážlivců“ mezi klienty Domova Barevný svět – Hanka Kopečná, Adélka Sadílková, Libuška Plaskurová, Dáša Ďurišová, Kamilka Luzarová, Karla Foltová, Eliška Vedralová, Patricie (Babetka) Balážová a Petr Laník, kteří od konce března začali zkoušet sborový part z pátého obrazu druhého dějství Trojanovy opery pod zkušeným vedením paní Bc. Dagmar Drobíkové.

„Hrajte bubny, hrajte píšťaly, lalala, lalala. Nový div nám boží poslali... Přišla k nám i přes moře a čas... Hvězda hvězd se snesla mezi nás...“ Některým ta slova možná po čase zněla i ve snech, ale nakonec se všichni těšili, jaká bude „ta jejich“ velká divadelní premiéra v Divadle Antonína Dvořáka. „Zpočátku se všichni dost báli, protože Trojanova hudba je poměrně náročná a melodie sborového úryvku z pátého obrazu velmi vysoko,“ vzpomíná dnes na krušné začátky cesty na „prkna, která



znamenají svět“ paní Dagmar Drobíková. „Proto bylo třeba v první řadě posilovat sebevědomí našich klientů hlavně tím, že budou účinkovat ve velkém divadle a mezi profesionálními umělci a ujišťovat je, že zpívání spolu s operním sborem jim určitě půjde.“ Postupně se všichni začali osmělovat a víc si věřit. Hlasově na tom byla nejlépe Eliška Vedralová, ale svůj ostych brzy překonala i Kamilka Luzarová a nebál se ani jediný muž v této skupině – Petr Laník. „Nejtěžší bylo zvládnutí melodie, která není stejná u jednotlivých obrazů a samozřejmě nástupy s orchestrem. Dvakrát jsme zkoušeli přímo v divadle – jedna zkouška byla dílčí, pak přišla veřejná generálka, které se ale nemohli zúčastnit všichni, protože měli svoje pracovní povinnosti.“



Velký Den „D“ nastal v úterý 13. května. Pro některé, jako třeba pro Dagmar Ďurišovou, představovala návštěva divadla a společné vystoupení ve večerním představení opery Kolotoč silný emotivní zážitek. Pro Dášu nejen proto, že zpívala přímo se sborem, ale navíc se v prostorách divadelního foyer setkala se svými výtvarnými pracemi, které zde byly v rámci projektu vystaveny spolu s dalšími kresbami našich klientů. A bylo příjemné zjistit, jak velký zájem budí obrázky mezi běžnými návštěvníky divadla, na něž zde před představením opery čekalo ještě jedno překvapení: společné vystoupení klientů Domova na Liščině – ukázka muzikoterapie, v rámci workshopu projektu KOLOTOČ 2008.

Všem se nakonec tento divadelní zážitek moc líbil a přinesl i pozoruhodnou životní zkušenost: našim klientům posílil

sebedůvěru, jejich společenské kompetence, a pro návštěvníky divadla byly velkým překvapením mnohostranné schopnosti a aktivity lidí se zdravotním handicapem, kteří obvykle mnoho příležitostí k veřejné prezentaci nemívají... I v tom lze spatřovat jeden z velkých přínosů divadelního projektu KOLOTOČ 2008.

BOHDANA RYWIKOVÁ

Fotografie: Josef Hradil a autorka



Na snímku nahoře se skupinka našich klientek vedená paní Bc. Dagmar Drobíkovou připravuje v hledišti Divadla Antonína Dvořáka na svůj výstup (v popředí Dagmar Ďurišová). Dole: zleva Patricie Balážová a Petr Laník se svými doprovody v pozadí – (zprava) paní Martinou Kempnou a panem Jiřím Petříkem

TUR Ostrava 2008:

Na prknech, která znamenají svět



Tak jako v předešlých letech i v tomto roce se naše organizace aktivně zapojila do programu Mezinárodního festivalu filmů o trvale udržitelném rozvoji – TUR OSTRAVA 2008, a to nejen výstavou výtvarných prací našich klientů, která byla k vidění ve vstupní hale Domu kultury města Ostravy ve dnech od 21. do 24. dubna, ale také vlastním podílem na dopoledním programu pro studenty ostravských středních škol v divadelním sále v rámci programu „Člověk mezi lidmi“. Hudební pásmo „Holky a kluci z naší školky“, jež s paní Jarmilou Navrátilovou nastudovali naši nejmenší klienti z Domova Beruška, pomohlo navodit tu správnou atmosféru mezi

některými neklidnými diváky v hledišti, kteří se pak skvěle bavili při neotřelé, humorné a zároveň poučné pohádce O Sněhurce, v níž trpaslíci nekutají zlato, ale sbírají v lese odpadky po neukázněných turistech, zlá královna kouří jako fabrika a hodná Sněhurka je upoutaná na invalidním vozíku, v nastudování klientů Domova Barevný svět a pod režijním vedením paní Aleny Pastrňákové. Nadšenému hledišti nakonec ještě „rozproudily“ krev indiánské rytmy muzikoterapie klientů Domova na Liščině a jejich temperamentní „dirigentky“, paní Libuše Gajdové. (rw)

Aktuality, zajímavosti

ORBIS PICTUS

„Nesahej na to! Nedotýkejte se!...“ Takové příkazy rozhodně neměly šanci slyšet děti Domova Beruška, které navštěvují tzv. autistickou třídu při ZŠ Kpt. Vajdy 1a, když se koncem března spolu s „dospěláckým“ doprovodem přišly podívat na vynikající výstavu Orbis pictus v prostorách ostravského památkového Dolu Michal. I když název putovní výstavy byl poněkud zavádějící („orbis pictus“ znamená v latině „svět namalovaný, nakreslený“, volně přeloženo „svět v obrazech“), nic to neubralo na přitažlivosti celé akce.

Malebné prostory šaten bývalé Jámy Michal (dnes Průmyslového muzea v Ostravě - Michálkovicích) se na několik dnů staly domovem exponátů, které už na první pohled zaujaly svou mohutností i vtipem. Ač vyrobeny převážně ze surových a nezníčitelných materiálů, vystavené předměty přímo vybízely k tomu, aby se jich člověk dotýkal, manipuloval s nimi, vnímal je sluchem (bouchání paličkami do kovu) či zrakem (zrcadla, různé vizuální efekty).

Konečně něco pro ty z nás, kteří vidí i to, co je ostatním utajeno, totiž kouzelnou moc „obyčejných“ věcí a jejich neobyčejných vlastností. Dodejme jen, že děti se od vystavených předmětů nemohly odtrhnout a oněch pětáctičet minut pobytu v muzeu rozhodně nebylo zbytečných.



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



„I malá tlapka může zanechat velikou stopu...“

Sídliště, panelové domy, malé i větší obchůdky, rozbité chodníky, škola a školní hřiště, starší budova bývalého kulturního domu se vstupem do knihovny... Na první pohled nic zvláštního. Zastavme se alespoň na chvíli v Ostravě – Výškovicích.



Již před několika lety byla navázána spolupráce Centra pracovní výchovy s výškovicickou pobočkou Knihovny města Ostravy, kde naše děti pracují v tvůrčí dílně. V tomto roce jsme se například učili, jak se dělají obaly na knihy ubrouskovou technikou, jak si lze udělat radost krabičkou na šperky, zvládnout techniku drátkování, udělat ošatku nebo malovat na kameny. V červnu nás zase čekala výroba desek na herbář...

Ve zdejší knihovně jsme našli vřelé přijetí: trpělivé a s úsměvem podané postupy práce, navazujeme zde nová přátelství s místními dětmi a vzájemně si předáváme nápady i zkušenosti. Prostě hezky prožité odpoledne.

Pravidelně vyrážíme každý měsíc po obědě do těchto míst, pokaždé jinou cestou, abychom poznávali okolí. Vždy nalézáme něco nového. Nádherná byla jarní procházka Bělským lesem, kde jsme pozorovali přírodu probouzející se ze zimního spánku, určovali

jsme stromy, rozkvetlé květy, poznávali ptáky, které běžně na sídlišti nevidáme, jako třeba sojku, straku nebo zvonka, spatřili jsme kosa, jenž zápasil s tučnou žížalou a nad hlavou nám kroužil dravec, budící respekt... Upravené cestičky lesem nabízely klid a odpočinek starším lidem, maminkám s dětmi, ale také nám. Po krásné procházce přírodou jsme odpočívali na lavičkách a nechali se vyhřívat jarním sluníčkem.

Ale pozor, už je čas, musíme do knihovny! Přece je nenecháme čekat. Po milém přivítání sedáme na svá místa u kulatého stolu, kde je již připraven materiál: barvy, štětce, kameny a knihy s předlohou. Dnes budeme malovat na kameny. Mladičká slečna nemá na starosti jen nás, ale i družinu ze sousedící školy iaděti ze zdejšího sídliště. Zájem je veliký. Znovu se naučíme něco nového. Čas přitom rychle utíká.

Pod rukama však vznikají opravdové „skvosty“, které přinášejí radost a obdiv rodičů, často i nás samých. Slečna knihovnice nešetří chválou. Vyfotografuje naše výrobky, uklidíme, rozloučíme se a zapíšeme termín nové schůzky. Po dobře vykonané práci odcházíme do blízké cukrárny, neboť sladkou odměnu si určitě zasloužíme.

Rodiče odpoledne přicházejí pro děti s úsměvem i s napětím, čím jejich ratolesti obohatí domácí poličky, jaká krása přibude. Opět jeden krásně prožitý den. Stačí pozorovat, co nám nabízí příroda a velmi důležité je potkat laskavého člověka.

Pokusme se i my usmívat na své okolí, třeba i na ty, kteří nám nejsou zrovna moc sympatičtí. Možná se nám svět začne více líbit. Jednou jsem četla: „I malá tlapka může zanechat velikou stopu...“



Text a foto: **EVA PALKOVÁ a JARMILA KONVIČKOVÁ**
Centrum pracovní výchovy



O RADOSTI Z RYBOLOVU U RYBNÍKA LAŠA

Ne náhodou má městský obvod Třebovice ve svém znaku červenou kapří hlavu a stříbrné křídlo. Třebovice měly už v 16. století tvrz a statek, k němuž náležely tři rybníky: Bezděk, Polní a Lesní, a k tomu ještě pivovar a mlýn. Obyvatelé městečka se živili až do poloviny 19. století pouze zemědělstvím. K tomu navíc pečovali o zdejší rybníkářství a chov ovcí. Do 21. století „přežil“ už jen rybník, který se dnes jmenuje Laša. Jeho hladina se třpytí doslova na dohled od Stacionáře Třebovice. Bylo tedy jenom otázkou času, kdy se bohaté sportovní zájmy klientů tohoto našeho zařízení rozšíří i na dosud nevyužitou oblast rybolovu...

Začátkem loňského roku oslovil Rybářský spolek v Třebovicích pracovníky Stacionáře Třebovice, zda by měli zájem využívat pro své klienty zdejší rybník Laša. Samozřejmě, že takovou nabídku nebylo možné odmítnout! A tak brzy došlo na speciální atlasy o poznávání ryb, které spolek našim klientům věnoval, aby jim pomohl orientovat se v pestrém světě sladkovodních ryb. Později se mohli postupně seznamovat i s nejrůznějšími rybářskými technikami a pomůckami k lovu ryb na DVD. Když byla zvládnuta teorie, přišla na řadu praxe: členové spolku klientům pomáhali vlastnoručně si vyzkoušet techniky navazování vlasců, háčků nebo kladení návnad. Ukázalo se přitom, jak je to vedle poznávání něčeho nového výborná ergoterapie s procvičováním jemné motoriky. Teprve potom si mohli zájemci prakticky ověřit získané dovednosti přímo u rybníka Laša pod odborným vedením členů spolku, od něhož ještě dostali darem navijáky, pruty a podběráky. Konečně bylo možné, při dodržení všech pravidel, zahájit vlastní rybolov.

Každý rybář ví, jaký je to nepopsatelný zážitek, když ucítí, že ryba zabrala na návnadu, jaké to je vytáhnout z vody svůj první úlovek. Stejnou radost nyní prožívají při rybolovu i naši klienti u rybníka Laša. Ten jim však nabízí ještě mnohem víc. Celý areál rybníka mohou využívat díky pochopení rybářského spolku pro nejrůznější vlastní sportovní aktivity – projížďky na gumových člunech, hry na „Piráty z Karibiku“ nebo na „hledání pokladu“ a samozřejmě také ke společnému opékání párků a nalovených ryb na břehu rybníka.

Počátkem letošního roku se pracovníci Stacionáře Třebovice s třebovickými rybáři dohodli na společném



„Zahájení sezony“ a v březnu jim spolu s klienty pomáhali vyčistit prostor kolem rybníka, aby byl jeho areál opět připravený pro letošní rybářskou sezonu a samozřejmě všechny další akce. Už v dubnu se tady uskutečnil Den Země, kdy se klienti u rybníka Laša seznamovali s praktickým obsahem takových pojmů, jako jsou „ekologie“ nebo „třídění odpadu“, aby pak mohli sami rozhodovat, co do přírody rozhodně nepatří.

Jak se svorně shodují vedoucí sociálně výchovného oddělení Stacionáře Třebovice, Mgr. Hana Zábranová a její kolega, vychovatel Mgr. Viktor

Pinkas, který klienty k rybníku také často doprovází, „...Význam této spolupráce je pro klienty jednak výchovný, neboť mohou získávat nové a prohlubovat již nabyté znalosti a zkušenosti o přírodě, společensky prospěšný, protože se mohou aktivně zapojovat do ochrany přírody, a v neposlední řadě také relaxační a terapeutický.“

No vida. Naši předkové rozhodně věděli, co dělají, když rybníkářství přikládali takovou důležitost. A to ještě nemohli tušit, kolik radosti i poučení mohou rybníky přinášet vzdáleným generacím...

(rw)

Fotografie: autorka

Na snímcích: Klienti Stacionáře Třebovice spolu s vychovatelem, panem Mgr. Viktorem Pinkasem, při rybolovu na břehu rybníka Laša.

(Nejen) Pod cirkusovým šapitó

V řečtině „kirkos“, latinsky „circus“, v němčině „Zirkus“, česky „cirkus“... Není snad nikoho, kdo by nezažil onu neopakovatelnou atmosféru pod cirkusovým stanem, šapitó. Poznaly ji i naše děti, když se 6. května spolu s „tetami“ vypravily na představení cirkusu Andres. Program byl bohatý a děti si jej opravdu užily. S obrovským nadšením sledovaly cvičené pejsky, koně a poníky, zaujala je i cizokrajná lama, ani nedutaly při vystoupení artistky na kole a zcela si je získali i dva klauni.

Už před návštěvou cirkusu se děti náležitě „rozparádily“ dováděním na dětském hřišti. Krásné počasí přímo vybízelo k tomu, aby si vyzkoušely nejrůznější houpačky, skluzavky a průlezky. Velkým zážitkem bylo i samostatné nakupování v prodejně potravin či okukování zboží v obchodním domě s nábytkem. Dovršením jejich spokojenosti byla jízda zpět – vždyť projet se tramvají může být i jedinečným zážitkem, na který se bude ještě dlouho vzpomínat!

MARTIN POBOŘIL
Domov Beruška

Osobnosti Čtyřlístku

Otevřený svět divadla podle Aleny Pastrňákové

Patrně nejsem sama, pro koho je každé setkání s některou z malých divadelních „inscenací“ v režii paní Aleny Pastrňákové, pracovnice sociální péče Domova Barevný svět, skutečným zážitkem. Její divadlo je na hony vzdálené školním představením, jak si je pamatujeme z dětství. Jsou to drobné šperky plné fantazie, humoru i moudrosti. O to cennější, že v nich dostávají vlastní prostor i samotní aktéři těchto her – klienti, kteří v nich účinkují. Již několikrát doslova zazářili na přehlídkách dětské divadelní tvorby Arénka v ostravské Komorní scéně Aréna nebo v celostátní soutěžní přehlídce Dětská scéna, v níž se v roce 2005 probíjeli s inscenací „Malí princové“ až do celostátního finále v Turnově a několikrát zvítězili v krajském kole této přehlídky. Odborná divadelní kritika nešetřila chválou: „...Byli fakt nejlepší a nejpctivější v práci s dětmi, ale bylo to i DIVADLO!“

Paní Pastrňáková pracuje ve Čtyřlístku od roku 1994. Celoživotně se věnovala vychovatelství, a když mohla odejít na zasloužený odpočinek, nechtělo se jí. Práci se svými klienty bere jako poslání a v každém z nich dokáže najít jedinečnou osobnost i netušené schopnosti. Mnohé z nich se projeví právě díky divadelním představením, která paní Pastrňáková často doslova „šije na míru“ děvčatům a chlapcům, dětem i dospělým z Domova Barevný svět, z nichž většinu důvěrně zná.

■ Co vás přivedlo k divadelní práci s klienty?

Vždycky mě bavilo pracovat s dětmi. Už na základních školách v Antošovicích a v Koblově jsem vedla dramatický kroužek. Nacvičovali jsme nejrůznější pohádky, s nimiž jsme pak objížděli okolní obce. Zaujala mne kreativita, tvůrčí možnosti této práce, kterou lze využívat právě při výchovné činnosti. Pracovala jsem nejdříve jako vychovatelka ve školní družině a už tam jsem „laškovala“ s divadlem a nejrůznějšími divadelními pásmy. Když jsem nastoupila sem, mohla jsem díky divadelním přehlídkám Arénka jen „naskočit“ a pokračovat dál v tom, co mě bavilo.

■ Na přehlídkách Arénky patří vaše divadelní představení vždy k nejlepším a nejvíce očekávaným. Bylo tomu tak vždycky?

Na prvním ročníku Arénky v roce 1996, jehož jsme se zúčastnili, se našli kritici, kteří nevěděli nic o práci s lidmi s mentálním postižením a ti mne tehdy obvinili, že z nich dělám „cvičené opice“. Hrozně mne to tenkrát rozzlobilo a chtěla jsem dokázat, že tomu tak není, že i děti s mentální handicapem vkládají do svých divadelních postav vlastní pocity a prožitky, že i ony se dokáží vcítit do role. Mají také své prožitky, tak proč by nemohly hrát divadlo? A tak jsem se přihlásila do kurzu herecké a dramatické výchovy na Pedagogické fakultě v Ostravě, kde jsem se díky nejrůznějším praktickým cvičením naučila i to, co jsem dosud neuměla. Od té doby si znalosti v tomto oboru doplňuji celý život. Stále se objevují nové věci v oblasti tvořivé dramatiky, jako je třeba hraní si na déšť, které jsou výbornou motivací k práci s klienty a baví je.





■ **Vaše divadelní hry jsou vždy postaveny na známých příbězích a přece jsou pokaždé trochu jiné, překvapivé. Kde hledáte inspiraci?**

K práci ve Čtyřlístku se mi prostě naskytla příležitost a já jsem se jí chopila. Ale už dřív, kdykoliv jsem na ulici potkala nějakého člověka s mentálním handicapem, vždy jsem v těch lidech viděla ty „malé prince“, kteří mají něco v sobě, tu svou ovečku nebo svého konika. Malí princové mě pronásledovali tak dlouho, až jsem k této inscenaci „dozrála“ pro Arénku v roce 2004. Základem každé mé divadelní hry je literatura, zbytek si domýšlím po nocích a nebo vyplyne z nejrůznějších situací. Sešlo se nás tady několik „velkých žen“ a mě napadlo, že by to byli krásní trpaslíci.

Tak se zrodila Sněhurka... Vyplynula i z toho, že lidé, s nimiž pracuji, mají mnohdy úžasný smysl pro humor. Bez jejich přínosu by to vůbec nešlo. Každá humorná situace nebo vtip, či smích, to je odměna úplně za všechno, doslova mě startuje do života.

■ **Máte nějaký svůj „klíč“, přístup, podle něhož si do svých divadelních inscenací vybíráte jednotlivé aktéry?**

Nejdřív jsem si vybírala pokaždé jiné klienty. Postupem času vzniklo jakési stálé „jádro“ souboru, k němuž přibíráme další. V poslední době jeví velký zájem o divadlo děvčata z internátního bydlení, a tak přemýšlím, co dělat, aby je to bavilo a zároveň nezesměšnilo... Ráda bych do divadla zapojila klienty s nejrůznějšími diagnózami a co nejvíc věkových skupin. Proto chystám představení s většími uživateli, které by mělo být trochu vážnější než ta předešlá. Takže v současné době v sobě nosím „princezny a draky“. Postupně ve mně dozrál „Taneček přes dvě pekla“ a ten drak tam určitě bude taky...

■ **Jak dlouho trvá, než se zrodí takové představení, jako je třeba pohádka O Sněhurce?**

Jednu, dvě zkoušky a pak se během jednotlivých vystoupení přidávají další a další věci, jež vznikají samovolně, vyplývají z děje a nebo ze situace. Základ mám napsaný, ale postupně se k němu připojují další scénky a nápady.

■ **A co znamená divadelní práce pro klienty samotné? Jak dalece jsou pro ně „prkna, která znamenají svět“ motivující?**

Třeba naše Babetka (Patricie Balážová – pozn. red.), ta by pořád hrála a hrála. Lenka Bihariová nabyla nečekané sebevědomí právě tím, že začala hrát. A kluci? Tady zlobí a tam (v divadle) s nimi není žádný problém. Na jevišti vědí, že mají oporu, nic jim nehrozí, a proto nemají žádný stres. Také Petr Laník má za sebou první divadelní zkušenost, která mu otevřela úplně jiný svět. Tím, že je upoutaný na vozík má samozřejmě v mnoha směrech omezené možnosti a divadlo ho najednou osvobodilo. Chtělo by to, aby klientů bylo víc, brát je třeba k nám do tělocvičny a dělat s nimi více dramatických cvičení...

■ **Vidíte ve své blízkosti někoho, kdo by mohl ve vaší práci pokračovat?**

Dříve jsem tady měla víc kolegyň, které pracovaly se mnou, a dalo se dělat víc. Stále věřím, že se zase nějaký nadšenec mezi mými kolegy najde.



Za rozhovor poděkovala **BOHDANA RYWIKOVÁ**
Fotografie autorka a František Řezníček

Snímek na předcházející straně připomíná nezapomenutelnou inscenaci „Malí princové“, fotografie nahoře zachycují paní Alenu Pastrňákovou, která své divadelní inscenace nejen režuruje, ale také se do nich sama herecky aktivně zapojuje.



Medailonek Renáty Dudkové

„Také já bych ráda napsala“, ozvalo se v mé pracovně z úst Renáty Dudkové, po seznámení s textem Ondry Vobeckého v prvním čísle časopisu Zrcadlo. A tak jsme si začaly povídat o formě a hlavně délce textu, který budeme psát.

Renátka je nevidomá, a přesto si zachovala dovednost psát i počítat. Velmi zdatně komunikuje, dovede popsat situace a přiměřeně se při jejich řešení orientovat. Byla mi dána důvěra, abych text přepsala pro Vás, čtenáře.

A zde je výsledek naší společné práce:

„Jmenuji se Renáta Dudková. Je mi 32 let. Bydlím v Domově Barevný svět od 15 let. V 18 letech mi odstranili nádor a já jsem přišla o zrak. A tak jsem se učila žít jako nevidomá. Hodně mi v tom pomohla Věrka Řezníčková, Eva Gaálová a spousta dalších hodných lidí. Naučila jsem se pracovat hlavně hmatem a sluchem, snažila jsem se být samostatná. Ráda pracuji s keramickou hlinou, dovedu vyšívát, uvařím si kávu, umyji nádobí, poskládám prádlo, uložím ho, převleču si sama postel. Ráda poslouchám Abbu, Beatles, ale také televizi. Starám se o své květiny v pokoji. A protože si spoustu věcí pamatuji ještě ze školy, tak je opakuji u Dáši Drobíkové. Jsem ráda, že se mohu podělit o své zážitky s vámi všemi, kteří čtete náš časopis Zrcadlo.“

A kdo Renátku poznal u „Hrátek s čísly“, které jsem pořádala ve spolupráci s kolegyní Sylvou Věnkovou 2. května 2008 v Domově Barevný svět také pro skupinu osmi uživatelů z Domova Na Liščině, vzpomene si, že prokázala, co všechno umí také z matematiky. Přeji nám všem ještě mnoho hezkých zážitků.

DAGMAR DROBÍKOVÁ
Domov Barevný svět



Fragment rukopisu Renátky Dudkové, který napsala exkluzivně pro náš časopis. Podobně jako jiné, i tento text vznikl v rámci individuálních činností v pracovně vychovatelky, jež si při své práci klade za cíl udržovat v co nejvyšší možné míře stávající školní znalosti a dovednosti klientů. Renátka velmi dobře reaguje na různorodé podněty i při práci s počítačem. Slovně určí název předmětu, jehož zvuk slyší, např. při „zvukovém pexesu“. Musí přitom hodně přemýšlet. Velmi dobře se jí také daří přiřazovat různé zvuky a má zájem stále se seznamovat s něčím novým. V rámci poznávání nových forem práce je toto seznamování se s počítačovou technikou pro klienty velmi zajímavé a přitažlivé.

Veni, vidi...

Pod ustroňským nebem: Nie jesteś inny

Již potřetí v historii vzájemné přeshraniční spolupráce centra Čtyřlístek a Powiatowego Domu Pomocy Społecznej v Pogórze v Polsku jsme se zúčastnili „Dnia Godności“ věnovaného lidem s postižením, který se uskutečnil v pátek 8. května opět v krásném areálu lesoparku v Ustroni, tentokrát však pod názvem „Nejsi jiný“/Nie jesteś inny/. Klienti z Domova Barevný svět a Domova na Liščině se zde opět připojili ke klientům domovů a jiných zařízení sociálních služeb z oblasti polského Těšínska, aby spolu s nimi prožili jeden den věnovaný sportu a kreativním aktivitám v podobě turistického pochodu do okolní přírody a výtvarného workshopu v areálu lesoparku. Na rozdíl od loňského roku tentokrát počasí všem přálo, takže příjemné pocity vzbuzovala nejen procházka krásnou beskydskou krajinou, ale i malířská inspirace tvůrců, kteří pro tento den raději než turistickou obuv volili barevné pastely a neposkrvněné čtvrtky papíru... Ke slunné atmosféře nepochybně přispěl bohatý kulturní program připravený organizátory akce ve zdejším amfiteátru, jemuž předcházela průvod městem. Nadšené ovace zde vzbudilo také pohostinské vystoupení našich klientů z Domova na Liščině, kteří i v Ustroni prokázali, že jsou nejen zdatnými chodci a malíři, ale také dobrými muzikanty s rytmem v těle...



(rw)
Fotografie: **ZDENA BŘUSKOVA**



„Muzikoterapie“ klientů Domova na Liščině, která patřila k vrcholům programu Dne postižených, vzbudila zasloužené ovace publika v zaplněném amfiteátru lesoparku v Ustroni.



Za poznáním v Domově Laguna



Při cestě z dubnové vernisáže výstavy výtvarných prací našich klientů v Parlamentu ČR v Praze jsme využili této příležitosti k návštěvě jednoho z nejmodernějších domovů sociálních služeb v České republice - Domova Laguna v Psárech u Prahy, který před nedávnem prošel rozsáhlou rekonstrukcí a modernizací. Klienti domova mají dnes k dispozici dva architektonicky i dispozičně krásně řešené objekty. V jednom z nich se nachází velká tělocvična a bazén jako součást rehabilitační péče, oba objekty obklopují rozsáhlé zahradní areály, nechybí dokonce ani rybník a kousek lesa. Krásná okolní příroda dotváří příjemný rámec Domova Laguna, který svým klientům

dokáže nabídnout pocit skutečné domácké atmosféry a doslova rodinného prostředí, tím spíše, že ředitel domova, pan Ladislav Adámek, zapojil do péče o klienty téměř celou svou rodinu. Samozřejmě nás také zajímalo, jak v podmínkách nového zákona o sociálních službách pracují v Domově Laguna a jak dalece jsou zde úspěšní se zaváděním standardů kvality. Výhodou samozřejmě je, že již při rekonstrukci budov se zde pamatovalo na maximální možné soukromí a pohodlí klientů. Domov poskytuje celoroční, týdenní i denní služby více než stovce klientů s různým stupněm mentálního postižení bez omezení věku. Má vlastní školu, jak již bylo řečeno také rehabilitaci včetně bazénu, nabízí širokou škálu terapeutických služeb v obou rozsáhlých areálech s moderním ubytováním. Laguna poskytuje svým klientům i samostatné bydlení, ale také byty pro jejich rodiče, kteří se již vzhledem k věku a zdravotnímu stavu nemohou o své děti s postižením postarat sami a nechtějí se od nich odloučit. Návštěva v Psárech byla pro nás bezesporu velmi zajímavá, poučná a v mnoha směrech inspirující...

Na snímcích: *Jeden z objektů Domova Laguna, který je obklopen rozsáhlou zahradou i kusem lesa (vlevo nahoře).*

Ředitel Domova Laguna, pan Ladislav Adámek s ředitelkou organizace, ing. Tamarou Šeligovou (na snímku uprostřed) a pracovnicemi Čtyřlístku, které obdivovaly moderní a příjemné prostory domova v Psárech.



Text a foto: BOHDANA RYWIKOVÁ

VÝLET DO NEZNÁMA aneb Náš první ozdravný pobyt...

Ve dnech od 21. do 25. dubna jsme se zúčastnili ozdravného pobytu ve Frýdlantu nad Ostravicí – Pstruží. Celý týden jsme prožili společně s klienty z Domova Barevný svět, a protože se většinou známe, moc se nám tam s nimi líbilo. Počasí sice příliš neprálo, ale i tak jsme si užili dost procházek

do blízkého okolí a města. „V chatě jsme hráli různé stolní hry, užívali si pohodíčky, ale nejvíc se nám líbily společné taneční večery,“ nadšeně vzpomínají klienti Kamil Čujek a Petr Cupal z Centra pracovní činnosti. „Každý večer byl jiný, s kamarády z Domova Barevný svět jsme měli například taneční

a pěveckou soutěž Caruso show, pořádali jsme pyžamový bál a dostávali jsme sladké odměny.“



Martina Krupicu zase okouznil krásný výhled na hory, Jindru Holuba čepované pivečko. Zdena Foldyna si pochvaloval výborné jídlo, které pro nás připravovala paní kuchařka Sylva Dluhošová. A co je také důležité – Kamil se tady dal opět dohromady se svou starou láskou Hankou Kopečnou.

Bohužel, některým z nás pobyt v přírodě pokazila střevní chřipka, ale všechno dopadlo dobře: prostě ozdravný pobyt se všim všudy. „Už se moc těšíme, až pojedeme příště. Byli bychom rádi, kdyby mohli jet všichni z Centra pracovní činnosti,“ přejí si všichni zúčastnění.

Za celou partu:

**MONIKE GOMOLOVIK
a PETRIK ŠOVAJSIK**

Společná fotografie přátel z Domova Barevný svět a Centra pracovní činnosti v zahradě Ozdravného centra ve Frýdlantu nad Ostravicí - Pstruží.

PŘÍŠTÍ ROK VE STEJNOU DOBU...

Setkání našich seniorek a seniorů

Jak ten čas neuvěřitelně rychle utíká! S tímto povzdechem měříme pravidelně své pracovní dny a týdny, ale jak se zdá, stejně rychle ubíhá i našim bývalým zaměstnancům, kteří nepřestávají být aktivní a činorodí ani na zaslouženém odpočinku. Už zase uběhl jeden rok a opět jsme se mohli těšit na setkání seniorů, které pro ně pravidelně připravuje vedení naší organizace. Celkem dvaapadesát neuvěřitelně vitálních dam a pánů se 29. května sešlo, aby se společně podělili o své radosti i vzpomínky s bývalými kolegy a kolegyněmi. Součástí letošního setkání seniorů byl poznávací

výlet do arboreta v Bystrovanech u Olomouce a návštěva hanácké metropole, spojená se společným obědem. Nádherné, slunné počasí, krása rozkvetlé přírody, romantická zákoutí starobylé Olomouce – to vše nepochybně přispělo k báječné atmosféře tohoto setkání, při němž mnozí z našich bývalých kolegů vysoce oceňovali v dnešní době stále vzácnější skutečnost, a to, že na ně jejich bývalý zaměstnavatel nezapomíná. A tak už se všichni těší opět na shledanou příští rok ve stejnou dobu... (rw)



Společné foto našich seniorek a seniorů Čtyřlístku v arboretu v Bystrovanech u Olomouce.



VII. Třebovická olympiáda v přizpůsobených sportech

Ve čtvrtek 22. května se stal již posedmé v historii Čtyřlístku zahradní areál Stacionáře Třebovice a přilehlý park dějištěm Třebovické olympiády v přizpůsobených sportech. Zúčastnilo se jí celkem šedesát sportovců v deseti družstvech z našich zařízení, ostravských škol se speciálním zaměřením. Ani letos samozřejmě nechyběly sportovkyně z partnerské organizace v Polsku – Powiatowego Domu Pomocy Społecznej w Pogórze. Naše sportovce přišel opět povzbudit pan Pavel Zvolánek, člen Zastupitelstva statutárního města Ostravy a předseda komise pro handicapované děti a mládež.

Pod symbolickým olympijským ohněm měřila jednotlivá družstva své síly, vytrvalost i přesnost ve skoku do dálky, v běhu, hodu míčem, slalomovém běhu s medicimbalem, v přeskakování kruhů a dalších disciplínách. Vzhledem k nepříliš vlídnému počasí vyplnili účastníci olympiády chvíle čekání na vyhodnocení jednotlivých soutěží aktivním odpočinkem v jídelně třebovického stacionáře, z níž se pro tyto chvíle stal taneční parket, plný radostí z hudby a tance. Samozřejmě i tady se našel prostor pro navazování nových přátelství a kontaktů. Pro náš časopis vše bedlivě sledoval a obrazem i písmem podrobně zaznamenával David Ponczí, klient Stacionáře Třebovice. Ke každoročním skvělým devízám této sportovní události patří dokonalá organizace, pod níž se podepsali všichni zaměstnanci Stacionáře Třebovice pod vedením paní Mgr. Hany Zábranové, která se stala spolu s panem Bohumilem Báčou a Mgr. Viktorem Pinkasem duší této události. K Třebovické olympiádě však dnes již neodmyslitelně patří i pomoc volentérů, studentů Gymnázia Olgy Havlové z Ostravy – Poruby, kterým také patří náš dík, stejně jako panu PhDr. Ing Jaromíru Horákovi, řediteli firmy Antrak a členu Zastupitelstva statutárního města Ostravy, díky němuž obdrželi všichni účastníci letošní Třebovické olympiády originální pamětní listy Olympijský her.



V každé ze dvanácti výkonnostních kategorií byli nakonec odměněni medailí tři nejlepší soutěžící. Mezi soupeřícími družstvy letos v Třebovicích obstáli nejlépe sportovci z Praktické školy Pokorného v Ostravě – Porubě, kteří si z Třebovické olympiády odnesli zlatou medaili, o stříbro a bronz se rozdělily skupiny B a A ze Stacionáře Třebovice.



(rw)

Foto autorka a **DAVID PONZCI**

Volontérky a volentéři Třebovické olympiády objektivem fotoaparátu Davida Poncziho.

JAK JSME BYLI NA „ČAPKÁRNĚ“

Některé děti velmi rády navštěvují náš bazén, ale přiznejme si, že v prostoru dvakrát dva metry se s vodou sice seznámí, ale zaplavat si a pořádně se ve vodě „vymáchat“... k tomu je potřeba vody o trošku víc...

Proto jsme naplánovali výlet na bazén Městských lázní v centru Ostravy. Sbalili jsme plavky, ručník a hurá do světa. Cestu na bazén jsme využili ke krásné procházce přes Komenského sady, ale protože se Martin (Martin Uhlíř – pozn.red.) celou dobu ptal, kdy konečně pojedeme tím trolejbusem, museli jsme mu slíbit, že na zpáteční cestě se trolejbusem konečně sveze.

Na koupališti nás přivítali s rozpačitými úsměvy: prý nemají bezbariérový přístup. Našemu nadšení to ale nic nezabralo a začali jsme se připravovat do vody. Společnými silami jsme překonali všechny schody, osprchovali se a už jsme byli v bazénu.

Nelze říci, že bychom plavali kraul nebo prsa. Náš plavecký styl byl zcela originální a velmi účinný. Kromě celkové relaxace ve vodě,



pohybování rukou a nohou při vehementním kopání, Paťa (Patricie Drápalová – pozn. red.) trénovala bránici. Celou dobu měla záchvaty smíchu.

Po koupání nám vyhládlo, a tak jsme se ještě cestou zastavili na zmrzlinu. Opravdu chutnala. Jak jsme si slíbili, zpáteční cestu jsme absolvovali trolejbusem. Všechno se nám moc líbilo.

A co jsme ještě zjistili? Je zvláštní, že pro nás, zaměstnance, docela obyčejné věci, byly pro Paťu a Martina něčím úžasným a dobrodružným. Doufáme, že jim v budoucnosti budeme moci dopřát ještě spoustu jiných „obyčejných“ věcí...

Pro náš časopis zaznamenala: **PETRA HARASTEJOVÁ**
Rehabilitace



Navštívili nás...



- Čtyřlístek – centrum pro osoby se zdravotním postižením Ostrava, pořádá už osm let pravidelně výstavy výtvarných prací svých klientů v Galerii Chemik Střední průmyslové školy chemické Akademika Heyrovského a Gymnázia v Ostravě – Zábřehu. Zdejší profesorka, paní Petra Chvostková, která vede divadelní soubor Košatka, jehož jádro tvoří děti ze Základní školy v Ostravě – Staré Vsi a studenti SPŠCH Akademika Heyrovského, nám před časem nabídla jedno z představení tohoto souboru, s nímž členové Košatky zavítali mezi naše klienty a od té doby nás toto divadélko navštěvuje pravidelně. Jeho letošní hostování bylo součástí oslav Dne dětí v Domově Barevný svět, a tak se ve zdejší tělocvičně sešli v neděli 1. června nejen naši klienti, ale i jejich rodiče, aby se spolu se svými ratoletmi potěšili roztomilou pohádkou na motivy Hanse Christiana

Andersena „O princezně na hrášku“. Pohádka se všem moc líbila, navíc účinkující děti přinesly svým hostitelům i milé dárečky, a tak se těšíme, že v hezké tradici „putování divadla“ za diváky bude Košatka pokračovat i v příštích letech.

- Již radu let trvá také spolupráce se skautským oddílem z Ostravy – Svinova, k němuž se letos připojili také členové skautského oddílu ze Šenova. Navštívili nás v pátek 13. června, aby v tělocvičně Domova Barevný svět připravili klientům hezké odpoledne sestavené z ukázek ze známých pohádek, do nichž se mohli zapojovat i naši klienti. Nechyběly samozřejmě ani písničky a kdo chtěl, mohl si také zatancovat. Všem se toto setkání moc líbilo. A pak, že pátek třináctého je nešťastný den...!

Naše prázdninové tipy

► VÝSTAVA LÉTO V OSTRAVSKÉ KNIHOVNĚ

Pobočka Knihovny města Ostravy Jiřího Trnky 10 v Ostravě – Fifejdách je již několik let pravidelným hostitelem prázdninových výstav výtvarných prací klientů Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením Ostrava. Letošní výstava je v krásných prostorách knihovny otevřena ve dnech od 1. července do 29. srpna letošního roku pod příznačným názvem LÉTO. Setkáme se na ní s obrazy, ale i trojrozměrnými objekty, které vznikly v kreativním ateliéru Domova na Liščině s jednoznačným námětem: moře. Jedná se především o malby v technikách akrylu, ale zastoupeny zde budou i četné kresby pastelem a kombinované techniky. Jejich autory jsou Renáta Slezáková a Jiří Luzar, najdeme zde i společné práce kolektivu klientů zdravotního a výchovného úseku Domova na Liščině.

► UMĚNÍ NAŠICH KLIENTŮ V GALERII AMETYST

V pondělí 21. července bude v Galerii Ametyst Fakultní nemocnice Ostrava zahájena výstava výtvarných prací klientů Čtyřlístku, která se rovněž zrodila v tvůrčí dílně kreativního ateliéru Domova na Liščině. Námětově je velmi různorodá, její tvůrci využili nejrůznější výtvarné techniky od akvarelu a pastelu, až po balakryl. V Ametystu se letos setkáme i s výsledky „experimentování“ kreativního ateliéru Domova na Liščině s novými technikami: spreje a slupovací barvy v kombinaci s akvarelem. Výsledky jsou opravdu krásné a zajímavé. Takže další z výstav, která potěší a rozhodně stojí za vidění! Potrvá do 15. srpna letošního roku.



► FOLKLOR BEZ HRANIC OPĚT VE ČTYŘLÍSTKU

Ve dnech od 11. do 15. srpna letošního roku se v Ostravě uskuteční již 11. ročník Festivalu městských folklorních souborů s mezinárodní účastí Folklor bez hranic 2008, jehož se vedle domácích zúčastní i soubory z Maďarska, Slovenska, Thajwanu a Ruska. K hezkým tradicím tohoto festivalu patří i to, že jeho účastníci nezapomínají na naše klienty a pravidelně bývají hosty Čtyřlístku. Na jejich vystoupení se můžeme těšit v úterý 12. srpna v tělocvičně Domova Barevný svět.



Vítáme mezi námi!

■ V uplynulém čtvrtletí posílilo naše řady šest nových zaměstnanců. Paní Eva Blažková se stala členkou kolektivu prádelny, v Domově na Liščině našli své působiště paní Anna Fojtíková a Danuta

Macháček, Domov Barevný svět přivítal paní Lýdii Gančarčíkovou, paní Evu Chrostkovou a pana Tomáše Roda. Vítáme své nové kolegy a všem přejeme, aby se jim práce ve Čtyřlístku líbila.

Letní inspirace pro mlsné jazýčky

Těstovinový salát s tuňákem

Suroviny: 400 g těstovin dle vlastního výběru, 150 g tuňáka v zelenině (konzerva), 170 g rajčat, 150 g salátové okurky, 50 g čerstvé papriky, 200 g bílého jogurtu, 25 g oleje, špetka kari koření, sůl dle chuti.



Postup: Těstoviny uvaříme a scedíme, propláchneme studenou vodou. Rajčata, okurky a papriku nakrájíme na drobné kousky. Vše smícháme, přidáme tuňáka, koření, olej a nakonec jogurt a vše zamícháme. Necháme vychladnout a podáváme s tmavým pečivem.

Dobrou chuť, zdraví a štěstí přeji

..

ANNA LIŠTVANOVÁ

s kolektivem stravovacího provozu
Stacionáře Třebovice

Přírodní pangasius ve studené koprové omáčce

Suroviny (5 porcí): 75 dkg pangasia, 0,75 dl oleje, 3 dkg hladké mouky, grilovací koření, sůl. Koprová omáčka: 12,5 dkg majonézy, 10 dkg zakysané smetany, 5 dkg sterilovaného nebo čerstvého kopru, sůl.

Postup: Naporcovaného pangasia osolíme, posypeme grilovacím kořením, obalíme v mouce a prudce opečeme na oleji. Majonézu smícháme se zakysanou smetanou a vmícháme kopr, dle chuti dosolíme. Studenou koprovou omáčku můžeme použít místo tatarské omáčky na přírodní masa. Jako přílohu lze doporučit vařené brambory nebo v páře upravenou brokolici.

ŠÁRKA ANGEROVÁ

za kolektiv stravovacího provozu
Domova Barevný svět



~~~~~

**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 2, ročník I. Náklad: 16 kusů. Neprodejné. **Zodpovědný redaktor:** Mgr. Bohdana Rywiková. **Redakční rada:** Ing. Tamara Šeligová, Ing. Svatopluk Lipina, Ing. Miroslava Lindovská, Miluše Bystroňová, Bc. Olga Skurčáková, Bc. Lukáš Křupala. Příští číslo vyjde v září 2008.