

Občasník lidí z Domu sv. Cyrila a Metoděje

Vlaštofka



Rozhovor s vedoucí
domu Zuzanou Janků - 5

Hořelo v domě,
naštěstí jen jako - 9

Plány se staly skutečností - 12

4 | 2023

Milí čtenáři,

blíží se čas Vánoc. Čas zastavení a vzpomínek na chvíle prožité v uplynulém roce. Nastává období dobrých skutků, období dávání a obdarovávání. Také my jsme toho mnoho dostali. Vás, co nám fandíte a co nás podporujete, jsou spousta. Také díky Vám se událo hodně dobrého. Posunuli jste naši práci o kus dopředu. Zkvalitnili jste prostředí i vybavení našeho chráněného bydlení.

Vánoce jsou příležitostí uvědomit si, jak se navzájem potřebujeme. Lidské dobro je tou největší hodnotou života. Proto se také my snažíme dělat dobré skutky a darovat Vám něco z naší práce. Věnujeme čas studentům, stážistům, dobrovolníkům, exkurzím a školám, aby nabyli nových zkušeností a dovedností. Každý měsíc umožňujeme využít prostory naší kaple věřícím a dvakrát ročně otevíráme dveře všem, které zajímá naše práce.

Abych na nikoho nezapomněla, chci touto cestou Vám všem moc poděkovat. Pracovníkům za odvedenou práci. Studentům a dobrovolníkům za čas, který věnovali klientům. Dárcům za finanční i věcné dary. Děkuji za Vaši ochotu, štědrost i přízeň. Moc si toho všeho vážím.

Přeji Vám veselé Vánoce plné klidu, pohody a splněných přání a do nového roku hodně zdraví, štěstí a spokojenosti.

Zuzana Janků, vedoucí Domu sv. Cyrila a Metoděje



• Momentka z nedávného požárního cvičení ve Vlastovičkách. Foto Petr Kubesa

I Dům sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené ve Vlastovičkách má svému okolí co nabídnout



• V průběhu dne otevřených dveří navštívila dům ve Vlastovičkách řada návštěvníků včetně dětí řady škol. Mohli si vyzkoušet a prohlédnout některé z pomůcek, jež klienti domu běžně využívají. Foto Petr Kubesa

Kromě toho, že dostáváme, je spousta příležitostí, kdy i náš Dům sv. Cyrila a Metoděje může nabídnout něco nad rámec práce s našimi klienty.

Pravidelně pořádáme dny otevřených dveří – vždy v den svátku sv. Cyrila a Metoděje a v období kolem svátku sv. Václava. V letošním roce dny otevřených dveří proběhly velmi úspěšně, vnímali jsme, že okolí zajímá, jak zde pracujeme a jak to u nás vypadá. Za to jsme moc rádi. Nabídlí jsme návštěvníkům prohlídku pomůcek pro osoby se zrakovým postižením, prohlídku



• Studentky Caritas - Vyšší odborné školy Olomouc cvičí v rámci volnočasové aktivity spolu s obyvateli domu ve Vlašovičkách. Studenti navštěvují Dům pro zrakově postižené pravidelně v rámci své studentké praxe. Foto Petr Kubesa

prostor Domu, posezení v našem prostředí u kávy a něčeho dobrého. Někteří pomůcky si mohli návštěvníci i vyzkoušet, k dispozici byl showdown nebo zvuková střelba. Kromě dnů otevřených dveří existuje nabídka stáží a exkurzí pro jiné služby, školy, školky, prostě pro všechny, kteří mají zájem poznat Dům a jeho činnosti.

Několik let už existuje spolupráce s Caritas - Vyšší odbornou školou Olomouc. Studentům této školy umožňujeme týdenní praxe, na kterých si zkouší skutečnou práci a mohou si ověřit své nově získané teoretické znalosti. K dispozici mají i ubytování přímo v Domě.

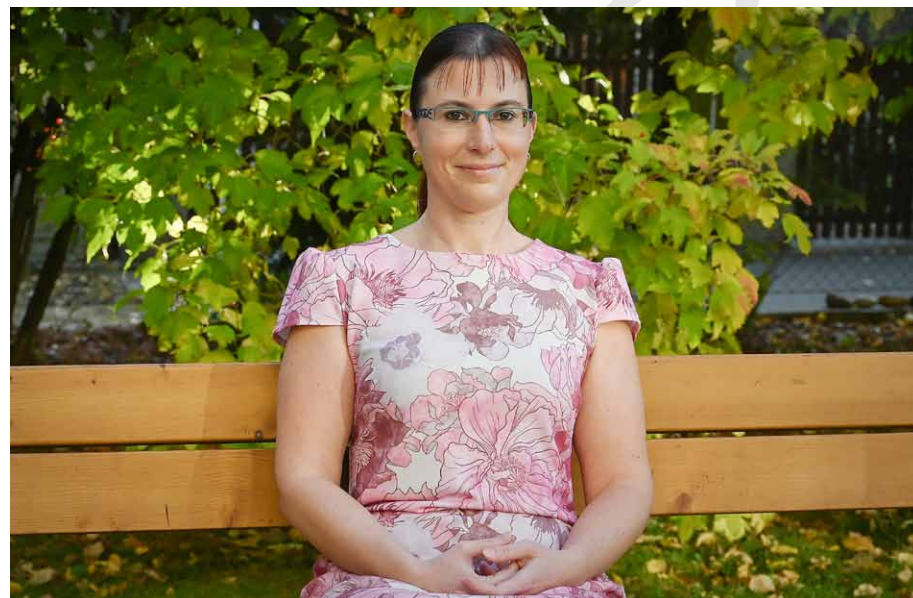
Jednou měsíčně nebo při zvláštních příležitostech je také možnost, aby lidé z okolí přišli na mši svatou do naší kaple, která je pro ně v tu dobu otevřená. Pravidelně spolupracujeme s obcí Vlašovičky, dali jsme také například příležitost hasičům, aby si vyzkoušeli, jaké je zachraňovat takový objekt jako je náš Dům a jak pracovat s lidmi s handicapem, kteří v něm žijí.

Jednoduše, pokud něco dostaneme, snažíme se vždy na oplátku něco dát. Ať už to jsou nové informace, zkušenosti nebo zážitky.

Marie Kořínková



„Nehmotné dárky mají největší hodnotu,“ prohlašuje vedoucí domu Zuzana Janků



• Vedoucí Domu pro zrakově postižené Zuzana Janků. Foto Petr Kubesa

Toto číslo je věnováno tématu obdarování. Jedním z nekompetentnějších lidí v domě, který se k tomu může odpovědně vyjádřit, je určitě jeho vedoucí - Zuzana Janků. Proto jsme ji požádali o krátký rozhovor.

• Vánoce jsou kromě jiného svátky vzájemného obdarování. Ovšem role darujících a obdarovaných se tak, jak se z dětí stáváme dospělými, postupně mění. Čím jsme starší, tím máme větší potěšení z radosti obdarovaného, než z dárku, který jsme sami dostali. Pojdme tedy postupně: jaký dárek podle Vás udělal největ-

ší radost klientům Domu sv. Cyrila a Metoděje?

Někdy si lámeme hlavu, čím druhého potěšit a nakonec zjistíme, že ke štěstí stačí málo. Vnímám, že nehmotné dárky mají největší hodnotu. Tím nejkrásnějším dárkem pro klienty jsou podle mého studenti a dobrovolníci, kteří darují kus svého života, aby



• Zuzana Janků během exkurze „Vlaštoviček“ na expozici klobouků v Novém Jičíně. Foto Hana Haasová

naplnili prázdné místo v životě klientů. Ať už s nimi jezdí na výlety, hrají hry, vaří nebo pečou, vše je velikým přínosem a obohacením.

• **Dům sv. Cyrila a Metoděje se každoročně obrací na veřejnost i na své dlouhodobé sponzory s žádostí o podporu. Získané finance Vám pak pomáhají v péči o klienty. Snažíte se je ale vracet i širší veřejnosti, než jen Vaším klientům? Jak se snažíte v rámci svých možností pomáhat v okolí Vy v Domě sv. Cyrila a Metoděje?**

Velice si vážíme všeho, co dostaneme. Abychom, ale pouze nedostávali, snažíme se také dávat. Máme např. dny otevřených dveří, při kterých představujeme naše sociální služby.

Spolupracujeme se školami a pořádáme nejrůznější besedy či exkurze. Umožňujeme praxe studentům středních a vysokých škol. Jednou za měsíc pořádáme mši svatou, při které zveme lidi z okolí. Podílíme se na Charitních aktivitách pro veřejnost, jako je Tříkrálová sbírka, Sluníčkové odpoledne nebo Sportovní den.

• **No a co z toho, o čem jste hovořila, Vám dělá největší radost?**

Asi neumím konkrétně říct, co je pro mě tím „nejkrásnějším“ dárkem. Radost mám ze všeho, co se povede, ze všeho, co dostaneme i ze všeho, co můžeme dát druhým.

• **Kdysi jste ve Vlaštovičkách nabídli společenství bezdětným manželům Brunclíkovým, a ti Vám později věnovali v závěti svůj dům v části Vlaštoviček Jarkovice. A Vy tento dar dnes zase díky stavbě bytů pro lidi s mentálním znevýhodněním posíláte dále. Možná by se dalo říci, že dary kolují...**

Dary určitě kolují. Během našeho působení si vytváříme vztahy s nejrůznějšími osobami, firmami či organizacemi. A občas se stane, že dojde k rozvoji naší spolupráce či větší vazbě. Tak tomu bylo i u manželů Brunclíkových. Díky nim máme nový objekt, který bude sloužit dobré věci. Jejich dobrý počin si neustále připomínáme a při návštěvě místního hřbitova zapalujeme svíčku na jejich hrobě s velkým „díky“ v naší mysli.



• **Blíží se Vánoce. Jak je to s dary v tomto období?**

Je vidět, že v období Vánoc solidarity a empatie lidí sílí. Díky obyčejným lidem se dějí neobvyklé věci. Lidé nám buď přispívají finančně na provoz chráněného bydlení, nebo na jeho vybavení. Vloni jsme kupříkladu dostali společenské hry, materiál na výrobu lavičky nebo živý vánoční stromček. Letos už jsme byli obdarováni novým houpacím křeslem, za což jsme opravdu moc rádi.

Tímto bych chtěla popřát všem kouzelné Vánoce, plné klidu, spokojenosti a lásky.

• **Děkuji za rozhovor (im)**



• Děkujeme firmě ELHAPRO s.r.o. za nákup tohoto křesílka, na snímku spolu se Zuzanou Janků také Jakub Šivic. Foto Petr Kubesa



• Zuzana Janků (uprostřed) s klienty a některými zaměstnankyněmi Domu při návštěvě České televize Ostrava. Foto Petr Kubesa

David Škopek



• David Škopek často a rád pomáhá na zahradě v areálu Domu ve Vlašovičkách. Foto Petr Kubesa

V dnešním čísle bychom vám rádi představili jednoho z obyvatel Domu ve Vlašovičkách – Davida Škopka. David dříve bydlel v Dolním Benešově, do Vlašoviček přišel před rokem a půl.

David je kamarádký, s většinou obyvatel domu vychází naprosto bez problémů. V opavské Charitě je taky zaměstnan, pracuje v chráněné dílně a nejčastěji se zabývá výrobou keramických výrobků – zejména misek. Má rád kafe a občas si k němu dopřeje i cigaretu.

Rád pomáhá na zahradě a ve svém volném čase se baví sledováním televize či posloucháním písniček. Moc se

mu líbí výlety. „Když jsme byli naposledy v Praze, tak jsem si to užíval, ale mám rád i to, když třeba vyjedeme někam do přírody,“ popisuje svou oblíbenou činnost David.

Také byl s dalšími obyvateli na zápasu Slezského fotbalového klubu a rozhodně nevyklučuje jeho další návštěvu.

Václav Burda

Hořelo v domě, naštěstí jen jako

Popáleniny třetího a druhého stupně a otřes mozku, to byly důsledky požáru, který vypukl jednu říjnovou sobotu v Domě sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené ve Vlašovičkách u Opavy. Spáleniny, krev i boule na hlavě byly ovšem naštěstí jen umělé, stejně jako nebyl pravý ani oheň. Jednalo se totiž jen o taktické požární cvičení, které mělo prověřit součinnost jednotek požární ochrany při zdolávání požáru v objektu pro zrakově postižené.

Vedoucí Domu sv. Cyrila a Metoděje Zuzana Janků podle dohody přesně v 15 hodin hlásí na linku 150, že v prvním patře domu vypukl požár. „A máme zde také dvě zraněné osoby,“ dodává v hlášení. Vzápětí se v domě rozezná poplašná siréna a celkem šestnáct obyvatel a osm zaměstnanců sbíhá ze schodů, aby se evakovali na předem určené venkovní místo. „O tom, že se jedná v domě jen o cvičný poplach, všichni věděli, ale i přesto bylo vidět, že jsou někteří klienti trochu vystrašení,“ vzpomíná Zuzana Janků.

Během deseti minut do Vlašoviček přijíždějí požárníci Hasičského záchranného sboru Moravskoslezského kraje z Opavy a dobrovolní hasiči z dalších deseti obcí.

Obě zraněné osoby jsou v krátké době nalezeny a zasahující hasiči je předávají k prvnímu ošetření pracovníkům Českého červeného kříže.

Za hodinu je po všem. Cvičení, které podle slov Robina Malchárka potvrdilo připravenost hasičů zasáhnout včas a účinně i v místech, kde pobývají

lidé s handicapem, skončilo a jednotky se vracejí na své základny. Doufejme, že se do Vlašoviček vrátí zase až po delší době a opět jen na cvičení.

(im)

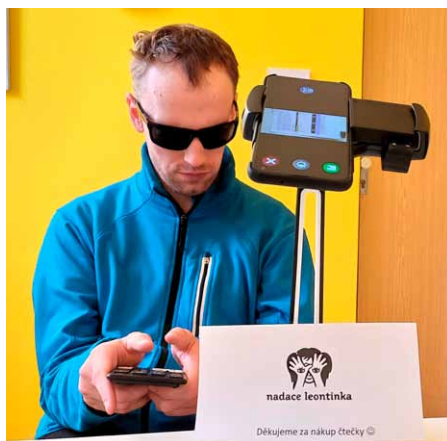


• Požární cvičení ve Vlašovičkách. Foto P. Kubesa



Máme čtečku pro nevidomé díky Nadaci Leontinka

Je to takový malý zázrak techniky. Čtečka pro nevidomé a těžce zrakově postižené s hlasovým výstupem Adaptech textReado Move umí pomocí kamery převést tištěné předlohy na digitální text, který si pak lidé se zrakovým handicapem mohou nechat nahlas přečíst integrovanou hlasovou syntézou. Ale adekvátně svým schopnostem je také čtečka Adaptech textReado Move drahá. V chráněném bydlení Domu sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené ve Vlastovičkách u Opavy si nyní tento velmi užitečný přístroj mohli pořídit díky příspěvku Nadace Leontinka ve výši 69.990 korun.



• Ovládání čtečky je velmi intuitivní a převod textu trvá pouze několik málo vteřin. Foto Petr Kubesa

„Podobné zařízení nám chybělo, přičemž jsme věděli, že naši klienti se zrakovým postižením opravdu potřebují mít možnost získávat všemožné potřebné informace také tímto alternativním způsobem,“ popisuje vedoucí chráněného bydlení Domu sv. Cyrila a Metoděje Zuzana Janků. Službu chráněného

bydlení zde využívá čtyřadvacet lidí, a mnozí z nich velmi ocení možnost si díky kompenzační pomůcce Adaptech textReado Move přečíst články z různých časopisů, knih, jídelního menu v restauraci, informace z etiket potravinářských výrobků, příbalové letáky léků, dopisy, smlouvy a podobně. Ovládání zařízení je přitom velice jednoduché a intuitivní. Stačí položit tištěný text pod kameru a stisknout tlačítko na čtečce. Zařízení text načte a posléze přečte hlasovým výstupem. „Vše je velmi rychlé, zpracování textu trvá pouze několik málo vteřin, a čtečka je navíc velmi lehká, takže si ji klient může vzít kamkoli s sebou,“ pochvaluje si Zuzana Janků a připojuje poděkování.

(im)



nadace leontinka



Chytré hodinky pořídila nadace prof. Vejdovského

Nové technologie a přístroje přinášející lidem bez handicapu příjemné zjednodušení různých činností se mohou pro lidi s handicapem stát naprosto nepostradatelným pomocníkem. Platí to například pro takzvané chytré hodinky, které zvládnou vedle určování času celou řadu dalších činností. Právě takovéto hodinky si mohli pořídit klienti Domu sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené ve Vlastovičkách u Opavy díky finančnímu daru Nadace prof. Vejdovského.

Osoby s těžkým zrakovým postižením musí získávat informace různými alternativními způsoby. Vínou svého handicapu se například hůře orientují v čase. Aby se dověděli, kolik je právě hodin, musí mít na hodinkách hlasovou nebo zvětšovací syntézu. A právě oběma těmito funkcemi jsou vybaveny hodinky Apple Watch Series, díky čemuž je mohou využívat jak ti klienti Domu sv. Cyrila a Metoděje, kteří jsou zcela nevidomí, tak i klienti se zbytky zraku. „Pořízením těchto hodinek můžeme našim obyvatelům představit novinky na trhu a rozšířit tak jejich obzory,“ vysvětluje vedoucí chráněného bydlení Domu sv. Cyrila a Metoděje Zuzana Janků. Chytré hodinky totiž zdaleka nepomáhají jen při určení času. Díky mnoha funkcím například umožňují také odpovídat na SMS zprávy, vyřizovat telefonní hovory, měřit srdeční tep a EKG a celkově kontrolovat zdravotní stav. Chytré hodinky svého ma-

jitele také motivují plnit různé výzvy, což ho může motivovat k vyšší aktivitě a zlepšení kondice.

„Chceme jít s dobou a ukázat klientům, kolik činností lze díky chytrým hodinkám provádět i se zrakovým handicapem. Věříme, že je to obohatí a že snížíme jejich závislost na dalších osobách a posuneme tak k větší soběstačnosti,“ dodává Zuzana Janků.

Na pořízení hodinek přispěla částkou 16.390 korun Nadace prof. Vejdovského. Děkujeme! (im)



• Chytré hodinky Apple Watch. Foto Petr Kubesa



Naše plány se staly skutečností



• Nový bytový dům ve Vlašovičkách. Foto Petr Kubesa

Již v několika minulých číslech Vlaštofky jsme psali o novém bydlení, které Charita Opava připravuje v obci Vlašovičky. Dnes už přicházíme s informací, že bydlení, které vzniklo realizací projektu „Rozvoj chráněného bydlení v Jarkovicích“, pro lidi s mentálním znevýhodněním bylo úspěšně dokončeno.

Nový bytový dům o čtyřech samostatných bytových jednotkách, na adrese Okružní 6 ve Vlašovičkách, byl předán Charitě Opava na konci listopadu. V prosinci bude probíhat vybavení bytů nábytkem a už v prvních měsících příštího roku budou byty připraveny k nastěhování. Čtyři plně bezbariérové bytové jednotky poskytnou soukromí a prostor k bydlení stávajícím i budoucím klientům Domu sv. Cyrila a Metoděje. Stavba se nachází v centru obce Vlašovičky, neda-

leko obecního úřadu. Součástí nového bydlení je i přilehlá okrasná zahrada, která, jak očekáváme, poskytne bydlícím prostor pro relaxaci a odpočinek.

Charita Opava mohla nové byty vybudovat jen díky štědrému daru manželů Brunclíkových, podpoře Evropské unie a mnoha drobných dárců, kteří finančně podpořili Charitu Opava svým darem nebo přispěli v letech 2022 a 2023 do Tříkrálové sbírky. Byli to obyvatelé Vlašoviček, města Opavy a dalších obcí na Opavsku. Vám všem patří velké díky za to, že se naše dlouholeté plány staly skutečností a lidem, kterým pomáháme formou pobytové služby, můžeme nabídnout kvalitní bydlení.

P. Králová



Klienti trénují svůj hmat také pomocí speciálních omalovánek

Pracovnice sociální rehabilitace Šárka se věnuje klientům nejen při nácviku prostorové orientace, ale i při rozvoji jejich schopností. Protože lidé se zrakovým postižením potřebují k přijímání informací především hmat, je důležité pracovat na hmatovém vnímání. A to lze i pomocí hmatových omalovánek, které jsou našim klientům tvořeny na míru pomocí vypichovátka. Vybarvovat je pak mohou čímkoli, ale nejčastěji se volí prstové barvy, které vnímání podpoří ve větší míře. Protože se omalovánky tvoří přímo ve službě, mohou si klienti zvolit i vzory. Hmat rukou slouží nejen k rozpoznávání tvarů, povrchů a k celkové představě o daném předmětu nebo prostředí, ale

i ke čtení Braillova písma nebo haptických map. Vybarvováním se rozvíjí také grafomotorika, která je společně s hmatem potřebná například při nácviku vlastnoručního podpisu nebo v prostorové orientaci k vnímání okolí prostřednictvím bílé hole.

Marie Kořínková



• Hmatové omalovánky. Foto Petr Kubesa



• Pracovnice sociální rehabilitace paní Šárka (vpravo) s klientkou při tréninku hmatu. Foto Petr Kubesa

...Dům sv. Cyrila a Metoděje už díky své dlouhotrvající existenci slaví každou chvíli kulaté výročí?

- V dubnu 1993, tedy před třiceti lety, věnovaly sestry dominikánky Charitě Opava budovu svého bývalého kláštera ve Vlašovičkách, který dostaly zpět v restituci v naprosto zdevastovaném stavu.
- V listopadu roku 2003, tedy před dvaceti lety, se obyvatelka Domu sv. Cyrila a Metoděje Iveta Dunková zúčastnila 6. ročníku světové Abilympiády v keramické tvorbě až v daleké Indii.
- V srpnu roku 2008, tedy před patnácti lety, jsme se naposledy rozloučili s o. Františkem Burešem, který prožil svá poslední léta právě v Domě sv. Cyrila a Metoděje.
- V roce 2008 jsme také uspořádali speciální prožitkové semináře pro strážníky opavské městské policie, ve kterých jsme jim pomáhali připravit se na situace, kdy budou pomáhat v různých situacích lidem se zrakovým handicapem.
- Před deseti lety, přesněji v listopadu roku 2013, se klienti Domu sv. Cyrila a Metoděje zúčastnili exkurze v opavském cukrovaru. A rozhlasová reportáž, kterou o této akci natočil redaktor Českého rozhlasu Martin Knitl, získala posléze ocenění v rozhlasové soutěži ČRo.
- V březnu roku 2018, tedy před pěti lety, dosáhla úspěchu fotografie, na které náš tehdejší dobrovolník a člen redakční rady Vlaštofky Vladimír Herman zachytil tehdejšího nevidomého klienta z Vlašoviček a současně maséra charitního Wellness centra Sašu Jonáše.



• Obyvatelka Domu ve Vlašovičkách paní Iveta Dunková v roce 2003 v Indii na abilympiádě. Foto Pavlína Králová

S humorem jde všechno líp

- Na Vánoce křičí Pepíček přes celý byt na maminku u sporáku: „Mamí, mamí, stromeček hoří!“
„Říká se, svítí, a ne hoří,“ poučí ho matka.
Chlapeček za chvíli zase začne křičet: „Mamí, mamí, záclony už také svítí!“



VODÍCÍ PSI MAJÍ PŘED SEBOU VELKOU BUDOUCNOST!

- „Mami, můžu mít na Vánoce psa?“
„Na to zapomeň! Budeš mít kapra jako ostatní.“
- Ptá se kapr svého přítele:
„Hele, Fanouši, ty věříš na život po Vánocích?“

- „Miláčku, chtěla bych pod stromeček miminko.“
„Ty ses zbláznila, vždyť mu napadá do očí jehličí!“

Osmisměrka

O V M U M U D R C I
L E Y D A K T A M E
D C R D A V Ý D S Ř
I Í H R Á R É V I Á
D V A N D V A E O Z
A S O Ě S T A N A N
K C T R Á Y J T Ý CH
E Š T I CH Á N O C L
Í T A V Á T S O D É
C Á K O M E T A Á V

Slova: advent, dar, dávat, dostávat, chlív, kadidlo, kometa, matka, mudrci, myrha, nový, svatá, svíce, syn, štedrý, tichá noc, Vánoce, záře

- „Tatínku, a odkud k nám chodí Ježíšek?“
„Pokud můžu soudit podle původu dárků - tak asi z Číny.“
- Dvě blondýny se rozhodnou, že vyrazí do lesa pro vánoční stromeček. Bloudí po lese, hodinu, dvě, tři... Pak se ozve: „Ivano, máš něco?“
„Ne, vůbec nic. A ty?“
„Já taky ne. Tak co kdybychom vzaly i nějaký bez ozdoby?“
- Co si myslí pes, když vidí vánoční stromek? „Konečně rozsvítili na záchodě!“




Milí čtenáři Vlaštofky,

za celý tým redakční rady i obyvatele chráněného bydlení Vám chci popřát pokojné vánoční svátky prožité v radosti spolu s těmi, kteří jsou Vám nejbližší. A v novém roce 2024 se opět těšíme na setkání s Vámi u dalších řádků Vlaštofky.

Pavλίna Králová

Redakční rada

Koordinace: Zuzana Janků, Václav Burda, Pavλίna Králová, Petr Kubesa, Ivo Mludek, Marie Kořínková, Marie Hanušová. Výkonní redaktoři: Marek Kukla, Jakub Šivic. Foto přední a zadní strany obálky: Petr Kubesa. Časopis Vlaštofka je dílem obyvatel domu.

 **Charita Opava** 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 14. prosince 2023 v nákladu 800 výtisků a je již 99. v pořadí od vzniku časopisu. 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 a jako předmět uveďte „ODHLÁSIT“, případně písemně na adresu Charity Opava.