

Občasník lidí z Domu sv. Cyrila a Metoděje

Vlaštofka



**Rozhovor s kastelánkou
Markétou Kouřilovou - 4
Autobusy jako koníček - 7
Vzpomínka na Indii - 8**



|2021



Vážení čtenáři,

máme za sebou náročné období plné restrikcí, omezení a především izolace. S nadějí jsme vyhlíželi šťastnější zítřky, a ty jsou konečně tady. Jak klienti, tak zaměstnanci prošli očkováním proti onemocnění covid-19 a my se začínáme opět dívat dopředu.

Léto otevírá své brány. Nastává čas plný aktivit a dobrodružství. I když se na první pohled může zdát, že se osobám s postižením zraku nedostává takové nabídky volnočasových aktivit, jako osobám vidícím, opak je pravdou. I nevidomí mohou svůj volný čas trávit velmi aktivně, a to např. jezdit na kole, střílet, hrát kulečnick, plavat, jezdit na výlety.

Velmi oblíbenou hrou jsou u klientů ruské kuželky. Naším velkým snem je tuto hru pořídit také do našeho zařízení. Podílet se na našem snu můžete také Vy. Nebudu ovšem předbíhat. Více se dočtete na dalších stránkách našeho časopisu Vlaštofka.

Přeji všem čtenářům nejen krásné počtení, ale hlavně příjemně strávené léto.

Zuzana Janků, vedoucí Domu sv. Cyrila a Metoděje



• Na Sportovních dnech, kterých se naši obyvatelé dříve pravidelně účastnili, si mohli vyzkoušet řadu sportovních disciplín, foto Vladimír Herman



• Pan Marek Kukla, který raději jezdí na tandemovém kole, při zkušební jízdě v rámci Sportovního dne na dvojkole v doprovodu zaměstkyně domu Jaroslavy Altmanové, foto Vladimír Herman

Obyvatelé domu se těší na letní volnočasové aktivity

Obyvatelé domu pro zrakově postižené museli, stejně jako většina ostatních občanů, na více než rok omezit řadu svých dříve každodenních aktivit. Nyní, když se situace postupně zlepšuje a vrací k normálu, se i naši obyvatelé vrací ke svým volnočasovým aktivitám a všichni do jednoho se těší na léto a krásné počasí.

Někteří naši obyvatelé mají rádi sport a aktivní trávení volného času. Např. pan Marek Kukla se již nyní těší až v doprovodu některého z našich dobrovolníků opět vyrazí na tandemové kolo nebo si v létě zaplave na koupališti.

Všichni ostatní pak doufají v brzké

otevření všech služeb a obchodů, ať mohou strávit volnou chvíli posezením v cukrárně nebo třeba návštěvou kina, divadla či posilovny. Tam všude zamíří většina našich obyvatel – až budou mít příležitost, stejně jako to dělali dříve.



„Klienti Charity byli neskutečně milí,“ říká kastelánka zámku v Raduni Markéta Kouřilová



• Na řadu exponátů si mohli návštěvníci z Vlašoviček při prohlídce paní kastelánky Markéty Kouřilové (vpravo) na zámku v Raduni také sáhnout, foto Václav Burda

Nová kastelánka Markéta Kouřilová pozvala loni v červnu klienty Charity Opava včetně obyvatel Domu sv. Cyrila a Metoděje na návštěvu zámku v Raduni. Dopolední prohlídka zámku i oranžerie se nakonec k oboustranné spokojenosti tak vydařila, že se už chystá její pokračování.

• Co Vás vedlo k tomu pořádat na zámku Den pro Charitu Opava?

Vůbec první impuls přišel „shora“. Národní památkový ústav vyhlásil projekt Památky bez bariér. Nám se nápad

líbil a rozhodli jsme se, že nabídneme akci pro Charitu Opava, s kterou spolupracujeme prezentací fotografické výstavy MŮJ SVĚT. Celostátní projekt byl nakonec vzhledem k nepříznivé



situaci související s pandemií zrušen, o to raději jsme byli, že se nám akci podařilo uskutečnit.

● **Na charitní den na raduňském zámku, který se velmi vydařil, dorazili klienti z řady našich středisek s různými handicapy, čemuž jste také přizpůsobovali prohlídky. Vy sama jste provázela klienty z Vlašoviček, kteří jsou vesměs nevidomí nebo se zrakovým handicapem. Měla jste s něčím podobným zkušenost? Musela jste se speciálně připravovat?**

Upřímně řečeno, zkušenost jsme měli nulovou, takže jsme se museli připravit. Snažili jsme se upravit

prohlídky tak, aby byly pro klienty zajímavé a možná i trochu nové. Pro osoby se zrakovým handicapem jsme přichystali i haptické ukázky, nechtěli jsme se omezit jen na mluvené slovo. Umožnili jsme tedy nevidomým klientům, aby si na některé prvky mobiliáře mohli sáhnout, zažít je. Pro klienty se sníženou schopností pohybu a orientace uzpůsobila kolegyně Hanka Vlková venkovní bezbariérovou prohlídku. Potěšilo mě, že si s tím poradila velmi dobře.

● **A jaké to nakonec bylo?**

Osobně jsem měla z akce příjemný dojem, bavilo mě to a cítila jsem,



● *Kastelánka Markéta Kouřilová během prohlídky s klienty domu ve Vlašovičkách, foto Václav Burda*



• Paní kastelánka během prohlídky zámku v rozhovoru s obyvatelkou domu - Ivetou Dunkovou, foto Ivo Mluděk

že naše práce dává smysl. Zřejmě na všech hradech a zámcích nelze uskutečnit podobné druhy prohlídek, o to raději jsem, že na raduňském zámku to možné je. Velmi nám pomohli právě klienti Charity, cítila jsem z nich radost a chuť poznávat, kromě toho byli neskutečně milí. Moc jsme se toho od nich naučili. Konečně nám bylo i přáno, vydařilo se počasí, jehož nepřízeň by mohla ohrozit venkovní program a také by narušila jinak příjemnou vernisáž v oranžerii.

• Pamatuji si, že jste mi pak po prohlídce vyprávěla, že jste třeba několikrát klienty z Vlašoviček vyzvala, ať se na něco podívají, načež jste si uvědomila, že to není úplně na místě... Byla to zkušenost něčím podnětná i pro Vás?

Určitě ano, uvědomila jsem si, jak často se během prohlídek používají slova „vidíte“, „můžete vidět“ a po-

dobně. Zrakový vjem je nesmírně silný, nicméně stejně tak se dá jakýkoliv předmět popsat slovy. Navíc, pro nevidomé i vidomé návštěvníky je stejně nejzajímavější příběh, který rozhodně vyprávět můžeme. V září jsme uskutečnili prohlídku také pro klienty Oblastní pobočky SONS Olomouc. S pomocí pobočky se nám podařilo získat haptickou mapu areálu, využili jsme i potenciál bylinkové zahrady, která také umožňuje dotykovou a voňavou prohlídku. Chceme tyto prohlídky realizovat častěji a nabízet je jako běžnou součást našeho repertoáru.

• Raduňský zámek se pak Vaším prostřednictvím zapojil i do sbírky na elektrický vozík pro bývalou klientku z Vlašoviček paní Helu Jombíkovou nebo hostí výstavu fotosoutěže MŮJ SVĚT. Spolupráce s Charitou Opava nás těší a děkujeme za ni. Bude mít pokračování?

Doufám v další spolupráci a moc se na ni těším. Ať už se jedná o pořádání výstavy MŮJ SVĚT, případně další akce. Budeme jen rádi, když se k nám klienti Charity Opava a snad i z jiných Charit budou vracet. Práce s nimi nás obohacuje a díky nim získáváme spoustu nových zkušeností. Děkujeme tedy nejen jim, ale i panu řediteli Janu Hanušovi a v neposlední řadě také Ivovi Mludkovi za důvěru a pomoc při organizování těchto akcí.

(im)



Autobusy jako koníček

Davidu Bělunka, obyvatele Domu sv. Cyrila a Metoděje, už dlouho fascinují autobusy a trolejbusy. Kreslí je, vyrábí jejich modely a zajímá se o vše, co s nimi souvisí. Jeho obrázky zdobí u nás ve Vlaštovičkách mnoho místností. Díky tomu, že si svou zálibu nenechal jen pro sebe, mohl své kamarády pozvat na velmi zajímavou exkurzi v Městském dopravním podniku Opava.

Davidovi totiž bylo líto, že jeho obrázky mohou obdivovat pouze kolegové z Vlaštoviček, a poslal je také ře-

diteli Městského dopravního podniku Opava Pavlu Gebauerovi. Reakce na sebe nenechala dlouho čekat. K velkému Davidovu překvapení za ním do Vlaštoviček dorazil dispečer MDPO Jiří Brňák, který mu přinesl spoustu upomínkových předmětů a také vzácné pozvání – velký fanoušek trolejbusů David Bělunek byl spolu se svými kamarády pozván na exkurzi přímo v dopravním podniku. Teď se na Davidovy obrázky můžete podívat i Vy.

Ivo Mludek



• David Bělunek „pózuje“ před několika svými kresbami, foto Vladimír Herman



Iveta Dunková

Vítězstvím v národním abilympijském kole získala nominaci pro účast v mezinárodním klání v Indii. Několikrát uspěla v pěvecké soutěži handicapovaných pod názvem „Začarovaná písnička“. Keramička, zpěvačka, velká osobnost... Je řeč o nevidomé obyvatelce Vlaštoviček, paní Ivetě Dunkové.

„I can, I will“ (Mohu, zvládnou) bylo motto 6. mezinárodní abilympiády, která se uskutečnila v listopadu 2003 v indickém Novém Dillí a myslím, že motto vystihuje i životní postoj paní Ivety. Jak sama napsala, když před mnoha lety přišla o zrak, myslela si, že se pro samý pláč přestane usmívat. Pak ale na sobě začala pracovat. Tvrdá práce a trpělivost se nakonec vyplatila a přinesla ovoce. Paní Iveta se ve Vlaštovičkách vdala, našla tady práci v keramické dílně i možnost věnovat se ve volném čase tomu, co jí naplňuje, tedy hudbě a zpěvu.

Když se v roce 1996 přestěhovala z Ostravy do Vlaštoviček, bylo to těžké, ale zároveň to byl první krok k novým příležitostem. „Každý z nás se vrací tam, kde má své blízké, soukromí, kde vždy najde klid a bezpečí. Už z těchto slov vyzařuje teplo, je to domov. Mám hezký pocit, když otevřu branku, zastavím se a svými nevidomými očima obe-



• Iveta Dunková v Indii při ochutnávce místního čaje, foto Pavlína Králová

jmou celý náš dům i zahradu. Vlaštovičky jsou Vlaštovičky, tady patřím, to je můj domov“...napsala po letech (Jak jsem potkal Vlaštovičky, 2001).

Celý život se paní Iveta věnuje keramické tvorbě, a protože je v práci s hlinou opravdu dobrá, byla už v roce 2003 nominována, aby reprezentovala Českou republiku v mezinárodní soutěži, kde šlo v první řadě o předvedení pracovních schopností a dovedností. Ale nebyl to jediný záměr těchto setkání. Stejně důležitým spatřovali pořadatelé také povzbuzování snah zdravotně postižených podílet se na ekonomických aktivitách společnosti



a možnost výměny zkušeností. Paní Iveta získala v Dillí čestné uznání, přičemž byla jedinou nevidomou soutěžící. Cesta do Indie byla cestou plnou osobních výzev a zážitků.

Hudba a zpěv, to je obor, kterému paní Iveta Dunková zůstala celý život věrná. Dlouho působila v kapele Zpívající kytky, ale v posledních letech se vydala na sólovou dráhu. Pravidelně se účastní pěvecké soutěže pod názvem Začarovaná písnička, kterou pořádá Rotary Club Opava, a získává zde jednu cenu za druhou. Není divu, její hlas má krásnou sytou barvu a doprovází řadu soukromých i obecních oslav.



• Iveta Dunková v Indii v roce 2003 během soutěžního klání v keramice, foto Pavlína Králová

Pavlína Králová



• Iveta Dunková v kostele sv. Václava v Opavě během pěveckého vystoupení, foto Vladimír Herman



Pro radost a potěšení si zpívají někteří obyvatelé Vlaštoviček každý den



• Eva Rohovská si zpívá dnes již jen pro radost a vlastní potěšení, foto Vladimír Herman

Řada našich obyvatel má ráda hudbu či zpěv a tato jejich náklonnost k hudbě je většinou provází již od jejich brzkého dětství. Jednou z nich je určitě slečna Eva Rohovská, kterou k písničkám a zpívání přivedla její babička, která Evu naučila zpívat řadu písniček.

Že Evu zpívání baví, rozpoznala i bývalá pracovnice střediska Radost - Martina Stoklasová, která Evě na-

vrhla, že by mohly spolu vystoupit na pěvecké soutěži Začarovaná písnička, jež byla a je určena pro amatérské zpěváky s handicapem. Vystoupení slečny Evy se uskutečnilo v jednom z prvních ročníků Začarované písničky. „Na soutěž jsme si s paní Martinou vybraly písničku od Heleny Vondráčkové – Červená řeka. Nejprve jsme trénovaly, paní Martina mě doprovázela na kytaru a pak jsme vystoupily v Radosti, kam



jsem tehdy docházela. Myslím, že se to „obecenstvu“ z řad klientů Radosti líbilo, a tak bylo rozhodnuto, že už jsme dostatečně připravené na oficiální pěveckou soutěž,” zavzpomínala Eva na poctivou přípravu před pěveckým kláním. I když nevyhrála, rozhodně Eva nezklamala. Soutěž se jí navíc tak líbila, že se rozhodla zúčastnit i příštího ročníku – opět po boku Marty Stoklasové. Dnes jsou to pro Evu již jen příjemné vzpomínky. V současnosti dává přednost zpívání v soukromí – jen tak pro radost a pocit pohody.

„Mám ráda např. Waldemara Matušku, Petra Koláře, Heidi Janků, samozřejmě Helenu Vondráčkovou a řadu dalších, zejména českých zpěváků a zpěvaček, jejichž písničky si ráda zanotuju. Zpívání a třeba i jen poslouchání písniček z rádia mě uklidňuje a má na mě, myslím, pozitivní vliv,” vysvětluje slečna Eva svůj vztah ke zpívání a hudbě vůbec.

Dalším z řady klientů Vlaštoviček, kteří mají rádi hudbu, je nevidomý Daniel Toráč. Daniel, kromě zpěvu, také rád hraje na klávesové nástroje. I on se zúčastnil, stejně jako Eva, soutěže Začarovaná písnička, ovšem o mnoho let později. Daniel se na soutěži navíc sám doprovázel na klávesy. I jemu se podobá soutěž líbila a rád by se jí, pokud bude možnost, zúčastnil i v budoucnu. Daniel trénuje na klávesy každý den. *„Moc mě to baví, je to můj největší kóniček. Nesmírně se mi líbilo, když jsem*

mohl nacvičené písničky předvést v Denním stacionáři pro seniory pro skutečné obecenstvo. Snad to babičky a dědečky ve stacionáři aspoň trochu potěšilo,” vzpomíná Daniel na vystoupení, které si vysnil a ono se před časem podařilo zrealizovat. *„Doufám, že ještě budu mít v budoucnu příležitost nacvičené písničky předvést před publikem, ať už by to bylo v některém ze středisek opavské Charity, třeba opět v Denním stacionáři, nebo kdekoli jinde,”* prozrazuje své přání nevidomý Daniel.

Václav Burda



• Daniel Toráč hraje na své klávesy ve svém bytě v Domě sv. Cyrila a Metoděje prakticky denně, foto Vladimír Herman



Plánujeme zakoupení dalších pomůcek pro volný čas



• Jedna z aktivit, která na Sportovních dnech klienty nejvíce bavila, byly ruské kuželky, foto V. Herman

Obyvatelé Domu sv. Cyrila a Metoděje mají možnost se ve svém volném čase věnovat mimo jiné i různým hrám. Doposud máme v našem chráněném bydlení k dispozici například některé stolní hry, jako je upravený scrabble v Braillově písmu, show-down (upravený stolní tenis pro osoby se zrakovým postižením) nebo také zvukovou střelbu, na které mohou klienti zlepšovat sluchovou orientaci a k tomu si zastrílet. Aktuálně plánujeme rozšířit výběr her pro naše klienty

o ruské kuželky, na které aktuálně sháníme finance.

Pokud byste se chtěli finančně zapojit, můžete prostřednictvím bankovního účtu 154871941/0300 VS 22. Více informací o finančních darech najdete na stránkách www.charitaopava.cz pod záložkou "Pomáhejte s námi" nebo se informujte u vedoucí domu Zuzany Janků - Tel. číslo: 733741793, e-mail: janku@charitaopava.cz.

Marie Kořínková



Mezi slavnými, kteří mohou být všem inspirací, je také mnoho nevidomých

- Americká spisovatelka **Helen Kellerová** (1880-1968) napsala dvanáct knih, milovala hudbu a tanec a ráda cestovala. V důsledku meningitidy byla od druhého roku života hluchoslepá. Jako první hluchoslepý člověk vystudovala slavný Harvard. O jejím životě pojednává film *Divotvůrkyně* z roku 1962.
- **Jaroslav Ježek** (1906-1942) byl český hudební skladatel. Brzy po narození oslepl na jedno oko a druhé bylo stíženo šedým zákalem. Otec jej z obecné školy nechal přeložit do školy slepecké, kde se projevila jeho vášeň k hudbě. Po setkání s Voskovcem a Werichem bavila jeho hudba diváky Osvobozeného divadla až do roku 1938, kdy byli nuceni před fašismem emigrovat do USA.
- **Ray Charles** (1930-2004) byl americký zpěvák, klavírista a hudební skladatel. Oslepl v pěti letech a musel chodit do školy pro slepé a hluché ve floridském St. Augustine. V roce 2004 ho časopis *Rolling Stone* zařadil na 10. příčku svého seznamu největších umělců všech dob.
- **Stevie Wonder** (1950) je legendární zpěvák, autor celé řady veleúspěšných desek a mnoha hitů. Ač od narození nevidomý, začal svou hudební kariéru, která trvá dodnes, už jako dvanáctiletý.
- A pro příklady lidí, kteří to navzdory svému handicapu dotáhli vysoko, nemusíme chodit daleko. Nevidomý **Josef Stiborský** (1954) z Opavy vystudoval Konzervatoř pro zrakově postižené v Praze a pak učil téměř třicet let na Základní škole pro zrakově postižené a žáky s vadami řeči v Opavě jako hudební pedagog. Po Listopadové revoluci stanul v čele Sjednocené organizace nevidomých a slabozrakých České republiky a v letech 2014-2018 byl náměstkem primátora Opavy.



• Ray Charles, ilustrační foto



S humorem jde všechno líp

- Baví se dva kutilové na zahradě: „Ty, já mám takový problém, nemůžu přijít na to, v čem je chyba! Několikrát jsem tu tyč řezal, pořád to je krátký...“

- „Vládó, máš rád luštěniny?“
„Jasně! Hlavně křížovky.“

- „Na co bych chodil do cirkusu,“ povídá akvarista, „doma mám víc klaunů než oni.“

- „Máte mimořádně vysoký tlak,“ sděluje lékař pacientovi.
„To proto, že chodím na ryby!“
„Neříkejte! Rybolov přece uklidňuje!“
„Ano? Jen to zkuste, chytat bez povolení a k tomu ještě na chovném rybníku!“

- „Na sběr hub mám speciálně vycvičeného našeho Alíka,“ vypravuje vášnivý houbař příteli.
„Opravdu? A to ti vyčmucha každý hříbek?“
„Ale houby! Nosí mi v zubech košík.“

- Ptá se soused pana Nováka: „Tak jsem upravoval zahradu a zbylo mi asi šest kubíků země. Co bych s ní měl dělat?“
„Vykopejte velkou jámu a nahrňte ji tam!“



- „To je ale hezké akvárium! A nedělají ti ty rybičky starosti?“
„Vůbec ne. Začnou-li se plašit, stačí, když jim ukážu rybí konzervu.“

- Mirek luští křížovku a ptá se bratra: „Neznáš nějakého ptáka na sedm písmen, který už neexistuje?“
„Jo, kanárek, před hodinou nám ho snědla kočka!“

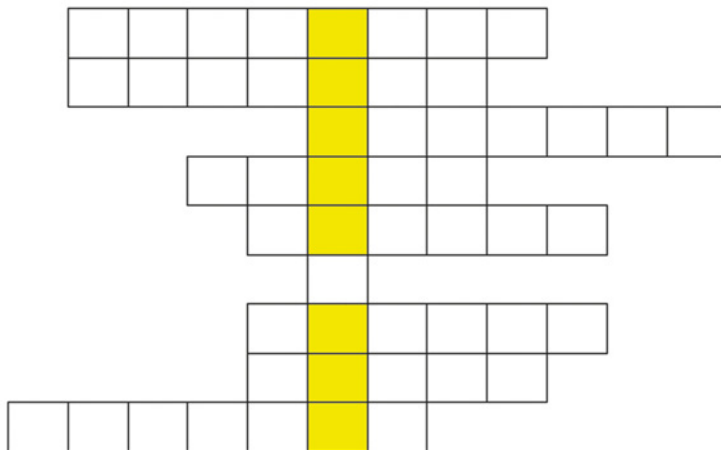
- Vášnivý fotograf fotí řeku v západu Slunce. Náhle přiběhne nějaký muž a volá: „Honem, támhle se někdo topí!“
„To máte smůlu, právě mi došel film...“

- Vášnivý sběratel motýlů ukazuje své exponáty návštěvníkovi: „Máte doma nějaké motýly?“
„Ne, ale mám slušnou noční můru.“

- „Neskákej do toho bazénu! Vždyť tam není voda.“
„To nevadí, já neumím plavat.“



Křížovka



1. Opravování, například starožitností
2. Forma zpívání s textem a hudebním podkladem
3. Vyplňování křížovek
4. Pohybová aktivita s doprovodem hudby
5. Činnost kynologa se psem
6. Člověk chovající hmyz pro med
7. Anglický sport s šišatým míčem
8. Knižní/filmový žánr užívající nadpřirozeno/magii

TAJENKA: _____ je důležitou součástí každého člověka.

TAJENKA: VOLNÝ ČAS

Řešení: 1. renovace 2. karaoke 3. luštění 4. tanec 5. výcvik 6. včelář 7. ragby 8. fantasy

Vážení čtenáři občasníku Vlaštofka!

Pokud si nepřejete, aby Vám byla Vlaštofka nadále zasílána, informujte nás na e-mail vlastovicky@charitaopava.cz a jako předmět uveďte „ODHLÁSIT“, případně písemně na adresu Charita Opava, Přemyslovců 26, Opava-Jaktař 747 07. Podrobnější informace o tom, jak plníme nařízení EU 2016/679 (GDPR) najdete na webových stránkách www.charitaopava.cz.



Prázdniny a dovolená jsou také stav mysli


Milí čtenáři Vlaštofky!

V posledním roce a půl jsme byli donuceni rezignovat na mnohé z našich plánů a místo nich jsme museli čelit těžkým situacím, které do našich životů přinesla koronakrize. Rádi bychom Vám proto popřáli pokojný čas léta a prázdnin. Nemusíme být nutně u moře nebo v luxusní destinaci, abychom si odpočinuli od všech těžkostí, starostí a obav. Přejeme Vám co nejintezivnější dovolenou, která Vám dovolí načerpat nové síly, ať už ji prožijete kdekolív.

Obyvatelé Domu sv. Cyrila a Metoděje

Redakční rada

Koordinace: Zuzana Janků, Václav Burda, Pavlína Králová, Vladimír Herman, Ivo Mludek, Marie Kořínková, Marie Hanušová. Výkonní redaktoři: Marek Kukla, Ondřej Šerik Fuják. Foto přední a zadní strany obálky: Vladimír Herman. Časopis Vlaštofka je dílem obyvatel domu.

Vydavatel:  Charita Opava
Přemyslovců 26, 747 07 Opava-Jaktař



Dům sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené ve Vlašovičkách
Marie Dolanské 19, 746 01 Opava-Vlašovičky
Telefon: 553 793 401; mobil: 733 741 304
e-mail: vlastovicky@charitaopava.cz