

ZRCADLO



Čtvrtletník Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením Ostrava,
příspěvkové organizace, ročník XVII., číslo 1., březen 2024

Další elektromobil pro Čtyřlístek!

Jak se zdá, modernizaci vozového parku naší organizace nelze zastavit. Koncem března obohatil vozový park Čtyřlístku již druhý elektromobil, který tentokrát bude sloužit pro svoz prádla. Nový elektromobil zn. Dongfeng korejské výroby jsme získali díky finanční dotaci ze Státního fondu Životního prostředí – Národního plánu obnovy v rámci Výzvy č. 3/2022 s podporou Evropské unie z fondu Next Generation EU.



Již druhý elektrovůz nahradí v naší autodopravě stávající automobil se spalovacím motorem, který dosloužil a při současných cenách benzínu navíc podstatně zvyšoval provozní náklady organizace. Jak již bylo řečeno, nový užitkový elektromobil využije Čtyřlístek k provozním účelům na svoz prádla z jednotlivých zařízení organizace a není sporu o tom, že bude představovat i výraznou úsporu provozních nákladů.

„Zatím je příliš krátký čas na to, abychom hodnotili kvalitu provozu nového elektromobilu. Ale faktem je, že oproti původnímu automobilu

nepochybně i úspornost jeho provozu. Zjistujeme nyní jen technický stav vozu, pro jeho energetickou spotřebu však ještě nemáme srovnání. Máme dosud najeto zhruba 800 km v městském provozu, teprve po jednom měsíci budeme moci přepočítat spotřebu elektromobilu na kilowatthodiny,“ říká vedoucí autodopravy Čtyřlístku, pan Petr Sobol a dodává: „Na rozvoz prádla je tento užitkový vůz kapacitně zcela dostačující. Pravdou sice je, že jej musíme každý den nabíjet, ale pro naše provozní účely je to postačující. Celkové náklady relevantně prověří

až zimní období, kdy bude třeba víc topit, provoz budou komplikovat i zhoršené povětrnostní podmínky. Pak se uvidí, o kolik se zvýší provozní náklady. Ale v podstatě už žádnou jinou cestu než elektromobilitu nemáme...“ uzavírá vedoucí autodopravy, Petr Sobol.



Ministerstvo Životního prostředí



STÁTNÍ FOND
ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

Tento projekt je spolufinancován Evropskou unií z fondu Next Generation EU.

je náš nový vůz pro řidiče pohodlnější, má mnohem pokročilejší technologie a důležitá bude

Realizací tohoto projektu tak alespoň malým dílem přispíváme ke zlepšení kvality ovzduší v našem městě a snižujeme „ekologickou stopu“. Zkrátka a dobře musíme počítat

s tím, že doba se mění a nové technologie budou tak jako tak ovlivňovat stále víc náš každodenní život. Čtyřlístek v tom nebude a není žádnou výjimkou.

(rw)

„Výměna stráží“...

S koncem loňského roku se s provozem naší autodopravy tak trochu v tichosti loučil náš dlouholetý kolega a dosavadní vedoucí autodopravy, pan Ivan Marhula, který odešel do důchodu. S naší organizací jej spojovalo více než patnáct let profesního života. V červenci roku 2008 nastupoval do našeho autoprovozu jako řidič, a v červnu roku 2021 se stal vedoucím autodopravy.

Každý, kdo v naší organizaci využívá služeb autodopravy, ví jak je tento provoz náročný a pracovní vytížený. Změna na pozici vedoucího autodopravy se však odehrála téměř nepozorovaně, protože vše stále funguje jako dobře promazaný stroj. A navíc ani bývalý vedoucí autodopravy Ivan Marhula (*na snímku vpravo*), jehož na této pozici vystřídal Petr Sobol, se s námi tak docela neloučí a jako 'dohodář' usedá za volant našich vozidel vždy, kdy je kvůli aktuální situaci řidičů málo...

Novopečený senior Ivan Marhula byl nejen svědkem, ale i přímým účastníkem toho, jak se proměňovala a modernizovala nejen naše organizace, ale i samotný autoprovaz. Vždyť ještě před zahájením transformace Čtyřlístku před dvanácti třinácti lety, disponoval čtyřmi řidiči, zatímco v současné době jich máme deset. Podobné je to i s vozovým parkem. Už si ani zdaleka nemůžeme vystačit s jedním autobusem, jedním referentským vozem a dvěma dodávkami. Ještě před pár lety by bylo zcela nemyšlitelné, abychom uvažovali o nákupu specializovaných užitkových vozů pro rozvoz teplé a studené stravy a nebo elektrovozidel... Provoz i údržba vozového parku, jímž nyní disponujeme, klade vysoké nároky nejen na finance, ale především také na organizační a personální zajištění.

„Jmenování Petra Sobola do funkce vedoucího autoprovozu byla tou nejlepší volbou,“ konstatuje jeho předchůdce, Ivan Marhula. *„Je velmi skromný, obětavý, ochotný a vstřícný. Jeho výhodou je, že si s sebou z bývalých pracovišť přinesl mnoho profesionálních zkušeností. Navíc umí vést kolektiv a lidé díky tomu nejsou nervózní... Když jsem chtěl odejít do důchodu, věděl jsem, že Petr Sobol bude výborný nástupce. Nejvíc jsem si na něm vždy cenil toho, že je velmi iniciativní, pro něj nikdy není*



o půl čtvrté 'padla' ... Náročnost provozu autodopravy je totiž obrovská, vozí se strava ze dvou kuchyní, což časově a často i organizačně klade na řidiče velké nároky. Proto jsem rád, že provoz autodopravy vede člověk, který to vše dokáže dobře koordinovat a zároveň má respekt kolektivu, což je také hodně důležité,“ dodává Ivan Marhula.

Petr Sobol jako novopečený vedoucí autoprovozu už také není ve Čtyřlístku žádným nováčkem. Jako řidič u nás pracuje od května roku 2021 a bez nadsázky lze napsat, že do „party“ našich řidičů zapadl svou pracovitostí, nekonfliktní a klidnou povahou velice rychle.

Původní profesí je Petr Sobol hutník. Začínal po maturitě na Střední průmyslové škole hutní ve Frýdku-Místku ve Vítkovicích jako kontrolor technologie výroby oceli, později jako tavič ve výrobě oceli, řízení výrobních procesů a mistr, logistik výroby či vedoucí zásobování. Vybočením z jeho profesního zaměření byla



práce v řeznictví v Edenderry v Irsku, kde pracoval dva roky. Na otázku, proč se před lety rozhodl pro tak radikální změnu, Petr Sobol odpovídá: „Bylo to tehdy pro mě těžké období. Zažíval jsem ve Vítkovicích pocit pracovního vyhoření i problémy v rodinném životě. Práce v Irsku se mi jevila jako jedna z možností, jak něco změnit a zároveň udržet rodinný vztah. Jel jsem do Irska jako jakýsi rodinný 'předvoj', abych tady vytvořil podmínky k tomu, aby za mnou později mohla přijet i rodina. Nakonec ale všechno dopadlo jinak. Rodina přijet nemohla a já se po dvou letech vrátil zpátky.“

Po návratu z Irska v roce 2010 pracoval pan Sobol ještě dalších osm let jako logistik výroby ve Vítkovické Heavy Machinery, ale pak se na-

skytla příležitost přijmout práci ve zcela jiné profesi, a tak se stal řidičem v organizaci sociálních služeb – u nás ve Čtyřlístku.

„Tady není takový tlak jako ve výrobních provozech,“ komentuje tuto změnu Petr Sobol a dodává: „Ve Čtyřlístku je práce mnohem klidnější, i když je také náročná. Máme tady dobrý kolektiv a umíme se navzájem podpořit. Snažíme se 'vyvažovat' ji tak, aby řidiči nepropadali stereotypu, takže se střídáme – jednou se vozí jídlo, pak zase jezdíme s klienty podle potřeb jednotlivých domečků. Jsme si vědomi toho, že i práce pečovatelů v domcích je náročná a my jim můžeme pomoci usnadnit ji v mnoha směrech, pokud je to v našich silách. Snažíme se být akční a to nám vyhovuje. Také já sám se jako vedoucí provozu snažím svou práci 'vyvažovat': odcházím od papírů a sedám do auta... Nepřijde mi to zatěžující. Kluci u nás to mají hodně podobné. Vozí nejen jídlo, ale i klienty a ta změna je nám všem prospěšná. Přicházíme tak víc do kontaktu s lidmi, s klienty a to je výhodné pro obě strany.“

Samozřejmě také vnímáme fakt, že se rok od roku zvyšuje provoz na cestách. Je pro nás tedy stále náročnější dodržovat jízdní řády, dohodnuté termíny a být všude včas. Ale děláme všechno pro to, aby se nám to dařilo,“ uzavírá pan Petr Sobol (na snímku vlevo).

Jeho předchůdce Ivan Marhula se těšil, že se v důchodu konečně začne naplno věnovat svému milovanému koníčku – motorkám, ale na Čtyřlístek přesto nezapomíná. „Měl jsem svou práci opravdu hodně rád. Za ta léta jsem si vybudoval vztah ke klientům, mnohé z nich znám podle jména, stejně tak jako personál, který o ně pečuje. Upřímně jsem doufal, že mi ze Čtyřlístku ještě zavolají, když budou potřebovat nějakou pomoc. Proto mě velmi potěšilo, že mi byla nabídnuta možnost vypomáhat autoprovozu i nyní, po odchodu do penze jako 'dohodář'. Vždyť utnout ten mnohaletý vztah, to přece také hned tak nejde...“

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

„Cirkus“ na jarním plese

Jarní společenský ples klientů Čtyřlístku patří již tradičně k nejvíce očekávaným, ale také nejnavštěvovanějším společenským událostem v životě naší organizace. Ani ten letošní nebyl výjimkou, tím spíše, že příležitostí ke společným setkáním není po transformaci organizace během roku tak mnoho. I proto už se všichni nemohli dočkat! Jako téma jarního plesu, který se uskutečnil 21. března opět v Kulturním domě v Heřmanicích, jsme zvolili Cirkus, a tak nebyla nouze o zábavu ani o nápadité kostýmy, jimiž se pochlubili klienti a jejich doprovody z několika našich zařízení.



Naplněný sál
Kulturního domu v Ostravě-Heřmanicích, kde se náš ples již podruhé odehrával, zaplnilo téměř 140 tancechtivých dam a pánů, které přišel pozdravit a popřát jim dobrou zábavu ředitel organizace PhDr. Svatopluk Aniol a jako vzácný host – starosta centrálního ostravského obvodu Moravské Ostravy a Přívozu, pan Petr

Veselka (zprava na snímku dole s ředitelem organizace Svatoplukem Aniolem). Toho také velmi potěšil speciální dar ředitele Čtyřlístku – keramický anděl z našich sociálně terapeutických



kých dílen, neboť jak známo, pan starosta je sběratelem nejruznějších zpodobnění těchto božích posílů a ochránců.

Přivítali jsme po několikaleté přestávce také naše přátele z partnerské organizace v Polsku – klientky Powiatowego Domu Pomocy Społecznej z Pogórze. Jamní ples Čtyřlístku je vždy neodmyslitelně spjat s jeho hlavní protagonistkou: kolegyní a plesovou průvodkyní Vladkou Kaločovou (na snímku vpravo dole), na jejíž bedrech letos spočívala téměř celá příprava plesového programu i výzdoby sálu, protože její tradiční plesová partnerka – Martina Skýbová – onemocněla. S energií sobě vlastní však Vladka do příprav zapojila nejen svého manžela, ale od plesového rána i další kolegyně z podporovaného i chráněného bydlení a z domků – Pavlu Záhumenskou, Katku Havlíkovou a Zdeničku Stržínkovou a velkou část



naší údržby. Brzy se společenský sál oděl do pestrých barev a nafukovacích balonků a pódium se stalo cirkusovým šapitó. Za to patří dík také partnerskému Domovu Korytko, jenž pro tento účel zapůjčil svůj party stan. Nechyběla ani „cirkusová“ zvířata včetně slona a výsledný dojem neměl chybu

Také letos jsme se mohli těšit z hudebního doprovodu „dýdžeje“ Petra Jiříčka, který se tentokrát k překvapení publika převtělil i do role výborného zpěváka. Kromě hudebního doprovodu skvěle zvládl zazpívat neznámější hity Michala Davida, Karla Gotta a mnoha dalších, takže nikomu z nadšených tanečnicků se ani nechtělo opouštět parket. Pod symbolickým cirkusovým šapitó se opět s velkým nadšením hrálo, tančilo i zpívalo.

Pro znavené tanečnický byl samozřejmě k dispozici tradiční plesový bufet, nabízející k osvěžení kávu, čaj, báječné zákusky, koláče a nealkoholické nápoje. V bufetu se měly co ohánět dámy z Chráněného bydlení Třebovice – Jana Babková, Dana Štěpánová a Petra Chamrádová ze správy organizace, jimž obětavě sekundoval Aleš Turlej z naší údržby.

V plesovém programu nechyběla ani zábavná soutěž s cenami věnovanými hypermarketem Globus Ostrava a bohatou tombolou. Za to, že se letošní ples Čtyřlístku opět vydařil, patří velký dík nejen organizátorům, ale i





našim sponzorům, kteří nezištně přispěli jak k bohatému občerstvení plesových hostů, tak k hodnotným cenám do tomboly.

Velké poděkování patří především společnosti Globus ČR – hypermarketu Globus Ostrava, která věnovala sladké odměny, ale

i mnoho hraček, bytových doplňků a dalších atraktivních cen pro šťastné výherce v tombole, velkoobchodům Rappa, jenž nás obdaroval hračkami, Kaspá, Zajac a Ovocentru Valašské Meziříčí, pekárně Penam Ostrava, od níž jsme obdrželi výborné plněné koláče a panu Petrovi Čecháčkovi, který věnoval nealkoholické nápoje. A samozřejmě také paní Kateřině Urbačkové – správce Kulturního domu v Ostravě-Heřmanicích za její ochotu a pomoc při přípravě plesového zázemí.

Atmosféra byla báječná, plná slunce s příslibem nadcházejícího jara. Jsme rádi, že ani letošní jarní ples klientů Čtyřlístku nezklamal očekávání a už se samozřejmě těšíme na ten příští – na jaře v roce 2025.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Malé velké události



Únor t'uká na dveře – masopust mu otevře!

Už 4. února se konal na Slezskoostrovském hradě tradiční masopust. I naše děvčata - Jana Kroupová a Anna Lešková - společně s doprovodem navštívily tuto lidovou veselici.

Potěšily se rejem masek, komediantským představením i kejklíři, poslechly si lidové písně a produkci flašinetáře. Nechyběl ani řezník Krkovička a pravá hradní zabijačka s ukázkou výroby jitrnic, jelit a tlačenky. Na hradním nádvoří se dokonce prodávala za symbolickou 1 korunu „hradní zabijačková polévka“, podávaná přímo z polní kuchyně.

Byla tu i ochutnávka vín včetně těch nealkoholických, na kterých si naše děvčata také pochutnala.

A když se všemi těmi zážitky dámy odcházely z hradu, mohly si prozpěvovat: „*Masopust, masopust, kobližky a masa kus. Masopust, masopust, až to sníme, bude půst...*“

Text: **JITKA ŠEFRÁNKOVÁ**

Foto: **JANA PEŠKOVÁ**

a **ŽANETA KUBAČKOVÁ**

Domov Barevný svět – Domek Lhotka



Rytmy na masopustu!

Náměstí zalité sluncem, všude plno stánků s delikatesami, domácí zabijačkou, perníky od srdce a spoustou dalších dobrot... Takové bylo Masarykovo náměstí 13. února, den před popeleční středou, kdy se se tady odehrával tradiční Ostravský masopust. Letos opět pod taktovkou pracovníků Ostravského muzea a tentokrát i ve spolupráci s Centrum kultury a vzdělávání

Moravské Ostravy. To se postaralo nejen u gurmánské zážitky návštěvníků masopustu, ale navíc potěšilo hlavně děti také dvorkem se zvířátky... My jsme byli opět při tom, nejen jako diváci, ale prostřednictvím skupiny Rytmy i jako aktivní účinkující masopustního programu.

Duší ostravského masopustního veselí bývá už tradičně etnografka Ostravského muzea, Mgr. Markéta Palovská. Ta připomněla jako hlavní téma letošního masopustu vedle stého výročí „Velké Ostravy“ především hornickou tradici s mottem: „Kamarádi, dolů sfárejme!“. Tato hornická píseň samozřejmě zazněla i z pódia v podání členů Divadla Stará Aréna. Bylo vidět, že v srdcích mnoha Ostravanů je hornická minu-



lost stále živá, protože tuto „hornickou hymnu“ si spolu s muzikanty broukali i mnozí diváci pod pódiem.

Průvodci letošním masopustem byli kromě Markétky Palowské také - Svatá Barbora (patronka horníků) a český Svatý Prokop jako patron horníků, rolníků a vinařů. Celý bohatý program masopustního odpoledne připomínal hornickou historii našeho města, ať už to bylo vystoupení dětského folklorního souboru Hlubinka, jenž se soustřeďuje na hornický folklór, děti z Waldorfské školy nebo souboru Generace, které připomněly historii objevu uhlí.

Náš soubor Rytmy přispěl se svými bubny další hornickou a ostravskou notou, která jako vždy zaujala posluchače, mezi nimiž nechyběli ani kamarádi z našich zařízení a vlila rytmus i radost do žil diváků. Možná stejně, jako horký svařák ze stánků.

Došlo samozřejmě i na tradice veskrze masopustní: předávání masopustního práva, průvod masopustních maškar, zabíjení kozla, po-



chovávaní basy a ve večerních hodinách smuteční průvod v doprovodu Hornické kapely a Muzikantů z Polanky.

Tož, za rok zase na shledanou, ale my už jsme se těšili na příchod jara a velikonočních svátků...

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Masopustní veselice v Ostravě

Také naši klienti z Domku U Rourovny se v úterý 13. února vydali do srdce Ostravy, na Masarykovo náměstí, aby tady oslavili tradiční masopustní veselici.

Do centra města jsme se rozhodli dopravit tradičním dopravním prostředkem – tramvají. Cestování tak bylo nejen pohodlné, ale i zábavné, přičemž si naši klienti užívali výhledy na krásy města a sledovali ruch kolemjdoucích.

Po příjezdu na náměstí jsme se pohybovali mezi prodejními stánky plnými lahodných dobrot. Od klasických klobás až po tradiční masopustní koláče. Každý mněl možnost ochutnat něco, co potěšilo jeho chuťové buňky.

Atmosféra dne byla plná veselí a radosti, a každý si užíval nejen lahodných pochoutek, ale i společnosti ostatních. Pro nás to byla příležitost prozkoumat tradice a kulturu naší oblasti, ale také nezapomenutelná zkušenost plná společného sdílení a radosti.

Text a foto: **BLAŽENA UHLÍŘOVÁ**
Domov Jandova – Domek U Rourovny



Návštěva Praktické školy

Začátkem března jsme s radostí přijali pozvání k návštěvě Praktické školy, sídlící kousek od našeho domečku a díky tomu jsme prožili velmi příjemné dopoledne. Programu se zúčastnili Bárt, Tomáš, Jirka, Petr, Dominik a Monika z Domku Syllabova.



Všechny naše dívky i mladí pánové byli nadšení hlavně z prostor školy. Nejvíc času

Karanténa na Syllabce

Fakt, že se infekční onemocnění svrab šíří naším krajem v poměrně vysoké míře, možná z médií zaznamenal ne jeden z vás. Tato nepříjemnost bohužel potkala koncem února i jednoho klučinu z domku Syllabova. Tento „dáreček“ si přinesl ze školy a uvedl tak celý domek do nového dobrodružství.

Vcelku pozitivní přístup k dané situaci vládl na domečku po celou dobu karantény a s ní spojenou intenzivní dezinfekcí všeho a všech zúčastněných. Děti byly překvapivě o dost hodnější než obvykle a pracovníci domku to brali jako velmi důkladný jarní úklid.

Domeček jsme obrátili vzhůru nohama a při tom ještě Jirka s Dájou stihli napéct. Není nad

však trávili v tělocvičně, vybavené spoustou zajímavých věcí: rozložitelnými matracemi, obrovskými sedacími vaky, závěsnou houpací sítí, veslovacím trenažérem a dalšími předměty různého účelu.

V tělocvičně se naše děti společně se žáky školy zúčastnili různých aktivit a s nadšením se přidaly i pečovatelky. Bylo pro nás také přichystané malé pohoštění, kdy jsme měli možnost sednout si všichni společně k jednomu stolu. Pak následovala další zábava spojená s hudbou a tancem. Každý si vybral hudební nástroj a přidával se do rytmu. Monika s Petrem si dokonce zazpívali i přes mikrofon.

V dobré náladě jsme se rozloučili a naše děti si odnesly domů medaile a sladkou odměnu. Setkání se všem velmi líbilo a určitě brzy pozveme naše nové přátele také k nám do Domečku Syllabova.

Text a foto: **KATEŘINA TARABOVÁ,**
EVA VENGLÁŘOVÁ,
IVANA KUPKOVÁ a IVANA HOLEŠOVÁ
Domov Jandova – Domek Syllabova



to si v náročných chvílích dopřát sladkou dobrotu na doplnění energie. Zvládli jsme to s úsměvem a jedeme dál, vstříc dalším dobrodružstvím...

Text: **KLÁRA ŠIMKOVÁ**
Foto: **RADKA MOUTELÍKOVÁ**
Domov Jandova – Domek Syllabova

Pro zvířátka...

Není zima jako zima. Ta letošní se projevila především ve své první polovině, ale pak, pak už šlo spíše o počátek jara... Přesto bylo třeba pomáhat těm, kteří by zimní dny přežili jen s velkými obtížemi - zvířátkům.

O to se postarali někteří z obyvatel Domku Jandova. Pravidelně nahlíželi do krmítek rozmístěných po zahradě a s radostí je doplňovali senem, semínky, ořechy, granulemi..., to podle toho, u kterého poloprázdného krmítka právě byli. O výrobu krásných i praktických krmítek pro ptáčky, veverky a divoké králíky se postaral pan Pepa, muž kolegyně Míši Smějové, o kterých jsme už několikrát psali v souvislosti s Jirkou z Domku Syllabova, kterého již pár let oba mají v hostitelské péči. Pepa už drahně let pomáhá přežít zimu zvířátkům nejen v místě bydliště, ale i v přírodě. Teď si díky němu mohli svůj zimní jídelníček zpestřit i zvířata pobývající na zahradě domečku.

Věřme, že díky nezištné péči mnohých z nás přežila zimu nejen zvířena částečně závislá na člověku, ale že chladné dny alespoň trochu v lidských podmínkách prožili třeba i lidé bez domova. Vždyť mnozí z nich za svou současnou tíživou situací nemohou a dobrovolně si ji nevybrali...

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



Netradiční setkání



Dopoledne se všichni s radostí zapojili do příprav pohoštění pro naše hosty a velikonoční výzdoby. Odpoledne pak obyvatelé domku s úsměvem očekávali své rodiče. Pozvání na Velikonoční posezení s radostí přijal tatínek Petry a oba rodiče Martiny, kteří také zajistili pro naše klienty drobné pohoštění.

Stejně jako každým rokem, také letos jsme v domku v Uhrově ulici pořádali 14. března velikonoční posezení s opatrovníky. Tentokrát se však trochu lišilo od těch předchozích, neboť letos si při této příležitosti mohli naši klienti poprvé vyzkoušet karaoke.

Všichni se s nimi vřele přivítali jako se starými známými, protože všichni tři bývají pravidelnými hosty na našich akcích. Jakmile všichni dorazili, začala party. Pouštěly se písničky na přání klientů. Klienti si vybírali písně, které znají, aby mohli zpívat do mikrofonu. Velmi nás všechny překvapilo kolik písní znají, ne jenom z dnešní doby, ale i retro písně všech žánrů. O zpívání do mikrofonů byl velký zájem, nejen mezi klienty. Po ukončení

karaoke show začala diskotéka. Do tance se zapojili i rodiče a pracovníci. Všichni si tento den náramně užili, všude se rozléhala hudba a smích.

Posezení s opatrovníky pořádáme pravidelně na Vánoce i na Velikonoce. Nálada byla výborná a všem bylo líto, že se tato párty musí ukončit a už se těšíme na další posezení, které bude opět na Vánoce.

Text a foto: **PETRA THÉROVÁ**
Domov na Liščině – Domek Uhrova



Velikonoční workshop



Nejdříve jsme nabarvili červenou barvou vyfouklá vajíčka s pomocí rýže, která na vajíčka vykouzlia originální „kropenatý“ vzhled. Potom jsme vejce ještě dozdobili skořápkami, peříčky a stužkami. Ale nezdobili jsme jenom vajíčka. Bavilo nás vytvářet ještě také barevné klíčenky z filcové látky a vlny nebo ze stužek, s nimiž nám pomáhaly i pečovatelky. Každý si samozřejmě mohl zvolit svůj vlastní motiv. Někteří si přáli vyrobit z vlny třeba i chobotničku. Fantazii se meze nekladly.

Děvčata i pánové byli se svými výtvary spokojeni a navzájem se chlubili, co všechno se jim povedlo. Když bylo vše hotovo, čekalo na nás ještě pohoštění s kávou, pečenou buchtou a pizza šneky. Nakonec jsme mohli společně

V sobotu odpoledne 16. března jsme uspořádali v Chráněném bydlení Bronzová jarní velikonoční workshop. Přijeli za námi i kamarádi z chráněnek Letní i Thomayerovy.

obdivovat ukázky malování kraslic horkým voskem. Všem se toto velikonoční setkání a tvoření moc líbilo, a tak si ještě před rozloučením děvčata z Bronzové domluvila s kamarády z ostatních chráněných bydlení, že se opět sejdou,



aby spolu zase něco pěkného vytvořili...

Text a foto: **KATEŘINA HAVLÍKOVÁ**
a **MARCELA NOSIADKOVÁ**

Naše jarní prodejní výstavka

Jaro probouzí k životu a k větší aktivitě a probudilo i nás v Centru pracovní činnosti. Už od konce zimy jsme tady společně šili, lepili, oplétali, natírali, lakovali, řezali a brousili... Zkrátka a jednoduše jsme tvořili a vyráběli, abychom na tradiční velikonoční prodejní výstavce, která patří k hezkým tradicím u nás ve Čtyřlístku, nezklamali naše stále věrné zákazníky a potěšili „oko i srdce“ něžnou krásou dekorací.



všechny naše výrobky – s tematikou jarní i velikonoční.

Největší zájem byl samozřejmě o dekorace s velikonoční tematikou - šité, dřevěné, lepené, nebo oplétané husičky, slepičky, zajíčci, vajíčka, kočky, věnce a podobně, ale i další výrobky z keramiky, textilu nebo papíru. Svě zákazníky a obdivovatele si našla i naše novinka: jarně vyzdobené dřevěné domečky. Ty zmizely z pultu jako první.

Pro všechny zúčastněné byly naše vystavené dekorace pohlazením pro duši. A my z Centra pracovní činnosti přejeme všem ve Čtyřlístku krásné jarní dny!

Text a foto:

JANA GROMOTOVIČOVÁ
Centrum pracovní činnosti

Po roce opět zažily 21. března naše prodejní stánky v hale sídla organizace v Muglinově „obležení zákazníků“ a doslova na „dračku“ šly

Jupííí! Opět Velikonoce...!

Nastal den, kdy se naši „kluci“ z Domku Výškovice oblékli do košil, vzali do rukou vlastnoručně spletené karabáče a vyrazili na „děvčata“. Tradiční šmigrust zahájili děvčaty ve svém domečku, včetně pečovatelek. Popadli košíček, do něhož si hned naskládali výslužku a už čekali u auta, aby se v doprovodu pečovatelek rozjeli za dalším koledováním.



Hody, hody, doprovody! znělo všemi domky. Brzy ráno jsme překvapili kamarády v Domku Jandova, ale tady se nenechali překvapit. Přivítali nás a obdarovali čokoládovými vajíčky. Pak jsme se vypravili do Domku Lhotka. Ani tady se

nenechali zaskočit, děvčata už na nás byla připravena a těšila se na koledníky. Zpívalo se i švihalo vytrvale, ale jemně... Pánové, dostali



pohoštění v podobě pečeného beránka, slaneého pečiva a nápojů. A samozřejmě, taky něco sladkého a čokoládového do košíčku. Nechyběla ani barevná vajíčka natvrdo vařená. I když bylo moc prima, muselo se dál.

V Domečku Uhrova právě řešili technický problém, ale i tam nás pěkně přivítali a děvčata jsme vyšvihali, jak se patří. Mile jsme si popovídali, prohlédli pokojíčky, do kterých byli pánové i provázející pečovatelky pozváni. Pánové z „Uhrovky“ se nedali zahanbit a také si došli pro pomlázky a vyšvihali pečovatelky a zapěli koledy. Došlo i na vřelá objetí bývalých spolubydličích.

A znovu jsme naskočili do auta a pokračovali k Domku Bronzová. I tady bylo veselo, vedl

se družný hovor, sdílely zážitky, u toho se hodovalo na beránku a popíjela kávička nebo čaj. Vládla příjemná a pohodová atmosféra, kterou si užili všichni přítomní. Ale i tady na nakonec přišlo loučení a pokračování ve velikonočním putování.

Jupí na Domek Bělá! Tady nás už vítali s otevřenou náručí a plným stolem dobrot. Pánové jemně vy-

švihali kamarádky a ty, které nechtěly tuto „torturu“ podstoupit, jako správní gentlemani nenutili. Každý z nich si i tak vykoledoval nádherně nabalený sáček dobrot, ručně vyráběných. Byli také pozváni ke stolu k perníčkům, beránkovi, sněhovým pusinkám a jiným lákavým pochoutkám. U stolu se přátelsky povídalo, někdy dokonce i s letnými doteky a na rozloučenou došlo i na polibek.

Bylo to krásné zakončení velikonočního koledování. S úsměvem na tváři jsme se vrátili domů do Výškovic. Karabáče jsme schovali do skříně, a zase si musíme počkat do příštího roku. Už se těšíme a zase rádi dojedeme z Výškovic...!

Text: **JANA PROROKOVÁ**
Foto: **LIBUŠE ŠIMONOVÁ**

Domov Barevný svět - Domek Výškovice

Velikonoce v Nové Bělé

Letošní Velikonoce započaly u nás přípravou domácího těsta na perníčky, následným pečením a jejich zdobením. Klienti, hlavně děvčata, se zapojila do vykrajování různých tvarů. Vůně perníčků provoněla obě domácnosti.

V následujících dnech se pekly barevné sněhové pusinky. Svou kreativitu ukázaly převážně Irma s Veronikou, které si zdobení nále-

žitě užily. Ostatní klienti se zapojili alespoň pasivně a sledovali, jak pod rukama jejich kamarádků i pečovatelek vznikají velikonoční kochoutci, zajíčci, vajíčka a různé jiné tvary. Milena se Simonou a Veronikou pomohly upéct beránky. Slávek s Honzou vše bedlivě pozorovali. A Veronika ještě pomáhala pečovatelkám kompletovat balíčky s výslužkou pro koledníky i pro opatrovníky.

Na Velikonoční pondělí se všichni v domečku slavnostně oblékli a společně připravili pohoštění. Pak už netrpělivě vyhlíželi koledníky z Výškovic, kteří přijeli s krásnými barevnými pomlázkami a za doprovodu velikonočních koled naše děvčata vyšlehali (a omladili). Slávek se s úsměvem k pomlázce přidal a vyšlehal



všechny děvčata včetně pečovatelek.

Připravená výslužka všechny mile překvapila a potěšila. Pak si všichni společně pochutnali na kávě a velikonočních dobrotách. I tentokrát byl návštěva, stejně jako každý rok, příjemným zpestřením jarních svátečních dnů.

Text a foto: **RENÁTA BILKOVÁ**
a **MONIKA CVEJNOVÁ**
Domov Barevný svět – Domek Nová Bělá



Vítání jara...

Když se v kalendáři objevily první dny jara, klienti Domku U Rourovny nezůstávali pozadu a příchod jara vítali výsadbou jarních květin a jarní výzdobou.

S pomocí pečovatelek se klientům povedlo připravit pestrou výzdobu, která dodala prostředí našeho domku novou svěží atmosféru. Je úžasné vidět, jak se domov klientů proměňuje s každou změnou ročního období. Květiny a jarní motivy přinášejí klientům i pracovníkům radost a optimismus.

Nadšení z jarního období však nezůstalo pouze u dekorací. Klienti s pomocí svých pečovatelek napekli také velikonoční beránky a mazance.

V neděli 31. března, na Květnou (Pašijovou) neděli, se společně zúčastnili bohoslužby v místním kostele, kde si nechali panem farářem posvětit své upečené beránky, které se staly lahodnou velikonoční pochoutkou pro všechny.



Text a foto: **RENÁTA BALCARKOVÁ**
a **BLAŽENA UHLÍŘOVÁ**
Domov Jandova – Domek U Rourovny

Je mi tady krásně!



Jednoho krásného dne jsme se dozvěděli o Centru pracovní činnosti. S mamkou jsme se byly ve Čtyřlístku podívat a hned mě zaujaly činnosti v dílnách. První den jsem byla trochu nervózní, ale po milém přivítání ze mě všechno spadlo... V tkalcovně jsem si poprvé vyzkoušela tkaní koberečku - učila jsem se používat správně pedály na tkalcovském stavu – procvičuji si tím trpělivost, zručnost a přesnost. V aranžovně jsem lepila mozaiku, učila se tvořit trubičky ze starých novin. Z těch se budu učit plést různé dekorace a výrobky.

V košíkárně se teprve začínám učit plést košíky a různé jiné dekorace, třeba různé misky, tácky, květináče. V programu úklidové práce se zdokonaluji v žehlení, luxování, skládání prádla, manipulace s pračkou, abych mohla pomáhat doma mamce. Na počítačích se učím orientovat, číst a psát, tvořím slova a věty. Skládám puzzle, vybírám nejraději přírodu, zvířata.

V programu šicí činnosti jsem si ušila červené srdíčko, které se mamce moc líbilo i pouzdro na mobil a vyrobila náramek z uzlíků s pomocí pracovnice. Učím se vyšít bavlnkou. Zkouším stále nové činnosti, střídám programy a to je zajímavé a baví mě to. Učím se

komunikovat a spolupracovat s ostatními klienty. Neměla jsem zatím možnost být v tak velkém kolektivu, ale je to fajn.

Doma jsem se nudila, tady si krásně vyplním volný čas. I náš „Mikulášský večírek“ byl zábavný, s pomocí zdejších pracovníků jsem si vyrobila masku anděla s křídly. Byla krásná. Byla jsem nejhezčí anděl.

Mám hodně nových kamarádů, ráda si s nimi povídám i pracuji. Hodně se mi tady líbí a jsem šťastná, že tady můžu být. V Centru pracovní činnosti se mi úplně změnil život – ten je teď krásnější, pestřejší a zajímavější.

Vyprávění klientky
SAŠI PAŤORKOVÉ

zaznamenala a fotograficky zdokumentovala
JANA GROMOTOVIČOVÁ
Centrum pracovní činnosti



Jirka na žebřinách...

Pokaždé, když s Jiřím z Domku Syllabova jedeme autobusem a blížíme se k zastávce Pískové doly, podívá se směrem k zařízení Domek Jandova, kde strávil podstatnou část svého dosavadního života. Udělal jsem mu tedy opět radost a zavedl jej alespoň na chvíli za bývalými kamarády, kteří obývají útulné prostory domácnosti C zmiňované budovy.

! když někteří jeho bývalí spolubydlíci reagovali naprosto nezájemně a na Jirku jako by

už zapomněli, jiní dali velice živě najevo, že kamaráda upřímně rádi vidí. V pondělí 5. února tak



mládeci prožili krásné odpoledne, navíc umocněné návštěvou rehabilitace. Zde se především Jirka „vyřádil“ na nejrůznějších „mučidlech“, zaujaly jej rovněž

žebřiny a velkou pozornost věnoval i nástěnné pomůcce k procvičování obratnosti rukou. Mezi trny provlékal barevné gumové „hady“ a měl radost, kolik se mu jich tam „plazilo“...

Návštěva naprosto předčila má očekávání – Jirka se nenudil, viděl své kamarády, a navíc se věnoval smysluplné činnosti, což pro něj není úplně typické... Věříme, že Domek Jandova nás velice brzy přivítá znovu.

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

Jaro na zahradě

Vysvitlo slunce. Svítí tak intenzivně, že nám jeho paprsky prosušily půdu na zahradě, a my tak všichni společně mohli jít zkontrolovat, jak nám jaro maluje zelenou barvou po větvích stromů.

Jak nám roste tráva a první květiny... Prozpěvují ptáčci... Společně nastavit tváře blahodárnému slunečnímu svitu... S pomocí klientů jsme na terasu vytáhli a ustavili první sezení a houpačku a pochutnali si na první jarní svačince venku.

Úsměvy pánů z Jandovky nám všem rozveselily den!

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



V květnu na motorky!

Je to téměř k nevíře, ale je to tak: už devět let trvá naše spolupráce s motorkářským klubem Srdcařů z Ostravy.

Když nás naši přátelé z tohoto klubu v osobě pana Martina Moravce oslovili v roce 2016 poprvé, říkali si ještě „Dracy Ostravacy“. Tehdy jsem se domnívala, že to bude jedna z mnoha dalších akcí, která v tomto roce zpestří jednu květnovou víkendovou sobotu našim klientům a zůstane jen vzpomínka.

Nakonec bylo ale všechno jinak. První setkání se líbilo nejen našim klientům, ale i kamarádům z motorkářského klubu, kteří se rozhodli,

že si tato zážitková dopoledne se svými nadšenými fandy ze Čtyřlístku zopakují i napřesrok. A nejen to. Svá velká motorkářská srdce začali rozdávat i jinde. Z „Draků Ostravaků“ se zanedlouho stali „Srdcaři“, kteří finančně podporují hendikepované děti na Opavsku. O něco později začali každoročně vydávat originální obrazový kalendář, jehož středobodem jsou děti a krásné motorky...

Výtěžek z prodeje těchto kalendářů jde každoročně opět ve prospěch tělesně těžce postižených dětí. Už samotný křest kalendáře, jenž se tradičně odehrává v Garage klubu v Martinově, bývá velkolepou událostí s bohatým programem a nevšedním zájmem jak samotných motorkářů, tak jejich rodinných příslušníků, přátel a fandů. Několikrát jsme mohli být přítom i my ze Čtyřlístku a prostřednictvím skupiny Rytmy také přispět ke skvělé náladě a podpořit tento dobročinný projekt alespoň prostřednictvím hudby.

Přátelství s našimi motorkáři „Srdcaři“ si opravdu považujeme a těšíme se na další setkání s nimi opět na zahradě Čtyřlístku „doma“ v Muglinově, tentokrát v neděli 19. května v 10.00 hodin. Doufejme jen, že počasí nezradí...



Text a foto: BOHDANA RYWIKOVÁ

Čtyřlístek na toukách



Masopust, lidově fašank, obecně také karneval, je slavnostní období. Je to čas mezi postními obdobími Vánoc a Velikonoc. Jak už napovídá český název: „masopust“, vychází ze

Když nastal masopust

V pátek 3. února se vydala děvčata z domku ve Lhotce - Xenie Sikorová a Zuzana Siváková - do Valašského muzea v přírodě v Rožnově pod Radhoštěm, kde právě v tento den pořádali masopust.

smyslu slov opuštění masa, stejně tak slovo „karneval“, které pochází nejspíš z italského „carne levare“, dát pryč maso.

Masopust začíná po Třech králich, tedy 7. ledna, ale konec masopustu je pohyblivý, neboť se uzavírá ve vztahu k Velikonocům – bývá stanoven na masopustní úterý, v den před Popeleční středou, kdy začíná čtyřicetidenní období půstu. Popeleční středa může připadnout na období od 4. února do 10. března. Proto masopustní neděli slavíme v rozmezí dnů od 1. února až do 7. března.

Celé období masopustu může být tedy různě dlouhé. Hlavní oslavy však obvykle probíhají celkem tři dny – od neděle do úterý, přičemž v úterý nastává vyvrcholení celé zábavy, kdy chodívali tzv. „maškarádi“, hrály se masopustní hry a večer se konala zábava.

Naším děvčatům, která právě na masopust zavítala do Rožnova pod Radhoštěm, se nejvíc líbila obchůzka masopustních masek, hudba a lidové písně. Také si tady pochutnaly a vybíraly z pestré nabídky zabíjačkových výrobků, které podle místních tradic připravili mistři řeznického řemesla.

Byl to nevšední výlet, na který budou ještě dlouho vzpomínat.

Text: **JITKA ŠEFRÁNKOVÁ**

Foto: autorka a **PAVLA HUBERTOVI**
Domov Barevný svět – Domek Lhotka



Na návštěvě u veverek

Živě si pamatuji, jak jsem se v mládí setkal s početnou rodinkou picha velkého. Vidět tohle milé lesní zvířátko je dnes docela vzácné, ale tehdy mi přišlo, že jsou snad všude kolem mne... Byl jsem totiž nucen sám přespat v neznámé staré chaloupce na okraji lesa.



Vzpomněl jsem si na všechny horory o uprchlých psychopatech, které jsem viděl, a tak jsem raději ani neotevřel okenice... Elektřina tam zavedena nebyla, baterkou jsem

nechtěl plýtvat, a tak jsem šel brzy spát. Najednou se uprostřed noci začalo ozývat řinčení nádobí, byly slyšet nejrůznější podivné zvuky, cosi neznámého se odráželo od stěn, od mé peřiny...

Po překonání prvotního strachu jsem se odhodlal k činu. Rozsvítil jsem baterku... A hleděl jsem do vykulených očíček neuvěřitelně krásného zvířátka podobného veverce. Stálo na stole, kde nuceně přerušilo hody, které jsem mu nechtě připravil zbytkem jablka od večeře... Záhy jsem v místnosti spatřil ještě několik dalších jeho kamarádů...

Od té „strašidelné“ noci, teď už s přáteli, kteří další den dorazili, jsem malým podnájemníkem pravidelně chystal něco k snědku a vždy nedočkavě očekával, až mě po půlnoci opět navštíví... Nechtěl jsem se připravit o milou společnost těchto „nočních veverek“ a přiznám se, že jsem si tyto tvory celoživotně zamiloval.

Od té doby jsem se s plchy nesetkal, ale nahrazují mi je alespoň jejich vzdálení „příbuzní“, veverky. Také jsou hlodavci, navíc jsou si hodně podobní. Veverky však neupadají do zimního spánku, a tak je i během chladných dní můžeme vidět, jak si shánějí potravu.

Nejinak je tomu i na zahradě Domku Jandova, plném stromů, kde se tyto tvorečkové prohánějí. Spolu s obyvateli domku je často pozorujeme a teď navíc i přikrmujeme. Pan Pepa, muž kolegyně Michaely, totiž vyrobil překrásné krmítko pro veverky. To jsme připevnili ke kmeni

jednoho ze stromů a nestačili jsme se divit, jakou radost po několika dnech způsobilo. Veverušky si je totiž našly a s nadšením uvítaly zásobu slunečnicových semínek a oříšků. Věříme, že i díky naší pomoci veverky zimu přečkají v plném zdraví a na jaře nám opět v korunách

stromů budou předvádět své akrobatické kousky.

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

Nejvíce chutná v přírodě...

...A to nemusíme vůbec chodit do lesa. Stačí chvíli pobýt na zahradě jako pan Marek z Domku Jandova, který v doprovodu paní Míši a pana Martina, pracovníků téhož „domečku“, nejprve podnikl cestu pro vytouženou italskou pochoutku, aby si ji posléze, křupavou a vonící, slastně vychutnal na lavičce mezi stromy. Chutnala mu velice. Zařadil se tak k milionům lidí na celém světě, kteří ji v různých tvarech a chutích konzumují už od starověku.



V dnešní podobě byla pizza známa nejdříve obyvatelům Neapole, kde tento plochý moučný koláč, na nějž se kladly nejrůznější ingredience (česnek, sýr, sled, bazalka, rajčata...), sloužil jako „jídlo pro chudé“ již na sklonku 18. století. O sto let později se právě tam otevřela i první



pizzerie, a protože byla pizza velice kladně přijata rovněž italskou královskou rodinou, velmi rychle se rozšířila dále na sever a díky migraci prakticky do celého světa (1905 – 1. pizzeria v New Yorku). Postupně se tato lahůdka stala italským národním pokrmem a není snad člověka, který by pizzu alespoň neochutnal.

Ono neuškodí, když si i my ostatní občas zpříjemníme den. Třeba tím, že se, stejně jako Marek, usadíme někde na lavičce a vychutnáme si „klínek“ italské dobroty. Jako správní Češi nejspíše stejně neupustíme od tradičního řízku s bramborovým salátem či svičkové, ale poznávat nové chutě a vůně nikomu z nás jistě neuškodí.

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



Na odlehlém ostrově kdesi v Pacifiku...

V sobotu 3. února 2024 se v centru Ostravy otevřela zbrusu nová exotická atrakce - Papilonia s nejkrásnějšími motýly světa. Motýlí dům o rozloze 200 m² nabízí od té doby návštěvníkům možnost poznat opuštěný Robinsonův ostrov. Ti, kteří na něj zavítají, si mohou vychutnat tropické klima jako v deštném pralese, pozorovat krásu cizokrajných motýlů, kteří poletují kolem nich a poznávat jejich pestré barevné životy...



V České republice je těchto Motýlích domů šest. A zvědavost je veliká. Proto tuto atrakci v centru Ostravy navštívily mezi prvními už 15. února také naše klientky z Domku Lhotka - Olinka Pastrňáková a Jana Šimonová se svým doprovodem.

Když jsme se s děvčaty ocitly na tomto „Robinsonově ostrově“, hned jsme pochopily, proč nese ostravský Motýlí dům v podtitulu název po tomto slavném literárním trosečníkovi. Stovky exotických motýlů poletovaly přímo kolem nás, pozorovaly jsme je v bezprostřední blízkosti. Nejsou tu žádné bariéry mezi návštěvníky a motýly. Největší z nich má rozpětí křídel 20 cm.



Shlédly jsme i „líheň motýlů“. Bohužel jsme ale neměly štěstí a nestaly se svědky zázračné proměny ošklivé housenky v nádherného motýla. Tak třeba zase někdy příště...

V Motýlím domě panuje stále tropické klima, vysoká teplota a velká vzdušná vlhkost. Pár motýlků jsme měly i na dlani. Janě Šimonové jeden motýlek krásně polechtal dlaň a další usedl na nohu.

Zimní Papilonie

Byl únor, jeden z nejstudenějších měsíců v roce, ale my jsme si s Petrem z Domku Syllabova zajeli do centra Ostravy, abychom strávili čas v nově otevřeném Motýlím domě - Papilonii.

Byl to velmi vydařený den. Petr měl možnost zažít na vlastní kůži kousek ráje v tropickém pralese. Všude spousta zeleně, jak stromů, dokonce i lián, ale největší atrakcí byli volně poletující motýli.



Návštěvníci se nemohli vynadívat na tu krásu kolem sebe. Kolem Petra létali motýli o velikosti dlani a ukazovali mu svá pestrobarevná křídla. Nejvíc Petra zaujal tyrkysově modrý motýl, který se nebál k návštěvníkům včetně nás přilétnout a sednout si na ruku. No řekněte, není tohle opravdový kousek ráje?

Text a foto: **EVA VENGLÁŘOVÁ**
Domov Jandova – Domek Syllabova

Kouzlo Motýlího domu

V pátek 15. března se skupina našich klientů z Domku U Rourovny se svými doprovody vydala na výpravu do centra Ostravy. Cílem této „výpravy“ bylo prozkoumat jedinečnou atrakci, kterou je nově otevřený Motýlí dům.

Po příjemné jízdě tramvají, plní očekávání, jsme dorazili do centra města. Jakmile jsme vstoupili do Motýlího domu, byli jsme všichni okouzleni krásou barev a neuvěřitelnou pestrostí motýlích druhů, které tam pobývají. Motýli

si odvážně sedali na ramena a ruce klientů, jako by vítali nové přátele. Klienti si v Motýlím domě



koupili i nějaké suvenýry, jako památku na tyto nezapomenutelné okamžiky.

Po prozkoumání Motýlího domu jsme se společně rozhodli, že si zasloužíme odměnu v podobě chutného oběda. Proto jsme zamířili do blízké restaurace, kde jsme si pochutnali na zdejších specialitách.

Tento výlet byl pro naše klienty nejen příjemnou relaxací, ale v mnoha směrech také inspirativním dobrodružstvím plným krásy a nových objevů.

Text a foto: **BLAŽENA UHLÍŘOVÁ**
a **HANA BABISZOVÁ**

Domov Jandova – Domek U Rourovny



Jirka na severu

Je poněkud neobvyklé, aby se člověk v zimním měsíci únoru vydal na sever. Pokud se však rozhodne navštívit pouze severní část našeho rozlehlého města, dá se to pochopit. Zvláště když se jedná o lokalitu, která zaujme opravdu jen málokoho...

Spolu s Jirkou z Domku Syllabova jsme se rozhodli prozkoumat nejsevernější oblast ostravského Přívozu. Čtvrť, kterou tolik proslavil známý vídeňský architekt Camillo Sitte (1843–1903). Ten vyprojektoval nejen kostel, radnici či faru, ale spoustu jiných méně či více významných domů, jakož i uliční síť. Během let mnohé



ze staveb nenávratně nahlodal zub čas, některé zmizely úplně... Přesto však budovy především v okolí Nádražní ulice a náměstí Svatopluka Čecha dodnes udivují svou krásou, zvláště když jsou krásně opravené...

Jirka a já jsme však šli prozkoumat severní část Přívozu – tu, která je dnes spíše opomíjená a opředaná nehezkou pověstí. Zlákala nás ulice Palackého a přilehlé uličky. První dojem – oblast značně nesourodá. Krásně opravené domy vedle vyslovených barabizen, nové stavby s upraveným okolím vedle neuklizených proluk. Občas nějaký ten průmyslový podnik, absence obchodů, restaurací... Při delší procházce jsem si uvědomil, že i zde se přece jen investuje – opravených či nových domů bylo docela hodně. Daleko více ale ještě na svou rekonstrukci teprve čeká... I za bílého dne bylo zřejmé, že tu bude asi vyšší kriminalita než kdekoli jinde. Oblastí projížděla policejní auta a několikrát jsme zahlédli policisty řešící přestupky místních. Největším problémem bude asi sociální skladba zdejších obyvatel, což je možná také důvod, proč se sem lidé toužící po hezkém bydlení příliš nehrnou, i když mnohé z domů či zákoutí jsou vysloveně malebné.

Viděli jsme a zhodnotili, že svého času musel být Přívoz „parádní“ čtvrtí. Dá však opravdu velkou práci, aby se tomuto obrazu současný severní Přívoz alespoň trochu přiblížil...

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



Zdejší voliéra, kterou najdeme nedaleko přívozkého kostela, je vůbec poslední, na niž můžeme ve zdejším regionu narazit. Dnes v ní přebývají andulky i jiné exotické ptactvo a o všechny ptáčky se vzorně starají členové Základní organizace chovatelů zpěvných kanárů v Ostravě-Přívoze.

S Bartem u voliéry

Není tomu tak dávno (hlavně v 19. a první polovině 20. století), kdy horníci pomocí kanárů zjišťovali přítomnost metanu v podzemí. Podle neobvyklého chování těchto drobných opeřenců usuzovali, zda je „čistý vzduch“, nebo zda je záhodno důlní dílo okamžitě opustit a vyfárat ven do bezpečí. Barevní ptáčci svému účelu už dávno neslouží, ale v ostravském Přívoze dodnes můžeme vidět ojedinělou raritou, s níž se už nikde jinde v kraji nesetkáme – s voliérou z roku 1959, ve které místní horníci chovali právě kanárky, kteří jim mnohdy pomáhali zachraňovat lidské životy.

Barta z Domku Syllabova zaujala nejen samotná voliéra s jejími obyvateli, ale i některá zákoutí přilehlých ulic. Je jasné, že v Přívoze jsme spolu nebyli naposledy...

Text a foto: **MARTIN POBOŘIL**

Domov Jandova

Rančeři z Hlučína

Na 5. březen budeme jistě rádi ještě dlouho vzpomínat. Kdo? Pánové Antonín, Gabriel a Filip z domácnosti C Domku Jandova a kromě mne i kolegyně Michaela Smějová a Denisa Adyová. Vypravili jsme se totiž na výlet do Dětského ranče Hlučín, a ten nás obohatil o nevšední zážitky, přestože nebylo zrovna úplně ideálně... Den předem jsme totiž v Ostravěnce prožili nádherný „květen“, a tak nešlo ani věřit tomu, že nás v den naší cesty přivítalo chladnější, uplakané počasí.

Ranč se rozkládá hned vedle pověstného Hlučínského jezera, obrovské vodní nádrže, která slouží především k rekreačním a kulturně sportovním účelům. Je známé také jako Štěrkovna (štěrka se tam kdysi i těžil) a jeho plocha 140 hektarů je pro porovnání asi o 40 ha větší než rozloha ostravské zoo. Koně jsme sice zblízka neviděli, zato jsme si mohli prohlédnout, pohladit i nakrmit jejich menší „kopie“, poníky a osly. Ale také lamy, kozy, klokany, králíky,



prase, slepice, kachny, kočku... Zvířátek bylo tolik, až nám během procházky vyhládlo, takže jsme s radostí využili nabídky slečny průvodkyně a občerstvili se malou, ale chutnou svačinkou.

Nabytou energii jsme okamžitě využili při procházce areálem Štěrkovny. Ušli jsme velký

kus cesty a trochu vymrzlí jsme posléze s vděkem přijali další možnost k doplnění kalorií, návštěvu restaurace poblíž hlavního vstupu do areálu. Tam jsme naši dnešní cestu za poznáním završili. Milý pan řidič Pavel nás všechny bezpečně odvezl zpět domů a my s kolegyňkami jsme se shodli na tom, že starostí s mladíky nás sice pokaždé „připraví o nervy“, přesto

však vždy nakonec převáží příjemný pocit, že „kluci“ opět zažili něco, co obohatilo jejich život.

Text: **MARTIN POBOŘIL**

Domov Jandova

Foto: **DENISA ADYOVÁ**

Domov Jandova – Domek Syllabova



Většině Ostravanů i přespolních je Hranečnick známý především jako místo, kde mohou přestoupit z jednoho dopravního prostředku do druhého. Ti starší pamatují i úzkokolejnou tramvaj, která tudy od roku 1909 projížděla a spojovala centrum města s Karvinou. A ti úplně nejstarší si možná pamatují i některé z dělnických kolonií, které zde kdysi stávaly a místo nichž je teď „území nikoho“ s množstvím náletových dřevin.

„Zauzlovaná“ Sára

Ne, nebojte se, slečna Sára z Domku Syllabova není hadí žena. Jde jen o asociaci k pojmu „přestupní uzel“ alias „dopravní terminál“. Právě ten byl v roce 2016 otevřen na Hranečnicku a právě tam jsme se jedno únorové odpoledne se Sárou vypravili.

Tato slezskoostravská čtvrť si víceméně zachovala svou hornickou atmosféru, převážně venkovskou zástavbu a množství zeleně, která svádí k procházkám. Málokdo ví, že Hranečnick je i rodištěm bývalého primátora Ostravy Josefa Kotase či Huga Vavrečky - dědečka prezidenta Václava Havla. V poslední době se hodně hovoří o „objevu“ hornické pekárny, malé stavby velikosti kapličky, kde ženy z hornických kolonií pekly chléb. Pekárnička z počátku 20. století je jedinou zachovanou pekárnou, které kdysi byly v koloniích docela běžné. Když vezmeme v úvahu, že na území Ostravy se kdysi rozkládalo na 100 dělnických kolonií, je tato jediná dochovaná pekárna naprostou raritou.

Věřím, že se sem ještě vrátíme. Třeba s někým jiným a třeba pro změnu s cílem najít a prohlédnout si zmiňovanou pekárnu. Není prý úplně na očích, a tak jistě nebude lehké ji najít. O to více potěší fotky, které si určitě pořídíme a rádi předáme dále...

Text a foto: **MARTIN POBOŘIL**

Domov Jandova

„Rytmácká“ plesová sezona

Letos jsme poprvé a rovnou čtyřikrát zahajovali s našimi bubeníky ze skupiny Rytmy různé plesy. Nejdříve jsme hned zkraje plesové sezóny - již 2. února - navštívili ostravskou městskou část Hrabová, kam jsme díky naší letité fanynce Kateřině Tomanové obdrželi pozvání k vystoupení na zahájení Plesu městského obvodu Ostrava-Jih.

Ples se konal v krásně opraveném kulturním domě této části Ostravy a naši bubeníci odvedli skvělý výkon i přes pro ně netradiční pozdně večerní čas. Od organizátorů plesu jsme byli obdarováni drobnými dárky a malým pohostěním.

V Hrabové nás přivítala paní Katka Tomanová, která vše organizačně zajišťovala a ples také moderovala. Ještě jsme se stačili maličko rozhlédnout po okolí městského úřadu a k němu nedávno postavenému společenskému sálu. Pak už hurá do rytmáckých triček a Lenka do svého tanečního kostýmu a „jdeme na to“! Sál byl plný usměvavých a nastrojených lidí. Vystoupení se asi líbilo, protože jsme zaznamenali pohupování i tleskání do rytmu našich písní. Krátké vystoupení se závěrečným cikánským tancem Lenky rozproudilo krev v žilách nejen nám. Dostali jsme drobné občerstvení a upomínkové předměty tohoto ostravského obvodu a další hudební produkci přenechali kapele Nebratři, která pak občanům Hrabové po celý večer hrála k tanci i poslechu.



Naše další „plesové“ vystoupení se uskutečnilo v sobotu 8. března v Heřmanicích, tentokrát na Pivovarském plese, kam nás pozval majitel místního Heřmanického pivovaru a Restaurace Beseda, pan Lubomír Noga. Ještě před vystoupením jsme stihli „zblajznout“ luxusní chlebiček

a napít se kofolky a pak už členové skupiny rozubnovali a rozhýbali snad i židle v sále místního kulturního domu, který i my známe z našeho loňského plesu Čtyřlístku.

Lidé tančili, tleskali, výskali a vesele se pohupovali do rytmu našich skladeb – prostě na nich bylo vidět, že se přišli bavit a toto plesové zahájení se jim líbí. Dokonce se objevili i zájemci o společné foto s námi v plesovém „fotokoutku“.

Do třetice jsme vyrazili v sobotu 23. března do Harmony Club Hotelu v Mariánských Horách, abychom prezentovali své „umění“ na Duhovém plese. Strůjcem tohoto pozvání byl náš kolega Marek Zlý z Chráněného bydlení Thomayerova. I tentokrát se nám vystoupení povedlo a sklidili jsme velký potlesk. Sladkou tečkou pro nás byl dárek v podobě velké sklenice Nutelly a následně také sponzorský dar z výtěžku plesové tomboly ve prospěch naší skupiny Rytmy.

Z trošku jiného plesového soudku bylo naše vystoupení v neděli odpoledne 11. února ve Staré Bělé. Tento maškarní ples pro děti pořádala Tělovýchovná jednota Sokol Stará Bělá v místní Sokolovně. Tady jsme přizpůsobili program našeho vystoupení konkrétní věkové skupině a na zahájení využili skladbu Chňapík, maličký krokodýl s názornou ukázkou – velkým plyšovým krokodýlem. Jirka Válek s ním po dobu skladby procházel sálem mezi dětmi a pak se stal krokodýl ležící dekorací vedle našich bubeníků. Byl o něj velký zájem, některé děti se s ním přišly pomazlit a někteří i opakovaně odnést...

Poprvé v historii existence naší bubenické skupiny jsme se však tímto způsobem zapojili i do veřejného společenského života ve městě v rámci letošní plesové sezóny. A věříme, že naše vystoupení měla úspěch a udělala stejnou radost jako nám i všem, kteří nás na plesy pozvali...

Text: VLADIMÍRA KALOČOVÁ

Foto: archiv Very



Maškarní bál v Nové Bělé

Začátkem března jsme uspořádali v našem Domku Nová Bělá maškarní bál, jemuž předcházela důmyslná a pečlivá příprava všech masek a kostýmů. Kolektiv pečovatelek ve dne v noci vlastnoručně tvořil: vyrábělo se, šilo, malovalo a kreslilo vše potřebné k tomu, aby byl náš bál v domečku opravdu dokonalý.

Již od „plesového“ rána započala příprava převážně účesů, líčení a poslední úpravy kostýmů. Hlavně u děvčat se to vše setkalo s velkým nadšením. Moc se jim to líbilo, velmi dobře spolupracovaly a v zrcadle se samy sobě líbily. Všem to náramně slušelo!

Maškarního reje se zúčastnila dokonce i Bílá paní, dvě krásné baletky, paní Jahoda, klaun, country dívka, pohádková Popelka, žokej Váňa a v zeleném automobilu přífrčel dokonalý Mr. Bean, který nedočkavě vyhlížel svého nejlepšího kamaráda Roberta z domku Třebovice.

I Robert dorazil v masce. Ani samotné pečovatelky nezůstaly pozadu a ve vtipných kostýmech jako mouchy poletovaly v maškarním reji. Masky byly tak povedené, že se někteří klienti navzájem hned ani nepoznali.

Bylo opravdu veselo. Jako každá pořádná akce, i tato musela začít společným přípitkem. Na výběr bylo nealkoholické šampaňské, pivo, různé nealkoholické drinky a spousta dalšího pohoštění. Nechybělo ani fotografování pro uchování vzpomínek na krásné společně strávené chvíle.

Všichni jsme si to náramně užili. Už se těšíme na příští rok. Díky nadšení, snahy a ochoty všech pečovatelek i velké radosti klientů byla tato událost opět velmi zdařilá.



Text a foto: **RENÁTA BILKOVÁ**
Domov Barevný svět – Domek Nová Bělá

Bubnování na 'Céčku'

Venku je obleva a pánům z Domku Jandova se dnes nikam nechce. Co bychom tak dělali, aby to zabavilo a zároveň i bavilo všechny?

Chvilku jsme zpívali, chvílku koukali na telku, ale každý chtěl něco jiného... Nakonec jsme vytáhli bubínky a hned bylo veselo. Trošku jsme se u toho protáhli, zatančili si a čas nám utekl tak rychle, že jsme ani nezaregistroval, kdy nám přivezli oběd. Tak dobrou chuť všem!

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



Opravdu „Pravý Louskáček“ ...

V sobotu odpoledne 3. února, jsme s klienty Terezou a Lukášem navštívili pohádkový muzikál na ledě – Pravý Louskáček, který se konal v Ostravar Aréně. Na představení se klienti těšili již od prosince, kdy jsme objednali vstupenky a s ostatními jsme si prohlíželi fotografie a videa na internetu, abychom věděli, jaký zážitek na nás vlastně čeká.

Když nastal den D, připravili jsme se na odchod do Ostravar arény. Terezka už se na muzikál těšila a již od rána také mluvila o tom, že půjde ven. Vyzvedli jsme Lukáše z vedlejší domácnosti a vyrazili na cestu.

Do Arény jsme se vypravili autem, kterým nás vezl pan řidič z rozvozové firmy. U vstupu do sportovní haly už čekala spousta lidí, která se stejně jako my těšila na pohádkový muzikál na ledě podle jeho slavné baletní předlohy. Tentokrát se však ještě navíc nabízela jako akční krasobruslařská, akrobatická a taneční show





v podání cirkusových umělců, herců a zpěváků. Bylo to krásné. Tereza s Lukášem se celou dobu v tichosti kochali pohádkovou magií leďové plochy a sledovali krasobruslaře - tanečníky a akrobaty pohybující se na tomto neobvyklém jevišti.

V polovině představení byla přestávka, a to byl náš čas, kdy jsme se mohli občerstvit něčím dobrým a vypít šálek teplé kávy. Neboť, co si budeme nalhávat, je to ta nejlepší část výletu, na který se naši klienti také vždycky těší.

Poté jsme se šli dojívat na druhou polovinu této pohádkové show, která byla také úchvatná. Všichni jsme na konci umělcům na leďě zatleskali za jejich výkony, ale už bylo také na čase vrátit se zpátky domů. Opět jsme se vraceli autem, tentokrát však s mnoha silnými dojmy a zážitky.

Pohádkový muzikál na leď Právý Louskáček opravdu stál za vidění a klientům se představení moc líbilo. Určitě budeme zase pozorně sledovat programy, abychom opět navštívili některou z dalších produkcí, které Ostravar Aréna nabídne.

Text: **NATÁLIE VÍTKOVÁ**
a **SIMONA DANIECOVÁ**
Foto: **SIMONA DANIECOVÁ**
Domov Jandova – Domek Syllabova

Život kolem nás

Náš tradiční „výstavní“ rok v Knihovně města Ostravy jsme zahájili hned z kraje roku: už 2. ledna jsme v krásných klubových prostorách knihovny ve Vítkovcích v Kutuzovově ulici instalovali kolekci více než dvaceti obrazů – kreseb i maleb našich klientů z „depozitáře“ Čtyřlístku.

Pod názvem „Život kolem nás“ jsme představili návštěvníkům knihovny, mezi něž patří z velké části i děti z nedalekých základních škol a Vyšší odborné školy Ahol a samozřejmě i dospělí návštěvníci, žánrově široké spektrum obrazů, jež svého času vznikaly jak v kreativním ateliéru, tak v ergodílně rehabilitačního oddělení.

Výstavy klientů naší organizace jsou v různých pobočkách Knihovny města Ostravy vždy vítány a stále znovu a znovu žádané, a to jak pro jejich formální a obsahovou pestrost, tak i pro jejich pozitivní poselství, jež dokáže rozjasnit všední den každého vnímatele. Což samozřejmě také vysvětluje důvody, proč jsou výstavy výtvarných prací našich klientů stále žádané... Vítkovická pobočka Knihovny města





Ostrava je právě jedna z těch, do nichž se prostřednictvím obrazů a obrázků klientů opakovaně vracíme. Koncem letošního

roku ještě do výstavního programu této knihovny přispějeme také prostřednictvím výstavy z projektu Fotografiemi pro radost.

Výstava Život kolem nás byla ve Vítkovicích otevřena do konce února letošního roku.

(rw)

Čtyřlístek ve Dvoraně

Nebylo to poprvé, co nám Úřad městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz otevřel své dveře dokořán. Letos od 15. února jsme ve Dvoraně úřadu uspořádali vernisáž putovní výstavy „Úsměv, prosím!“, jež byla součástí projektu Fotografiemi pro radost, do něhož je naše organizace zapojena již devátým rokem.



V krásných radničních prostorách tak byla zahájena výstava nejlepších fotografií loňského ročníku celostátní soutěže projektu Fotografiemi pro radost. Jeho organizátorem i zakladatelem je stejnojmenná nezisková organizace, jež se snaží prostřednictvím kulturních, společenských a sportovních akcí propojit zážitky lidí s mentálním postižením s okolním světem. Putovní výstavy Fotografiemi pro radost pak pomáhají otevřít veřejnosti barevný svět těchto lidí a podpořit je i tímto způsobem v jejich aktivitách. Letošní výstava v ostravské Dvoraně měla název „Úsměv, prosím!“, což také bylo hlavní téma loňského ročníku soutěže Fotografiemi pro radost.

Tuto zajímavou výstavu se letos podařilo uspořádat v Ostravě především díky vstřícnosti Úřadu městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz ve spolupráci s naší organizací. Výstavní kolekce ve Dvoraně byla sestavena z fotografických kolekcí celkem osmnácti organizací z celé republiky, věnujících se péči o lidi se zdravotním postižením, jež jsou zapojeny do projektu Fotografiemi pro radost.

Z Ostravy byla na výstavě zastoupena nejen naše organizace, ale také spolek Naděje pro všechny. Slavnostní vernisáže výstavy se zúčastnil starosta městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz Petr Veselka spolu s místostarostkou Alenou Pataki a další hosté. V programu vernisáže účinkovali naši přátelé - členové tanečního souboru Bílá holubice, jež je

rovněž zapojen do projektu Fotografiemi pro radost, ale v soutěži tentokrát nebyl zastoupen, skupina Mentallica z Naděje pro všechny a samozřejmě nemohla chybět ani naše skupina Rytmů. Výstava ve Dvoraně byla otevřena do 18. března a letos na podzim bude ještě k vidění také v pobočce Knihovny města Ostravy ve Vítkovicích.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**



Personálie

Setkání po letech

Našemu klientovi panu Daliboru Altovi z Domku Vývozní se dostalo nečekané návštěvy – po mnoha letech jej navštívila jeho maminka.

Paní Helena Altová, která nyní po smrti svého manžela žije v zařízení sociálních služeb v Dolních Živicích, projevila zájem setkat se po letech se svým synem. V doprovodu vedoucí pracovnice přijela na návštěvu za synem Daliborem do našeho domku.

Zprvu bylo setkání rozpačité, ale po chvíli ledy roztály a společně s paní Altovou i Daliborem jsme prožili příjemné dvě hodiny tohoto setkání. Pečovatelky připravily pro naše hosty pohoštění, což také výrazně přispělo k pohodě a dobré náladě pana Alta.

Věříme, že toto setkání nebylo poslední a vztahy mezi matkou a jejím synem se časem ještě prohloubí...

Text a foto: **ZDEŇKA SKLENÁŘOVÁ**
Domov na Liščině – Domek Vývozní



Pracovní výročí

Hned dvě významná výročí slavila letos naše kolegyně – vedoucí Chráněného bydlení Čtyřlístek paní **Mgr. ŠÁRKA ZMĚLÍKOVÁ** (na snímku vlevo). Začátkem roku oslavila kulaté narozeniny, k nimž se 1. dubna přidává jubileum pracovní: neuvěřitelných třicet let práce v naší organizaci.

Paní Šárka Změlíková u nás začínala v roce 1994 jako vychovatelka ve Stacionáři v Muglinově – tehdy ještě měla naše organizace název Ústav sociální

péče pro osoby se zdravotním postižením, v roce 1998 se stala vedoucí výchovného oddělení tehdejšího Domova pro dospělé (dnes Domov na Liščině) a od října roku 2010 se ujala pozice vedoucí domova. Velkou změnu pro ni znamenalo období transformace naší organizace. Tehdy přijala funkci manažerky pro transformaci a byla také koordinátorkou transformačních projektů až do roku 2022, kdy nastoupila na pozici vedoucí Chráněného bydlení Čtyřlístek a od té doby tady zúročuje veškeré své dosavadní pracovní zkušenosti.

Čtvrt století práce pro naši organizaci oslaví o prvním májovém dnu paní **ŽANETA KUNCOVÁ** – pra-

covnice v sociálních službách, která pracuje v Chráněném bydlení Bronzová. Dvě dvacetiletá pracovní výročí oslaví v červnu paní **TÁŇA ŠTĚPÁNOVÁ** (1. června) z prádelny našeho provozně-technického útvaru a 26. června paní **KATEŘINA HAVLÍKOVÁ** – pracovnice v sociálních službách, která pracuje rovněž v Chráněném bydlení Bronzová.

Všem našim jubilantkám děkujeme za všechna ta léta věnovaná klientům a práci pro naši organizaci i za jejich obětavost a přejeme ještě hodně optimismu a sil do dalších let!

Redakce



Vítáme nové zaměstnance!

V uplynulém čtvrtletí jsme na našich pracovištích přivítali celkem osm nových zaměstnanců na nejrůznějších pozicích pracovišť Čtyřlístku. Od Nového roku 2024 pracují v naší organizaci jako pracovnice v sociálních službách paní **Jana ROUBALOVÁ** v Domku ve Lhotce a paní **Dagmar DOLEŽALOVÁ** v Domově Třebovice a jako nová všeobecná sestra paní **Michaela VOJTEKOVÁ**.

Od 1. února má novou vedoucí Domek Výškovice, kam do této pozice nastoupila paní **Miroslava**

FRIEDRICHOVÁ. Od prvního března posílily řady pečovatelů Domku Kanczuckého pracovnice v sociálních službách – paní **Klára DETKOVÁ** a **Marie DVORSKÁ**, v Domku Na Liščině pak paní **Lenka PALÍŠKOVÁ**. Od 18. března má novou skladní stravovací provoz Liščina, a to v osobě paní **Sandry BITTNER**.

Všem našim novým kolegyním přejeme hodně štěstí a pracovní spokojenosti na jejich působištích a v kolektivech organizace Čtyřlístek.

Redakce

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@ctyrliste-kostrava.cz, rywikova.bohdana@ctyrlistekostrava.cz. **Vydání číslo 1/2024, ročník XVII.** Neprodejné. **Zodpovědný redaktor:** Mgr. Bohdana Rywиковá. **Redakční rada:** PhDr. Svatopluk Aniol, Mgr. Bohdana Rywиковá, Mgr. Šárka Změlíková, Bc. et Bc. Lukáš Křupala, Ing. Hana Lichotová Hájková, DiS., Mgr. Vladimíra Kaločová, Iva Hyklová. Příští číslo vyjde v červnu 2024. **Časopis Zrcadlo v tištěné podobě nelze šířit mimo jednotlivá zařízení vydavatele**