



ZRCADLO

Čtvrtletník Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením Ostrava,
příspěvkové organizace, ročník XVI., číslo 4., prosinec 2023

Šťastný a úspěšný rok!



Vážení a milí spolupracovníci,
máme za sebou velice náročný rok 2023, který významně ovlivnily vážné mezinárodní konflikty, jež se promítají do situace v České republice a samozřejmě mají dopad i na naši organizaci. Náklady na život vzrostly velmi vysoko, což se odráží i v životě Čtyřlístku, pečujícího o lidi se zdravotním postižením. Všichni víme, že získat pracovníky, schopné a ochotné poskytovat péči klientům s mentálním postižením, je velice obtížné. Tato práce je mimořádně fyzicky i psychicky náročná a finančně nedocenená. Vzpomínáme na nedávné tři roky, kdy vláda učinila kroky, aby se pracovníci v sociální oblasti dostali na přijatelnou platovou

úroveň. Od té doby však platy stagnují, zatímco inflace významně narostla.

Pokud se týče Čtyřlístku, pak v roce 2023 byla na mezinárodním poli oceněna transformace v naší organizaci. Nejprve náš Domek Syllabova navštívili v červnu zástupci Evropské komise, kteří připravovali velké setkání zástupců Evropské komise v České republice na téma dotačních programů Evropské unie. Vybrána byla naše republika, Moravskoslezský kraj jako úspěšný kraj v čerpání dotací a konečně naše organizace, která obdržela téměř 400 mil. Kč na svou transformaci.

Jak o tom píšeme na jiném místě tohoto vydání časopisu Zrcadlo, konference se uskutečnila 15. listopadu v multifunkční aule Gong, zúčastnilo se jí více než 250 zástupců Evropské komise a komunikačních úředníků Evropské unie pro publicitu. Cílem konference bylo sdílení zkušeností a informací z praxe, souvisejících s realizací dotačních programů Evropské unie. O tom, jak se transformační proces a s ním související změny dotkly Čtyřlístku, jsme informovali ve vystoupení ředitele organizace. V pozdních odpoledních hodinách pak zavítalo několik skupin účastníků konference do čtyř našich domků. Z předané informace paní Štefečkové z Ministerstva pro místní rozvoj byly ohlasy na návštěvu skvělé a všichni účastníci tohoto bloku byli nadšeni. Pro náš Čtyřlístek byla tato událost zároveň potvrzením toho, že úroveň transformačních změn v organizaci byla úspěšná a může být dobrým

příkladem i pro jiné země Evropské unie, jež se k podobným krokům teprve chystají.

Vážené a milé kolegyně, vážení a milí kolegové, chci Vám poděkovat za velké úsilí a dosažené úspěchy v poskytování služby našim uživatelům. Věřme, že současná nepříznivá situace ve světě, která se odráží i v naší republice, se bude postupně zlepšovat. K tomu Vám přeji především pevné zdraví, pohodu v práci i v osobním životě.

PhDr. Svatopluk Aniol
ředitel organizace



Čtyřlístek mezinárodně!



Jak zmínil ředitel organizace ve svém novoročním poselství, jednou z nejvýznamnějších událostí, jež se na sklonku roku dotkly i naší organizace, bylo listopadové setkání více než 250 zástupců Evropské komise a komunikačních úředníků Evropské unie na mezinárodní konferenci pod názvem INFORM EU plenary meeting v ostravské aule Gong v Dolní oblasti Vítkovic.

Součástí konference byla i prezentace transformačních změn v oblasti sociálních služeb v našem regionu pod názvem Žít normálně, jež se odehrála v prostorách Světa techniky ve spolupráci s odborem evropských projektů Krajského úřadu Moravskoslezského kraje. Jak se tyto transformační změny dotkly naší organizace, představil delegátům konference také ředitel Čtyřlístku, PhDr. Svatopluk Aniol.

Koordinátorka komunikačních aktivit o ESI fondech v Eurocentru Ostrava, odboru publicity a evaluaci fondů EU a Oddělení Eurocenter a Eurofonu Ministerstva pro místní rozvoj České republiky - paní Ing. Mgr. Magdalena Štefečková, nás informovala, že podobné konference se konají v členských zemích Evropské unie dvakrát do roka. V tomto roce padl los právě na Českou republiku jako možnost sdílení zkušeností z praxe kolegům z Evropské unie, která i v moravskoslezském regionu pomohla realizovat řadu prospěšných projektů jak

z oblasti sociální péče, tak například zdravotnictví.

Součástí konference byla také praktická prezentace transformačních změn v oblasti sociálních služeb v moravskoslezském regionu na výstavě pod názvem Žít normálně. Ta se odehrála v prostorách Světa techniky ve spolupráci s odborem evropských projektů Krajského úřadu Moravskoslezského kraje. Výstava prezentovala moderní technické vybavení a různé relaxační pomůcky pro osoby se zdravotním postižením. O tom, jak se transfor-



mační proces a s ním související změny podpořené z fondů Evropské unie prakticky dotkly naší organizace, referoval delegátům konference ředitel Čtyřlístku PhDr. Svatopluk Aniol. Z evropských fondů naše organizace realizovala během let 2012 – 2022 řadu projektů, jež pomohly financovat rozsáhlé rekonstrukce chráněných bydlení a domovů pro osoby se zdravotním postižením, jež prošly nejradikálnější proměnou. Daly vzniknout nové formě bydlení pro 159 klientů, kteří se přestěhovali do 13 nových domků rodinného typu v různých částech Ostravy.

V pozdních odpoledních hodinách pak zavítalo několik skupin účastníků konference INFORM EU plenary meeting do zařízení dvou našich domovů pro osoby se zdravotním postižením, jež prošly v uplynulých několika letech velkými transformačními změnami: domků Jandova a Syllabova, jež jsou součástí Domova Jandova a domků Na Liščině v Ostravě-Hrušově a Trnkovecká ve Slezské Ostravě Domova na Liščině. Všude byli vzácní hosté nadšeně vítáni jak klienty, tak zaměstnanci. Seznámili se s tím, jak naši klienti ve svých nových domácnostech žijí, jak bydlí, jaké je vybavení jejich pokojů, jaká je individuální

péče o ně a jak se do jejich všedního života zapojují také rodiny.

V Domku Jandova je velmi zaujalo technické vybavení se závěsným systémem pro tělesně těžce postižené klienty a v Domku Na Liščině je naopak mile překvapil jeden z klientů dárkem – vlastním obrázkem, který namaloval nohama, ale i domácí „grilovačka“, kterou klienti právě pořádali. „*Ohlasy na návštěvu ve Čtyřlístku jsou skvělé a všichni účastníci tohoto bloku byli nadšení,*“ svěřila nám paní Ing. Mgr. Magdalena Štefečková, která ostravskou konferenci zaštiťovala. „*Naši hosté velmi ocenili zejména to, že se mohli dostat do běžně nedostupných míst – do soukromých prostor klientů, a že byli zároveň tak srdečně přijati. I vaší organizaci patří velký dík za to, že jste nám tuto exkurzi umožnili,*“ uzavřela paní Magdalena Štefečková.

Text: **BOHDANA RYWIKOVÁ**
Fotografie: **ANDREJ FOLTÝNEK**



Na snímcích: Vlevo nahoře ředitel organizace Svatopluk Aniol na mezinárodní konferenci INFORM EU plenary meeting v Dolní oblasti Vítkovic.

Dole: Druhý zprava náš kolega Andrej Foltýnek, který doprovázel skupinu účastníků konference na prohlídku Domku Jandova v Ostravě-Zábřehu.



Prispěli jsme Potravinové bance

Stejně jako v předcházejících letech, také letos na podzim jsme se zapojili do sbírky potravinové pomoci v souvislosti s výzvou ostravské Potravinové banky. Tato charitativní potravinová pomoc je určena především lidem, kteří se ne vlastní vinou ocitají v nepříznivé životní situaci. Ve středu 18. října jsme výsledek sbírky předali ostravské Potravinové bance přímo v sídle naší organizace.

Z výtěžku finanční sbírky jsme zakoupili 71 kilogramů trvanlivých potravin, ale i drogistického zboží a dětských plen, které jistě pomohou těm nejpotřebnějším – osamělým senio-

rům i maminkám samoživitelkám a dalším lidem v nouzi. Bohužel i nás při letošním nákupu potravin zasáhl fakt, že jejich ceny jsou ve srovnání s loňským rokem vysoké a nakupujeme za stejné finanční prostředky mnohem méně zboží. Velký dík však patří všem, kteří přesto chtějí pomáhat i v této nelehké době.

Text a foto: (rw)

Setkání seniorů Čtyřlístku

Ani letos jsme nezapomněli na naše bývalé zaměstnance – seniory Čtyřlístku a v adventním čase – 29. listopadu, jsme je pozvali na tradiční setkání seniorů v kulturním domě v Ostravě-Muglinově. Tato setkání pořádáme již několik desítek let a jejich prostřednictvím vyjadřujeme úctu lidem, kteří se během svého profesního života věnovali na různých pozicích péči o naše klienty – lidi s mentálním i kombinovaným zdravotním postižením. Letos si přišlo zavzpomínat na uplynulá léta mezi své bývalé kolegy více než padesát seniorů Čtyřlístku.

Naše hosty přivítal ředitel organizace – PhDr. Svatopluk Aniol, který je zároveň seznámil se všemi významnými novinkami a změnami, jež se v uplynulém roce v naší organizaci odehrály a také poblahopřál k významným životním jubileím dvanácti našim seniorkám a seniorům. Nejstarší jubilantka Čtyřlístku, paní Marie Gergelyová, oslavila letos 85. narozeniny. *(Na snímku vpravo paní Bc. Dagmar Drobíková jako jedna z letošních jubileantek s ředitelem organizace.)*



K dobré náladě přispěla svým pěveckým vystoupením jako další náš host paní Lucie Bellucci, která vybrala ze svého repertoáru oblíbené písně právě pro tuto příležitost.

Tím hlavním však byla společná přátelská setkání, prohlížení fotografií a samozřejmě také vzpomínky na léta, prožitá na různých pracovištích naší organizace.

Většina našich hostů vždy kvituje s velkým uznáním fakt, že naše organizace dnes už patří v tomto směru k vzácným výjimkám a na své seniory nezapomínáme.

Přestože mnozí z našich seniorů jsou již dlouho na zaslouženém odpočinku a mimo svá někdejší pracoviště, jsme rádi, že se sem i po letech rádi vracejí a jsou vděční za možnost

těchto setkání. Společně věříme, že se za rok s našimi bývalými kolegyněmi a kolegy opět ve zdraví setkáme.

Text a foto: (rw)



Rytmy „křídliny“...

Letošní 18. ročník dobročinné akce Advent plný KŘÍDLENÍ, pořádaný 30. listopadu nadačním fondem Křídlení, se letos poprvé uskutečnil v jedinečném prostředí nového City Campusu Ostravské univerzity na Černé louce. Advent plný KŘÍDLENÍ, jenž je významnou událostí na poli dobročinnosti a dobrovolnictví v našem městě, pomáhá především neziskovým organizacím a je jediným charitativním festivalem takového rozsahu v České republice. Podílí se na něm více než 50 lokálních neziskových organizací. Po několikaleté pauze, způsobené především covidovou pandemií, se k této charitativní akci letos opět připojila na pozvání pořadatelů i naše organizace, a to vystoupením bubenického souboru Rytmy.

Nejen vedoucí souboru, Vladka Kaločová, ale i všichni naši „Rytmáci“ byli natěšení, protože v tomto nezvyklém prostředí vystupovali poprvé a měli tak možnost seznámit se s impozantní budovou Pedagogické fakulty ostravské univerzity nejen zvenčí, ale i zevnitř. Velkou tělocvičnu campusu tentokrát zaplnily stánky desítek neziskových



a charitních organizací, nabízejících bezpočet rukodělných výrobků s vánoční tematikou, ale i mnoho dalších předmětů ze dřeva, textilu, rukodělné šperky a další dekorativní předměty, jež mohly být dobrou inspirací pro vánoční dárky.

Na pódiu uprostřed prodejní plochy se od 17 hodin střídala vystoupení různých hudebních skupin i jednotlivců. Program zahájila právě naše skupina Rytmy a posluchačům nabídla své oblíbené skladby: Chachar z Ostravy a Sofiu. Moderátoři pak přivítali na pódiu rektora Ostravské univerzity, doc. Mgr. Petra Kopeckého, Ph.D., která se letos stala partnerskou organizací této události, neboť se také sama univerzita hrdě hlásí k dobrovolnictví i dobročinnosti, což velmi koresponduje i s hlavními cíli Nadačního fondu Křídlení.

Jak si mohli všimnout mnozí z nás, kteří používají ostravskou městskou hromadnou dopravu, zapojil letos tento nadační fond do Křídlení i Dopravní podnik města Ostravy, jenž se připojil k Tyrkysové sbírce nadačního fondu ve prospěch neziskových organizací.

V bohatém kulturním programu letošního Křídlení, v němž vystupovaly rovněž soubory z neziskových organizací, nechyběl ani populární ostravský písničkář Jiří Krhut (*na snímku nahoře*). Ten sice tentokrát nezpíval, ale přišel



pozdravit účastníky letošního festivalu dobročinnosti a pochválil vystoupení naší skupiny Rytmy. V rozhovoru s moderátorem pak ani nevyloučil možnost, že by si s našimi Rytmy také někdy rád zahrál a zazpíval.

Rytmy tak letos měly na Křídlení dvojí radost: že svým vystoupením členové skupiny potěšili četné účastníky a návštěvníky této události a navíc je zahřálo také uznání známého muzikanta.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

S Anděly ve Dvoraně

Zdá se, že loňským rokem založil Úřad městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz novou tradici adventních setkání pro veřejnost pod názvem Andělé ve Dvoraně. Letos uspořádal druhý ročník tohoto komunitního setkání, které se odehrálo 3. prosince v podvečerních hodinách, a to jak na Prokešově náměstí před radnicí, tak uvnitř budovy. „Andělský program“ před radnicí zahajovaly letos rytmy našich bubeníků ze skupiny Rytmy a někteří diváci možná s podivem kvitovali, že je možné zahrát na bubny i vánoční koledu. Spolu s dalšími členy vedení radnice všechny přítomné pak přivítal starosta centrálního městského obvodu – Petr Veselka.

Zástupci Čtyřlístku však nechyběli ani uvnitř radniční budovy, kde nabízely své výrobky některé neziskové organizace města. Největší plochu však zabíral stánek našeho Centra pracovní činnosti, nabízející nejen bezpočet krásných rukodělných výrobků s vánoční tematikou z různých materiálů, ale zaujal návštěvníky – hlavně ty nejmladší – tvůrčím workshopem (*na snímku vpravo*). Děti si na něm s pomocí pracovníků centra mohly samy vytvářet vánoční ozdoby, které si pak odnášely domů. Zájem byl veliký, o čemž svědčí i fakt, že materiál, použitý na tyto rukodělné ozdoby, děti brzy rozebraly a svými ozdobami určitě s radostí vyzdobily vlastní domovy.





V andělském programu nedělního odpoledne se skupina Rytmus střídala s dalšími účinkujícími z Pop Academie a skupinou Šuba Duba

Band, která hrála až do večera, zatímco v radniční Dvoraně se uskutečnila vernisáž zajímavé výstavy Příběh stoleté historie Velké Ostravy autorky Ilony Polanski a vystoupení členů skupiny Bílá holubice. Na vernisáži se křtil i radniční kalendář pro rok 2024, jenž tvoří vystavené obrazy malířky Ilony Polanski s pamětihodnostmi Velké Ostravy.

V programu nechybělo ani Divadlo Studio G s představením Půjdem spolu do Betléma a beseda s fotoprojekcí nazvanou Ostravské obchodní domy v září Vánoce s Petrem Lexou Přendíkem.

Možná kvůli nečekaným přívalům sněhu a snad i kvůli právě otevřeným vánočním trhům v centru města, nebyla možná letos návštěva této akce tak velká jako loni, ale za pozornost určitě stála. Jsme rádi, že jsme byli při tom...

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Vánoční nadílka nejen od sportovců

Vánoce mají nejen pro naše klienty velké kouzlo. Všechny ty přípravy, chystání vánočního cukroví, vůně vanilky i perníkového koření, sváteční výzdoba – to vše útočí na jejich smysly a mění i jejich domovy. To vše také naplňuje jejich mysl radostí a očekáváním. Pak také přichází ta vzácná chvíle Vánoc, společných setkání a obdarování. Ne jinak tomu bylo i v letošním roce v domácnostech našich domků a chráněných bydlení.

Vánoce však bývají často výzvou i pro některé naše sponzory. Velké předvánoční překvapení čekalo v podvečerních hodinách 21. prosince na děti z Domku Syllabova Domova Jandova v Ostravě-Vítkovicích. Přišli totiž mezi ně nečekaně v rolích Ježíšků členové jednoho z nejlepších florbalových klubů České republiky – 1. SC Tempish Vítkovice, sedminásobného mistra republiky v kategorii mužů a zároveň také sedminásobného mistra republiky v kategorii žen, v čele s kapitánem mužstva Janem Šebestou a hráčkou týmu Eliškou Plankovou.

Milí hosté v doprovodu marketingových manažerů Mgr. Kláry Kocourkové a Michala Hadwigerera s sebou přinesli spoustu vánočních dárků a splněných přání, mezi nimiž nechyběla ani televize pro slečnu Sárku nebo sonický zubní kartáček pro Dominika.

Osa-zenstvo domečku však

nebylo nadšené pouze z dárků, ale i ze sympatických hostů samotných, které děti ochotně provedly celým domečkem a seznámily je s tím, jak se tady bydlí a žije.

Dětem z Domku Syllabova, ale i klientům z Domova na Liščině a Chráněného bydlení Čtyřlístek však udělal o Vánocích velkou radost také náš dlouholetý „Ježíšek“ Maxim Pachomov, který pravidelně každý rok plní vánoční přání mnoha našich klientů. Ani letošní rok nebyl výjimkou a tak se u nás pod mnoha vánočními stromky skvěla nejružnější vysněná přání.

Naše velké poděkování tedy patří nejen uvedeným sportovcům, ale i vedení klubu,





reprezentovaného ředitelem sportovního klubu SC Vítkovice Pavlem Palatou a manažerem Mgr. Tomášem Krásným, kteří setkání s našimi klienty v Domku Syllabova iniciovali, ale také panu Maximu Pachomovovi, který na nás nezapomíná a přináší radost do duší našich klientů každoročně.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Na snímku vlevo kapitán florbalového mužstva 1. SC Tempish Vítkovice Jan Šebesta „naděluje“ pod stromek dětem z Domku Syllabova...

Krajská dotace pomohla...

V loňském roce využila naše organizace jednoho z dotačních programů Moravskoslezského kraje, a to „Programu na podporu zvýšení kvality sociálních služeb poskytovaných v Moravskoslezském kraji na rok 2023.“ Díky této dotaci bylo možné již koncem roku 2023 nainstalovat v Domově Třebovice stropní zvedací systém k ulehčení manipulace s imobilními klienty a zkvalitnit tak v domově nejen péči o ně, ale zároveň také výrazně ulehčit práci pečujícího personálu.

Z dotačního „Programu na podporu zvýšení kvality sociálních služeb poskytovaných v Moravskoslezském kraji na rok 2023“ byla pro tento účel vyčleněna částka ve výši 334 tisíc korun.

Podobné stropní zvedací systémy jsou již instalovány v některých novějších zařízeních naší organizace, jako například v domcích Domova Jandova v Ostravě-Zábřehu a ve Svinově. Díky stropnímu zvedacímu systému je možné s hendikepovaným klientem dobře manipulovat například při osobní hygieně nebo jiných potřebných úkonech, aniž by to pro něj bylo osobně nepříjemné a na druhé straně představovalo neúměrnou fyzickou zátěž pro pečovatele, jež tvoří převážně ženy.

Zvedací systém je v Třebovicích instalován do několika pokojů i společenské místnosti domova a jeho uživatelům tak zároveň ulehčuje i kontakt s kamarády a možnost podílet se na společných aktivitách domova.



Sami jsme se o tom mohli přesvědčit při návštěvě Domova Třebovice, kde si právě Robert Sloboda poprvé vyzkoušel jaké to je, opustit invalidní vozík a „přestěhovat se“ s pomocí tohoto zvedacího systému ze společných prostor do svého pokoje. Nejdřív byl trochu nejistý, protože samotné „jízdy“ předcházelo bezpečné upoutání do popruhů a pak už volná jízda do pokoje a bezpečné uložení na lůžko. Po prvotních rozpacích si nakonec Robert liboval, že to byl napoprvé sice nový, ale docela prima zážitek. Pečovatelky domova si samozřejmě zatím zvykají na nový systém, ale už teď je všem jasné, že takhle se jejich práce v mnohém ulehčí a klientům samotným se možná stane docela zábavným společníkem...

Je to bezesporu vítaný krok ke zlepšení životních podmínek obyvatel tohoto domova,

za něž patří našim donátorům velké poděkování.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**



Poděkování

Touto cestou bychom rádi poděkovali firmě **Missi Transport s. r. o.**, jmenovitě **panu Lukáši Michálkovi**, který našim klientům v **Domku U Rourovny**, zajistil a namontoval formou sponzorského daru dřevěné obložení kolem postelí v ložnicích klientů.

Montáž dřevěného obložení nejen zútulnila jednotlivé pokoje, ale hlavně také nedochází ani k poškozování stěn. Nejen proto však patří velké poděkování zaměstnancům této firmy. Pomohli totiž také v letních měsících, když nám přišli posekat trávník na naší zahradě. I za to jsme jim velmi vděční a věříme, že tato spolupráce potrvá i v budoucnosti.

Za kolektiv klientů a zaměstnanců:
RENÁTA BALCARKOVÁ
vedoucí Domku U Rourovny

Na co se těšit v roce 2024?

■ Už od 2. ledna bude v Knihovně města Ostravy ve Vítkovicích k vidění výstava výtvarných prací našich klientů pod názvem **Život kolem nás**. Bude průřezem výtvarnou tvorbou našich klientů, jež vznikala v někdejším kreativním ateliéru, ale také v rámci zájmových aktivit v Centru pracovní činnosti. Výstava zde potrvá až do konce února příštího roku.

■ V úterý 13. února se uskuteční tradiční Ostravský masopust na Masarykově náměstí před Ostravským muzeem. Příští masopust se ponese v duchu hornického, bude mít podtitul **Kamarádi, dolů sfárejme!** Nevíme, zda je to záměr pořadatelů z Ostravského muzea, ale faktem je, že podtitul masopustu dobře koresponduje se stoletým výročím Velké Ostravy v roce 2024. Součástí masopustu bude samozřejmě i tradiční masopustní jarmark. V bohatém programu masopustního veselí nebude chybět ani naše skupina **Rytmy**, která chystá i muziku letošnímu tématu „na míru“.

■ *To nejlepší, co letos zaslali do celostátní soutěže **Fotografiemi pro radost lidí s mentálním postižením i ti, kteří o ně pečují**, bude od 15. února k vidění v radniční Dvoraně Úřadu městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz. Snímky vybírala odborná porota neziskové organizace **Pomáháme fotografiemi** v čele s fotografem **Robertem Vano**. Letošní téma soutěže – **Úsměv, prosím!** – jistě vykouzlí radost nejen na tvářích, ale i v duši. Vernisáž výstavy se uskuteční v 16.00 hodin a také při této příležitosti zahraje návštěvníkům naše skupina **Rytmy**. Vpravo jedna ze soutěžních fotografií **Čtyřlístku** nazvaná „**Přítelkyně**“.*



■ Můžeme se také těšit na další Jarní ples Čtyřlístku, který se uskuteční o prvním jarním dnu – 21. března 2024. Dějištěm našeho plesového veselí bude stejně jako loni Kulturní dům v Ostravě-Heřmanicích a co se nepovedlo letos, povede se příště: naším hostem bude zpěvačka Lucie Bellucci.

■ Mezi našimi klienty jsou také velmi oblíbená setkání s přáteli motorkáři – Srdcaři. Další setkání s nimi se uskuteční opět na zahradě naší organizace v Ostravě-Muglinově v neděli 19. května v 10.00 hodin dopoledne. Samozřejmě, o krásné motorky, srdečnou atmosféru a různá překvapení nebude nouze. Nezbyvá než držet palce, aby nám i počasí přálo!

Malé velké události

Opožděné loučení...

Tak trochu opožděným ohlédnutím za nejpříjemnějším časem léta bylo naše loučení s létem. Čas příjemných teplot, koupališť, výletů a dovolených jsme ukončili již tradiční „grilovačkou“, která se konala 2. září na zahradě Chráněného bydlení Letní v Ostravě – Svinově. V hojném počtu se setkali uživatelé chráněných bydlení – Thomayerova, Bronzová a Letní se zaměstnanci a také jejich rodinnými příslušníky a přáteli. Pozvání přijala – i naše bývalá uživatelka Renáta Dudková, která nyní žije v Domku U Rourovny.

Šéfkuchaři ze stravovacího provozu Liščina - pan Hubert Změlík a pan Oliver Bellucci - se postarali o výborné grilování masa a klobásek, vynikající dezerty zase připravily všechny „domečky“ a plnou krabici výborných „capcaků“ přivezla paní Lucie Bellucci.

Pokud si někdo potřeboval odpočinout od množství jídla, které bylo k dispozici, mohl tak učinit na prosluněné zahradě při doušku voňavé a lahodné kávy v podání pojízdny kavárny Mental Café. O kulturní program se postarala paní Marcela Nosiadková, která uspořádala výtvarný workshop, a tak si všichni mohli vyrobit upomínku na výjimečnou událost v podobě plátěné tašky s vlastním potiskem. Zároveň nádherně zahrála na příčnou flétnu společně s klientkou Adélou Sadílkovou, která hrála na zobcovou flétnu písně z pohádek. A že bylo co poslouchat a uznale kývat hlavou nad jejich

uměním! Kluci si zase zakopali míčem na velké zahradě a k dobré náladě hrála reprodukováná hudba.

Akce se opravdu vydařila, což svědčí i to, že se všichni zdrželi do pozdních odpoledních hodin. Těšíme se, že léto 2024 stejně skvělým setkáním zase přivítáme napřesrok.



Text a foto: **PETR HOCHVALD**
Chráněné bydlení Letní

Draci ve Výškovcích

Jedno slunečné nedělní dopoledne 29. října si přímo říkalo o to, něco podniknout. Klienti spolu s pečovatelkami dali hlavy dohromady, přemýšleli a pak padl návrh: budeme pouštět draka!

Do hodiny jsme měli draky hned dva. Společnými silami jsme je poskládali a odešli

s nimi na pole. Sluníčko svítilo, foukal lehký vítr, draky se nám podařilo dostat na oblohu.

Kdo chtěl, mohl draka vodit za provázek a proběhnout se s ním, nebo jen tak sledovat jak si létá.

Všichni jsme si při pouštění draků užili kopec legrace, a protože, jak se říká "na vzduchu

to dobře tráví", těšili jsme se na dobrý nedělní oběd.

Text: **SIMONA RUČKOVÁ**
a **LENKA ŠTROCHOVÁ**
Foto: **IVETA HOŠKOVÁ**

Domov Barevný svět – Domek Výškovice



Kdo by neměl rád čokoládu...!

Naši výškovičtí klienti, Běla, Tomáš a Dáša, si sváteční den v sobotu 28. října zpríjemnili návštěvou Čokoládového festivalu.

Hned po snídani, plni očekávání, zamířili v doprovodu pečovatelek do centra Ostravy. Cestou k Trojhalí, kde se festival konal, jsme obdivovali moderní, barevně nasvícenou fontánu a pěkně upravené parčíky, které svými keři a rostlinami zkrášlovaly okolí budov z betonu a skla.

Po chvíli chůze už nás vítaly poutače s velkými nápisy a bylo jasné, že jdeme správně a blížíme se na místo. U vstupu do haly, dostal každý z návštěvníků barevný náramek, který sloužil jako vstupenka na akci. Pak už nic nebránilo tomu, abychom se mohli procházet mezi stánky s různými druhy čokolády, bonbónů, zákusků a dalších sladkých dobrot a kdo měl přece jen chuť na něco jiného, byly zde také sýry, uzeniny a teplá kuchyně nabízela polévku, guláš, nebo smažené hranolky. K vidění byla čokoládová fontána, barevné čokoládové kytice, figurky a malá připomínka toho, že se pomalu blíží Vánoce. Nechyběla

ani dobrá káva, kterou si naši klienti mohli vychutnávat v průběhu prohlídky.

Po "čokoládových" nákupech, kdy si každý vybral, na co měl chuť, jsme usedli na lavičky a sledovali taneční vystoupení. Z festivalu jsme všichni odcházeli s úsměvem na tváři, se sladkým úlovkem a myšlenkou na to, co podnikneme příště.



Text: **IVETA HOŠKOVÁ**

Foto: autorka a **LIBUŠE ŠIMONOVÁ**
Domov Barevný svět – Domek Výškovice

Do města na zkušenou

V mnoha pohádkách se hlavní hrdina Honza vydává do světa na zkušenou. Naši chlapci a děvčata z Domku Syllabova za tímto pohádkovým hrdinou nezůstávají pozadu, jen ten svět se poněkud smrskl, a to nejčastěji na nejrůznější zákoutí našeho rozlehlého města.

Velice rád vyjíždí na dobrodružné výpravy i osmiletý Kryštof. Troufneme si na jízdu autobusem, trolejbusem či tramvají, směle jsme se pohybovali v nákupních centrech, rádi navštívíme i cukrárnu. Absolvujeme dlouhé procházky, pozorujeme ostravské pamětihodnosti či zvířátka v zoo, „řádíme“ na dětském hřišti.

Mohlo by se zdát, že Kryštůfka už nemůže nic překvapit. Přesto se tak stalo. Jen on ví, proč se tentokrát bál na přívozkém hlavním nádraží, když minule získal a nechtěl odtud odejít, jen on tuší, proč při poslední listopadové



cestě za poznáním nechtěl do oblíbené cukrárny ani vkročit... Potvrdili jsme si, že „cesty myšlení“ jsou nevyzpytatelné. Co se jednou může zdát jako naprostá samozřejmost, příště se může jevit jako nepřekonatelný problém.

A tak dále budeme nejen s Kryštofem podnikat výpravy do města na zkušenou. Snad těch „nepřekonatelných problémů“ bude do budoucna ubývat.

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



Mladíci na nákupech

I když ostravský Avion Shopping Park patří k největším v zemi, prvenství si počtem obchodů nese OC Chodov v Praze (přes 300 obchodů) a druhým místem se pyšní ostravské Forum Nová Karolina s 250 prodejními jednotkami. Rozlohou je největší OC Letňany v Praze (125 000 m²), za ním pak

brněnské OC Olympia (110 000 m²). Největším obchodním centrem v Evropě s bezmála 500 obchody a rozlohou přes 230 000 m² je ruský Avia Park. I ten je však oproti nejznámějšímu obchodnímu domu v íránském Teheránu - největšímu na světě - úplný „drobeček“. Tam se totiž nakupující mohou procházet mezi 2500 obchody...!

Když se ale vrátíme k ostravskému „šopinu“, pravdou je, že není ani největší ani nejkrásnější, je však nejbližší a docela přehledný a vzdušný, takže mnohými Ostravany i přespolními oblíbený.

V rámci seznamování s okolním světem jej navštěvujeme také my, pracovníci a obyvatelé našich domečků, kteří si v něm pořizují vše

důležité k uspokojování svých potřeb – někdo kvalitní oblečení, jiný pro změnu drogistické zboží, někomu stačí jen drobná laskomina, kterou si sám vybere. A když je třeba, pomůžou pečovatelé, kteří je na nákupy doprovázejí.

Děti, ženy i muži Čtyřlístku se tak seznamují se základními pravidly obchodu, totiž potřebou za vybrané zboží zaplatit penězi, které si vydělám. Pro mnohé z nich sice vše okolo

financí zůstane celoživotním tajemstvím, přesto však i oni rádi navštěvují „své“ oblíbené obchody a vybrané zboží vyměňují za barevné „papírky“ a kovová „kolečka“. Jako třeba pánové Gabriel a Tomáš z Domku Jandova při jedné z podzimních návštěv Avionu.

Text: **MARTIN POBOŘIL**

Domov Jandova

Foto: **DENISA ADYOVÁ**

Domov Jandova - Domek Jandova

Shopping s Kryštofem

Kdo chce být „světový“, použije slovo „shopping“. My ostatní si vystačíme s „obyčejným“ českým výrazem „nákupy“... Právě těmi jsme s Kryštofem z Domku Syllabova vyplnili příjemnou část jednoho všedního podzimního odpoledne.



Kryšťufek se teprve seznamuje s „nástrahami“ velkoměsta. Zvládá cestu městskou hromadnou dopravou, pobyt v cukrárně a restauraci, umí se pohybovat ve společnosti více lidí v centru města i v zoo. Ve velkém nákupním centru však ještě nebyl. Volba padla na návštěvu blízkého OBI a jednoho z největších „chrámů konzumu“ v zemi, Avion Shopping Parku.

Nevěděl jsem, jak bude Kryštof na změt lidí, zboží, zvuků, světla a pachů reagovat, ale vypořádal se se vším neznámým naprosto bravurně. O panice či strachu z neznámého nemohlo být ani řeči. Pokud byl přece jen chvíli nesvůj, věděl, že bezpečí a útočiště najde v mé dlani. Choval se naprosto přirozeně a svými reakcemi „strčil do kapsy“ nejedno přítomné dítě svého věku.

Ostravský Avion, vedle Prahy a Brna jediný zástupce skupiny velkých obchodních center v České republice s názvem Avion Shopping Park, Kryštofa nejen neodradil, ale naopak nalákal. Pokud čekáte, že malý průzkumník neodolal hračkám, oblečení či pochoutkám v bezpočtu obchůdků, hluboce se mýlíte. Když si však vybavíte „pohyblivou“ podlahu poblíž hlavního vstupu, ve které mj. „plavou rybičky“, určitě mi dáte za pravdu, že k delší zastávce a odpočinku nalákala Kryštofa právě ona. Že nevíte, o čem je řeč? Nevadí – navštivte „šopin“, vejděte vchodem od tramvaje, dívejte se k zemi a můžete se kochat...

Text a foto: **MARTIN POBOŘIL**

Domov Jandova

Náš nový nájemník Yankee

Říká se, že pes je nejlepší přítel člověka. O tom se už pár měsíců mohou přesvědčit klienti Chráněného bydlení Letní, ale také zaměstnanci a vlastně všichni, kdo přijdou k nám na návštěvu.

Náš klient Jirka Šimíček takového přítele má. Je to fenečka jorkšíra, jmenuje se Yankee, ale všichni jí říkáme Jeny. I když měl Jirka z péče o fenku trochu obavy, všechno zvládá na jedničku a i při běžné kontrole a očkování

u veterináře se Jirka chová jako zkušený chovatel.



Svou roztomilostí a slušnou výchovou si Jeny naklonila opravdu všechny, a když je Jirka v práci nebo na zápase svého milovaného hokejového klubu Vítkovice, rádi ho v péči

o Jeny všichni zastoupíme, protože s Jeny je to tak trochu jiná a veselejší směna.

Text: **PETR HOCHVALD**
Chráněné bydlení Letní

Naše libůstky



Uřčitě si vybavíte i jiné „zvláštnosti“ či „podivnosti“, které ve výsledku svědčí o jediném: každý jsme individualita a nemusíme se za nic stydět. Stejně tak i pánové Gabriel a Filip, když jsme s kolegyní Denisou s nimi opět zašli navštívit paní kadeřnici, s níž jsme před časem navázali „družbu“.

Uvědomili jsme si, jakými libůstkami oplývají právě oba zmínění pánové. V Domku Jandova, kde oba bydlí, už jejich projevy ani nevnímáme, zato venku... Gabriel, ač krajně nerad, dokáže překonávat schody a nastoupí i do autobusu. V terénu se však i maličkému

Uřčitě jste už někdy zaslechli, jak si ostatní dělali legraci z lidí, kteří vytlačují zubní pastu zásadně a jenom od konce... Já, autor tohoto povídání, se hrdinně přiznám, že tento „problém“ mě nechává absolutně chladným, tedy „tlačím“ pokaždé na jiném místě tuby, ale zásadně pro změnu dodržuji „nutnost“ uložení hranatého tácku na stůl tak, aby hrany tácu i desky stolu byly rovnoběžné...

schůdku vyhne jako čert kříží a raději ujde i větší kus cesty, jen aby mohl jít po rovině.

Filip (na snímku) pro změnu u bývalé paní kadeřnice rád na jejím křesle zaujímal nejrůznější bizarní pozice a točil se stále dokola... A paní kadeřnice jej musela následovat, chtěla-li dostát své povinnosti Filipa ostříhat... Zdá se, že tento zvyk již Filip překonal, ale při pečlivějším zkoumání bychom určitě narazili na řadu dalších neobvyklých projevů chování. Jako u kohokoli z nás...

Opravdu platí, že jinakost by měla být naprostou samozřejmostí. Není těžké „jít s davem“, ale odlišovat se a nestydět se za to, to už chce pořádnou dávku odvahy. Nehledě na to, že za své odlišnosti často ani nemůžeme... Mějme to na paměti, až zase „nenápadně“ budeme pozorovat pána s jednou rukou či pubertální slečnu odvedle, která si dala své vlasy přebarvit na modro...

Text: **MARTIN POBOŘIL**

Domov Jandova

Foto: **DENISA ADYOVÁ**

Domov Jandova - Domek Jandova

Adventní workshop

V sobotu 2. prosince jsme uspořádali vánoční dílnu v Chráněném bydlení Thomayerova v Ostravě-Vítkovicích. V tento den vydatně sněžilo a naši kluci opakovaně uklízeli sníh. Děvčata upekla buchtu, uvařila vánoční punč s ovocem a připravila chléb s vajíčkovou pomazánkou. Všichni naši klienti se ale těšili hlavně na návštěvu kamarádů z Chráněného bydlení Bronzová...

Ve 13 hodin se konečně dopotácela děvčata z chráněnky v doprovodu paní Katky Havlí-

kové, celá od sněhu s úsměvem





a dobrou náladou. Pěkně jsme kamarádky z Bronzové přivítali, pozvali je do kuchyně, na zahřátí jsme nabídli punč, buchtu a také kávu a povídali si o vánočním čase a zvycích.

Adéla zahrála vánoční koledy na flétnu v doprovodu paní Marcely Nosiadkové. Klienti si pak povídali, jaké by si přáli dárky a někteří prozradili, že o Vánocích budou doma u rodičů.

Děvčata

z Bronzové byla fajn, zapojovala se do debaty. Potom jsme se teple oblékli a šli ven do pergoly, kde jsme se museli zase trochu brodit sněhem. Tam jsme si připravené větvičky zapíchali do květináčů

s aranžovací hmotou florex.

Katka Havlíková z Bronzové krásně navázala větvičkami věnec pro chráněnkou Bronzová a Marcela Nosiadková pro naši chráněnkou Thomayerova.

Občas potřebovali kamarádi poradit, jestli ještě přidat do květináče větvičku nebo vazba

stačí. Když byly květináče naaranžované a věnce navázané, přemístili jsme se zpátky do kuchyně, provoněné skořicí, kde už na nás čekal horký punč a chléb s pomazánkou.

Na stole byly připravené ozdoby a stuhy k nazdobení květináčů a věnců. Nejžádanější byly zlaté a stříbrné ozdůbky. Katka z Bronzové pomáhala klientům přilepit ozdoby a mašle tavící pistoli. Po tvořivé činnosti se všichni ještě občerstvili. Najednou už byla venku tma, stále chumeli - zkrátka zima, jako řemen.

Kamarádky z Bronzové se začaly loučit, poděkovaly za všechno a hotové vánoční dekorace si vzaly s sebou. My jsme také poděkovali za návštěvu a popřáli šťastnou cestu. Bylo to krásné společné odpoledne a moc se těšíme na další. Zároveň také věříme, že jsme tím inspirovali i ostatní.



Text a foto. **MARCELA NOSIADKOVÁ**
Chráněné bydlení Thomayerova

Mikulášská dílna ve Čtyřlístku

Se studentkami Soukromého gymnázia Iuventas v Ostravě jsme se poprvé setkali loni v adventním čase, když jsme společně s nimi vystupovali na vánočním jarmarku v ostravském reuse centru. Už tehdy jsme si slíbili, že to nebude poslední setkání, ale určitě ještě něco společně vymyslíme napřesrok. Slovo dalo slovo a tak se také stalo: s naší skupinou Rytmu a studentkami z Iuventasu jsme v předvečer příchodu Svatého Mikuláše - 5. prosince - připravili první společnou Mikulášskou tvůrčí dílnu v tělocvičně Čtyřlístku.

K našim klientům, kteří se rozhodli čelit vpravdě zimnímu počasí, se přidali také seniři z Domova Korytko. A tak byla naše první společná Mikulášská tvůrčí dílna skupiny Rytmy s přáteli – studentkami Soukromého gymnázia Luventas opravdu radostná a veselá. Studentky, jež se na chvíli proměnily i v andělské bytosti, zahájily toto setkání zprvu trochu nespěšně několika vánočními písněmi a koledami, k nimž se pak přidali i kamarádi ze skupiny Rytmy.

Nálada se brzy rozeběhla a pak už mohli všichni buď poslouchat populární melodie, tančit, bubnovat dle libosti nebo se přidat ke studentkám a spolu s nimi tvořit nejruznější vánoční ozdoby anebo drobné dárečky pro přátele. Děvčata byla výborně připravena a vzaly s sebou nejruznější pomůcky, z nichž se dali vykouzlit sněhuláci, andělé, či různé vánoční ozdůbky. Komu se zrovna nechtělo tvořit, ten mohl tančit a bavit se na parketu dle své libosti.



Adventní atmosféra byla vskutku nakažlivě radostná, a to bez rozdílu věku či zdravotního handicapu. Někteří kamarádi z Centra pracovní činnosti přišli dokonce i v kostýmech andělů, pekelníků či Mikulášů, protože také u nich v dílnách se právě chystali na mikulášský večírek... O to větší radost jsme měli, že přišli



podpořit také tvůrčí dílničku studentek z Luventas a potěšení z výsledků společného tvoření bylo patrné na obou stranách. Bohužel, prostor našeho časopisu nedovoluje alespoň



fotografiemi dokreslit vše, co se tentokrát v naší tělocvičně dělo... Tak alespoň jen malou fotografickou „ochutnávku“.

Také pečovatelky z Domova Korytko si pochvalovaly, že toto společné dopoledne mělo velký úspěch také u jejich klientek, které se přišly rovněž podívat. Některé z nich neodolaly a pustily se do bubnování. K překvapení pečovatelek se babičky opřely do bubnů s nadšením a všem se to tak líbilo, že v Korytku teď plánují vlastní muzikoterapii a nákup djembe bubínků...

Všem se toto setkání moc líbilo a společně věříme, že si jej brzy zopakujeme třeba někdy v příštím roce, možná už na počátku jara... Kdo ví?

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Mikulášský večírek tradičně...

Kouzelná předvánoční atmosféra provázela v úterý 5. prosince náš tradiční mikulášský večírek v sociálně terapeutických dílnách Centra pracovní činnosti.



Nic jsme nepodcenili – postupně jsme masky čertů a andělů zdokonalovali a zkrášlovali. Vždyť vyrobit originální masku a zůstat v utajení, to není jen tak! Proto již od rána vládla u nás v Centru pracovní činnosti nervozita a vzrušení.

Nadšený jásot a smích při převlékání a zdobení dával tušit, že masky budou opět stát za to. Čerti vylepšovali svůj hrůzostrašný vzhled a leckdy nebyli k poznání. Zkoumali navzájem velikost a zakřivení svých rohů

a andělé zase rozpětí svých křídel. Náš „Mikuláš Petr“ po nasazení čepice u uchopení berle vyrostl najednou do majestátní výšky a hrdě vyhlížel své andělíčky.

Náš večírek zahájila promenáda masek a společné fotografování u vánočního stromečku a svítících hvězdíček. Rej čertů a andělů v čele s Mikulášem a jeho „andělskou družinou“ byl úchvatný. Oblíbené melodie ještě více zpříjemnily atmosféru v „sále“ a všichni pekelníci i andělé se pustili hned do tance a zpěvu.

Nikdo neodcházel zklaman, magická atmosféra všechny zahřála u srdíčka. Hříšné duše nakonec v pekle neskročily, slíbily, že se polepší. Když je krásně a veselo, utíká to rychleji. S chutí jsme si zatančili, zazpívali, pobavili jsme se s kamarády a už se těšíme na vánoční večírek!

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



Naši na Vánočním jarmarku

Historicky podruhé jsme přijali pozvání Reuse centra Ostrava, sídlícího ve Slovenské ulici

v Přívozu a zúčastnili se v úterý 12. prosince zdejšího Vánočního jarmarku určeného ostravské veřejnosti. V prodejně reuse centra bylo už brzy odpoledne poměrně živo. V knihovním koutku rozložila své bubny a další hudební nástroje naše skupina Rytmy, ve svém prodejním stánku nabízely nepřebornou škálu



(nejen) vánočního zboží kolegyně z Centra pracovní činnosti, opodál chystali své speciality pracovníci partnerského obchodního centra IKEA, nechyběli kamarádi z pojízdné kavárny Mental Café a také v dílničce reuse centra to hučelo jako v úle...

● dobrou náladu návštěvníků a kupujících se postarala tradičně naše skupina Rytmu, která vždy strhne pozornost nakažlivými melodiemi a výjimkou nebylo ani reuse centrum. Většina návštěvníků se tady se zájmem zastavila a naslouchala. Neodolali ani někteří zaměstnanci pořádající organizace – OZO Ostrava, jako například šéf provozovny reuse centra, Mgr. Aleš Staniczek, MBA nebo tisková mluvčí OZO Ostrava, Mgr. Vladimíra Karasová, která si s Rytmu s chutí zabubnovala. Kdo právě něco nehledal v nepřeberné změti nabízených předmětů nebo nenakupoval, ten se spokojeně vrtěl nebo tleskal v rytmu živé hudby.

Kolegyně z našeho Centra pracovní činnosti nabízely nepřeberné množství rukodělných výrobků z našich sociálně terapeutických dílen s vánoční tematikou i jako praktické dárky pro celý rok. Bylo toho tolik, až přecházel zrak a není divu, že to často byly jedny z prvních věcí, které zaujaly návštěvníky.

Zajímavá však byla i dílnička pracovníků obchodního centra IKEA Ostrava s různými šikovnými „vychytávkami“ a „ochutnávkami“ pro všechny pak byla vítaným kávovým osvě-

žením pojízdná kavárna Mental Café, nabízející letos také něco dobrého na zub. Pracovnice OZO Ostrava zase lákaly děti a dospělé do své tvůrčí dílny s možností zhotovení vlastních – originálních vánočních ozdob, čemuž neodolali ani někteří z našich klientů, jako třeba Jirka Válek z Domku Uhrova, jemuž nic zajímavého nemůže uniknout (na snímku vlevo s tiskovou mluvčí Vladimírou Karasovou).

Také letošní jarmark v reuse centru byl dobře připraven, ale bohužel se netěšil tak velké pozornosti návštěvníků, jako loni. Mnohé z nich nejspíš odrazovala příliš vysoko nasazená cena vstupného, popírající sám smysl



tohoto centra. Ale ani tak tady nechyběla přívětivá vánoční atmosféra s příslibem nadcházejících vánočních svátků...

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Vánoční posezení

Pondělní dopoledne 18. prosince bylo pro nás v Domku U Rourovny výjimečné. Navštívily nás totiž děti z místní mateřské školy Montessori a také sousedé - pan Zdeněk Zemánek a paní Monika Božoková.



Byli jsme mile překvapení, že ani naši sousedé nepřišli s prázdnou. Měli pro nás připravenou malou pozornost v podobě vánočních balíčků, které nám rozdali s přáním pohodových vánoč. Touto cestou bychom jim chtěli za nás i pracovníky poděkovat, že jsou ochotni rozdávat radost ostatním. Moc si toho vážíme.

Pondělní dopoledne nám velice rychle uběhlo. Už se těšíme na další plánovanou akci (dětský den), který se bude konat na naší zahradě.

**Klienti a pracovníci
Domku U Rourovny
Domov Jandova**

Na tak milou návštěvu jsme se samozřejmě připravili už předem. Napekli jsme cukroví, perníčky, frgály, připravili pohoštění a pro děti také malé dárky.

Děti společně se svými učitelkami si pro nás připravily pásmo vánočních koled a básniček. Ani my jsme však nezůstali pozadu. S dětmi jsme si společně zazpívali a zarecitovali vánoční koledy. Když jsme dozpívali a dorecitovali, děti nám vyrobily ze čtvrtek tvrdého papíru, nastříhaných stromečků a vloček z barevných papírů nádherná vánoční přáníčka. Zároveň pro nás s pomocí učitelek namalovaly krásný obraz vánočního stromečku s přáním do nového roku. Obraz jsme si zavěsili v obývacím pokoji a celý rok nám bude připomínat společně strávený adventní čas.

Pak jsme si ještě pochutnali na cukroví a připraveném pohoštění. Největší radost však dětem udělaly námi připravené dárečky.



Za zvuku vánočních koled, podsvícené a pod rouškou přicházející noci, vánoční ves-

Vánoční tvoření

Také u nás na Jandovce (v Domku Jandova – pozn. red.) v domácnosti "C", jsme se pilně připravovali na nadcházející vánoční svátky. S velikou pomocí a nadšením našich klientů, jsme vyráběli andělská křídla a vánoční vesničky.

ničky krásně dotvářejí výzdobu obývacího pokoje, kde se už rýsuje celá vánoční atmosféra.

Pánové se už také těší, až se pod stromečkem objeví vánoční dárky, na stole rozvoní

cukroví a pochutnávat si budou i na vlastnoručně vyrobeném vaječném likéru.

Na snímcích: *Nikdo ani nemohl tušit, kolik radosti sobě i všem kamarádům přinesl tento tvořivý den u nás na Jandovce...*

Text: **STANISLAVA ANGEROVÁ**
Foto: autorka, **JANA KLUČÁROVÁ**
a **NIKOL PECHOVÁ**
Domov Jandova – Domek Jandova



Vařili jsme vaječňák!

Samozřejmě, k té správné vánoční atmosféře patří již tradičně nejen sváteční punč, ale v mnohých rodinách nemůže chybět ani domácí vánoční likér. A tak se také u nás v Domku Jandova 21. prosince, jen lehce po setmění, rozvoněl naší domácností „C“ v Jandově ulici, pravý vaječný likér...

jsme mocně, ale „vaječňáku“ ještě zůstalo i na neděli, abychom si s ním společně mohli připít na Štědrý večer u stromečku s cukrovím.

A tak se také stalo a popřáli jsme všem krásné prožití vánočních svátků a vše krásné v novém roce!

Společně s klienty jsme jej vařili, sypali a přidávali do hrnce potřebné ingredience, poctivě míchali a také ochutnávali. Ochutnávali

Text a foto: **STANISLAVA ANGEROVÁ**
Domov Jandova – Domek Jandova

Čtyřlístek na toulkách

Za zážitky do Chotěbuzi!

Nejen krásným počasím, ale i skvělými zážitky nás obdařil v sobotu 14. října výlet s klienty Domova Barevný svět (Domku Výškovice) a Domova Jandova, kteří se spolu s doprovodem vypravili na výlet do Chotěbuzi u Českého Těšína. Pěkný den



jsme tady strávili v příjemném prostředí Rybího domu a jeho malebném okolí včetně nedalekého Archeoparku. Každý si našel „to své“ a rozhodně bylo z čeho vybírat.



Někteří byli nadšení prohlídkou obřích akvárií s mnoha druhy ryb v Rybím domě. Velký zájem vzbudilo zejména krmení ryb speciálními granulami. Klienti krmili ryby jak v akváriích, tak ve velké venkovní nádrži. Jiní si užili promítání filmu v interaktivním 7D kině, které pro nás zaměstnanci Rybího domu otevřeli mimo sezónu. Byli jsme usazeni do pohodlných sedadel, jištění pásy a zapůjčili nám i speciální brýle. Vítr ve vlasech a pohyb sedadel v nás vyvolal smích i lehké mrazení. Vždyť jsme projížděli i horskou dráhou a nad hlavami nám prolétal vrtulník. Komu by po tomhle

zážitku nevyhládlo?

Ale v místní rybí restauraci si každý pochutnal na dobrém jídle. Vybíralo se ze všech možných rybích specialit a těm, kteří dávali přednost sladkému, restaurace nabídla palačinky s ovocem, borůvkovým přelivem a šlehačkou. Pivaři ocenili čepovaný Birell, nechyběla káva ani oblíbená Kofola.

Počasí nám přálo a příroda lákala k vycházce po okolí. Nemohli jsme si samozřejmě nechat ujít ani návštěvu zdejšího Archeoparku v docházkové vzdálenosti. Archeopark nám nabídl pohled do krajiny z vy-



hlídkové věže a prohlídku dílen, kde jsme mohli vidět ukázky pravěkých řemesel, jako třeba zpracování kostí, jantaru a textilní techniky v rámci Mezinárodního dne archeologie. Měli jsme také možnost zahrát si na starověké hudební nástroje - různé bubny, flétny a píšťaly. Se zájmem jsme si prohlíželi exponáty ve vitrínách, zaposlouchali se do audio produkce se zvuky zvířat, šuměním větru a vody...

Příjemně unavení a plní zážitků, jsme na sklonku odpoledne nasedli do autobusu a zamířili zpátky domů s pocitem, že jsme si užili fajn den. Mnozí si vyzkoušeli něco nového a už teď se těší na další výlet.

Text: **IVETA HOŠKOVÁ**

Fota: autorka a **ZUZANA PEXOVÁ**

Domov Barevný svět – Domek Výškovice

S Kryštofem na Slezské



Naše putování jsme tentokrát zahájili překrásným výhledem na Ostravu v místech, kde ještě nedávno stával stadion Baníku Ostrava. Poté jsme se svižnou chůzí přenesli do „světa konzumu“, totiž do zánovní budovy prodejny Lidl. Nevěděl jsem, že 1. prodejna této německé společnosti byla postavena v roce 1973, první zahraniční prodejna této značky se objevila roku 1989 ve Francii, v Česku se pak Lidl prosadil v roce 2003 a v současnosti v něm spravuje na 310 prodejen. Celkově společnost působí ve třiceti evropských zemích a v USA.

Malého Kryštofa však zaujala slezsko-ostrovská pobočka Lidl, která našla své útočiště v Keltičkově ulici v areálu bývalého Dolu Petr Bezruč. Budova je to věru krásná. Napodobuje režné zdívo, tolik typické pro industriální (průmyslovou) architekturu této oblasti. Na první pohled upoutá svým výhledem na opuštěné, ale zrekonstruované těžní věže starobylého dolu. Pobočka je zatím jednou ze tří v republice, jež je postavena podle nového konceptu – dole parkoviště, nad ním vlastní prodejna. Pojízdným chodníkem jsme se dostali až k ní a s košíkem na kolečkách jsme si ji celou projeli.

A protože se Kryštof choval přímo vzorně, mohl si do košíku vložit i nějakou tu laskominu. Platil jsem samozřejmě já! Po „velkém“ nákupu jsme se vydali výstavní Keltičkovou ulicí. Minuli jsme budovu kapličky z půlky 19. století i mu-

Osmiletý Kryšťůfek z Domku Syllabova umí každého odzbrojit svým úsměvem, ale často i chováním, kdy se dokáže projevat doslova jako neřízená střela. Jakákoli akce, která jej zaměstná, je proto více než vítaná... Přesvědčujeme se o tom při našich putováních Ostravou i v prostředcích městské hromadné dopravy a ověřili jsme si to i při návštěvě Slezské Ostravy počátkem října.

zeum Keltičkova kovárna s exponáty, které zájemce seznamují s počátky dobývání uhlí na Ostravsku.

Přes Bohumínskou ulici jsme se přenesli na „náplavku“, kde hladový Kryštof vydatně doplnil svou energii... Došli jsme až k loděnici, opět se občerstvili a naše putování završili cestou přes Hradní lávku, Černou louku (podle dávno pořádaných trhů s „černou zvěří“, jak se dříve říkalo prasatům, pozn. autora), překrásně zrekonstruovanou Farskou zahradu a centrem města k zastávce MHD.



Domů jsme dojeli akorát k večeři. Kryštof byl navýsost spokojený, ale po nějakých stopách únavy nemohla být ani řeč. Určitě se už teď těší, na jakou „dobrodružnou“ výpravu se vydáme příště.

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

Malý vetešník

Je to jen pár let, co bylo na Ruské ulici ve Vítkovicích otevřeno dnes již pověstné vetešnictví, tedy obchod s použitým, někdy starožitným zbožím – veteš. Za léta své existence již prostory malebné vilky z režného zdíva přilákaly nejednoho milovníka atmosféry starých časů...

Kryštofa z Domku Syllabova jsem však protentokrát pozval na prohlídku vetešnictví mariánskohorského, o poznání staršího a většího, které se rozkládá jen pár desítek metrů od zdejší Billy. Zabírá poměrně velkou plochu a nejrůznějšího zboží je tam tolik, až oči přecházejí.



Od dob středověku, kdy předchůdci vetešníků provozovali svou živnost, se určitě leccos změnilo – např. to, že dřívě se k vetešníkům chodilo zejména pro obnošené oblečení, které si případný zájemce mohl odnést i s malým „dárkem“, nejrůznějšími breberkami... Dnes u vetešníků najdeme opravdu všechno, o čemž se přesvědčil i malý Kryštof, kterého zlákaly především třpytivé skleničky...

Abych zabránil katastrofě, urychleně jsem ho odvedl do míst, kterým vévodilo zboží poněkud bytelnější, jako je starý nábytek, nejrůznější kuchyňské náčiní, ale i džbery, květináče, lyže... Prostě: nejen Kryštof by si mezi tisícovkami nejrůznějších předmětů určitě vybral. Stejně jako zástupy spokojených zákazníků, kteří sem pravidelně docházejí kvůli atmosféře, ale i touze „ulovit“ něco speciálního pro sebe či své blízké.

Jako by se tady zastavil čas, což si někdy přeje každý z nás. Určitě i Kryštof, kterého nakonec zlákala hromádka kamínků. Čapl si kní a začal si hrát. A já jej nechal a s nostalgii vzpomínal...

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

Na ruském kole



Ne, nejedná se o kolo vyrobené v Rusku, i když právě odtud se k nám možná kdysi dávno díky ruským kolotočářům dostal jeho název. Ve většině zemí světa se mu říká obří, velké, vyhlídkové, panoramatické... V Česku, na Slovensku a třeba i v Německu se uchytil právě název ruské kolo. Jde o známou atrakci, kterou můžeme vidět v Londýně či Paříži, ale málokdo ví, že předchůdce ruského kola najdeme už v 17. století v Bulharsku. První velké ruské kolo zažilo svou premiéru roku 1893 v americkém Chicagu, ale nejstarším zachovaným kolem je to ve vídeňském Prátru z roku 1897. Největší atrakcí tohoto typu najdeme v Dubaji – je vysoká 250 metrů a pojme až 1750 pasažérů.

nevadí. Vždyť kdo by netoužil alespoň na chvíli kroužit jako pták nad ostravskými střechami a kochat se pohledem po známých pamětihodnostech města! Jirka z Domku Syllabova se tím „ptákem“ stal, a to již podruhé.

Loni s paní Michaelou z Domku Jandova, která si jej i s jejím mužem Pepou pravidelně bere domů do hostitelské péče, letos s mou

V porovnání s tím je ostravské ruské kolo, které už několik let pravidelně v předvánočním období vídáváme na Masarykově náměstí, učiněný trpaslík. To ale vůbec

maličností, protože se při naší návštěvě vánočních trhů 12. prosince zcela spontánně rozběhl přímo k atrakci a zcela nepokrytě dával najevo, že by se opět po roce rád svezl... A mně nezbylo nic jiného, než se „obětovat“ a svézt se spolu s ním.

Byl to, věru, krásný zážitek. Jiřík se radostí hlasitě smál, já měl radost, že je Jirka veselý.

Oba jsme si tu chvíli užili. Každý po svém, ale oba na ten kouzelný zážitek, kdy jsme se stali „ptáky“, budeme jistě ještě dlouho vzpomínat.

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

Sladké potěšení

S oblibou říkáme, že si má člověk dělat drobné radosti. Někomu stačí krátká procházka v lese, jinému pro změnu skotačení s psím kamarádem. Nemálo z nás upřednostní nějakou tu sladkost, kterou se mnozí odměňujeme docela často, samozřejmě zaslouženě...

Možná jste nevěděli, stejně jako já, že předchůdce dnešního cukru je používán asi 6 tisíc let. Že cukr se zpracovává v cukrovarech z cukrové třtiny nebo cukrové řepy, no je možno jej vyrábět i z datlí, z javoru a dalších rostlin. Že 1. cukrovar na světě na cukrovou řepu byl založen roku 1802. Cukr se dnes připravuje v homolích, kostkách (poprvé byl kostkový cukr vyroben v roce 1843 v Dačicích, kde je cukrové kostce dokonce věnován žulový památník), v podobě krystalů, krupice či moučky a největšími producenty jsou Brazílie a Indie.

S panem Tomášem z Domku Jandova rádi vyrazíme na dlouhé vyjíždky po okolí, ale vždy se zastavíme i v oblíbeném Zámeckém cukrárně nedaleko zábřežského zámku. Na přilehlé terase se vyhříváme, popijíme oblíbené nápoje a vychutnáváme znamenité cukrářské výtvořky.

O původu cukru a důsledcích jeho konzumace, pokud to s ní přeháníme, vůbec neu-



važujeme – nechceme si kazit poklidnou atmosféru daného okamžiku, ve kterém- vedle nás - právě dortík sehrává tu nejdůležitější roli. Věřme, že nás od drobných radostí nikdo nikdy neodradí.

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

Mikulášský vlak s Rytmy

Musím přiznat, že o první prosincové sobotě vládlo v Ostravě doslova „psí počasí“, že by opravdu ani psa nevyhnal. Rozhodla jsem se ale, že tentokrát se na vlastní oči přesvědčím, jaké to je, když železničáři ze Slezského železničního spolku pořádají své proslulé Mikulášské jízdy, kterých se už druhým rokem účastní také naši klienti. Pozvání jsme dostali



i letos, a to na oba víkendové dny – 2. a 3. prosince. Letos jsme však železničářům nabídli na oplátku za jejich pozvání, že první odpolední odjezdy vláčku doprovodí svými melodiemi na nádraží Ostrava Střed naše skupina Rytmy.



Ostrý vítr a sněhová fujavice mě doslova zavály od zastávky tramvají k historickému nádraží Ostrava Střed. Skoro jsem litovala, že jsem to nevzala přes nákupní centrum Karolina a lávku, kudy by to bylo určitě rychlejší a průchodem přes Karolinu bych se snad i trochu ohřála.. Na nádražním peronu už se také choulily skupinky nadšenců – malých i velkých, které ani počasí neodradilo od slibovaného zážitku: jízdy Mikulášským vlakem. Nechyběli ani někteří naši klienti se svými doprovody. Vladka Kaločová s Dášou Drobíkovou, Jitkou Šefránkovou a členy skupiny Rytmy našli azyl v jedné z čekáren, aby před sněhovou slotou ochránili alespoň hudební nástroje.

Zbyla i chvíle času rozhlédnout se po tomto malebném nádraží, patřícím k nejstarším ve městě. Však také už před dvaceti lety byla jeho budova prohlášena kulturní památkou.

Toto nádraží na frýdlantské dráze mezi Ostravou a Valašským Meziříčím bylo postaveno společně s železniční tratí v roce 1871. Původní název stanice Ostrau-Witkowitz souvisel s jejím umístěním mezi Moravskou Ostravou a Vítkovicemi. Stavba nádraží samozřejmě úzce souvisela s rozmachem Vítkovických železáren v 19. století a dnes již neexistujícího dolu Karolina a císařské cesty. První část této železniční trati byla vybudována akciovou společností Císařsko-královská privilegovaná Ostravsko-frýdlantská železnice v letech 1869–1870 mezi Ostravou a Frýdlandem nad Ostravicí a nesla název Ostravsko-frýdlantská dráha. Tento úsek byl, spolu s nádražím, uveden do provozu právě onoho roku 1871. Finální podobu nádraží jak ji známe dnes, vytvořil v roce 1910 architekt Franz Bobrowsky. V roce

2003 se uskutečnila částečná rekonstrukce stavby a v jedné její části je dnes také muzeum.

Na toto nádraží od 19. století přivážely vlaky hlavně dělníky a havíře ze širokého okolí, které zaměstnával průmyslový kolos Vítkovických železáren a přilehlé doly.

Filozofická fakulta Ostravské univerzity vydala nedávno publikaci věnovanou slavnému řediteli Vítkovických železáren – Paulu Kupelweiserovi (ve funkci v letech 1876 až 1893), jenž podle dobového tisku „*Ve Vítkovicích zařídil kapitálem Rothschildovým velkolepé železářny a ocelárny, závody, jakých je málo na světě.*“ Tohle ocelové město však také ve své době návštěvníky Ostravy

dosti děsilo a bylo líčeno jako mýtická příšeřa: „*Ve dne vidíte les kouřících komínů a v noci celé kopy pekelných tlam sálá oheň. Strašný ruch ve dne v noci otřásá vzduchem, stroje skřípají, píšťaly hulákají, ohromné setrvačnický duní a frní, pára ucházející soptí, syčí, funí a frká, všude, vlevo, v pravo, na ohromném prostranství, o němž se vám zdá, stojíte-li uprostřed, že nemá začátku ani konce, že je to bezpočet vulkánů, potýkajících se s železnými a ocelovými velikány v neustálém, strašném a přec odměřeném boji, zuřivém, věčném, nekonečném.*“

Přes všechny pozitivní proměny, které během Kupelwieserovy éry pocítilo dělnictvo, hutníci stále živořili v mizerných bytech, dělali dvanáct hodin denně a vzduch nad Vítkovicemi byl nedýchatelný. Když v roce 1900 ostravská sociální demokracie začala vydávat týdeník



Duch času, z Vítkovických železáren se na jeho stránkách stala „vítkovická mordovna“ či „vítkovická lidumorna“. Podmínky dělníků byly i v novém století reálně zoufalé.

To všechno je dnes již nemyslitelné, ale stojí-li člověk na nádraží Ostrava Střed na dohled dnešní Dolní oblasti Vítkovic, jedné z vůbec nejnavštěvovanějších kulturních památek v České republice, jen těžko si může představit, jak mnoho se změnilo za oněch 152 let, kdy tímto nádražím začaly proudit první zástupy cestujících... Původní železářny, důl i koksovna Karolina – to všechno odvál čas. Uměl by si dnes Paul Kupelweiser představit, že jeho dílo bude přetaveno v obří technickou památku, kulturní a zábavní centrum a že někdejší důl a koksovna zmizí beze stopy, jen původní název ponese jeden z největších obchodních domů u nás?



Jaký je vlastně smysl tak populárních Mikulášských jízd, pořádaných Slezským železničním spolkem? Jak nám vysvětlil pan Ladislav Antalec, „*Chceme udělat hlavně radost dětem, aby měly zážitek z jízdy vlakem, a k tomu jim ještě během cesty rozdáváme drobné dárky jako mikulášskou nadílku... Ostrava je velký železniční uzel, takže nemusíme jezdit vláčkem jenom sem a tam, ale je to vždy asi hodinová okružní jízda s nástupem na nádraží Ostrava Střed, odkud jedeme na nádraží v Kunčicích, ve Vítkovicích, do Svinova a odtud pak na hlavní ostravské nádraží, na Stodolní a končíme opět na nádraží Ostrava Střed.*“ I během jízdy doprovází cestující celá mikulášská chasa v čele s Mikulášem - andělem i pekelníci.



Ale to už se pomalu blíží druhá hodina odpolední a s ní také příjezd tak velmi očekávaného Mikulášského vlaku. Bez ohledu na zimní „psí počasí“, jsou naši Rytmáci opět skvěle připraveni a nevdají ani sněhový nával a mráz za nehty. Rytmy rozechřívají své posluchače temperamentními melodiemi. A navátý sníh konečně rozráží příjíždějící vlak!

Z vagonu vystupuje celá mikulášská parta s Mikulášem, čerty i andělem. Rytmy roztančily a rozveselily úplně všechny. Snad nejvíc se raduje mohutný anděl, do jehož kostýmu se přetěllil organizátor jízdy a předseda Slezského železničního spolku, pan Ladislav Antalec.

Naši muzikanti správně „naladili“ i cestující, takže během okružní jízdy vlakem po ostravských nádražích panovala výborná nálada, oslazená drobnými dárky, jež rozdávala mikulášská chasa v čele se svatým Mikulášem.

Ti někdy pouštějí na děti hrůzu, ale radost z dárků případné slzičky rychle vysuší. Však je také ve vlaku s písničkami a koledami náležitě veselo.

Velké poděkování patří všem členům Slezského železničního spolku, který umožnil našim klientům v sobotu i v neděli bezplatnou jízdu Mikulášským vlakem. A zájem byl opravdu veliký. Z různých zařízení Čtyřlístku se jej zúčastnilo téměř padesát klientů a smůlu měli jen ti, kterým počasí nedovolilo docestovat na nádraží.

Budeme se těšit opět za rok na shledanou v Mikulášském vlaku. Ale zároveň budeme tajně doufat, že si v příštím roce zopakujeme i velmi úspěšnou letní Borůvkovou jízdu...
Děkujeme, přátelé!

Text: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Foto: **autorka a VLADIMÍRA KALOČOVÁ**

S odbory ve světě...

Jak už se stalo v naší organizaci tradicí, i v letošním roce jsme zorganizovali dva adventní zájezdy pro naše zaměstnance a jejich rodinné příslušníky a kamarády. Oba zájezdy se uskutečnily v prosinci.



V prvním, dvoudenním zájezdu, který se uskutečnil o víkendových dnech 9. – 10. prosince, jsme se hned první den v ranních hodinách vypravili do rodinné čokoládovny Hauswirth v rakouském městečku Kitsee, ne-daleko Bratislavy, kde nás čekala slovenská



průvodkyně.

Nejprve jsme shlédli filmový dokument o začátcích výroby čokolády rodinou Hauswirth ve Vídni a následně v Kitsee. Humornou formou nám tento film pomohl vžít se do historie a přívětivé atmosféry výroby čokolády včetně spokojených a mlsajících zaměstnanců firmy. Následně jsme si prošli dostupné provozy výroby, kde se již s předstihem vyráběli čokoládoví zajítky na velikonoční pomlázku.

Sladkou tečkou exkurze byl vstup do firemní prodejny, kde na nás čekalo nepřeberné množství čokoládových sladkostí různých tvarů i chutí: Ovoce v čokoládě, ovoce v čokoládě s likérem, banánky v čokoládě, Mozartovy rohlíčky, rumovo-kokosové koule a spousta jiných dobrot (*na snímku vlevo*). V prodejně to hučelo jako v úle. K dispozici byla ochutnávka

téměř všeho, co si mohl návštěvník zakoupit. A přestože po několika ochutnaných kouscích bylo „přečokoládováno“, tašky účastníků našeho zájezdu se plnily sladkostmi a všichni odcházeli s nějakým pamlskem. Odcházeli jsme právě včas. Za námi už totiž mělo prohlídku rezervováno dalších 51 autobusů!

Naší další zastávkou na této zahraniční cestě byly maďarské termální lázně Mosonmagyaróvár (*na snímku vpravo nahoře*), na které se všichni těšili nejvíce. Zimní počasí, předvánoční atmosféra, relaxační koupel v teplých termálních bazénech a ochutnávka maďarských specialit tvořily balíček prožitků poklidného sobotního odpoledne.

V podvečer jsme se přesunuli do rodinného penzionu ve Velkém Mederu, který jsme již k plné spokojenosti využili, když jsme v předcházejícím roce navštívili Budapešť. Po večeri jsme ještě poseděli u dobrého vína nebo piva a sdíleli zážitky z celého dne.

Druhý den jsme se probouzeli do krásného zimního sněhového rána. Po vydatné snídani jsme vyrazili směr Bratislava. Prošli jsme si město, ukázali několik hlavních památek a zajímavostí města a hlavně jsme si užili





atmosféru bratislavských adventních trhů, na kterých nesměla chybět ochutnávka vánočního punče nebo svařáku.

Druhý, tentokrát jednodenní zájezd nás zavedl 16. prosince do adventní polské Wroclawi (na snímku na předcházející straně

vpravo dole). Ač jsme tento zájezd opakovali po čtyřech letech ani tentokrát nezklamal. Průvodkyně si se zájemci o historii prošla nejzajímavějšími místy ve městě a povyprávěla nám spoustu zajímavostí. Kochali jsme se bohatou historií i historickými budovami Wroclawi, jež po druhé světové válce doslova „vstala z popela“ (bombardování zničilo více než 75 procent budov této historické perly jižního Polska, kde zanechali svou stopu i čeští králové) a po zbytek dne jsme měli možnost projít se nádherně vyzdobeným centrem města a kouzelnými adventními trhy.

Samozřejmě ani ve Wroclawi nechyběla ochutnávka místních specialit a regionálních pochutin. Tak jako

z každého zájezdu, vraceli jsme se i tentokrát všichni sice unavení, ale s hezkou vzpomínkou na krásně prožitý předvánoční den.

Text: **GABRIELA KUPCOVÁ**

Fota: autorka, **VLADIMÍRA KALOČOVÁ**
a **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Kultura

Rytmy mezi dětmi

Po dvou nedávných vystoupeních pro seniory, jubilanty v Bartovicích a Staré Bělé, jsme přijali pozvání mezi opačnou věkovou skupinu - mezi děti MŠ Spartakovců. Děti sluchově znevýhodněné, pro které si malá skupinka bubeníků připravila několik skladeb a hlavně aktivní hudební workshop.



Do Poruby jsme vyrazili v úterý 7. listopadu hned ráno, abychom vše krásně stihli. Mateřská škola funguje v rámci školy základní. Oba stupně škol jsou pro děti sluchově postižené a děti s vadami řeči. První skupinka už na nás netrpělivě čekala. Když jsme vybalovali naše bubny, pozorně nás děti sledovaly. Nejdřív jsme jim zahráli pár klidnějších písniček, abychom je zvukem hned nevyděsili.

Naše Dáša Drobíková děti okamžitě zapojila pohybově. Pro začátek chůzí do rytmu hudby a hrou na tělo. Pak je seznámila s některými dalšími rytmickými nástroji, které si všichni mohli vyzkoušet. V dalších skladbách už bylo naše bubnování doprovázeno malými diváky. Začala

velkolepá hudební show. Zvuk nástrojů se linul po celé mateřské škole a nepřehlušil jej ani cvičný požární poplach, který shodou okolností naplánovalo vedení školy zrovna na tento den. Byli jsme dost překvapení, když do místnosti školky vběhl pán s megafonem a všechny nás vyzval, ať se okamžitě evakuujeme ven z objektu.

Po chvíli jsme byli opět vpuštěni do útrob budovy a naše společné hudební snažení mohlo pokračovat. Děti si to pořádně užily a my měli velkou radost zároveň s nimi. Ale všechno musí jednou skončit a první skupinu „školáčků“ čekala ještě vycházka. Naši bubeníci si udělali krátkou pauzu na občerstvení, které nám ve školce připravili a pak jsme pokračovali ve stejném stylu s další skupinkou dětí.

I druhý workshop měl ohromný úspěch. Děti hrály, tančily, poskakovaly a různě projevovaly radost. Na závěr jsme sklídili pochvalu nejen



od paní ředitelky školky, ale také od všech přítomných zaměstnanců, z nichž dvě paní učitelky jsou bývalými zaměstnankyněmi Čtyřlístku.

Text a foto: **VLADIMÍRA KALOČOVÁ**



Antonína a pana Gabriela a k nim jsme přizvali i slečnu Moniku z Domku Syllabova.

Díky návštěvě kina se tak pro nás i všední den uprostřed října stal svátečním. Posilnění pochoutkami z blízké provozovny KFC jsme kinosál vzali ztečí. Díky příhodnému času – představení začínalo ve 13.20 – jsme záhy po příchodu zjistili, že jsme v celém sále naprosto sami. Byl to zvláštní pocit, ale nikoli nepříjemný... Nikdo totiž nemluvil, nešustil, nepřežvykoval, vzduchem se nenesl odér mexické pochoutky s česnekem... Po dlouhé době jsme si připadali jako lidé, kteří „jdou za kulturou“, a ne jako hladová smečka, která se chodí do kina především najíst a napít...

CineStar byl náš!

Osmisálová pobočka společnosti CineStar v OC Futurum sice funguje bezmála třidvacet let, málokdy se ale někomu poštěstí, že by byl v sále zcela sám. Nám, tedy kolegyněkám Michaele a Denise z Domku Jandova, jakož i mé maličkosti se to podařilo. S sebou jsme samozřejmě vzali i obyvatele domku pana

Všichni jsme si odpolední akci pochvalovali, nejvíce asi „naši mladí“, kteří se po čase opět mohli vidět. Monika neskrývala svou radost ze setkání s oběma mladými muži, ti pro změnu byli rádi ve společnosti pohledné slečny. A tak by to mělo být – je důležité navazovat kontakty a setkávat se, byť jen na chvíli. Vždyť stále platí, že nezáleží na délce setkání, ale na hloubce prožitku. Věříme, že nejen Monika, ale i Antonín s Gabrielem si společné setkání jakseptatří užili.

Text a foto: **MARTIN POBOŘIL**

Domov Jandova

Foto: **DENISA ADYOVÁ**

Domov Jandova - Domek Jandova

Boltem za kulturou

Výlety za kulturou jsou dnes docela drahou záležitostí, kdy „jen“ návštěva kina může méně majetné rodiče s dětmi docela jistě připravit o podstatný díl úspor... Svě o tom víme i my, zaměstnanci Domku Jandova, když s mladými muži či ženami za kulturními aktivitami vyrazíme. Paní Michaela, já, ale hlavně obyvatelé domku pánové Gabriel a Filip, jsme totiž v polovině prosince opět navštívili ostravský CineStar.



Vypadá to jako „no jo, zase si jedou na výlet“, ale zkuste se někam vypravit s lidmi, jejichž chování je nepředvídatelné, a o nichž víte, že svými projevy mohou přinejmenším vyvolávat nežádoucí pozornost. Spolu s kolegyní to víme až moc dobře, přesto jsme „do toho“ zase šli. Mládenci nakonec zvládli občerstvení v prostoru plném lidí a překvapili i tím, jak s napětím sledovali filmové plátno. Svou roli jistě sehrály i zkušenosti a odvaha jejich doprovodu – vždyť říct „já se s nimi bojím jít“ je tak snadné a alibistické...

Mladí muži byli opravdu spokojeni. A my taktéž. Snad i díky tomu, že si naše společné cesty za poznáním

snažíme „ulehčit“ alespoň tím, že využíváme služeb firmy Bolt, což je taková novodobá, mnohem levnější a operativnější varianta taxislužby. Muži i ženy, kteří mají problém cestovat prostředky městské hromadné dopravy, si opakovaně ověřili, že jezdit Boltem je vlastně velká „švanda“, a na cestování se i těší. A my také, zvláště když víme, jakou radost tím našim „mladým“ připravíme. Už teď se těšíme na jaro, které s sebou jistě přinese i nové impulsy k cestám za kulturou.

Text a foto: **MARTIN POBOŘIL**

Domov Jandova

Foto: **MICHAELA SMĚJOVÁ**

Domov Jandova - Domek Jandova



Lásce neporučíš



Své o tom ví slečna Monika z Domku Syllabova, ale třeba i mladí pánové Antonín a Gabriel z Domku Jandova. Spolu s paní Michaelou, Denisou a panem Martinem, pracovníky Domova Jandova, jsme se všichni sešli v Cine Staru na filmovém představení Tlapkova patrola.

Děj filmu ale vůbec není důležitý. Samotná událost však ano. Pomineme-li skutečnost, že se jednalo o společenskou událost spojenou s návštěvou restaurace KFC, nemůžeme nereagovat na fakt, že samotné



setkání probíhalo ve veskrze přátelské atmosféře, kdy každý z mladých lidí od něj očekával

něco jiného...

Antonínovi šlo především o navázání kamarádkého vztahu, Monice šlo o totéž, přičemž by ze strany kamaráda uvítala i projevy založené na intimních dotecích, Gabriel byl rád ve společnosti obou, ale o bližší kontakt neusiloval...

Tak by to asi mělo být – umožnit (nejen) mladým setkávat se při různých příležitostech a utvrzovat je v různorodých náhledech na lásku, která zdaleka nemusí být jen milenecká. Vždyť kamarádství či přátelství nám mnohdy mohou dát mnohem více a často jsou našimi „společníky“ po celý život. Věříme, že i „naši mladí“ se s „nástrahami lásky“ náležitě „poprou“. Jistě k tomu budou mít ještě dostatek příležitostí...

Text a foto: **MARTIN POBOŘIL**

Domov Jandova

Foto: **DENISA ADYOVÁ**

Domov Jandova - Domek Jandova

Básnička pro Karlíčka...

*Tuto sobotu měl svátek Karel a kdo že to je?
No přece králík, náš výškovický mazel.
Všechno začalo někdy v létě, kdy jsme zjistili,
že si naši zahradu a domek,
vybral k žití tenhle drobek.
Běhal, hopsal... ušák statečný,
pobyt "tam venku", však přestal být pro něj
bezpečný.
Nad polem létali dravci,
to jsou velcí nenechavci.
Za plotem psi a auta,
raději nemyslet, co mohlo potkat malého
skauta.
Proto, společnými silami,
do ohrádky na mrkvičku ušáka jsme vlákali.
Jméno "Karel" jsme mu dali,
na prohlídku k veterináři jej vzali.
Ten nám řekl "Je to chlapík, ten váš Karlík!
Pěkný, zdravý, modrý králík."*

*Pak mu ještě
píchl včelku
a poradil, jak
se o něj starat
v celku...
Klienti společně,
ze svých
penízků, starají
se Kájovi nejen
o misku.
Společně
s pracovníky,
učí se, jak
pečovat
o králíky.
Není to však
"jenom"
starost,
máme z Karla velkou radost...!*



Autor básně: **IVETA HOŠKOVÁ**
Foto: autorka a **SIMONA RUČKOVÁ**

O pohár primátora

Popáté v řadě jsme se letos 7. října zúčastnili devátého ročníku meziměstského turnaje ve stolním tenise s názvem „O pohár primátora města Havířova“ a popáté v řadě jsme tento turnaj také vyhráli. Letos jsme se ale museli o prvenství řádně poprat a nad sportovním klubem Žirafa z Frýdku-Místku jsme vyhráli jen „o fous“. Jejich týmová jednička byl hráč s velkým H a byl bezkonkureční. Také zaslouženě vyhrál soutěž jednotlivců, kdy ve velkém finále porazil naši Marušku Horváthovou. Aleš Turlej skončil těsně před branami finále na pomyslném 3. místě, ale jediný uhrál s tímto borcem alespoň jeden vítězný set.



Hlavní soutěžní myšlenkou je však soutěž týmů a jako tým jsme byli i letos nejlepší my. Kvalita výkonů na turnaji se rok do roku zvyšuje, a tak je postaráno nejen o zajímavé a vyrovnané zápasy, ale také o infarktové stavy pro trenéra. Naštěstí jsme vše zvládli a mohli se zaslouženě radovat z medailí, pohárů, odměn a obrovského lahodného dortu.

Putovní pohár turnaje, na který v Havířově přilepí už pátou cedulku s naším jménem, bu-

de další rok zdobit pracovnu našeho pana ředitele a my za rok vyrazíme na cestu s nemalou zátěží (jak léty přibývají cedulky se jmény vítězů, přibývají i podstavce a pohár postupně „nabírá na váze“...). Budeme sice „brblat“ že se s ním už v dalších letech nechceme tahat, ale stejně uděláme vše pro to, abychom podali co nejlepší výkon a všechny zase porazili.

I když při zahajovacím proslovu primátor města s úsměvem říkal, že doufá, že už vyhra-

je někdo jiný než čtyřlístkovský sportovní klub Sluníčko Ostrava, třeba jejich Santé... Letos mu to ještě nevyšlo. Na příští, výroční desátý ročník však pořadatelé předpokládají větší počet účastníků, také např. sportovce ze Slovenska a tím zřejmě i daleko větší konkurenci. My se ale nebojíme, budeme bojovat a věřit, že to zlato opět uhájíme!

Text a foto:
VLADIMÍRA KALOČOVÁ



Bílé míčky ve Zlíně

Letos se po delší pauze podařilo sportovním nadšencům z SK Berani Naděje Zlín zorganizovat Turnaj ve stolním tenisu pro sportovce s mentálním hendikepem. Tento turnaj naplánovali na čtvrtek 19. října, a tak se skupinka našich stolních tenistů vypravila brzy ráno směrem do Zlína.

Hned po ránu proběhla adrenalinová rozvíčka – nejdřív měl poruchu autobus, kterým se na hlavní nádraží přesunovala Petra z Domku Uhrova. Naštěstí jsme měli časovou rezervu a tak jsme se zvládli všichni sejít a stačili zakoupit jízdenky.

Příjezd mezinárodního rychlíku byl překvapivě bez minuty zpoždění, ale v rámci rychlého přesunu jsme nastoupili do nejbližšího vozu, vozu 1. třídy. Museli jsme se projít nejen částmi vlaku, ale také jídelním vozem. Konečně – 2. třída, volné kupé a na cedulce na dveřích žádné označené místenky. Usedáme, svlékáme si bundy – následuje stanice Ostrava-Svinov. A začíná neplánovaný přesun – nastupují lidé, kteří mají místenky a zrovna na naše místa. Vstáváme, oblékáme se, bereme batohy a jdeme hledat další volná místa...

Konečně! Volné kupé, evidentně žádné rezervace – usedáme, svlékáme se. No, chvíli jsme poseděli! Přišla další stanice a situace se opakuje: „Promiňte, ale máme na ta místa místenky!“ Balíme se a akce „kulový blesk“ pokračuje. Naštěstí tentokrát jsme sice celé kupé nenašli, ale jednotlivá místa již byla zrovna ta, na která nikdo místenky neměl, a tak jsme nakonec do Otrokovic bez úhony dorazili. (Poznámka autorky: rozhovorem s průvodčím jsem zjistila, že Poláci zásadně místa zatížená místenkami neoznačují, takže to, že na dveřích rezervace nevisí, ještě neznamená, že místa jsou opravdu volná...)



Do sportovní haly Zelené jsme i tak přijeli v dobré náladě těsně před začátkem turnaje. Hned po slavnostním zahájení, které bylo netradičním tím, že sportovkyně SK Berani Naděje Zlín krásně zazpívala českou hymnu, začaly zápasy ve skupinách – boje o postup do tzv. pavouka. Bílé míčky létaly nad modrými i zelenými stoly, rozhodčí napínali zrak, aby vše mohli rozhodovat spravedlivě a v duchu fair play.

Náš Dominik s přehledem vyhrál svou skupinu, ale v bojích o umístění na „bedně“ skončil těsně za medailovým umístěním. Stejně dopadl i Aleš. Musím však napsat, že oba dva měli velmi silnou konkurenci a podali úžasný výkon. Lépe se dařilo našim děvčatům. I když Petře se postoupit nepodařilo, Maruška s Karlou bojovaly jako lvice (*na snímku vlevo*) a dopadlo to tak, že slavnostní finále hrála naše děvčata proti sobě. Nakonec Maruška Karlu zdolala a tak jsme do Ostravy vezli pohár a medaili za 1. místo v rukou Marušky Horváthové a ocenění za 2. místo v rukou Karly Foltové.

Zpáteční cesta byla také veselá. Do Otrokovic jsme se mínili přesunout místním trolejbusem, ale ten nám ujel doslova před nosem. Operativně jsme změnilí směr a šli na nádraží v této místní části Zlína – Podvesnou. Jízdenky až do Přerova jsme bez problému koupili ve vlaku. Z Přerova jsme však měli přípoj pouze společnosti RegioJet. Do Otrokovic jsme přijeli s malým zpožděním, ale rychlík na Přerov měl

zpoždění také, takže super. Jenže do Přerova jsme přijeli téměř zároveň s vlakem RegioJet a rychlý přesun podchodem byl přece jenom pomalý - těsně před zdoláním vrcholu schodiště odjel Regio bez nás. Další spojení – vlak Leo expres. Ovšem tato přepravní společnost na nádraží v Přerově nemá pokladnu. Dotazem u ČD jsme zjistili, že jízdenky na „Leoša“ si můžeme zakoupit přes aplikaci nebo ve

vlak s nemalou přírůzkou. Co teď? Za zeptání nic nedáme, řekli jsme si a nedočkavě očekávali na nástupišti příjezd vlaku a vyhlíželi průvodčí. Po příjezdu vlaku následoval úprk po nástupišti tam, kde jsme zahlédli slečnu ve stejnokroji. Dopadlo to nakonec dobře – dotazem jsme zjistili, že na držitele průkazky ZTP/P se přírůžka nevztahuje a tak jsme úspěšně vyjeli i z Přerova. Sice jsme měli jednotlivá místa daleko od sebe, ale jeli jsme!!! Tož anabáze jak ze Švejka!

Text a foto: VLADIMÍRA KALOČOVÁ



Další pohár v našich rukou!

I v letošním roce pořádala organizace Santé Havířov turnaj v sálové kopané „O pohár SANTÉ 2023“. Tento již XVI. ročník se konal 25. října opět s účastí našich fotbalistů SK Medvědi. Tento sportovní klub vznikl před více než třiceti lety v tehdejším zařízení



Denní a týdenní pobyt Třebovice (dnes Domov a Chráněné bydlení Třebovice) a po celou tuto dobu reprezentoval Čtyřlístek v mnoha sportech. I nyní, po ukončené transformaci, stále funguje a zaměřuje se hlavně na kopanou.

Jeho členy jsou současní i bývalí klienti Čtyřlístku a ke skvělým výkonům jim pomáhají partneři Libor Blatný a Roman Jirsa. Fotbal v rámci Českého hnutí speciálních olympiád se hraje formou unified (sjednocená kopaná) a takto probíhal i turnaj v Havířově. Jde o systém, kdy hrají sportovci s handicapem společně se zdravými partnery.

Soutěže jsou vedeny podle pravidel pro jednotlivé sporty, ale sjednocené soutěže mají pravidla doplněna tak, aby umožnila smysluplné a plynulé zapojení všech sportovců. Upravují např. maximální počet partnerů ve hře. U sjednocené kopané jsou na hřišti maximálně dva partneři a tři sportovci + brankář. Partneři herně

podporují a motivují své hráče, snaží se jim vytvářet gólové šance.

Naším chlapcům to letos herně krásně vycházelo. Svou tabulku s přehledem vyhráli a z prvního místa postoupili rovnou do finále.



Ve finále nastoupili proti fotbalistům Kopřetina Kopřivnice. Ti se snažili obhájit své loňské a předloňské prvenství a stát se tak majiteli putovního poháru. Tento turnaj je nastaven tak, že vítězný pohár je sice putovní, ale pokud se

konkrétní tým stane vítězem tři roky po sobě, pohár jim zůstává. Letos jsme to ale Kopřivnici překazili a budeme doufat, že své prvenství obhájíme i v příštím roce...

Text a foto: VLADIMÍRA KALOČOVÁ

Dobrodružství nejen sportovní...

Zlato, zlato, zlato, bronz, bronz, brambora, brambora, stříbro, bronz, stříbro, zlato, stříbro... Naše úspěchy na 30. ročníku Národního turnaje ve stolním tenisu Českého hnutí speciálních olympiád ve Dvoře Králové. Prostě - v počtu pěti sportovců jsme přivezli deset medailí a dvě čtvrtá místa. Jsou to naše šikuly největší. I tak bychom mohli začít naše povídání o další úspěšné sportovní akci. Ale raději od začátku.

Jako každoročně se i letos konal národní turnaj Českého hnutí speciálních olympiád ve stolním tenisu a jako každoročně na něm nechyběli naši sportovci. Tento ročník byl specifický tím, že byl v pořadí třicátý, že se jej podařilo uskutečnit i přes to, že letos jsou ekonomické podmínky spolku náročné a také tím, že pořadatelé jako překvapení udělovali zvláštní ceny. Termín konání připadl na víkend 10. – 12. listopadu 2023 a tak jsme v pátek brzy ráno zamířili směrem do Dvora Králové nad Labem, abychom mohli poměřit síly s ostatními sportovci.

Hned v pátek odpoledne začaly porovnávací zápasy čtyřher a kategorie unified (hra sportovce s partnerem/ trenérem). Vše probíhalo svižně a zápasy byly velmi náročné a vyrovnané. Stálo nás to pořádné nervy! Už po skončení těchto skupin to na našich hrudích „cinkalo“ a tak jsme si mohli večer navzájem poblahopřát a jít ladit formu na další náročný den. Jak? No přece do postele posílit se kvalitním spánkem!

V sobotu jsme již v osm hodin ráno stáli „na značkách“ v tělocvičně připraveni na další boje. Proběhly rozřazovací zápasy jednotlivců.

Naši borci měli výkonnostní skupiny velmi vyrovnané. Hoši Pepa Kovář a Aleš Turlej byli zařazeni do jedné z nejsilnějších skupin – Pepa v druhé skupině a Aleš ve třetí. Nutno podotknout, že skupin u mužů nad 30 let bylo



celkem jedenáct, takže mužská část naší výpravy měla opravdu velkou konkurenci a silné soupeře. Přesto vybojovali krásná umístění –

Aleš svou skupinu s přehledem vyhrál a Pepa se může pyšnit medailí stříbrnou. Děvčata - Maruška Horváthová a Karla Foltová - byla spolu ve skupině A – nejsilnější v kategorii ženy nad 30 let. Zlato jim těsně uniklo, a tak do Ostravy přivezly stříbro a bronz. Petra Hamroziová měla také velmi vyrovnanou skupinu. Podařilo se jí vyhrát většinu zápasů a zaslouženě si na krku odvážela medaili stříbrnou. Velkým šokem a pověstnou třešničkou na dortu bylo, že jedna ze zvláštních cen byla udělena Vladěce Kaločové.

No, to byla krásná a úspěšná sobota. Na večerní diskotéce jsme si mohli užít nejen rytmů hudby, tance a kama





rádkých setkání, ale i dobrého pocitu z úspěchů.

Nedělní ráno jsme již měli klidnější, protože nás nečekaly žádné zápasy, a tak jsme fandili chlapcům a mužům mladších ročníků. Ale čekalo nás opět velké překvapení – další zvláštní cena do ostravských rukou – Karla Foltová byla vyhlášena jako Nejlepší fair play sportovkyně!

Ještě jsme stačili udělat poslední fotečky a připravili se k odjezdu. V tu chvíli začínalo další dějství našeho víkendového dobrodružství – služební autíčko se rozhodlo, že nám ten návrat zpestří a začalo zlobit. Pravděpodobně se pokazila spojka a tak zařadit rychlost po nastartování bylo nemožné. A jeřda, co budeme dělat? Vždyť nás čeká domů skoro 300 km? Náš „panský kočí“ Běďa se však nenechal rozhodit

a s touto problematickou jízdou se popasoval. Pokud jsme museli někde zastavit, vypnul motor, zařadil a pak opět nastartoval – jinak to prostě nešlo. První, poruchou vynucené zastavení nás čekalo hned na kruhovém objezdu ve Dvoře – užili jsme si troubení za námi stojících aut i výhružných pohledů některých řidičů. No, co už. Nakonec jsme úspěšně vyjeli z města a při jízdě mimo semaforey, přednosti v jízdě apod., byla pro nás jízda méně stresující.

Při průjezdu dalším městem jsme měli oči na „štopkách“ a vyhlíželi možné komplikace. Před každým semaforem jsme vysílali zbožná přání, ať nám vydrží zelená, ať nás žádné auto nedonutí zastavit, ať u přechodu nestojí žádný chodec, hromadně jsme registrovali každou „stopku“ a čekali, zda se opět rozjedeme nebo neplánovaně navštívíme nějaký místní hostinec.

Ne vždy byla naše přání vyslyšena a ne vlastní vinou jsme občas přibrzdili nedělní provoz, ale nakonec jsme se pokaždé rozjeli a postupně se blížili k cíli naší cesty – domů. Klobouk dolů před řidičem Běďou (*Bedřichem Seberou – pozn. red.*), který vše zvládal s nadhledem, bez zbytečných nervů a stresu a v pořádku nás dovezl do Ostravy.



Text: VLADIMÍRA KALOČOVÁ
Foto: autorka a BEDŘICH SEBERA

Vítězství našich fotbalistů!

Také v letošním roce vyrazili naši fotbalisté SK Medvědi do Zlína na Národní fotbalový turnaj Českého hnutí speciálních olympiád - Zlínský pohár. Tentokrát se konal ve dnech 24. a 25. listopadu. SK Medvědi je sportovní klub, který vznikl před mnoha lety v našem zařízení Denní a týdenní pobyt Třebovice (nyní Domov a Chráněné bydlení Třebovice). Ve fotbale (sjednocená kopaná) působí bývalí i současní klienti a společně se svými partnery Liborem Blatným a Romanem Jirsou dál reprezentují Čtyřlístek na různých turnajích.

Letos se organizátoři Zlínského poháru rozhodli nerozdělovat týmy na dvě skupiny A a B, ale hrát systémem každý s každým. Sportovci si tak více zahráli a síly mohli poměřit i slabší se silnějšími.

V pátek se tabulka kvalitně rozehrála. Naši borci si zahráli dva zápasy. Z obou si odnášeli vítězství a náš gólman nulu na svém kontě. Byli si však vědomi, že následující den už půjde o všechno, protože je čekali velmi silní soupeři. Vzorně šli brzy do postelí načerpat síly na sobotní boje.

Náš první sobotní zápas byl s týmem ze slovenské Okoče. Tým je to silný s věkovým průměrem přibližně stejným, jako jsme my. Nakonec jsme Okoč zdolali s výsledkem 3:1 a připravovali se na zápas s Černovicemi. Také tento tým je věkově i výkonnostně na stejné



úrovni jako naši fotbalisté. Ale ti nenechali nic náhodě. Černovice porazili a připsali si další body. V pravé poledne nás však čekal nejtěžší zápas turnaje – utkání s A týmem ze Zlína. Jsou to mladí kluci, šikovní, rychlí, pohybliví a hlavně - o generaci mladší, než naši borci.

Nakonec se to podařilo: Po velmi vyrovnaném zápase se štěstíčko přiklonilo na naši stranu a vyhráli jsme těsně 4:3. To byla neuvěřitelná výhra a radost v našich řadách veliká. Zbýval nám poslední zápas při cestě za zlatem. S týmem Zlín B jsme pouze remizovali, ale tato remíza našťastí celkový výsledek neovlivnila. První místo bylo naše!!!

Nadšení a spokojení jsme převzali velký pohár a vyrazili zpátky domů, na cestu do Ostravy.

Text a foto:
VLADIMÍRA KALOČOVÁ



Naši jubilanti

Gabriela 25. narozeniny

Také jste si v časopisech i televizi všimli, že se do popředí stále více dere nová „jazyková roztomilost“? Místo „Gabrielovy narozeniny“, popř. trochu kostrbatého „narozeniny od Gabriela“, bychom si teď „nově“ mohli přečíst „Gabriela narozeniny“...

Když jsem tuto vazbu zaregistroval poprvé, vůbec jsem textu neporozuměl. Teď už jsem našťastí „v obraze“, ale nikdo mi nevyvrátí

názor, že kdyby autoři těchto textů mohli, určitě by mnohem raději napsali daleko „světověji“ znějící „Gabriel's narozeniny“...

To nic nemění na tom, že pan Gabriel z Domku Jandova své 25. narozeniny opravdu



oslavil. Stalo se tak sice už na podzim, ale na pečlivě připravenou oslavu bude určitě ještě dlouho vzpomínat.

Výraz spokojené, usměvavé tváře mluvil sám za sebe. Zajisté to nebylo jen dobrým jídlem a vytouženými dárky, ale i laskavým přístupem všech pracovníků, kteří mu už od malička nahrazují rodinu.

A zdá se, že dobře, protože Gabriel se za dobu svého pobytu ve Čtyřlístku stal již „inventářem“ a zařadil se mezi „zasloužilé“ spokojené obyvatele naší organizace.

Text a foto: **MARTIN POBOŘIL**

Domov Jandova

Foto: **DENISA ADYOVÁ**

Domov Jandova - Domek Jandova

Milanovy šedesátiny!

Svůj velký den si pan Milan Skalička naplánoval na pátek 13. října. Významné životní jubileum slaví totiž 14. října. Kamarádi i zaměstnanci v Centru pracovní činnosti však pohostil o den dříve výborným zákuskem, všichni jsme mu popřáli k šedesátinám jen to nejlepší a hlavně hodně zdraví!

Pan Milan je klientem Centra pracovní činnosti už od jeho založení. Seznámil se zde se spoustou kamarádů, naučil se pracovní postupy, které dřív ještě neovládal, zdokonalil to, co již uměl. A taky vyzkoušel nové činnosti hlavně na tkalcovně, košíkárně a dřevodílně. Naučil se nejen tkát na velkém tkalcovském stavu, ale i snovat, což je už složitější úkon, který zvládne málokdo. Navlékat tkalcovský stav umí jen on a je na to patřičně hrdý.

Jeho pověstné „košíky“, ať už z pediku nebo papírových trubiček, jdou na našich prodejních výstavkách doslova „na dračku“. Je šikovný a zručný i v ostatních dílnách, nyní v programech, ať už je to aranžovna, cvičná kuchyňka, počítačová učebna nebo šicí – je až s podivem, jak krásně vyšívá.



Dá se říci, že mu jde od ruky vše, na co sáhne a s jeho pozitivním přístupem a dobrou náladou se není čemu divit. Navíc je hlavním bubníkem v našich proslavených „Rytmech“, jezdí na různá vystoupení a kulturní akce v rámci kraje i mimo něj. Že ho bubnování hodně baví a naplňuje, dává tušit spousta článků a fotografií ze společných cest skupiny „Rytmy“.

Prostě náš Milan je „dobrá duše“ kolektivu klientů a všichni bez rozdílu ho máme rádi a přejeme mu tímto ještě jednou mnoho dalších krásných let u nás v Centru pracovní činnosti! Všechno nejlepší!

Text a foto: **JANA GROMOTOVIČOVÁ**

Centrum pracovní činnosti

Verunčiny kulatiny

Své třicáté narozeniny oslavila 21. října naše klientka Veronika Křížová z Domova Jandova - Domku Rošického.

Slavilo se od samého rána, kdy všichni, kdo mohli, naší Verči gratulovali a potřásli rukou. Pečovatelé domku při této příležitosti Verunce a jejím kamarádům připravili oslavu, jak se patří. Samozřejmě, jak už to bývá, na takové oslavě nesměl chybět dort, který upekla a krásně nazdobila naše kolegyně.

Také občerstvení, šampus na přípitek s přáním toho nejdůležitějšího - totiž pevného zdraví a dlouhá léta prožitá v radosti, s úsměvem na tváři a v kruhu dobrých lidí.

A co k narozeninám patří a co oslavenci udělá také radost, to jsou dárečky. Tím nejzajímavějším byl darovaný „djembe buben“, na který se Verunka učí bubnovat a tak si procvičovat své ruce a možná časem se přidá i do skupiny „RYTMY“.

Celá tato „rodinná“ oslava se nesla v rytmu hudby, tance, zábavy a společného posezení



s kamarády a pečovateli. VERUNCE PŘEJEME VŠE NEJLEPŠÍ!

Za kolektiv pečovatelů: **ŠÁRKA ČAŠOVÁ**
Domov Jandova – Domek Rošického

Odbory

Den protestů:

Konec (nejen) LevnéPráce

Na výzvu Českomoravské konfederace odborových svazů (ČMKOS) se v České republice uskutečnila 27. listopadu celodenní výstražná stávka – Den protestů ČMKOS - členů odborových svazů, do níž se zapojili zaměstnanci tisíců podniků a organizací v celé republice.

Odbory protestovaly proti aktuální podobě vládního konsolidačního balíčku i navrhované důchodové reformě, nenavyšování platů ve veřejném sektoru, drahým energiím, vysoké inflaci, nevyjasněnému růstu minimální mzdy a nedostatku peněz v mnoha organizacích, sociální služby nevyjímaje. Nejen odboráři si stěžují na to, že vláda nehledá kompromis.

Do tohoto Dne protestů „Za lepší budoucnost ČR“ se zapojila i naše odborová organizace. Důvodem, které k tomu vedly, byly hlavně obavy z negativního dopadu vládního kon-

solidačního balíčku na zaměstnance sociálních služeb a jejich rodiny. Zhoršení životní úrovně, zdražení energií, pokles reálných mezd a platů a kroky vlády v oblasti důchodů.

Naši zaměstnanci, kteří v té době neměli pracovní povinnosti, se do Dne protestů zapojili krátkým mítinkem ve vstupní hale organizace, fotografiemi či videonahrávkami, aby těmito dokumenty dali jasně najevo svou podporu protestu a zároveň neohrozili průběh péče o klienty. Protože i přes naši nespokojenost s kroky vlády, klient je vždy na prvním místě!

A něco málo z lidové tvořivosti:

*Tak ke konci listopadu, upozornili jsme vládu,
že to, co právě na nás chystá,
bude pomsta dozajista.
Za náš život, celý v práci,
představa důchodu se ztrácí.
A pro naše rodiny,
cíl bude jen jediný:
Do práce a potom z práce,*

*bez možnosti relaxace.
Sport, výlet či kultura?
Z fondu nám teď zbývá nula.
Šetřit budem proudem, plynem.
A co z toho? Chudí zhynem.
S protestem jsme souhlasili,
společně se vyfotili.*

Text: **VLADIMÍRA KALOČOVÁ**

Foto: **BOHDANA RWIKOVÁ**



Personálie

Pracovní výročí

V prvním čtvrtletí nového roku budeme gratulovat k významným pracovním výročím třem našim kolegyním: 8. ledna oslaví 20 let práce v naší organizaci paní Mgr. **GABRIELA ŘEHÁKOVÁ**, pracovnice v sociálních službách Domova Barevný svět v Domku Výškovice. Neuvěřitelné třicáté výročí práce pro naši organizaci bude slavit 1. února 2024 paní **MIROSLAVA KOUBOVÁ** – pracovnice v sociálních službách, která pečuje o naše

klienty v šicí dílně Centra pracovní činnosti. Druhou „dvacetiletou“ pracovní jubilantkou tohoto čtvrtletí bude 1. března paní **IVETA BŘEZINOVÁ** – pracovnice v sociálních službách, jež se obětavě věnuje našim klientům v Domově Třebovice. Všem třem dámám děkujeme za jejich dlouholetou, trpělivou a obětavou práci ve prospěch lidí, o něž pečují a přejeme jim hodně zdraví a optimismu do dalších let.

Redakce

Vítáme mezi námi!

V uplynulém čtvrtletí nastoupilo do pracovního poměru v naší organizace pět nových zaměstnanců na různých pracovních pozicích. V říjnu u nás začali pracovat dva noví elektrikáři – pánové **René MACURA** a **Jaroslav ŠKAVRAN** na úseku údržby, 1. listopadu nastoupila jako nová pracovníce v sociálních službách paní **Martina DIVÁČKÁ** v Domově Jandova – Domku Syllabova a úsek autodopravy posílil jako nový řidič pan **Miroslav MLČOCH**. V Domově na Liščině – Domku Kanczuckého působí od prosince jako nová pracovníce v sociálních službách paní **Markéta FRANKOVÁ**.

Všem našim novým kolegyním a kolegům přejeme splnění všech jejich pracovních očekávání, dobrý kolektiv a hodně (nejen) pracovních úspěchů!

Redakce

Šťastný
a úspěšný rok
2024
Vám přeje redakce
časopisu
ZRCADLO!



ZRCADLO – čtvrtletník pro interní potřeby Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením Ostrava. **Vydavatel:** Čtyřlístek – centru 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 4/2023, **ročník** XVI. Neprodejně. **Zodpovědný redaktor:** Mgr. Bohdana Rywиковá. **Redakční rada:** PhDr. Svatopluk Aniol, Mgr. Bohdana Rywиковá, Mgr. Šárka Změlíková, Bc. et Bc. Lukáš Křupařa, Ing. Hana Lichotová Hájková, DiS., Mgr. Vladimíra Kaločová, Iva Hyklová. Příští číslo vyjde v březnu 2024. **Časopis Zrcadlo v tištěné podobě nelze šířit mimo jednotlivá zařízení vydavatele.**