

Občasník lidí z Domu sv. Cyrila a Metoděje

# Vlaštofka



Chráněné bydlení  
není "vězení" - 3  
Sladká exkurze  
v Marleence - 10  
Návštěva prostor,  
kde se psaly dějiny - 12

| 2022



## Vážení čtenáři,

nastává období Vánoc. Pro mnohé z nás je to nejkrásnější období roku. Všichni se těšíme na společné chvíle strávené s našimi nejbližšími a kouzelnou atmosférou, kterou s sebou Vánoce přinášejí.

Tradičním symbolem Vánoc jsou dárky. Abychom někoho potěšili, stačí mnohdy málo.

Abychom potěšili ty, pro které je naše zařízení určené, obdarováváme je po celý rok. Nejedná se však o nic materiálního. Nejkrásnějším dárkem je pro naše klienty zážitek. Ten si mohou uchovat v paměti po zbytek života a nikdy neztratí na hodnotě. A jaká dobrodružství prožili naši obyvatelé letos, je tématem dalších stránek naší Vlastofky.

Ráda bych Vám všem poděkovala za přízeň, kterou nám i v této nelehké době věnujete. Sponzorům za dary, dobrovolníkům za pomoc, zaměstnancům chráněného bydlení a sociální rehabilitace za skvěle odvedenou práci a klientům děkuji za to, že i přes nepřízeň osudu mají stále odhodlání pouštět se do nových výzev.

Veselé Vánoce plné pohody, lásky a klidu a do nového roku spoustu zdraví, štěstí a spokojenosti přeje

Zuzana Janků, vedoucí Domu sv. Cyrila a Metoděje



• Posezení a občerstvení obyvatel domu se zaměstnanci při Sportovním dnu, foto Vladimír Herman



# Chráněné bydlení není „vězení“



• Jednou z akcí ve Vlašovičkách, které se někteří z obyvatel domu zúčastnili, byly i dožínky, kde si mohli klienti domu vyzkoušet usednout např. za volant traktoru či kombajnu, foto Vladimír Herman

Sociální služby ušly už dlouhou cestu od doby, kdy existovaly pouze ústavy pro lidi s postižením někde na kraji společnosti. Dnes se služby zaměřují na zachování co nejvyšší míry samostatnosti a je jich celé spektrum. Jako například naše služba Chráněné bydlení v Domě sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené, kterou si trochu představíme.

Chráněné bydlení je pobytová sociální služba, která umožňuje lidem naučit se sebeobslužce, péči o domácnost, využívání pomůcek, cestování a dal-



• Obyvatel domu Jakub Šivic relaxuje na zahradě domu, foto Vladimír Herman

ším činností, aby pak byli co nejvíce samostatní a mohli žít život jaký chtějí, podle sebe. Nejde už jen o ubytování a pečování o tyto lidi, ale i o jejich plnohodnotně strávený čas.

V chráněném bydlení má každý klient svůj byt, ve kterém žije jako každý jiný člověk – je to pro něj domov. Klient může docházet do práce, věnovat se svým zájmům, účastnit se akcí a výletů pořádaných službou, nebo si jen tak zajet do cukrárny či za rodinou nebo přáteli po své vlastní ose. Klienti nejčastěji jezdí právě na výlety, za rodinou, ale i na wellness pobyty nebo na dovolenou. Prostě si můžou nastavit svůj čas, jak chtějí. Pracovníci jsou tady od toho, aby klienty naučili, co

potřebují, a zprostředkovali to, co klienti sami ještě neumí. Jsou pro klienty podporou. Pracovníci jsou ve službě přítomní přes den, přes noc už mají klienti zodpovědnost zcela ve svých rukou.

Služba se snaží klienty rozvíjet v maximální možné míře. A když se to povede, klient může být připraven přestoupnout se i do vlastního bydlení a postarat se sám o sebe bez potřeby takové podpory. Už to dávno není o segregaci lidí s postižením, ale o pomoci při naplnění jejich života co nejvíce podle jejich představ a také o možnosti zapojení do běžného života společnosti.

Marie Kořínková



## „Při organizaci Bílé pastelky spolupracujeme zejména se středními školami,“ prozradila Iveta Čiháčková ze SONSu



• Vedoucí opavské pobočky SONS Iveta Čiháčková ve své kanceláři, foto Vladimír Herman

Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých – SONS byla založena v roce 1996 a má celorepublikovou působnost. Mezi její hlavní služby patří sociálně aktivizační poradenství pro zrakově postižené, technické poradenství při výběru a obsluze pomůcek, právní poradenství, vydávání časopisů, výcvik vodících psů a řada dalších. SONS je také hlavním organizátorem sbírky Bílá pastelka, které se pravidelně účastní i obyvatelé našeho domu. Požádali jsme vedoucí opavské pobočky Ivetu Čiháčkovou o rozhovor.

• **Kterým lidem jsou Vaše služby určeny?**

Své služby poskytujeme osobám

se zrakovým postižením všech stupňů, poradíme také rodinným příslušníkům či kamarádům a známým těchto osob,



• Paní Iveta Čiháčková stojí včele opavské pobočky SONS již několik let, foto Vladimír Herman

kteří se na nás mohou taktéž obracet.

• **Kromě spousty služeb a činností se podílíte také na tradiční sbírce Bílá pastelka. Máte dostatek dobrovolníků, daří se Vám ji pořádát?**

Sbírku se nám daří uspořádat, přestože není právě jednoduché vše zkoordinovat. Již tradičně spolupracujeme se středními školami v Opavě, Krnově a Hlučíně. Musím říct, že ředitelé, pedagogové, studenti a také rodiče jsou velmi vstřícní a rádi se do sbírky zapojují. Také někteří naši členové se ochotně ujímají služby ve stánku, který bývá po dobu konání sbírky

umístěný na Horním náměstí v Opavě. V neposlední řadě bych také ráda ocenila spolupráci s pracovníky a obyvateli Domu sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené. Velmi si spolupráce všech zmíněných vážíme. Bez nich by sbírka nebyla tím, čím je.

• **Lidé už také mohou dlouho nacházet v různých obchodních centrech, na poštách i jinde takzvané „psí pokladničky“, tedy makety vodících psů, do nichž mohou vhodit příspěvek. Kde je najdeme na Opavsku? A přispívají do nich lidé?**

Na Opavsku máme v současné době umístěny celkem čtyři psí kasičky. Na hlavní poště v obchodním centru Breda, v prodejně Terno v Jaktarži, v nákupním centru Globus a v nákupním centru Silesia kousek vedle Tesky. Rádi bychom umístili těchto psích kasiček více, bohužel to není jednoduché. Zde často narážíme na problém s vedením celých firem nebo s vedením na místní úrovni.

Lidé do kasiček přispívají, bohužel finanční objem se snižuje. Jedním z důvodů této situace je i to, že lidé mají u sebe čím dál méně hotovost, často platí bankovními kartami. Na psích kasičkách jsou umístěny QR kódy, takže i tady se snažíme vycházet vstříc právě těm, kteří neplatí hotovostí.

• **Rozhovor s Vámi je určen pro čtvrt-**



## letník Vlaštofka, který vydávají obyvatelé Domu sv. Cyrila a Metoděje. Jak a v čem spolupracujete s tímto střediskem Charity Opava?

Jak už jsem uvedla výše, spolupracujeme hlavně při celorepublikové veřejné sbírce BÍLÁ PASTELKA, do které se aktivně již několik let zapojují klienti či obyvatelé Domu svatého Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené ve Vlašovičkách společně se zaměstnanci organizace. I oni, stejně jako studenti středních škol, vyrážejí v tričku s logem Bílé pastelky a s kasičkou na krku do ulic Opavy, kde vybírají od lidí peníze výměnou za bílou pastelku. Vybraná hotovost je pak použita pro zpří-

jmenění a zjednodušení života osob se zrakovým postižením.

Naše organizace pořádá také festival Dny umění nevidomých na Moravě, na kterém se každoročně představuje, co dokáží zrakově postižení umělci. Několik koncertů se nám podařilo uspořádat také v kapli Domu svatého Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené ve Vlašovičkách.

A nakonec bych ráda uvedla, že někteří Vaši klienti jsou také členy naší organizace, účastní se námi pořádaných aktivit a jezdí s námi také na jednodenní výlety či výše zmíněné pobyty.

● **Děkuji za rozhovor.**

Zuzana Janků



● Obyvatelé domu ve Vlašovičkách během sbírky Bílá pastelka spolu se zaměstnankyní domu Šárkou Bräuerovou (vpravo), foto archiv Charity Opava



## Růžena Franková



• Růžena Franková ve svém volném čase ráda vyrábí šperky z korálků, foto Vladimír Herman

**V tomto čísle Vám představíme novou obyvatelku našeho domu – Růženu Frankovou. Slečna Růžena k nám přišla z jižních Čech a jejím handicapem je těžká slabozrakost. Dům ve Vlašovičkách si vybrala z důvodu získání větší samostatnosti při svých každodenních činnostech.**

O tom, že to myslí se samostatností opravdu vážně svědčí i fakt, že si již během krátké doby, co ve Vlašovičkách pobývá, stihla zajistit brigádu ve firmě Opavia, která sídlí nedaleko. Růženka vystudovala keramickou školu v Praze a jejím velkým koníčkem je tvorba šperků z korálků, o čemž se můžete přesvědčit na straně 14 v této Vlaštofce.

*„Taky ráda plavu, dříve jsem plavala i závodně a ráda si zahraji bowling,“* vyjmenovává Růženka další své oblíbené činnosti. Má přítele a doufá, že jim vztah na dálku vydrží. Růženka je velice pozitivně naladěná osoba, která se vždy snaží brát život z té lepší stránky a již si ve Vlašovičkách dokázala najít kamarády.

Václav Burda





# Účast na Bílé pastelce je prospěšný zážitek

Už třiatdvacet let pořádá Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých ČR sbírku Bílá pastelka. S realizací jí od počátku pomáhají její dceřiné společnosti Tyfloservis a krajská TyfloCentra. Pro obyvatele Vlaštoviček je účast na této sbírce nejen příležitostí vybrat potřebné finance, ale také si na vlastní kůži vyzkoušet, jak je to někdy náročné.

První ročník Bílé pastelky se uskutečnil v roce 2000 a byl první velkou českou veřejnou sbírkou pro zrakově postižené. Pro její konání organizátoři zvolili 15. říjen, který je vyhlášen jako Den bílé hole. Od roku 2020 je sbírka třídní.

A jak sbírka probíhá? Prodejce bílých pastelek oblečené do triček s logem akce, můžete každoročně potkat v takřka dvou stovkách měst a obcí. Od roku 2017 jsou mezi nimi také obyvatelé Domu sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené. Společně se zaměstnanci navštívili například Hlásku, úřad práce nebo finanční úřad. „Smyslem akce je nejen vybrat finance, ale našim nevidomým také přiblížit, jak náročné je vybrat každíčkový drobný peníz, který je potom použit v jejich prospěch,“ vysvětluje vedoucí Domu sv. Cyrila a Metoděje Zuzana Janků, která se ke sbírce po nucené pauze z důvodu covidu-19 s klienty připojila opět letos. K pastelce, jejíž minimální cena je třicet korun, nabízí dárcům také kalendář

řík Bílé pastelky na příslušný rok. Z vybraných peněz pak Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých celoročně podporuje projekty pomáhající lidem se zrakovým handicapem, například knihovny digitálních dokumentů, sociální rehabilitaci, zdravotně-edukační služby, zhotovování navigací pro nevidomé a mnoho dalšího. (im)



• Obyvatelka domu slečna Hana během sbírky Bílá pastelka, foto archiv Charity Opava



# Sladká exkurze v Marlence



- Návštěvníci z Vlastoviček v prodejně, která je součástí závodu Marlenka, foto Zuzana Janků

Pro klienty chráněného bydlení a sociální rehabilitace je vždy exkurze v nějaké firmě skvělá příležitost. A když pak jde o firmu vyrábějící slavné dobroty značky Marlenka, je to navíc opravdu chutný a zábavný zážitek.

Na začátku října mohli klienti vyrazit do Frýdku-Místku, kde má firma své sídlo i návštěvnické centrum. Nejdříve se při prezentaci dozvěděli od zaměstnankyně firmy o vzniku a založení Marlenky i samotném příběhu zakladatele Gevorga Avetisjana, který v roce 1995 přijel do ČR z Arménie, a také o postupném rozvoji a druhých výrobců. Při prezentaci byla návštěv-

níkům nabídnuta káva, rovněž firmy Marlenka, vzorky výrobků medových dobrot a kdo měl zájem, mohl také ochutnat některé z arménských likérů, které firma z Arménie dováží. Pak už následovala exkurze s výkladem do provozu. Návštěvníci šli dlouhou chodbou, ze které byl výhled na obě strany přímo na výrobní i balicí linky. Nevidomým klientům bylo vše popisováno jejich doprovodem. Po exkurzi si ještě klienti mohli zakoupit něco dobrého v místní prodejně, čehož většina využila. Podle reakcí byli všichni s touto exkurzí spokojeni.

Marie Kořínková



# Profesionální hasiči vědí, jak správně přistupovat k lidem se zrakovým handicapem

Obyvatelé domu využili příležitosti a navštívili Hasičský záchranný sbor v Opavě. Stalo se to v polovině října a průvodce jim dělali sami členové sboru – profesionální hasiči. Pro řadu obyvatel to bylo úplně první setkání s požární technikou a hasičským vybavením.

*„Vyzkoušel jsem si jejich přilbu a potěžkal dýchací přístroj, dále jsem měl možnost si osahat řadu dalšího vybavení, které opavští hasiči běžné používají, a musím říct, že jejich práce musí být opravdu náročná,“* zhodnotil jeden z návštěvníků nesnadné podmínky, kterým musí členové sboru každodenně čelit – nevidomý pan Bedřich.

*„Výborné bylo, že jsme si mohli prakticky vše osahat, kdo si troufl, mohl si vlézt i do kabiny hasičského speciálu, já osobně jsem se tam neodvážil, protože kabina je u těchto aut velmi vysoko a vyšplhat se nahoru není pro každého,“* přiblížil dále pan Bedřich, jak prohlídka probíhala.

Členové sboru mimo jiné prozradili, že pravidelně procházejí školeními, jak např. přistupovat k lidem s handicapem a také konkrétně, jak správně komunikovat s lidmi nevidomými či slabozrakými, což obyvatelé ocenili.



• Kdo z klientů projevil odvahu, jako např. pan Daniel na snímku, mohl se vyšplhat a usednout za volant do kabiny hasičského speciálu Tatra, foto Zuzana Janků



# Návštěva pražského hradu



• Obyvatelé spolu se zaměstnankyněmi domu v prostorách pražského hradu, foto Zuzana Janků

Již hodně let se znám s mým kamarádem Vaškem, který dělá v policejní ochraně v areálu pražského hradu. A protože na společné schůzi obyvatel domu řada lidí projevila zájem pražský hrad navštívit, požádal jsem právě tohoto mého dlouholetého kamaráda, zda-li by byl ochotný nám prohlídku zprostředkovat a po hradě nás navíc provést. Vašek souhlasil a tak jsme mohli začít s plánováním výletu do Prahy.

Nakonec jsme vyrazili 15. září vlakem z opavského nádraží. Do Prahy jsme dorazili ještě dopoledne a tramvají jsme se přesunuli k areálu Hradu, kde na nás již netrpělivě čekal můj kamarád Vašek.

V jeho doprovodu jsme prošli katedrálou sv. Víta, všechna nádvoří,

kde jsme zhlédli velkou výměnu hradní stráže, dále např. prostory Starého královského paláce včetně Vladislavského sálu či Staré sněmovny, kde dříve zasedal Český zemský sněm. Byli jsme v prostorech, kde jsou vystaveny kopie korunovačních klenotů včetně svatováclavské koruny.

Bylo fajn, že všude byly popisky, takže vidící doprovod mohl přecíst nevidomým, kde jsme a co důležitého se tam odehrávalo, např. u hradních oken, na která jsme si mohli sáhnout a kde proběhla pražská defenestrace.

Z hodnocení ostatních lidí, kteří se výletu do Prahy zúčastnili, si myslím, že se všem výjezd do Prahy na Hrad tuze zamlouval.

Marek Kukla



# V prostorové orientaci se pořádají pravidelné soutěže

- Tyflocentrum Brno pořádá každé dva roky soutěž v prostorové orientaci a samostatném pohybu zrakově postižených (dále jen POSP ZP). Soutěže se mohou účastnit jak lidé se zrakovým postižením, tak i vidící – s použitím klapek na oči.
- Letos v září se soutěže poprvé zúčastnili i klient Saša a instruktorka POSP ZP Maruška ze sociální rehabilitace. V Brně se ale jednalo už o 15. ročník.
- Celkem se účastnilo 11 soutěžících, z toho 3 vidící a zbytek lidé se zrakovým postižením.
- Principem soutěže je samostatně projít předem neznámou trasu v Brně, buď nahranou na audionahrávkách nebo tištěnou v Brailu, pouze s bílou holí a vysílačkou pro nevidomé, v případě vidícího ještě i s klapkami. Na trase se překonávají křižovatky, cestičky parkem, podchody, ale i cesta tramvají. Každý soutěžící má k dispozici dobrovolníka, tzv. anděla, který se soutěžícím ale nesmí komunikovat nebo ho nějak doprovázet, pouze dohlíží na bezpečnost.
- Na trase dlouhé asi 3,5 km byla rozmístěna porota a tři stanoviště s úkoly. Bodoval se styl chůze, použití jednotlivých prvků POSP, úspěšnost v úkolech a čas. Nakonec byly body sečteny a vyhlášovali se vítězové. Poražený ale určitě nebyl nikdo, všem se povedlo v pořádku se dostat do cíle.
- Soutěž Saša i Maruška hodnotí jako skvělou příležitost překonat sám sebe, moc dobrý pocit přineslo vůbec zvládnutí trasy v cizím městě. Rádi se jí případně zúčastní i do budoucna. Jsou oba moc rádi za přijetí Tyflocentrem Brno mezi soutěžící, i z takové dálky, jako je Opava.



• Pan Alexandr po závodě s medailí na krku, foto Jaroslava Harazimová



# Šperky z korálků

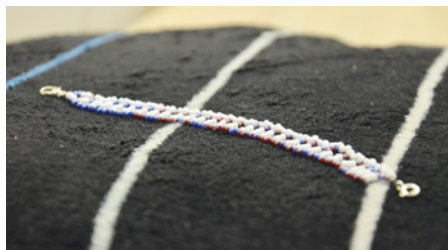
Obyvatelka domu slečna Růžena ve svém volném čase ráda vyrábí náramky, náhrdelníky a náušnice a to vše pouze z korálků. Vyrábí je již řadu let a výsledný vzhled šperků si sama navrhuje a vymýšlí.

*„Jejich výrobu mě naučila jedna*

*z kolegyně z práce od mé mamky, mě to tehdy před lety zaujalo a baví mě to do dneška,“* popisuje slečna Růžena, jak se k tomuto svému koníčku dostala.

*„Korálky na tyto šperky si kupuju v běžné galanterii a pak již pracuji pouze se speciální jehlou a nití na korálky,“* popisuje Růžena veškeré pracovní nástroje a materiály.

Tyto šperky pak většinou končí jako dárky pro známé, přátele či kamarády slečny Růženy. A co na tyto šperky říkají sami obdarovaní? *„Podle jejich reakcí se jim líbí a z toho mám radost i já sama,“* dodává Růžena.



• Výsledný výrobek, foto Vladimír Herman

Václav Burda



• Klientka domu - slečna Růžena při výrobě náramku, foto Vladimír Herman



# S humorem jde všechno líp

- Chuck Norris je jediný člověk na světě, který umí mluvit Braillovým písmem.

- Přejde nevidomý do obchodu, na vodítku slepeckého psa. Postaví se doprostřed místnosti, popadne chudáka za ocas a roztočí ho nad hlavou. Prodavač se ho ptá: „Co to děláte?“ „Jenom se tak trochu rozhlížím,“ odpoví slepec.

- Co řekne slepec, když mu dáš do ruky šmirgl papír? „Tak tohle nepřečtu!“



- Povídají si dva nevidomí: „Představ si, prý bylo včera zatmění Slunce a byla úplná tma!“ „No to je škoda,“ vzdychne ten druhý. „To bych chtěl vidět.“

- Víte, proč nemůžou slepí skákat bungee jumping? Protože by se jim poblbl pes!

## Osmisměrka

Z W O T E L Ý V J N I V  
 O Z J N F M N U J K Z E  
 K D K A Í V O H A O Á Č  
 Q E N M T V A V F M J Í  
 X G R U Y S U P A C M R  
 Ž N X Á I S O R T B Y E  
 Ě I D Č D F L N D H Z K  
 T L I D E E F K V P D J  
 U W F X N P Y V D A E U  
 O O G K L L V S N I L C  
 S B A J A V A B Á Z Z S  
 Z Á Ž I T E K U Q R T Z

Slova: Marlenka, slavnost, zážitek, bowling, večírek, soutěž, hasiči, zábava, zájmy, výlet, dárek, víno

- Přejde hrbatý do krčmy a nemá hrb. Ptají se ho, jak se to stalo. „No, šel jsem v noci přes hřbitov a potkal jsem smrtku,“ vypráví šťastlivec. „Ona se mě ptá: Máš hrb? Mám. Tak dej. No, a byl jsem bez hrbu.“ Slyšel to slepý a říká si, že když hrbatému sebrala hrb, jemu určitě vrátí zrak. Vydal se na hřbitov a potkal smrtku. Ta se ho zeptala: „Máš hrb?“ „Nemám.“ „Tak tu máš!“

- Kapela slepých a hluchých hraje na zábavě. Slepý se ptá hluchého: „Už tancujou?“ „Proč, my už hrajem?“



## Vážení čtenáři, milí přátelé!

Po celý rok se Vám ve Vlaštofce snažíme přinášet aktuální informace o tom, co nového se děje v Domě sv. Cyrila a Metoděje, který je naším domovem. Dobře víme, že jste našimi příznivci, velmi si toho vážíme a stojíme o to, abyste věděli o všem, co i díky Vám můžeme podnikat a zažívat. Děkujeme Vám za Vaši přízeň a přejeme Vám požehnané Vánoce a vše dobré do roku 2023.

**Obyvatelé Domu sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené  
ve Vlašovičkách u Opavy**

---

### Redakční rada

Koordinace: Zuzana Janků, Václav Burda, Pavlína Králová, Vladimír Herman, Ivo Mludek, Marie Kořínková, Marie Hanušová. Výkonní redaktoři: Marek Kukla, Jakub Šivic. 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

Toto číslo vyšlo 9. prosince 2022 v nákladu 800 výtisků a je již 95. v pořadí od vzniku časopisu.

Vytiskl Retis s.r.o. Povoleno Ministerstvem kultury České republiky, MK ČR E 13841.

Pokud si nepřejete, aby Vám byla Vlaštofka nadále zasílána, informujte nás na e-mail [vlastovicky@charitaopava.cz](mailto:vlastovicky@charitaopava.cz) jako předmět uveďte „ODHLÁSIT“, případně písemně na adresu Charita Opava.