

ZRCADLO



Čtvrtletník Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením Ostrava,
příspěvkové organizace, ročník XVII., číslo 3., září 2024

VELKÁ VODA!

Záplavy a havarijní situace v praxi Čtyřlístku

Tak, jako řadu jiných míst v České republice a na Moravě, postihla letošní katastrofální povodeň také Ostravu. Mezi těmi, které velká voda v polovině září zaplavila, byla i naše organizace, zejména pak Domov Barevný svět. Přestože jsme bedlivě sledovali předpovědi počasí, posléze i vývoj stavu průtoku vody na ostravských tocích Odře a Ostravici, a nakonec i výšku a postup vody kolem všech našich čtyř domků v Petřkovicích, ve Lhotce, Výškovcích a v Nové Bělé, velká voda se nám bohužel nevyhnula...

V Nové Bělé tekla bahnitá voda z pole kolem domku, rychle naplnila žumpu, spodní voda stoupala i v domku odpadními rourami a otvory. Podmínky byly pro klienty i zaměstnance ztížené tím, že se nemohli mýt, koupat, mýt nádobí, prát prádlo ani splachovat toalety. Domek Lhotka byl zvláště od doby, kdy se v Ostravě protrhla hráz na řece Odře, na několik dnů prakticky odříznut od přístupových cest. Někteří pracovníci se nemohli dostat na směnu, jiní naopak ze směny domů. Nakonec jsme bohužel museli evakuovat dva domky: Výškovice a Petřkovice. Z obou domků pečovatelé s klienty prakticky



utíkali před blížící se vodou. Ve Výškovcích se jedna z pečovatelek při kontrolní obhlídce, zda se na nikoho z klientů v budově nezapomnělo, brodila už po kolena ve vodě...

Dočasné útočiště našli klienti v prostorách Centra pracovní činnosti, kde už v neděli 15. září několik hodin nefungovala elektrická energie, ale bylo tam alespoň teplo, sucho a zázemí pro složení hlavy na rychle zakoupených matracích. Nejstatečněji tuto situaci nesli zejména klienti. Jeden z nich průchodem vrátnicí službu konajících vrátného zdravil se slovy: „Dobrý den! Tak jsem tady na rekreaci!“ Klienti z Domku Petřkovice se mohli brzy vrátit „domů“,

protože voda nakonec jejich domek minula. Zato klienti z Výškovců obývají náhradní prostory bývalého Domova na Liščině a začátkem října se stěhují zpátky do provizorních prostor v Muglinově, v Centru pracovní činnosti. Domek zatím čekají opravy a vysoušení.



Asi se všichni shodneme na tom, že raději fingovaně nacvičovat nouzové a havarijní situace (jako např. při nácvičku hašení hasicím přístrojem v rámci školení požárních hlídek), než je prožívat v reálu. Situace, ve které jsme se v září nečekaně ocitli, je skutečně velmi náročná, ale na druhé straně také prokázala neuvěřitelnou sílu a schopnost spolupráce našich zaměstnanců v krizových situacích. Spolupracovali všichni. Vedení organizace, stravovací provoz, provozně technický úsek, autodoprava i kolegyně z ostatních domků navzájem. Na nikoho nechceme zapomenout.

Povodně jsou vždy těžkou zkouškou, a to jak pro jednotlivce, tak pro celé komunity. Domov Barevný svět se ocitl v dramatické situaci, kdy nejenže se musel vyrovnat s materiálními škodami a narušeným fungováním běžného života, ale i s nutností evakuovat své klienty.

V neposlední řadě patří obrovské poděkování také starostům obou obcí: Ostrava-Jih a Petřkovice, kteří nezapomněli, že v jejich katastru již několik let žijeme. Zajistili pro nás svozové autobusy a společně se záchrannými složkami klienty i personálem domků odvezli do bezpečí budovy Čtyřlístku v Muglinově. Je skvělé, že transformační proces, jehož cílem



bylo začlenit klienty do místních komunit, se i v těchto těžkých chvílích ukázal jako úspěšný. Solidarita a soudržnost je přesně tím, co pomáhá zvládat krizové situace a co zároveň potvrzuje smysl a význam takovýchto projektů.

Text: **Bc. MICHAELA ŠARMANOVÁ, DiS.**
vedoucí Domova Barevný svět

Fotografie: kolektiv pečovatelek domků v Petřkovicích a ve Výškovicích

Naši ocenění v handicapu!

Opět se můžeme radovat z faktu, že ani na letošním slavnostním vyhlášení výsledků celostátního projektu **Rekordy handicapovaných hrdinů (RHH)**, které se uskutečnilo 10. září v aule Krajského úřadu Moravskoslezského kraje, nechyběli mezi oceněnými hrdiny handicapu naši klienti. Svůj „hvězdný rok“ na něm završili dva sportovci: Karla Foltová z Podporovaného samostatného bydlení a Jan Polhoš z Chráněného bydlení Čtyřlístek. Oba

medailisté loňských Světových letních her Speciálních olympiád v Berlíně, Karla Foltová navíc čerstvá Sportovkyně roku města Ostravy a oba také vítězové nebo medailisté v několika sportovních disciplínách v soutěžích, které se konají napříč republikou...

Osmý ročník projektu Rekordů handicapovaných





hrdinů se už tradičně uskutečnil pod záštitou náměstka hejtmána Moravskoslezského kraje Jiřího Navrátila, náměstka primátora statutárního města Ostravy Zbyňka Pražáka a poslance Poslanecké sněmovny Parlamentu České republiky Jiřího Carbola. Přítomné publikum přivítalo potleskem rovněž mluvčího Nadace ČEZ Vladislava Sobola a náměstka primátora Frýdku-Místku Marcela Sikoru. Při této slavnostní události samozřejmě nemohl chybět ani ředitel naší organizace Svatopluk Aniol, který také patřil k prvním gratulantům našich oceněných sportovců. Zahájení programu zpestřilo i vystoupení našeho hudebního souboru Rytmy.

Ceny projektu Rekordy handicapovaných hrdinů navrhuje instituce a veřejnost za mimořádný počin, vzor, nebo projekt ve prospěch osob se zdravotním postižením, a to ve čtyřech kategoriích: Hrdinové handicapu (příběhy obdivuhodných výkonů), Pečující v handicapu (sebeobětující se osobnosti), Projekty handicapu (projekty organizací a filantropů) a Emisaři handicapu (následovníhodné příklady a vzory).

Smyslem projektu Rekordy handicapovaných hrdinů je přispívat netradičními formami k lepšímu informování veřejnosti o aktivitách lidí se zdravotním postižením a těch, kteří se jim věnují. V uvedených čtyřech kategoriích převzalo ocenění deset vítězů, protože druhá a třetí místa zde nejsou.

Doprovodným projektem Rekordů handicapovaných hrdinů byl už pátý ročník fotosoutěže FOCUS RHH 2024, jenž vznikl s podporou Nadace ČEZ.

V kategorii Hrdinové handicapu byli letos oceněni tři sportovci: kromě naší Karly Foltové a Jana Polhoše to byl také paralukostřelec Tomáš Vrzal, jemuž dal tento sport nový smysl života. Dalšími oceněnými byly v kategorii Pečující v handicapu paní Hana Svobodová, Lenka Kapustková a Jarmila Drlíková, jež se prokázaly a prokazují nejen sebeobětující péčí o své

blízké, ale některé z nich i přes osobní problémy dokáží pomáhat i jiným a vnášet jim radost do života. V kategorii Projekty handicapu byla oceněna paní Věra Schmidová, která se snaží lidem ukázat, že tím, je-li člověk upoután na invalidní vozík, jeho život nekončí, ale může začít jiný a možná mnohem zajímavější, dále spolek RadoVan, jehož mottem je „Radost pro všechny“ a Sportovní klub Kontakt Ostrava, věnující se dlouhodobě práci s dětmi se zdravotním postižením, jehož členové jsou nadšení, obětaví, trpěliví a laskaví dobrovolníci. Emisary handicapu se letos stali členové zapsaného spolku Para hockey Ostrava, kteří slaví úspěchy i v rámci České parahokejové ligy.

Na této slavnostní události doprovázeli oba naše oceněné sportovce jejich přátelé, zaměstnanci Čtyřlístku a opatrovníci. Některé z přítomných hostů možná překvapilo i to, že jak Karla Foltová tak Hoza Polhoš jsou nejen všestrannými sportovci, ale navíc ještě i silné hudební opory našeho souboru Rytmy. I proto jim přejeme, aby se jim stále dařilo ve všech jejich aktivitách a vydrželo jim nadšení a elán, přinášející radost a někdy i zaslouženou odměnu...

Text: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Fotografie: **JIŘÍ MULADI**

a **ŠÁRKA ZMĚLÍKOVÁ**



Představujeme Ing. Radka Barana nového vedoucího ekonomického útvary

Od května letošního roku u nás pracuje jako nový vedoucí ekonomického útvaru pan Ing. RADEK BARAN, který na této pozici vystřídal svou předchůdkyni Ing. Hanu Lichotovou Hájkovou. Proto jsme našeho nového kolegu, pana RADKA BARANA požádali o rozhovor a ptáme se:

„Kdo jsi a odkud přicházíš“...?

Tím jsi mi nahrála na to, abych mohl odpovědět v duchu otázky - „S ekonomem je to někdy jako s politikem: musí mít schopnost předpovídat, co se bude dít zítra, příští týden, příští měsíc anebo příští rok... A potom schopnost vysvětlit, proč k tomu nedošlo.“ Ano jsem vystudovaným ekonomem a vždy mne ekonomie provázela profesním životem v různých podobách, a to od kúpeckých počtů až po složité prognózy vývoje organizace či stanovení finančních objemů, kolik bude stát provoz ještě neexistující organizace. A odkud přicházím? Jsem rodilý „Ostravak“ a tím i zůstanu.

Co patřilo k největším pracovním výzvám během tvého profesního života?

Když o tom přemýšlím, jedna z nich se odehrávala v době mého působení ve Fakultní nemocnici Ostrava, kde jsem svého času nastoupil do funkce správce nemocnice. Tento útvar tehdy čítal 580 zaměstnanců a hned po roce působení jsme dostali za úkol propustit sto lidí v rámci tzv. „zeštíhlování organizace“... A druhou největší životní výzvou byla má účast na zajištění celkové rekonstrukce Domova pro seniory Slunečnice v Porubě včetně sloučení dvou organizací na jednom pozemku. Ale o tom by se dalo dlouze povídat...

Jsi svým založením více vizionář nebo prakticky založený člověk? Anebo obojí dohromady?



Myslím si, že jsem kombinací obojího, jelikož pokud člověk chce dělat nové věci, tak by to jinak ani nešlo.

Už nějaký čas u nás ve Čtyřlístku pracuješ jako vedoucí ekonom. Předpokládám, že tady můžeš zúročit všechny své dřívější zkušenosti a znalosti...

Poznávám nyní lidi, oddělení, útvary a nechávám si vše vysvětlovat – proč je to tak či onak a teprve pak mohu něco navrhnout k případné změně. Každý má nějaké zvyklosti, které si nese s sebou a ty musím skloubit s místními zvyklostmi. Myslím ale, že mám co nabídnout za roky své praxe.

Co tě ve Čtyřlístku překvapilo (nebo nepřekvapilo)? Jak vnímáš své okolí, spolupracovníky

Co mne překvapilo? Nejvíce snad prozatím jen z obrázků a z písemných dokumentací perfektně vybudované domečky pro klienty „Čtyřlístku“. Doufám, že brzy budu mít možnost osobně si je prohlédnout, ale na druhé straně zjišťuji, jak velké může být podfinancování zajištění provozu tak velké organizace a věřím, že se nám to podaří změnit.

A co mne nepřekvapilo? Je to oblast problematiky personálního zajištění těch nejzákladnějších pracovních pozic, a to od přijímání lidí, až jako vždy skončíme u finančního ohodnocení profesí, jak o tom slyšíme průběžně i z médií....



Co se ti u nás líbí? V čem ještě vidíš z hlediska ekonomy prostor pro nějaké zlepšení, jaké jsou možnosti?

Především otevřenost lidí, takhle se dají pracovní problémy řešit nejrychleji. Ale z pohledu ekonomy se skutečně ještě seznamují s jednotlivými taji tak velké organizace. Určitě si kladu za prvotní cíl pomoci zajistit spolu s vedením organizace dostatek finančních prostředků pro provoz po transformaci, který s sebou přinesl nové náklady i na služby, které zajišťujeme.

Prozrad' prosím něco ze svého soukromí: jaké máš koníčky, co tě baví a co by sis ještě rád splnil...?

To je jednoduché: svůj volný čas nyní věnuji rodině, rodinnému domku a zahradě, na které můžu příjemně relaxovat – ano opět práci ☺. Jinak rád jezdím na kole za krásami Jižních Čech.

Připravila: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Foto: archiv **RADKA BARANA**

Na snímku vlevo Ing. Radek Baran v milované Třeboni na rožmberských slavnostech s představitelem Petra Voka z Rožmberka...

Milada Tomešová se loučí...

Stejně, jako je pro většinu z nás důležitým životním okamžikem vstup do pracovního procesu, je jím i jeho ukončení. S postupujícími léty se na toto období těšíme a plánujeme, jak si odchod na zasloužený odpočinek konečně užijeme a možná si ještě stihneme splnit nějaké dosud neuskutečněné sny anebo se alespoň začneme víc věnovat rodině, vnoučatům, svým zájmům a koníčkům...

V polovině letošního srpna se s naší organizací definitivně rozloučila naše dlouholetá kolegyně, paní Bc. Milada Tomešová, vedoucí Domova na Liščině. Jak se nám přiznala, jakkoliv pro ni bylo loučení s kolektivem spolupracovnic a spolupracovníků těžké, do důchodu už se těšila. „Práce mi nikdy nevadila, ale už mě tíží všechna ta zodpovědnost a také si chci odpočnout...“, svěřila se nám paní Milada.

Přítom bez nadsázky bychom ji mohli označit za „živoucí kroniku“ historie naší organizace,



protože paní Milada v naší organizaci pracovala nepřetržitě od roku 1985, tehdy ještě pod hlavičkou Městského ústavu sociálních služeb. Tady se stala úplně první sociální pracovnící, po vzniku nové organizace – Ústavu sociálních služeb pro osoby s mentálním postižením v roce 1991, jenž byl později přejmenován na Čtyřlístek – centrum pro osoby se zdravotním postižením, působila jako sociální pracovníce v tehdejší stacionáři v Muglinově a od roku 2005 přešla do Domova na Liščině, kde se později stala



vedoucí oddělení sociální péče a sociální práce a v roce 2013 vedoucí zařízení. Jak vzpomínala v rozhovoru pro časopis Zrcadlo v roce 2021, kdy slavila kulaté životní jubileum, „...V Domově na Liščině byl vždy výborný, soudržný kolektiv. Byla, je a doufám, že i nadále tady bude dobrá týmová práce. Na to, že jde téměř výhradně o ženský kolektiv, je velmi solidární. Lidé jsou zvyklí pomáhat jeden druhému, když je to třeba. Vždy jsem si na tom zakládala, že mám kolem sebe tak dobrý tým lidí...“

Když jsem se paní Miladu při našem letošním loučení zeptala, na co bude po svém odchodu nejraději vzpomínat, odpověděla mi: „Možná to bude znít trochu banálně, ale stále ráda vzpomínám na svůj první vstup do zaměstnání, kdy mě přijímala personalistka, paní Eva Kazimířská. Ta na mě udělala velký dojem svou vlídností, laskavostí a zároveň otevřeností. Vždy jsem měla kolem sebe skvělé lidi, dalo by se říci, že to byla 'správně namíchaná chemie' a jako tým jsme vždycky tvořili silný celek. Po transformaci převzala děvčata z jednotlivých domků obrovský díl zodpovědnosti, musela si

zvyknout na fakt, že se budou často ocítat v situacích, které budou muset zvládat samy. Jsem ráda, že jsme personálně obsazení v domcích zvolili správně a práce s klienty se daří. Ale i lidky jsme se vždy dobře shodli a pracovali společně jako „Liška“ a ne jako jednotlivé domky, každý sám za sebe...“

Píšeme-li v úvodu tohoto článku o tom, jak se člověk při odchodu na zasloužený odpočinek těší, že se bude víc věnovat rodině a svým zájmům, platí to i pro paní Miladu. Také ona chce svou nově nabytou osobní volnost věnovat vnoučatům, zahradě a koníčkům: „Těším se, že budu víc jezdit na kole, do přírody, doufám také, že se víc dostanu ke čtení knížek, budu si pouštět desky a konečně budu taky víc myslet i sama na sebe...“

Takže přejme paní Miladě Tomešové spolu s týmem jejích dnes už bývalých kolegyně a kolegů, ať si všechna tato svá dobrá předsevzetí konečně ve zdraví užije!

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Na snímku nahoře Milada Tomešová s kolektivem svých nejbližších spolupracovnic.

Barbara Stružiková – nová vedoucí Domova na Liščině:

„Radosti i strasti patří k životu“

Naši (dnes už bývalou) kolegyni Miladu Tomešovou od letošního srpna vystřídala v pozici vedoucí Domova na Liščině paní Barbara Stružiková, která k nám přišla z Domova pro seniory v Antošovicích, kde pracovala jako pečovatelka.



„Přihlásila jsem se do výběrového řízení na tuto pozici, protože jsem to brala jako určitou výzvu – chtěla jsem zkrátka zkusit něco nového. Šla jsem do výběrovky s velkým přáním, aby to vyšlo. Chtěla jsem poznat nové věci anebo to, co už jsem sice prožila, ale jinak...“ svěřuje se paní Stružíková se svými důvody, proč chtěla změnit dosavadní působiště. Kromě toho, nasměřovala do neznáma. Už před lety během studií absolvovala v Domově na Liščině (ještě v době, kdy byla vedoucí domova Bc. Karla Lapišová) studentskou praxi a na otázku, jak vnímá rozdíl mezi 'tehdy a dnes' odpovídá: „Kdysi to bylo opravdu 'ústavní' zařízení - zkrátka hrozné. Ten rozdíl je obrovský. Komfort klientů oproti minulosti je zkrátka nesrovnatelný. Přestože nyní nežijí společně, ale odděleně v jednotlivých domcích, je dobré, že se mohou navzájem navštěvovat, setkávat se s přáteli z minulosti a pečovatelé jim to samozřejmě rádi umožňují. A jaký byl můj první dojem po nástupu 'na Liščinu'? Úsměv! Nachytala jsem se, že se samovolně usmívám, protože kolem mě

byly také samé úsměvy, vždycky pozitivní nálada. Klienti vás vždy rádi vidí a to je moc příjemné. Tenhle pocit je k nezaplacení a vždycky zahřeje. Jsem ráda, že je tady výborný kolektiv, skvělí vedoucí jednotlivých domků i pečovatelé, na které je spolehnouti v každé situaci.

Když jsem pracovala v domově pro seniory, měla jsem pocit, že už se nemám kam posouvat. Koloběh života je daný, nelze jej změnit, i když se snažíte, klientela je zkrátka jiná... Tady je to přece jen trochu odlišné. I když máme v Domově na Liščině také starší klienty, zdá se mi, že těch možností mají přece jen víc. Dá se s nimi někam chodit, poznávat a tvořit... Výborná je pro ně třeba i muzikoterapie s Rytmy, kterou využívají hlavně klienti z domků Uhrova a Kanczuckého, klienti jsou tady moc šikovní a někteří z nich mohou také aktivně sportovat...“

Letos už zažila Barbara Stružíková svůj první 'křest ohněm' (nebo spíše vodou), když spolu se svými kolegyněmi musela řešit průběh i následky letošních katastrofálních povodní. Neohrožily sice přímo životy klientů v domcích, jejich domovy nebyly zalité vodou, v mnoha z nich však nešla elektřina, selhávala kanalizace, bylo třeba hodně improvizovat a hlavně nebylo jak svítit a ohřívat jídlo... „Ale všichni jsme tuto krizi ustáli v dobrém. Klienti to ve svých domovech zvládli úplně perfektně, také všichni pracovníci byli úžasní a obětaví. Velký dík patří hlavně paní Bc. Tereze Aniolové, která i v těchto těžkých podmínkách zajistila fungující stravovací provoz – před ní opravdu smekám.“

Na otázku, co ji v nejbližší době ještě čeká, paní Barbara odpovídá: „Zatím se snažím především všechny klienty dobře poznat. Ta práce mě neustále naplňuje a baví. Občas je to sice trochu 'divočejší', ale to mi nevadí, protože nemám ráda stereotypy. Člověk má přece přijímat všechny radosti i strasti, které patří k životu.“

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Bronislava Köhlerová:

Vzpomínky zůstanou...

Než k nám v roce 2002 „paní Broňka“ nastoupila, měla už za sebou bohaté pracovní zkušenosti. V roce 2002 se však rozhodla „vrátit ke kořenům“ a svému původnímu vzdělání, zaměřenému na sociální práci a nastoupila jako nová vedoucí zařízení do tehdejších Chráněných dílen Ústavu sociální péče pro mentálně postižené, jak se naše organizace jmenovala.

„Tehdy měla naše služba úplně jinou strukturu a jiné zaměření, než je tomu dnes. Dílny byly téměř profesionálně vybavené: měli jsme kartonážní a knihařskou dílnu, ve které jsme

měli dokonce i zlatičku písma, hydraulickou řezačku a knihařský lis... Měli jsme dobře vybavenou dřevařskou dílnu, košíkárnou, aranžovnu, tkalcovskou a šicí dílnu. Na zakázku jsme byli schopni vyrábět proutěný nábytek a jiné bytové

doplňky, paspartovali a rámovali jsme obrazy, dělali i náročnější knihařské práce... Klienti, kteří u nás pracovali, dostávali mzdu podle odvedené míry práce a někteří si tak přišli na docela slušné peníze. Spolupracovali jsme s řadou podniků, pro něž jsme na zakázku vyráběli například vzorníky látek, rozebírali podle druhu kovů stará zařízení, jako například staré telefonní ústředny, klienti ukládali do krabiček zápalky... Byla to velmi rozmanitá práce a vedle toho se klienti věnovali také výtvarné tvorbě a keramice, aranžování květin a různých předmětů a musím říct, že jim to přinášelo radost i uvolnění.“

Chráněné dílny tehdy sídlily v jedné budově v Ostravě-Kunčičkách, kde sdílely společný zahradní areál s Armádou spásy. Je to kus historie, na který paní Broňa Köhlerová ráda vzpomíná, protože spolu s klienty se podílela nejen na zvelebování a postupném vybavování budovy samotné, ale také areálu, který ji obklopoval. Byla to příjemná zelená oáza uprostřed nevábného a těžkou minulostí poznamenaného okolí. V zahradě nechyběl ani malý „útulek“ pro zatoulané nebo týrané kočky z širokého okolí, mezi nimiž se brzy „rozkřiklo“, že v osobě paní Broni vždy najdou zastání, ochranu a něco dobrého do misky.

„Nebyli jsme typické chráněné dílny, neměli jsme žádné normy, klienti dostávali odměny podle toho, jaký měli výkon a jaké schopnosti.“ Vzpomíná s nostalgií paní Köhlerová a dodává: „Ale měli jsme povolenou hospodářskou činnost, takže jsme mohli naše výrobky prodávat na různých výstavách, přehlídkách,



jarmarcích a podobně a vydělávat nějaké peníze. O naše výrobky – ať už proutěné, textilní, dřevěné nebo keramiku, byl vždy velký zájem. Byly nápadité a šly většinou doslova na dračku.“

Se změnou zákona o sociálních službách se naše chráněné dílny změnilly na sociálně terapeutické dílny, které se v období transformace organizace přestěhovaly z Kunčiček do uvolněné části prostor v sídle organizace v Muglinově a změnilly se i podmínky pro klienty. Ti, kteří byli pracovně zdatnější, odešli většinou jinam do neziskových organizací anebo zůstali ve Čtyřlístku, kde dnes vypomáhají v údržbě, v kuchyních nebo si našli práci mimo naši organizaci. „Teď se spíš věnujeme těm klientům, kteří potřebují získat více samostatnosti, naučit se hospodařit v domácnosti i nějaké pracovní návyky a dovednosti, třeba i v práci s počítačem.“

Na otázku, jak si bude užívat zaslouženého odpočinku, paní Broňa odpovídá: „Budu hlavně pracovat doma na zahradě a budu také dělat všechno to, na co jsem dosud neměla čas. Budu se věnovat svým čtrnácti kočkám a budu hodně venku. Ještě mě čeká strašně moc práce, ale už se na to těším. Mám ráda manuální práci, a proto mi i naše sociálně terapeutické dílny tolik přirostly k srdci. Milovala jsem tu práci. Pořád se tady muselo něco nového vymýšlet, zkoušet, tvořit, dělat nové věci – a to mi bude opravdu moc chybět.“

Pro nikoho ve Čtyřlístku samozřejmě není žádným tajemstvím, že paní Broňa je nejen velkou milovnicí a ochránkyní koček, ale všech zvířat. Však i díky kolektivní podpoře z Centra pracovní činnosti našlo u nás na zahradě trvalý azyl stádečko srnek, které ke



společné radosti klientů i zaměstnanců každoročně přivedou na svět několik potomků. Paní Broňa je zapojena do řady spolků a iniciativ na ochranu zvířat nejen v našem městě. Už teď ale žije „jednou nohou“ ve svém rodišti – ve Zlíně, kam se vrací téměř každý víkend. A tak mi nezbyvá, než se na závěr zeptat, co si bez ní zdejší zvířecí ochránci počnou, až se definitivně přestěhuje do rodného domu ve Zlíně?

„Ochránci zvířat nejsou samozřejmě jen v Ostravě. Přes Facebook si vyměňujeme informace, budu s nimi pořád v kontaktu. I ve Zlíně jsou depozita, kde je třeba se starat. Všude jsou potřebná zvířata, která budou potřebovat pomoc, a v tom budu určitě pokračovat.“

Naší paní Broně, která ve Čtyřlístku nechala bezmála čtvrt století svého života, přejeme, aby

ji ještě čekalo hodně zdraví a radostných let na zaslouženém odpočinku, ale i hezké vzpomínky na léta prožitá u nás ve Čtyřlístku a na kolektiv pracovníků i klientů, který ji obklopoval.

Pomyslné „žezlo“ vedoucí zařízení Centra pracovní činnosti převzala v září paní Bc. Petra Chamrádová.

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Na snímcích na předcházející straně: Vpravo nahoře paní Broňa Köhlerová se svým kočičím kamarádem zachráněným v Kunčičkách.

Vlevo dole s bývalým hejtmanem Moravskoslezského kraje Ivo Vondrákem při jeho návštěvě Centra pracovní činnosti v roce 2020.

Události



Naši bubeníci pro Globus

Zaměstnanci ostravského hypermarketu Globus slavili letos 27. září v Domě kultury Poklad

v Ostravě-Porubě krásné půlkulaté výročí úspěšného působení tohoto nákupního centra v Ostravě. Oslava to byla jak se patří a my byli rádi, že jsme se mohli tak trochu stát její součástí: v kulturním programu této události totiž vystoupila i naše bubenická skupina Rytmy.

Z naší strany se zároveň jednalo o neformální poděkování za velkorysou pomoc, kterou nám letos v březnu vedení hypermarketu Globus poskytlo ve formě darů do tomboly našeho jarního plesu klientů. Už tenkrát jsme vedení hypermarketu nabídli možnost vystoupení skupiny Rytmy pro jejich zaměstnance. Koncem léta slovo dalo slovo a my dostali pozvání na výroční oslavu hypermarketu Globus.

Rytmy na tomto slavnostním večeru nejen překvapily, ale hlavně sklidily velký úspěch publika. Jak nám později napsala paní Lada Tomečková Dymanusová ze Správy hypermarketu Globus ČR: „Ještě jednou bych Vám ráda

za celý náš ostravský Globus poděkovala za nádherné představení skupiny Rytmy. Bylo to úchvatné, všechny přítomné to vzalo za srdce a zajistilo na začátek skvělou atmosféru a radost! Hudebníci i vedení skupiny byli excelentní! Úžasný zážitek! Moc Vám děkujeme a přejeme mnoho úspěchů!“

Jsme rádi, že jsme měli možnost také touto formou vyjádřit svůj dík a věříme, že spolupráce s hypermarketem Globus bude pokračovat i v budoucnosti.

BOHDANA RYWIKOVÁ

Foto: archiv hypermarketu Globus ČR, v. o. s.

Nevěsta ze „Syllabky“

Zatímco většina malých chlapců touží stát se v dospělosti popeláři, děvčátka se většinou zhlédnou v princeznách... Některým dívkám to částečně vydrží až do dospělosti, jen tu princeznovskou róbu vymění za svatební...

Monika z Domku Syllabova je vdavkami přímo „posedlá“. Asi netuší, že jako vdaná paní by se jen neprocházela v krásných šatech, ale měla by i manželovi práť, žehlit, vařit... Na vdávání má sice ještě kupu času, ale abychom alespoň trochu ukojili její touhu po svatebních šatech, v rámci jedné z cest za poznáním jsme spolu navštívili svatební salón a Monika se nechala zvěčnit před výlohou s bílými svatebními šaty za sebou...

A my si jen doplníme, že za průkopnici tradice bílých svatebních šatů je považována britská královna Viktorie, která je zvolila při svém sňatku v roce 1840. Svatební šaty v bílé barvě



jsou od té doby považovány za symbol čistoty a nevinnosti.

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



Všichni tři jsou součástí různých kolektivů spolebydlicích. Určitě jsou spokojení, zvláště když mohou smysluplně trávit svůj volný čas. Přesto se jim nedivíme, když se jich občas zmocní tzv. ponorková nemoc. To jsou pak hašteřiví, plačtiví, agresivní... Zatímco my ostatní se můžeme sbalit a vyrazit někam do přírody či alespoň na chvíli si někam zalézt, obyvatelé našich

Trochu samoty neuškodí

Také jste si všimli, že s rostoucím věkem stoupá i naše potřeba trávit alespoň krátké chvíle během dne o samotě? Můžeme mít rádi společnost, můžeme se veselit, ale přesto mnohdy upřednostníme samotu či společnost jen ve dvou... Nejinak je tomu i u našich mladých žen a mužů, které jsme tentokrát zastihli mezi panelovými domy sídliště Pískové Doly (Lucie z Domku Jandova), mezi keři téhož sídliště (Filip, Domek Jandova) a v malebném prostředí Komenického sadů (Bartoloměj z Domku Syllabova).

domečků jsou většinou plně odkázáni na naši empatii a časové možnosti, které jim můžeme věnovat. Na to pamatujme, když ve vzduchu „zavěťíme“ i jen náznaky toho, čemu se říká ponorka, a snažme se, aby nepropukla „v plné parádě“.

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

Canisterapie v Bělé

Jednou z forem relaxační terapie je u nás ve Čtyřlístku již několik let také canisterapie. Této možnosti jsme využili také v Domku Nová Bělá, kam jsme pozvali canisterapeutku s jejími dvěma pejsky. A protože bylo hezké počasí, pořádali jsme canisterapii venku na zahradě domácnosti B pod přístřeškem, který poskytoval příjemný stín jak klientům, tak psům.



Klienti si sedli na židle do kruhu a utvořili tak prostor pro pejsky, aby s nimi mohli plnit různé úkoly a vzbudit tak jejich důvěru, přijít s nimi do

blíže kontaktu a třeba si je i pohladit. Úkoly byly různé: krmení z dečky, krmení pomocí předmětů jako je prachovka, naběračka, anebo vařečka. Také krmili pomocí trubičky, nejdříve každý zvlášť a poté trubičky spojili a krmili společně. Museli přijít i na to, jak pamlsek dostat co nejlépe z jednoho konce na druhý tak, aby vypadl.

Všechny to moc bavilo, všichni se také k plnění úkolů přidali a pejsky si hladili. Ke konci terapie už měli klienti možnost pejsky také vyčesat. Nejvíce se o to zajímaly Veronika s Milenou a pak se k nim přidal i Tomáš, i když se nemohl zvednout ze židle a musel čekat, až pes přijde k němu.

Nakonec se všichni museli se svými čtyřnohými kamarády a jeho průvodkyní rozloučit. Bylo to příjemné zpestření jednoho zdánlivě všedního dne.

Text a foto: **KAMILA MURASOVÁ**
a **MONIKA CVEJNOVÁ**
Domov Barevný svět – Domek Nová Bělá

Naše parádnice

Jsou sice výjimky, ale většinou platí, že lidé středního věku často rezignují na svůj vzhled. Částečně je to dáno tím, že správně zdůrazňují jiné lidské hodnoty, např. inteligenci, empatii, všeobecný rozhled, mnohdy je to ale jejich lenost... A tak vidáváme lidi v ošuntělém oblečení, s mastnými vlasy, bez zubů...

O to více nás může těšit, že většina obyvatel našich domečků nemá se svým vzhledem problém, a pokud přece jen, určitě se vždy najde někdo, kdo poradí a pomůže – tu s novou barvou vlasů, tu s novým účesem či padnoucím oblečením...

Pověstná je v tomto ohledu i paní Zdena z Domku Jandova. Je to velká parádnice a své oblečení vždy zvýrazní nějakými korálky či jinou bižutérií. Na fotce je sice bez této typické okrasy, ale to jen proto, že její květované šaty jsou pestré až dost. Řídí se totiž všeobecně známou pravdou, že méně je mnohdy více.

A tak se může cítit skvěle i při dopolední siestě na zahrádce cukrárny, aniž by za každou cenu chtěla vypadat „mladě“ jako některé její soupeřnice. Umění stárnout je opravdu umění, a ne každému je dáno...



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



Zatím to Pavel ještě netuší, ale určitě jednou ocení, že se snažíme, ať své nožky používá častěji a déle. Ještě se brání, což dává najevo zlostným křikem a pláčem bez slz, ale přijde doba, kdy sám dojde k přesvědčení, že vlastní chůzi se může podívat mnohem dál a může

Pavel po svých

Kdyby záleželo jen na nás, určitě bychom každý čas od času zalezli někam do koutku a nechali se hýčkat a oprašovat, alespoň chvíli... Týká se to i dětí z Domku Syllabova, zvláště těch, které přišly z domova a v novém prostředí se teprve zabydlují. Poznávají nové lidi a postupně mění své zvyklosti, i když některých se vzdát moc nechtějí... Jako Pavlík, který je sice fyzicky zdravý, ale déle chodit po svých se mu příliš nechce – vždyť uhnízdít se v kočárku a nemuset šlapat je tak slastné...!

toho zažít o hodně víc. Chce to „jen“ vytrvat, tj. „neslyšet“ jeho nářky, a vhodnou motivací jej vést ke stále delším procházkám.

Počátkem září jsme podnikli cestu do Přívozu na hlavní nádraží a do centra města. I když velkou část pěší cesty „pronařikal“, přece jen bylo vidět, že v prostředcích MHD či na lavičce se zklidnil a je jen otázkou času, kdy chůzi bude brát jako přirozenou součást sebe sama. Věřme, že už brzy zažijeme společnou procházku bez křiku a slz...

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

Narozky na Jandovce

„Marek má narozky!“ vesele pronesl Antonín, když spolu s ostatními usedal k slavnostně prostřenému stolu na počest „zářijových“ oslavenců – Marka, ale také Filipa a Gabriela. Kolegyně Michaela Smějová jim připravila příjemné odpoledne a i díky dobrému jídlu a lahodnému pití se opravdu vydařilo. Když ale pomíneme ne zrovna spisovný výraz „narozky“, možná i vás někdy napadlo, odkdy se vlastně narozeniny slaví?



Informace jsou dost kusé, ale víme docela jistě, že se slavily už ve starověku mimo Evropu a oslavovaly se hlavně narozeniny bohů, králů a urozených lidí. V našich evropských končinách byl zvyk slavit něčí narození dlouho považován za pohanskou praxi. Teprve asi od 4. století se narozeninové oslavy staly běžné, a to

nejdříve u Římanů, odkud se následně tento zvyk rozšířil i do jiných oblastí...

Je docela příjemné, že v tom každodenním stereotypu jsou i dny, na které můžeme s radostí vzpomínat. Některé nám natolik utkví v hlavě, že na ně s nostalgií pomyslíme i po letech. Buď kvůli hostině či pozvaným hostům

nebo neobvyklým chvílím, které jsme během oslavy zažili. Můžeme být rádi, že nežijeme v některé ve španělsky mluvící zemi, kde je běžným zvykem oslavence vytahat za uši, a to tolikrát, kolikáté narozeniny slaví.

My se naprosto spokojíme, když nám ostatní „dají hoble“, což je takový docela příjemný zvyk.

Možná i vaše oslavy mají své zvláštnosti či li-
bůstky, kvůli kterým se rok co rok na jejich
oslavy těšíte. Ať vám to vydrží co nejdéle!

Text: **MARTIN POBOŘIL**

Domov Jandova

Foto: **MICHAELA SMĚJOVÁ**

Domov Jandova - Domek Jandova

Bohatá úroda v Bělé

Letošní léto bylo plné sluníčka a to napomohlo bohaté úrodě na naší zahrádce - okurkám, rajčatům a také ostružinám. Konečně jsme se dočkali a můžeme sklízet oblíbenou plodovou zeleninu i ovoce, mezi něž okurky, rajčata a ostružiny určitě patří...

Svěží okurkový salát nechyběl na našem stole a málokdo mu odolal, jak ke zpestření hlavního chodu nebo také i jen tak pro chuť. Rajčata nám dělala radost, i když jsme bojovali se slimáky a zdálo se, že vše sežerou a zničí. Boj jsme, ale vyhráli a každý den byla miska plná. Rajčata nám vždy svou barvou zpestřila snídani, nebo „oblohy“ k hlavnímu jídlu. A nakonec sladké ostružinové potěšení zmizelo, tak rychle, že se nestačila ani buchta upéct.

Z úrody byla velká radost a doufáme, že tomu tak bude i v příštím roce.



Text a foto: **EVA SKÁCELOVÁ**

Domov Barevný svět – Domek Nová Bělá



Toho dne jsme totiž podnikli další z řady cest

Jednička pro Pavlíka

Pokud spolu s námi sledujete příběh malého Pavla, „nejčerstvějšího“ obyvatele Domku Syllabova, určitě jste zaregistrovali, že s ním není lehké pořízení – často bezdůvodně pláče a naříká, nechce se mu chodit, dělá si, co si umane... Chová se prostě jako malé štěňátko, které je třeba teprve vychovat. Všichni se snažíme, aby z našeho osmiletého „nováčka“ vyrostl samostatný chlapec, a děláme pro to, co se jen dá. Někdy se daří, jindy zase ne, ale 25. září by za své chování určitě zasloužil jedničku.

za poznáním, tentokrát do Heřmanic. Oproti minulému výletu se choval mnohem, mnohem vstřícněji. I když jsme ušli hezký kus cesty, „naříkal“ jen chvílemi. Spíše mlčky šel, občas se

i usmál, několikrát si brumlal nějakou melodií... I když párkrát trucoval a sedal si na zem, stále by si zasloužil jedničku až dvojku. Protože je Pavlík zdatný jedlík, nesměla chybět ani pauza na dobrou svačinku. Chutnalo mu převelice, avšak za kulturu stolování by nejspíše získal čtyřku. Tady má ještě velké rezervy, ale věříme, že časem zvládneme i to...

Bez problémů probíhala i cesta dopravními prostředky městské hromadné dopravy: Pavlík

se projel nejen autobusem a trolejbusem, ale poznal už i atmosféru jízdy v moderní ostravské tramvaji.

Než se z Pavla stane samostatná osobnost, nějakou dobu to ještě potrvá. Důležité však je, že „má nakročeno“ a s pomocí všech pracovníků domku určitě v dohledné době dojde ke svému cíli. Budeme mu držet palce!

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

Čtyřlístek na toukách



Například věže z baterii, robot, který dokázal s Petrem komunikovat. Petr zkoumal své dlaně pod mikroskopem. Dominika zaujaly hlasité zvuky. Petr si vyzkoušel moderování počasí, byl nadšený. Vyzkoušeli jsme si, jak se

Ve Světě techniky

Navštívili jsme, velký svět techniky ve Vítkovicích. Byly tam velmi zajímavé věci, které naše klienty nadchly.

moderuje počasí, a zkusili jsme si kvízy týkající se přírody a lidského těla. Poté jsme si zašli na oběd do nákupního centra Karolína, kde zrovna byla motorkářská show, která nesmírně nadchla Petra i Dominika. Po obědě jsme si zašli na Masarykové náměstí do cukrárny, kde si Petr a Dominik dali osvěžující pohár. Oba klienti byli výletem nadšení a velmi spokojení.

Text a foto: **KRISTÝNA KOČÍ**
a **DAGMAR MÁCOVÁ**
Domov na Liščině - Domek Syllabova

Toulky Opavou

Huráááá, prázdniny jsou tady...! A tak jsme se vydali v prvním červencovém týdnu z domku Uhrova na celodenní výlet vlakem do města Opavy. V této slezské metropoli se zachovalo mnoho kulturních památek, sadů a parků, a tak jsme to tedy jeli prozkoumat!

Jakmile jsme v Opavě vystoupili z vlaku, odměnil nás krásný výhled do parku, kam jsme rovnou zamířili. Dozvěděli jsme se, že se toto místo nazývá parkem na Ptačím vrchu, kde nás zaujaly bronzové sochy ptáků





v nadřivotní velikosti, jimž za šera svítí oči a dokáží otáčet hlavou.

Procházka nádherně vonícími sady s mnoha fontánkami a vodotrysky nás natolik

uchvátila, že jsme se všichni usadili na lavičky a zaposlouchali se do zpěvu ptáků, šumících fontán a vodotrysků. Krátce jsme se občerstvili, někteří z nás si zakoupili u stánku kávu, nebo horkou čokoládu, která byla vynikající.

Cesta z parku nás vyvedla na náměstí, sluníčko svítlo, počasí nám přálo a tak jsme se zchladili zmrzlinou a některým z nás bylo takové horko, že se museli trochu osvěžit přímo z fontány s vodotryskem.

To byla legrace... Stálé slunné počasí nám našeptávalo najít si stinné místo a tak jsme pokračovali v prozkoumávání, až jsme se ocitli v sadu oné historické budovy... Slezského zemského muzea, které je nejstarším veřejným muzeem na území dnešní České republiky.

A co ještě dodat k našemu výletu...? Snad už jen to, že v Opavě se nám velice líbilo, každý z nás se si našel to „své“. Bylo na co se koukat, moc jsme si to užili a určitě se sem ještě přijedeme znovu podívat.

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

Objevování Vítkovic

Jirka z Domku Syllabova o tom sice neví, ale patří k těm, kteří díky nejruznějším výletům a vycházkám poznali snad všechny kouty našeho rozlehlého města. Netouží znát přesné místo pobytu, ale naprosto mu stačí, že je tam spokojený a místo se mu líbí...

Zatím trochu opomíjenou čtvrtí byly Vítkovice, a proto jsme se na začátku prázdnin vypravili právě tam. Tato městská část sice nepatří k těm nejmalebnějším, ale i tak může zaujmout svou nevšední krásou. Kde jinde bychom našli propletence továrních hal a potrubí, ulic a obytné zástavby, parků a komínů...? Vždyť i samotný zámek (1847), jedna z nejstarších místních budov a bývalé sídlo majitelů a ředitelů Vítkovických železáren, se stísněně ukrývá mezi průmyslovými stavbami, což je přinejmenším unikát. Unikátní a architektky velice ceněná je i zástavba z režného zdiva, budovaná především od 80. let 19. století. Díky osvícencům v čele železáren se tak Vítkovice pyšní nejen kostelem (1886), radnicí (1902) či společenským domem (1887), ale třeba i tržnicí, nemocnicí a obytnými pavlačovými domy. Dodnes nás dokáže uchvátit i tzv. Štítová kolonie (1883 -

1885), tolik podobná zástavbě viktoriánské Anglie

(podle královny Viktorie, která vládla v letech 1837 - 1901, pozn. autora)...

Naše putování jsme završili venkovní prohlídkou Divadla Mír, rozlehlého náměstí Jiřího z Poděbrad s volnou parcelou, kde má vbrzku přibýt další divadelní budova společnosti vlastníci Mír, Českého domu (1899) a Místecké ulice s Dolní oblastí Vítkovic v pozadí. Viděli jsme toho opravdu hodně, což ale vůbec neznamená, že jsme viděli vše. Takže opět někdy příště!

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



S Gabrielem u elefanta

Pan Gabriel z Domku Jandova má velmi rád slony. V zoologické zahradě pokaždé jen nerad odchází od výběhu s těmito majestátnými tlustokožci, bedlivě opatruje i svého obrovského plyšového slona, chobotnatce i velmi rád předvádí...

Během jarních toulek ostravskou čtvrtí Pískové Doly nás nohy zavedly až ke dvoru tiskárny Zeman Art, společnosti, která má slona jako reklamní poutač. Je celý červený, a jistě právě proto Gabriela tak upoutal. Ochoťně nám zapózoval (slon i Gabriel ☺) a nešlo si nevzpomenout, že téhož slona můžeme na území našeho města vidět i jinde... Víte kde? Ano, máte pravdu, např. v Plzeňské ulici nedaleko Ferony.

Až někdy uvidíte slona se značkovou kšiltovkou na hlavě, vězte, že se určitě jedná o slona z ostravské zoo. Právě stádu těchto obrů dajný Gabriel věnoval svou pestrou pokrývku hlavy, když se při jedné z návštěv zoologické od nás



ostatních nečekaně odpoutal, vběhl do slonince a čapku jim ladným pohybem paže vhodil do výběhu... Sloni sice nepoděkovali, ale darovaná bejsbolka určitě přinesla spoustu radosti...

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

Za památkami s Tomášem

Není snadné prozkoumávat nejrůznější architektonické památky, ale přitom mít problémy s nohama (nebo „s nohami“?). S panem Tomášem z Domku Jandova to řešíme tak, že stavby bedlivě zkoumáme, ale jen zvenku. Zjistíme však, že nám to naprosto stačí...

Při naší letní vyjížďce počátkem srpna jsme si kromě budovy Zámku Zábřeh zevrubně prohlédli i vedlejší dominantu, kostel Navštívení Panny Marie z roku 1811. I přes své „mládí“ se však může pyšnit zvonem, který je pravděpodobně nejstarším v České republice. Sem se dostal z některého ze zrušených klášterů... Tomášovi se velice líbilo i upravené okolí zámku a kostela, jakož i letité stromy, které jistě pamatují i poslední zámecké pány či starodávné kostelní obřady.

A pokud stále nevíte, co „s nohama“ či „s nohami“, vězte, že správný je tvar „s nohama“ (stejně jako s rukama, s očima...). Doma však určitě máte stůl a židli „s nohami“...

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



Kaplička kam se podíváš

I když se to nezdá, je naše město doslova prošípováno církevními stavbami. Vždyť kdo by neznal majestátní katedrálu Božského Spasitele v centru města, druhý největší chrám na Moravě s věžemi vysokými 67 metrů, který může pojmout až 4000 návštěvníků, kdo alespoň ze zvědavosti nenavštívil nejstarší ostravský kostel, který je zasvěcen sv. Václavu, kdo si blíže neprohlédl kostely v Přívoze, Mariánských Horách či ve Vítkovicích? Kromě menších či větších kostelů v Ostravě najdeme i přehršel kapliček, většinou tak malých, že pod střechou je pouze oltář, ale návštěvníci se na něj dívají přes skleněné dveře či okno.

Nejinak je tomu i u kapličky vzdálené jen pět minut chůze od Domku Jandova. Právě sem jsme se během léta vydali nejprve s paní Lucií a posléze s panem Robertem. Každý po svém nasával onu zvláštní atmosféru místa, které tolik vybízí k zastavení se a meditaci. I když většina kapliček je bezejmenných a pochází hlavně z druhé poloviny 19. století, díky nad-



šencům jsou tyto „domečky“ zvelebovány, opravovány, zdobeny. Snad se dochovaly i pro příští generace a stanou se tak odkazem na doby, kdy sice nebyl internet a telefon klasický, natož ten mobilní, který byl ještě v nedohlednu, ale lidi spojovalo něco jiného, neméně důležitého...

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



U moře bez moře

V „dávných“ dobách lidé jezdili k moři zejména kvůli větší jistotě strávení dovolené v teple a na sluníčku. Dnes, kdy i ve střední Evropě zaznamenáváme letní teploty málem na úrovni států ležících u jižních moří, postrádá každoroční hromadné stěhování k mořským vlnám pro mnohé z dovolenkářů smysl – vždyť pokud se chtějí jen koupat a opalovat, i u nás najdou bezpočet krásných míst, která hravě uspokojí i tu nejnáročnější klientelu.

Chlapci a děvčata z Domku Syllabova sice u moře nikdy nebyli, přesto můžeme tvrdit, že o nic nepřišli. Mohli by si snad v drahých letoviscích dovolit to co na zahradě domku? Mohli by tam mít vodní mlhu, bazén a systém menších dětských bazének? Mohli by mít dětské atrakce jen a jen pro sebe? Mohli by bez problémů přecházet ze zahrady dovnitř budovy a zase zpět?

Mohli by si obléci to, v čem se cítí dobře, i když to není zrovna „cool, a trendy“? Mohla by jim tam vyhrávat „jejich“ oblíbená hudba z rádia? Mohli by být trochu hlučnější a chovat se tedy jako děti?

No, troufáme si tvrdit, že odpověď NE by byla ta správná... A tak mi jistě dáte za pravdu, že „omladina“ ze „Syllabky“ jistě strávila jedny z nejkrásnějších prázdnin. Všichni jsou snědí jako od moře, přesto tam však nebyli. Pokud se tam jednou podívají, zjistí, že je to fajn, ale doma je doma a dovádění na zahradě Domku Syllabova se nevyrovná vůbec nic.

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

Zážitek v barvě Ferrari...

Že to není žádný zatrpklý morous o Jirkovi, víme. Jeho výřečnost a chuť aktivně se účastnit sportovních klání nebo hudebních produkcí našich klientů, je pověstná. Není tedy



jednoduché vymyslet „výlet“, který by ho překvapil.

Tentokrát se to však podařilo. Když jsem mu řekla, že by si mohl zkusit sednout za volant a zajezdit si na skutečné závodní dráze, ztratil řeč.

Pak to přišlo. Obyčejné prázdninové pondělí mělo Jiřímu přinést neobvyčejný zážitek. Cestou na nejdelší krytou elektrickou motokárovou dráhu u nás, jsme byli oba docela nervózní. Já, zda jsem to „nepřepískla“ s vírou v jeho schopnosti, a Jirka z nepoznaného. Naštěstí to do Emotion centra není tak daleko, a když mě místní steward ujistil, že slíbená volná dráha je pro Jirku připravena, nervozita opadla.

A pak už to šlo ráz na ráz. Výběr kukly, samozřejmě Jirka sáhl po barvách Ferrari, nasadil přilbu, utáhnout řemínky. Trochu problém vsoukat Jirkovu delší postavu do kokpitu. Podrobné

seznámení s vozem, záludnostmi trati a pravidly z úst ochotné a hlavně trpělivé obsluhy, nic už nebránilo vyrazit do zaváděcího kola. Start včetně první pravotočivé zatáčky se podařil a po opatrném objetí prvního kola již rychlejším tempem vpřed. Následovalo pár kol testovací jízdy, kterou sledovali v němém úžasu jezdci, malí kluci, kteří čekali na svůj pravidelný trénink – prý tak pomalu tu ještě nikdo nejel. No co, důležité je si jízdu užít.

Celou trať, až na jednu netrefenou šikanu, briskně napravenou traťovým maršálem ani nemusel vyjždět safety car, Jirka zvládl. Vymezený čas uběhl a jízda končí.

Ještě se dostat z vozu, následuje pochvala od závodního komisaře a kukla na památku. Teprve na parkovišti před Centrem z Jirky naplno vytryskly emoce a než jsem stačila uhnout, spontánně mě objal.

Text a foto: **ZDEŇKA MITÝSKOVÁ**
Domov na Liščině
Domek Uhrova

S Jiřím na Skalce

Jiří z Domku Syllabova se od doby, kdy jej naše kolegyně Michaela Smějová se svým mužem Pepou začali pravidelně brávat do hostitelské péče, pěkně vytáhl. Je z něj již vysoký mladý muž, ale za své „rodiče“ se nikdy nestydí – naopak se s nimi vždy bouřlivě přivítá, protože za ta léta si již všichni vybudovali pevné pouto, a navíc Jirka ví, že určitě zažije zase nějaké dobrodružství...

Nejinak tomu bylo i v závěru letních prázdnin, kdy Jiřího čekalo velké překvapení, návštěva Skalky family parku. Najdeme jej na okraji Vřesiny, nedaleko vyhlášeného přírodního koupaliště. Můžeme navštívit na 50 zdejších atrakcí (mj. zoopark, vodní svět, autodrom, dragon dráhu, indiánskou stezku, lanové centrum, hop arénu, rýžování zlata...) a strávit tak nezapomenutelný den plný zábavy a dobrodružství. Uspokojit můžeme i naše chuťové pohárky, takže na své si v parku mohou přijít opravdu všichni.

I když Jiřík už toho spolu s Michaelou a Pepou viděl a zažil opravdu hodně, vždy je připravený na nové výzvy. Těch se mu na Skalce dostalo vrchovatou měrou. Alespoň na pár hodin tak zase opustil „svůj svět“ a vrátil se do dětství. A jak je vidno na fotce, nebyl sám...



Text: **MARTIN POBOŘIL**
Domov Jandova

Foto: **MICHAELA SMĚJOVÁ**
Domov Jandova - Domek Jandova

Petr na věži

Začátek školního roku by se měl náležitě oslavit, zvláště když „dítě“ přechází na vyšší stupeň vzdělávání... Týká se to i Petra z Domku Syllabova, sedmnáctiletého mládence, se kterým jsme jeho nástup do nové školy oslavili vskutku originálně, návštěvou vyhlídkové věže Nové radnice a následně občerstvením na zahrádce přilehlé Radniční restaurace. Zatímco studený nápoj a zmrzlina alespoň trochu

zchladily naše rozpálená těla, samotná návštěva věže byla pro Petra doslova adrenalinovým zážitkem. Kochal se pohledem na město z ptačí perspektivy, pozoroval je dalekohledem a vyptával se na nejrůznější stavby, které jej zaujaly. Návštěvy věže si vskutku užíval a věřím, že na ni bude ještě dlouho a rád vzpomínat.



My si můžeme ještě doplnit, že věž vysoká bezmála 85 metrů je součástí tzv. Nové radnice, největšího radničního komplexu v republice. Ta byla vystavěna v roce 1930 a stále udivuje svým honosným interiérem – podlahou, obložení stěn, lustry... Navíc je pověstná i tzv. páternostery, stále dokola obíhajícími výtahy, kterých v Česku už moc nenajdeme a jež jsou v mnohých státech z bezpečnostních důvodů zakázány... A když mluvíme o radnici „nové“, logicky se nabízí otázka, kde je radnice „stará“? Inu na Masarykově náměstí v centru města, ale v budově původně z roku 1539 najdeme dnes Ostravské muzeum.

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

Výlet na Landek

na konci prázdnin

„Bylo léto, horké léto, tak jak má být...“ zpívá se v jednom hitu. Oné srpnové soboty, kdy jsme se vypravili na malý výlet na Landek do Ostravy–Petřkovic, bylo opravdu vedro. Vydali jsme se proto na cestu hned ráno, abychom ještě navštívili naši bývalou kolegyni z Chráněného bydlení v Třebovicích - Vladku Dohnalovou.

Cestou jsme ještě viděli Domek Petřkovic, kde žijí naši kamarádi ze Čtyřlístku a kousek dál také kamarádi v Domku Lhotka. Nejprve jsme si ale prohlédli bydlení paní Vladky, kde je dokonce i bazén, rehabilitace a jiné potřebné služby. V poledne jsme si zašli na oběd do nádherné restaurace Al Dente, kde si každý vybral k obědu, co má rád...

V restauraci jsme potkali nového kamaráda Tomáše Važíka, který se rozpovídal o svém životě. Žije v apartmánovém domě Landek již několik měsíců sám, po tom, co mu zemřela maminka. Obědy mu vozí domů dovážková služba a s některými potřebami mu pomáhá domácí péče. Také nám ukázal svůj hezký byt, který si dokáže uklidit



sám. Několikrát v týdnu chodí plavat. Baví ho tanec a také rád poslouchá hudbu. Moc rád si povídá se sousedy u kávy nebo u piva. Slíbil, že nás někdy navštíví v Třebovicích a také pozval i nás zase někdy na návštěvu nebo třeba na koncert.

Hodně jsme se toho dozvěděli také o Landeku. Dnes je tady hornické muzeum a našla se tu i slavná krevelová Petřkovická Venuše, která je prý ještě starší než ta pověstná Věstonická. Na Landeku byly objeveny také další pravěké pozůstatky, jež připomínají zdejší modely pračlověka a mamuta. Uhlí se na Landeku už dávno nedobývá, zato tudy jezdí vláček s malými dětmi a také se můžete s průvodcem vydat

do podzemí, abyste se podívali, jak se tady kdysi těžilo uhlí. Na Landeku byl totiž býval nejstarší ostravský důl - Anselm.

Nakonec jsme si ještě pochutnali na domácím štrůdlu a vraceli se zpátky domů plni zážitků z této ostravské části, která má zajímavou historii i současnost. Určitě se sem také někdy podívejte.

Text a foto: **PAVLA NĚMCOVÁ**
Chráněné bydlení Třebovice

[Ad foto na předcházející straně:](#)
Dáša se svými novým kamarádem Tomášem, s nímž se seznámila na Landeku.



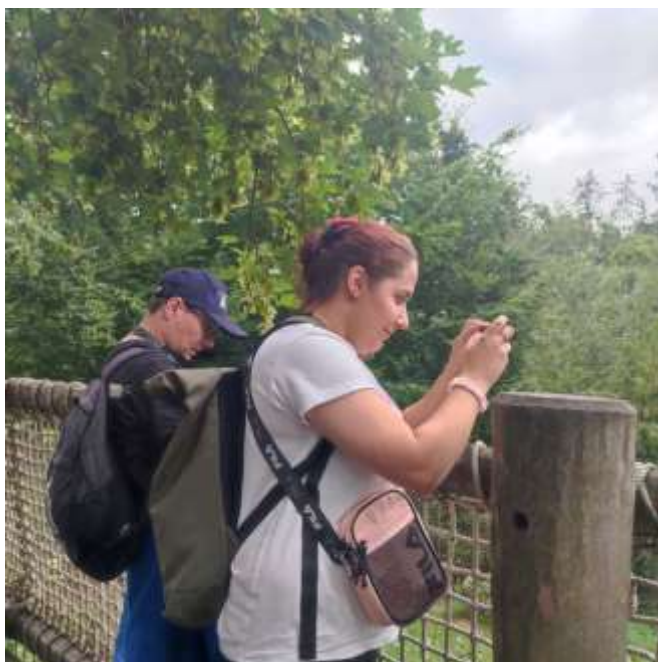
šesté, bylo naplánováno na pátek 6. září. Poprvé se však loučení uskutečnilo v části areálu, určené pro hippoterapii. Tento prostor je velmi sympatický a přispěl k pohodové a radostné atmosféře celého odpoledne.

Na připraveném podiu hrála kapela TRIO Cadillac a tak jsme si ještě před naším vlastním vystoupením mohli trochu „zatsat“. Pak už jsme nachystali naše nástroje a předvedli přítomným, co všechno umíme. Bylo vidět, že naše Rytmy je svými rytmy pobavily a rozhýbaly. Diváci tančili, pohupovali se, podupávali a na závěr jsme byli oceněni mohutným potleskem.

A jaké by to bylo Loučení s čápy bez tradičních a oblíbených bramboráků? Měli je opět luxusní a moc jsme si pochutnali!



Text a foto: **VLADIMÍRA KALOČOVÁ**



Zvířata v našem objektivu

Také v letošním roce probíhaly aktivity v rámci celostátního projektu Pomáháme fotografiemi. Kromě putovní výstavy nejlepších loňských fotografií, která letos zdobila prostory Dvorany Úřadu městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz, nabídli organizátoři zajímavé fotografické workshopy. Ten letošní „moravský“ byl na téma „Fotíme zvířata“ a to byl také důvod, aby skupinka nadšených

fotografů z našeho Čtyřlístku zamířila v pondělí 8. července do Zoo Olomouc.

Před zoologickou zahradou už na nás čekal fotograf Václav Šilha s paní Danou Václavíkovou, která je součástí týmu tohoto projektu a byla také moderátorkou poslední Parkiády. Potkali jsme se na Svatém Kopečku, kde olomoucká Zoo sídlí i s kamarády z jiných zařízení a hned jsme se všichni společně vydali „na lov“ co nejkrásnějších záběrů zvířat.

První zastávka byla u žiraf – Vašek říkal: „Ty jsou veliké, ty se vám budou pro začátek dobře fotit...“ A pak už se za celý den nezastavil – radil, pomáhal, vysvětloval, ukazoval a hodně chválil.

Všichni „fotografové“ se předháněli, kdo udělá ten nejkrásnější snímek a hned se s ním běželi pochlubit. Sluníčko nám přálo a dost nás hřálo. Občas jsme se zastavili ve stínu a doplnili tekutiny či naplnili břicha svačinkou a pak už pokračovali s pozorováním zvířat a hledáním nejlepšího záběru.

Všichni členové naší výpravy si to užívali plnými doušky, ať už s foťákem nebo bez něj. Mu-



sím však vyzdvihnout aktivitu Verunky (Veronika Kurková z domku Nová Bělá), která - ač je méně mobilní - zvládala procházku na jedničku. Větší část prohlídky odmítala vozík a šlapala „po svých“ - a s úsměvem.

Text a foto: **VLADIMÍRA KALOČOVÁ**



Folklor opět ve Čtyřlístku

V duchu mnohaleté tradice také letos 13. srpna zavítaly mezi naše klienty dva hostující soubory festivalu městských folklorních souborů Folklor bez hranic. Jak naši klienti, tak přátelé z Domova pro seniory Korýtko do posledního místečka zaplnili tělocvičnu Čtyřlístku v Muglinově, která se pro tuto chvíli stala koncertním sálem a přivítali slovinský mládežnický folklorní soubor Oton Župančič Sora a moravskou Vonicu 80 – folklorní soubor ze Zlína.

Připravili publiku krásný zážitek, který dokázal, že folklor je nejen bez hranic, ale i to, jak si mohou být rozdílné lidové kultury v určitých aspektech blízké.

To nám připomnělo například hned úvodní vystoupení slovinského souboru ze Sory s krásným lidovým tancem „vyprávějícím“ příběh čepení nevěsty a svatebního tance, tolik podobného naší tradici na Jižní Moravě.

Nadšení vyvolalo i vystoupení členů folklorního souboru Vonica 80, čerpajícího z folklorních písní a tanců Valaška, Slovákka i moravsko-slovenského pomezí. Bylo znát, že soubor nezapře dlouhou tradici (vznikl před více než osmdesáti lety) a že vztah k lidovým písním a tancům se tady doslova dědí z generace na generaci. Vždyť jak nám prozradil vedoucí souboru Vonica 80 pan Jan Mička „*My folklorem jen nežijeme, my se v něm přímo rodíme...*“.





Děkujeme organizátorům festivalu Folklor bez hranic za to, že přivádí každoročně festivalové soubory i mezi klienty sociálních služeb

a těšíme se na to, co nám festival přinese opět za rok.

Poděkování samozřejmě patří i našemu Centru pracovní činnosti, které každoročně připravuje pro naše hosty – účastníky festivalu Folklor bez hranic – upomínkové předměty z našich dílen. Jak dokazuje na předcházející straně náš snímek „ze zákulisí“, letos potěšil také členy slovinského folklorního souboru ze Sory.

Text a foto:
BOHDANA RYWIKOVÁ

Ještě jednou Folklor bez hranic

Určitě se v Zrcadle objeví více příspěvků o krásné kulturní akci „Folklor bez hranic“. Přesto i my z Domova Jandova se chceme podělit o pocity z bezva stráveného dopoledne v Muglinově.

Naši klienti Zdeňka Žandová a Marek Pavelec vždy rádi vyrazí na akci a s povděkem kvitují veselé dění kolem sebe. Nejen jízda autem, ale hlavně setkání se s bývalými spolubydlícími nadchlo hlavně slečnu Zdeňku. Oba dva poté na vystoupení souborů reagovali s nadšením, úsměvem i potleskem.



Tanečky i zpěv byly rytmické, a tak Zdeňku i Marka zajímalo vystoupení až do konce. Děkujeme za krásný společenský zážitek!

Text a foto: **MARTINA MÜLLEROVÁ**
Domov Jandova – Domek Jandova

„Letní kino“ v Bělé

Pečovatelky v Domku Nová Bělá připravily na jeden letní večer pro své klienty z domácnosti B pěkné překvapení: letní kino! Venku pod přístřeškem jim přes projektor na venkovní zeď pustily filmovou pohádku. Muselo se však počkat alespoň do večerního šera. Na každou židli připravily podsedáky a deku, a aby byl večerní zážitek opravdu dokonalý, přichystaly i menší občerstvení. Klienti si vybrali pohádku

Asterix a Obelix, která zaujala nejen ty, kteří mají rádi pohádky, ale na své si přišli i ti, kteří mají rádi komedie.



Pohádka Asterix a Obelix byla velice vtipná, a tak upoutala zájem opravdu všech. Slávek, jenž neslyší, se nejvíc smál bojovým akcím obou hrdinů. Klienti se během promítání občerstvovali zabalení v dekách a všichni vydrželi sledovat děj až do konce, kromě Simonky, která šla spát těsně před koncem.

Po skončení pohádky si všichni tento společný zážitek pochvalovali, jen Verunka se ptala, jestli si ji pustí někdy ještě jednou. Tento večer se všem moc líbil a ke spánku se ukládali s příjemnou vzpomínkou na hezký zážitek.

Text a foto: **KAMILA MURAS**
Domov Barevný svět – Domek Nová Bělá



Vegetění aneb Nedělní veget

ve Faunaparku

Vegetění je speciální název odpočinkové a relaxační akce, kterou pořádá frýdecko-místecký Faunapark. Letošní vegetění proběhlo v neděli 25. srpna po několikaleté přestávce a zařadilo se mezi akce konající se v duchu X. výročí založení tohoto spolku dobrovolníků a nadšenců, kteří zdarma Faunapark celá léta budují a provozují. Jejich cílem je budovat příjemné a inspirativní místo pro aktivní odpočinek, vzdělávání, společenský a osobní rozvoj.



Naše Rytmy navštívily Faunapark již v minulosti a také pro jeho návštěvníky vystupovaly. Vždy to bylo v místní „stodole“, což je objekt v parku, z něhož na vás dýchne historie tohoto magického místa. Je to více než sto let stará ikonická budova, kterou místní vlastnoručně přebudovali na multifunkční sál. Letos poprvé se však naše vystoupení uskutečnilo přímo v parku. Po celém jeho areálu byly rozmístěny různé zajímavé stánky a během odpoledne byl k vidění i zajímavý program. Nejen vystoupení našich bubeníků, ale také ukázky muzikoterapie, canisterapie či přednáška Jak pečovat o lidi s duševní nemocí.

Naši bubeníci si mohli celý park projít, prohlédnout místní flóru i faunu, koupit si malé občerstvení nebo jen tak relaxovat na sluníčku. A to nám po celý den krásně svítilo. Vystoupení se nám povedlo, i když jsme tentokrát měli problém vejít se na připravené pódium a museli maličko improvizovat. I tak jsme ale sklidili obrovský potlesk.

Byl to prostě krásný den, který přesně naplnil cíle nadšenců z Faunaparku: „Relaxační odpoledne v duchu ochrany zvířat, lidí a životního prostředí“. Zkrátka veget!!!

Text a foto: **VLADIMÍRA KALOČOVÁ**

Slavnosti pivovaru posedmé

Také letos jsme byli pozváni, abychom vystoupili na slavnostech Heřmanického pivovaru, které se konaly v sobotu 7. září na zdejším náměstíčku před kostelem sv. Marka. Vzhledem k nabitému programu Rytmů v tomto měsíci, jsme toto vystoupení pojali více komorně a vystoupili jen s menší skupinkou členů naší skupiny. Hlavně těch, kteří na místo dojedou samostatně a my tak více nezatížíme domky s nutností doprovodů.

Před kostelíkem na náměstí se sešli všichni včas, a tak jsme měli dost času na přípravu nástrojů a organizačních záležitostí. Také jsme si mohli užít lidové hudby v podání cimbálové kapely ZUS. V 18 hodin však přišla naše chvíle a bubeníci rozvířili atmosféru rytmickými doprovody oblíbených písní skupiny Rytmy.

Mezi publikem, které tvořili většinou obyvatelé této městské části Ostravy, jsme měli také

osobní fanoušky, jako například paní vrátanou ze sídla organizace v Muglinově – paní Lidušku Čížovou nebo zdravotní sestřičku Yvetu Závodnou - obě s manžely, nebo spolubydlící Míši a Jirky z Domku Uhrova - Martinu i s jejími rodiči. Vystoupení se nám opět povedlo a byli jsme odměněni velkým potleskem.

Text: **VLADIMÍRA KALOČOVÁ**

Rytmy na Bambifestu

Letošní Bambifest byl bohužel ovlivněn nepřízní počasí a tak musel být pro tuto událost zvolen nový prostor. Naše vystoupení bylo původně naplánováno hned na první den konání Bambifestu - 14. září. Přehlídka samotná se tentokrát neodehrála pod širým nebem, ale v náhradních prostorách ostravského Trojhalí.

Vzhledem k nebyvalým přívalovým deštům byl i tak hladký průběh Bambifestu narušen. I když pořadatelé na předpověď počasí reagovali a zajistili budovu Trojhalí, voda dělala problémy i tam. Na několika místech protékala ze střechy a návštěvníci měli procházení Trojhalím „okořeněno“ chůzí doslova slalomovou.

Přes všechny tyto překážky se však akce ráno naplno „rozjela“ a o stánky nabízející ukázky sportovních aktivit a kroužků nebyla

nouze. Také členové našich Rytmů se sešli v plném počtu. Ti z nich, kteří přijeli veřejnou dopravou, byli sice notně promočení vinou neustávajícího deště, před nímž je nezachránil ani velký deštník. Ale po příchodu do haly jsme otřepali vodu z oděvů a převlékli se do našich „bubenicových“ triček. Vystoupení zvládli všichni na výbornou, občerstvili jsme se drobnými sladkostmi a uháněli domů, do sucha. Ještě téhož dne odpoledne však byl Bambifest pro tento rok definitivně zrušen...

Text: **VLADIMÍRA KALOČOVÁ**



Reportáž z Parkiády v Praze

Letošní Parkiáda – vyvrcholení celoročních aktivit všech, kteří jsou zapojeni do celostátního projektu Fotografiemi pro radost, se uskutečnila 28. září, a to zcela netradičně v sobotu (v předešlých letech to byla vždy neděle). Sice nám to způsobilo trochu komplikace, díky pátečnímu večernímu vystoupení v Ostravě, ale nás přece takové drobnosti nerozhodí. Největším problémem však byla celková situace v kraji, kde velkou část území zasáhly povodně, a tak byla narušena i doprava. Ještě v úterý před odjezdem nebyl nikdo kompetentní schopný říci, jestli v sobotu vlaky vůbec pojedou a pokud ano, tak odkud odjedou. Nad naší přípravou a samotným odjezdem z Ostravy do Prahy, visel dlouho velký otazník.



Tentokrát jsme však nemohli vyjet z Ostravy o den dříve, ale velmi brzy ráno až v sobotu a mířili rovnou do dějiště Parkiády - na Pražačku. Často jsme si kladli otázku, jak za těchto složitých podmínek vůbec přesun z Ostravy do Prahy nakonec dopadne? Naštěstí ale cesta našeho doprovodného služebního auta převážejícího bubny a malou část členů skupiny Rytmy proběhla bez komplikací, a překvapivě ani rychlík, kterým cestoval zbytek hudebního „týmu“ neměl velké zpoždění, takže jsme do Prahy dorazili s dostatečným předstihem.

Letošní Parkiáda se konala ve sportovním areálu parku Pražačka. Tato událost byla opět zaměřena převážně na sportovní aktivity účastníků dne, a tak jsme naše bubeníky posílili ještě dvěma sportovci. Obhájit prvenství ze dvou předešlých ročníků nám pomáhali Aleš Turlej a Kamil Sasko.



Letošní událost vtipně moderoval herec Divadla na Vinohradech Jiří Maryško a o jedinečnou hudební produkci na zahájení se postarala bubenická skupina Tam Tam Batucada. Moc jsme si jejich vystoupení užili a správně se naladili na sportovní zápolení.

Po slavnostním zahájení se hned začalo sportovat. Týmy si obešly všechna stanoviště a výsledky byly zapsány do kartičky družstva. V některých disciplínách soutěžili všichni členové našeho týmu a v dalších jen menší skupinka, ale ukázali jsme své dovednosti ve střelbě lukem, hodem na koš, soku do dálky i ve zdravotnické štafetě, gymnastické části a dalších aktivitách. Vrcholem soutěží bylo přetahování lanem, kde jsme nenašli konkurenci a s přehledem vše vyhráli.

Již v průběhu soutěží navštívila tuto událost vzácná návštěva – „Princezna ze mlejna“ – herečka Andrea Černá (také členka Divadla na Vinohradech) a neúnavně všem fandila.

Po ukončení soutěží následovala přestávka a možnost posilnit se obědovými bagetami. Organizátoři počítali výsledky a my se připravovali na naše vystoupení. Snažili jsme se ze všech sil a podali i v poli hudebním kvalitní výkon. Velký potlesk nám byl první odměnou.



Pak došlo na vyhlášení cen. Nejdřív byla vyhodnocena letošní fotografická soutěž projektu Fotografiemi pro radost s oceněním nejlepších fotografů, kterým se letošní soutěžní záběry povedly nejvíc a líbily se také odborné porotě. Poté byly vyhlášeny výsledky celodenních soutěží. Naše družstvo vyhrálo předešlé dva ročníky a tak jsme čekali, jestli svá minulá prvenství obhájíme i letos. A klaplo to! Na pódiu vypukl neskutečný jásot! Ověnění medailami, s cenami a pohárem za vítězství, jsme se ještě stačili vyfotit s organizátory Parkiády a s „princeznou“ a pak už jsme honem fičeli balit bubny a nabrat směr hotel Pivovar, ve němž jsme měli letos zajištěné ubytování.

Abychom se příliš neradovali z úspěchu, tento den nám trochu pokazil problém s chybějícím občanským průkazem jednoho člena naší skupiny Rytmy. Slečna recepční byla neoblomná a ubytovat našeho kamaráda odmítla. Ztracený občanský průkaz nepředložíte, a když nemá člověk náhradní doklad, který se prý dnes už ani nevydává, a nemáte u sebe ani „Zprávu o ztrátě“, tak přes to zkrátka „nejede vlak“. Chvilí se zdálo, že náš „hříšník“ bude muset složit hlavu do služební dodávky a nakonec vyrazit na cestu zpátky do Ostravy ještě ten den večer. Jako jediné další řešení této situace jsme viděli jen to, že zavoláme policii a necháme klienta ztotožnit.

Slečnu recepční jsme však nakonec přemluvili, aby zavolala majiteli hotelu, vysvětlila mu

naši situaci a zjistila, zda lze udělat výjimku a v našem případě porušit pravidla daná hotelem. Vše našťastí dopadlo dobře a my se nakonec po brzkém ranním vstávání, celodenních sportovních i hudebních aktivitách konečně dočkali vytoužených pokojíčků, sprchy a postele. Většina z nás dojedla zásoby jídla a pak absolvovala i malou večerní procházku, kterou jsme si nechtěli odepřít, spojenou hlavně s pivečkem, kofolkou apod.

Ráno jsme si užili kvalitní hotelovou snídani, zabalili kufry a zamířili zpět do naší milované Ostravy. A pro případné další výletníky jen dodáváme: pražský Hotel Pivovar můžeme vřele doporučit!

Text a foto: VLADIMÍRA KALOČOVÁ



Čtyřlístek mezi knihami

Knihovna města Ostravy nese letité motto své činnosti, které zní „Za vším hledej knihu“. Její (nejen čtenářské a knižní) aktivity jsou velmi pestré a již mnoho let spjaté i s naší organizací, jež pravidelně v několika pobočkách knihovny prezentuje výtvarné práce našich klientů a občas i jejich hudební aktivity. Výjimkou nebyl ani letošní rok, kdy Čtyřlístek uspořádal od 1. července svou tradiční výstavu výtvarných prací klientů v pobočce KMO na Fifejdách, v ulici Jiřího Trnky. Obrázky výstavy s názvem „Jaro, léto, podzim, zima“ se mezi knihami vyjímaly opravdu dobře a čtenáři je mohli obdivovat až do konce prázdnin.



Naši klienti se ve svých výtvarných aktivitách jen málokdy nechávají svazovat žánrovým nebo tematickým omezením, a tak mezi obrázky v knihovně vždy najdeme jak malby, tak kresby zachycující vše, co fantazii svých tvůrců s mentálním postižením inspiruje. Jsou v nich

motivy evokující osobní zážitky ze života v rodině, mezi přáteli, ve městě i v přírodě, motivy živé přírody i výtvary čiré fantazie v různých výtvarných technikách.

Jak potvrzují pracovnice knihovny, tyto pravidelné prázdninové výstavy výtvarných prací klientů Čtyřlístku vzbuzují vždy pozitivní emoce čtenářů, kteří se sem rádi vracejí nejen kvůli

knihám, ale i vlídné atmosféře podržené sloganem, že i tady lze za vším hledat nejen (dobrou) knihu, ale ještě i něco navíc, co mezi řádky ne najdete...

Text a foto: **BOHDANA RYWIKOVÁ**

Sport

Olympiáda tak trochu „jinak“

Letos jsme se opět vypravili na Celostátní olympiádu o putovní pohár pro osoby s mentálním postižením s mezinárodní účastí, která se každoročně koná ve Frýdku-Místku. Letošní, již XXVII. ročník v pořadí, se uskutečnil ve dnech 19. - 20. září.

Toto sportovní klání je dvoudenní a naplánované vždy tak, že první den se sportovní a rekreační aktivity pořádají v Beskydech. Účastníky několika posledních ročníků přivítalo letos rekreační středisko H-Resort v Kunčicích pod Ondřejníkem. Sportovci mají pokaždé možnost procházky krásnou beskydskou přírodou, zasportovat si, ale zároveň si také užít různé odpočinkové aktivity. Po večeri si mohou zatančit na diskotéce. Následující den, v brzkých ranních hodinách, bývá snídane a společný odjezd autobusem do Frýdku-Místku, kde se odehrává vlastní olympiáda. To už jde do tuhého a bojuje se o medaile.

Letos si s námi příroda trochu „pohrála“, protože při zářijových povodních i ve Frýdku voda zaplavila atletický stadion tak, že se nedal používat. Organizátoři měli tedy dilema: zrušit olympiádu, nebo najít náhradní umístění. Nechtěli sportovce zklamat, a tak se nakonec domluvili s H-Resortem, že sportovci mohou zůstat v místě ubytování a olympiáda se nakonec





uskuteční tam. Organizátoři sice museli improvizovat a některé disciplíny vhodně upravit nebo úplně zrušit, ale všechno je jednou poprvé.. A tak místo skoku do dálky se soutěžilo ve skoku z místa, kriketový míček nahradil medicimbal a házelo se s ním. Trasy běhů a štafety byly vytýčeny mezi chatkami.

Ano, bylo to jiné, ale neméně zajímavé. Velkým plusem bylo to, že ve chvílkách mezi jednotlivými disciplínami jsme se mohli kochat nádhernými výhledy a panoramaty Beskyd. Počasí

přálo, sluníčko svítilo. Vše se odehrávalo v dobré náladě a s úsměvy na všech tvářích. Někomu se dařilo více, někomu méně, ale všichni si to náležitě užívali.

Naši borci - Petra Hamroziová, Karla Foltová, Aleš Turlej, Jan Polhoš a Kamil Sasko vybojovali jako družstvo 6. místo v konkurenci šestnácti přítomných týmů. I když je tato olympiáda koncipována jako soutěž družstev, vyhodnocují se i kategorie jednotlivců. I tady jsme zabodovali: Aleš Turlej byl na 1. místě v hodu medicimbalem, Kamil Sasko obsadil 3. místo v běhu na 60 m a v celkovém hodnocení jednotlivců mužů (součet bodů ze všech disciplín) byl Kamil Sasko druhý nejlepší a Aleš Turlej čtvrtý, kdy celkový počet sportovců dosahoval čísla 80. A to určitě nejsou špatné výsledky!

Můžeme být na naše sportovce právem pyšní, protože nejenže odvedli kvalitní sportovní výkony a obstáli v těžké konkurenci, ale také se chovali tak, že vzorně reprezentovali celý náš Čtyřlístek.

Můžeme být na naše sportovce právem pyšní, protože nejenže odvedli kvalitní sportovní výkony a obstáli v těžké konkurenci, ale také se chovali tak, že vzorně reprezentovali celý náš Čtyřlístek.

Text a foto: **VLADIMÍRA KALOČOVÁ**



Vítáme mezi námi!

V uplynulém čtvrtletí jsme v našich jednotlivých zařízeních přivítali celkem devět nových kolegyň a kolegů. Jako nová vedoucí sestra k nám nastoupila v červenci paní **Markéta KIS PISTI KOZÁKOVÁ**, nová vedoucí Domova na Liščině **Barbara STRUŽÍKOVÁ** a jako nová pracovnice v sociálních službách nastoupila v témže měsíci do Domova Janodva – Domku Syllabova paní **Simona LEXMANOVÁ**. Od srpna u nás nově působí jako nová kuchařka stravovacího provozu na Liščině paní **Yveta POŠTULKOVÁ** a kolektiv Domova na Liščině –

Domku Kanczuckého posílil jako pracovník v sociálních službách pan **Lukáš TICHÝ**. Čtyři noví pečovatelé – pracovníci v sociálních službách – působí od září v Domově Barevný svět – pan **Pavel RAŠKA** v Domku Výškovice, v Domově Jandova – Domku Jandova – pracuje paní **Miloslava MAREČKOVÁ** a dvě nové pečovatelky nastoupily do Domova na Liščině: paní **Denisa ZAORALOVÁ** do Domku Na Liščině a paní **Marcela HOTOVÁ** do Domku Uhrova. Všem našim novým kolegyním a kolegům přejeme hodně úspěchů.

Pracovní jubilea

V nadcházejícím čtvrtletí – v říjnu a v listopadu letošního roku slaví významná pracovní výročí šest našich kolegyň. Neuvěřitelných třicet let práce ve Čtyřlístku slaví v říjnu pracovnice v sociálních službách - paní **Lada PĚKNICOVÁ** z Centra pracovní činnosti a paní **Petra OBRUSNÍKOVÁ** z Chráněného bydlení Čtyřlístek. Čtvrt století působení ve Čtyřlístku slaví v říjnu vedoucí Domku Lhotka, paní **Jitka ŠEFRÁNKOVÁ**, pracovnice v sociálních službách Centra pracovní činnosti paní **Dagmar KOVAŘČÍKOVÁ** a v listopadu pak paní **Monika OŠTĀDALOVÁ** z Domova Barevný svět – Domku Výškovice. Krásných dvacet let práce ve Čtyřlístku slaví paní **Jana MEJSTŘÍKOVÁ** z Domku



Petřkovice. Všem našim jubilantům děkujeme za mnohaletou trpělivou práci ve prospěch našich klientů a gratulujeme k jejich pracovním výročím.

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 3/2024, **ročník** XVII. Neprodejně. **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 prosinci 2024. **Časopis Zrcadlo v tištěné podobě nelze šířit mimo jednotlivá zařízení vydavatele.**