

# VÝZVA

zpravodaj pro lidi s výzvou



číslo 31

květen 2009

# OBSAH

## Na slovíčko s Milanem a Lenkou

/4-5

Pracujeme společně 2009 /6-7

## OASA

Moje první PSA /8-9

Jáchymovo okénko /9

## Rodinný průvodce

Pes přítel člověka /10-11

Nadace OKD podpořila půjčovnu kompenzačních pomůcek /11

Změna v důchodech pečujících osob /12-13

Otevřená skupinka duben /13

## Centrum pro rodinu a sociální péči o.s.

Lidé lidem - podruhé - fotoreportáž /14-15

## Respit

Odlehčovací služba RESPIT - aktuálně /16

## Klub Brána

Velikonoční Brána pro děti /16-17

Za památkami do Prahy, do Ostravy na fotbal /18-20

S bránou opět v Praze /20-21

Desková brána /21-22

Výlet Klimkovice /22

S dámami z BRÁNY za tvořením... /23

Co je to dámská jízda - filozofická úvaha od plotny /24-25

## Milí čtenáři, prohlížeči i listovači - zvláště noví,

na tomto místě pro vás přinášíme základní návod pro lepší orientaci v terénu :

### Co je to CENTRUM PRO RODINU A SOCIÁLNÍ PÉČI o.s.?

Je to občanské sdružení založené skupinou nadšenců v roce 1993, které vytváří a zajišťuje řadu projektů a aktivit na podporu rodin - jmenujme například Manželská setkání, Škola partnerství, Klub ÁMOS, Víkendy pro ženy, Víkendy pro muže, Projekt VÝZVA aj.

### O co usiluje Projekt VÝZVA ?

O celkovou podporu rodin, které pečují o své dítě (svého člena) s těžkým zdravotním postižením. O narovnání vztahů, o návrat k přirozeným rolím rodičů, o nadlehčení veliké fyzické i psychické zátěže rodiny.

### Proč název VÝZVA ?

Postižení těchto dětí je velikou výzvou pro nás i pro své okolí. Je výzvou k zastavení, k zamyšlení, k pomoci, bez níž se tyto děti neobejdou.

### Odkdy VÝZVA ?

Oficiálně od ledna 2002, ale tomu přecházelo několik let, kdy to kvasilo, zrálo, bublalo...

### A co vlastně VÝZVA nabízí ?

VÝZVA dnes nabízí čtyři provázané služby - **OASA** - soustředěná každodenní osobní asistence (jeden asistent k jednomu klientovi až osm hodin denně), **RESPIT** - odlehčovací služba - občasná úlevová terénní služba (studenti brigádníci, většinou stabilně pro konkrétní rodinu např. jeden den v týdnu), **Rodinný průvodce** - poradenství, přímá podpora rodin (semináře, setkávání svépomocných skupin, zázemí pro individuální či společné sdílení problémů) a **BRÁNA** - integrační klub (klubová činnost, boccia, výlety atd.).

### Proč k nám pokaždé v úvodu promlouvá nějaký Milan s Lenkou ?

Protože si tohle všechno vymysleli, rozdýchali a snaží se to řídit. Kontakt na ně je na zadní straně zpravodaje. Jsou to rodiče sedmi dětí, z nichž syn Jirka má kvadruspastickou formu dětské mozkové obrny.

### Proč a proč a proč ?

Klidně pošlete další vlastní zvědavé otázky na jednu z e-mailových adres uvedených na poslední straně.

### Milí čtenáři,

zdravím vás v tomto krásném jarním čase, v tuto chvíli jako posel nadějných zpráv. Již několikrát dříve jsem psal o plánování - budování návazných služeb pro naše dospívající a dospělé děti v Ostravě. Jedná se o tolik potřebné a zoufale chybějící služby denního stacionáře, pobytové odlehčovací služby a domovy pro osoby se zdravotním postižením - vše dostupné a připravené na lidi s těžkým pohybovým a kombinovaným postižením.



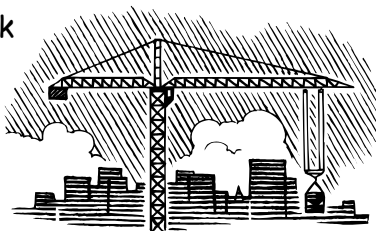
Tedy ne že by se již stavělo, ale přeci jen se hodně věcí v poslední době posunulo. Chtěl bych teď zmínit pouze poslední událost a tou byla prezentace nové studie podoby Komunitního centra (původní všeobecně známý název), která proběhla 18. května. Je to studie, která je tvořena v takové podobě, aby se projekt mohl ucházet o „evropské peníze“. Byl jsem přítomen prezentaci spolu s dalšími asi čtyřmi rodiči potenciálních uživatelů, zástupci několika odborů ostravského magistrátu atd. - a musím říct, že nás studie velmi potěšila, až nadchla svým pojetím. Stavba vypadá velmi dobře, splňuje v podstatě všechny naše zásadní požadavky, přitom v sobě spojuje eleganci, účelnost, respektování potřeb, dostatečné prostory, intimitu, spojení s přírodou, využití slunce a já nevím co ještě - tedy soudě podle předložené studie. Celý objekt je například napříkld bezbariérový, bez jediného schodu, rampy, výtahu. Odhadovaná investice zatím vypadá méně než poloviční proti předchozímu návrhu, nikoliv na úkor



kvality a účelnosti.

## Na slovíčko s Milanem a Lenkou (vedoucími projektu) 5

Věříme, že je to další důležitý krok k dosažení cíle, který se již mnoho let občas přibližuje a zase mizí v dáli. Doufáme, že i v případě nezískání podpory z Evropy, budou představitelé města již natolik motivováni a informováni (docela to tak vypadá), že stavbu schválí. Jako bonus pro nás zde byla přítomnost zástupce pravděpodobného provozovatele těchto služeb, který na nás také zapůsobil velmi nadějně...



Nyní organizujeme další průzkum zájmu mezi potenciálními zájemci o služby, který je nezbytnou součástí celé dokumentace pro investiční žádost. Pokud se ještě můžete zapojit, kontaktujte nás na adrese [cprpruvodce@doo.cz](mailto:cprpruvodce@doo.cz). Držme si společně palce a hlavně našim dětem, aby se v dospělosti dočkaly důstojných služeb !



*pracovní verze studie*



*"Mami, mně ten guláš nechutná!", stěžuje si malý Ládík.*

*"Mlč a jez! Za dvacet let budeš manželku otravovat vyprávěním, jaká jsem byla vynikající kuchařka!"*

## 6 Na slovíčko s Milanem a Lenkou (vedoucími projektu)

### Pracujeme společně 2009

Tak máme za sebou už čtvrtou konferenci s názvem Pracujeme společně, letos na široké, široce aktuální téma s širokým názvem **Dospívání a dospělost lidí s tělesným a kombinovaným postižením aneb proč potřebujeme návazné služby.**

Akci jako vždy připravila a organizovala pracovní skupina Občané s kombinovaným a tělesným postižením v rámci komunitního plánování v Ostravě. Myslím, že se nám podařilo najít nejen velmi zajímavé téma, ale také zajímavé hosty, zajímavé přednášky, zajímavé workshopy, o čemž svědčil nejen plný sál na Střední škole prof. Zdeňka Matějčka, ale také ohlas během a po skončení konference. Vůbec poprvé mezi námi byli také hosté z několika dalších moravských měst - byl zde zastoupen Frýdek-Místek, Český Těšín, Třinec, Opava, Krnov, Bruntál, Zlín, Kroměříž, Brno.



Také díky tomu jsme si mohli ověřit známý fakt, že návazné služby pro dospívající a dospělé lidi s tělesným a kombinovaným postižením chybí všude. A týká se to hned několika důležitých oblastí života - denní stacionáře, bydlení, odlehčovací pobytové služby, vzdělávání, zaměstnávání,

bezbariérové bydlení, města a doprava, rehabilitace, pružná a vždy dostupná osobní asistence atd..

## Na slovíčko s Milanem a Lenkou (vedoucími projektu) 7

Dorostla nám generace, která prožila svůj dětský život v přirozeném prostředí rodiny, s možností vzdělávání, se společenstvím vrstevníků, s možností volnočasových aktivit apod.. Společnost na jejich dospělost není vůbec připravena, nemá jim téměř co nabídnout...

Konference chtěla mimo jiné přispět ke zvýšení povědomí přítomných odborníků (z oblasti sociální, školské, lékařské či rehabilitační), povědomí širší veřejnosti (prezentace v České televizi a v tisku), k rozvoji diskusí, ke sjednocování postojů a vzájemnému porozumění, což všechno může vést k účinnějšímu tlaku na potřebné změny. Doufám, že tyhle řádky nezní „příliš politicky“, ale ono to bez toho povědomí, diskutování, sjednocování, porozumění a tlačení asi opravdu nepůjde. Věříme, že naše konference tuhle svou úlohu splnila.

Více o celé akci se můžete dozvědět například na stránkách <http://konference.webz.cz>.



**Milan Svojanovský**



## Moje první PSA

V úterý 28. 4. 2009 se uskutečnilo další z pracovních setkání asistentů. Mnoho asistentů zde bylo již po několikáté, pro mne to však byla úplně nová zkušenost.

Pracovní setkání začalo v osm hodin ráno vzájemným přivítáním a „kolečkem“. Po „kolečku“ byli asistenti rozděleni do tří pracovních skupin. Na každou ze skupinek čekalo rehabilitační cvičení s Markétou Hurníkovou, tvorba metodik s koordinátorkou služby Jolanou Goluchovou a také vyplňování dotazníků. Práce ve skupinkách bylo hodně, proto následovala krátká přestávka. Odpoledne na nás čekala přednáška na téma Alternativní a augmentativní komunikace pod vedením Lenky Gwózdźové a Bohdany Herzánové z RaDu v Havířově. Nešlo o úplně typickou přednášku, jelikož jsme si některé věci vyzkoušeli i na sobě.



Po úvodním „kolečku“, kdy se každý představil, řekl, jak dlouho pracuje v OASE a jaké komunikační techniky využívá při práci se svým uživatelem, následovalo rozdělení do tříčlenných skupinek. Skupinky měly za úkol společně napsat, co ví o alternativní a augmentativní komunikaci a co by o ní chtěli nebo potřebovali vědět. Po té následovalo prožitkové cvičení. Každý člen měl předem zadánou nějakou roli, jeden byl osobní asistent, další dítě s tělesným postižením (nesměl mluvit a pohybovat končetinami) a třetí byl pozorovatel. Úkolem bylo přehrát si scénku a říct, jak se kdo



v které roli cítil. Zhlédli jsme také film na DVD o tom, jak využít alternativní a augmentativní komunikaci v praxi.



Na fotkách jsme viděli různé druhy komunikátorů, piktogramů a komunikačních sešitů. Na závěr jsme si vyzkoušeli praktické cvičení, ve kterém jsme měli argumentovat proč alternativní a augmentativní komunikaci ano a proč ne. Po této smršti argumentů

byla přednáška a také celé setkání ukončeno.

Další pracovní setkání asistentů nás čeká v červnu, už se na něj moc těším. První setkání se mi líbilo, tak doufám, že mé druhé PSA bude ještě lepší...

**Pavla Kadlecová**

## Jáchymovo okénko

---

Básnička složená Jáchymem ve škole za pár minut na zadaná slova: židle, kobyla, jídlo, kopyta



*Ten, kdo tady bydlí,  
ten sedí na židli.  
U nás se pase kobyla,  
protože jsem ji o to prosila.  
Její jídlo je syrové  
a její trusy jsou plynové.  
Její kopyta jsou hezká  
a každý jim hezky tleská.*

Zkuste si to taky... třeba... uzené, čepice, nudle, jepice :o)

Jáchym

10

## Rodinný průvodce

### Pes přítel člověka

Stará pravda. Většina z nás si při těchto slovech představí chundelaté, mazlivé čumáčky, které se nechají odevzdaně drbat za ouškem, popřípadě nás nadšeně vítají, když přicházíme domů. Ale tato slova pro některé lidi znamenají mnohem hlubší zkušenost. Je to přátelství, které jim pomáhá přežít v džungli civilizované společnosti bez jednoho ze základních smyslů - zraku.



Už několikrát jsem měla možnost být účastna praktickému fungování tohoto přátelství a v sobotu 18.4.2009 tomu bylo zrovna tak. V Ostravě na „Kuřím Rynku“ se konala soutěž vodičích psů. Moje kamarádka Pavla Čichoňová, která celou tuto akci zorganizovala, moderovala, zaštiťovala, prostě česky spunktovala, mě přizvala jako asistentku pro jednu soutěžící. Omlouvám se, že tady nebudu vykládat o soutěžních disciplínách, pořadí soutěžících, popřípadě o bojovém duchu závodníků. Na rozdíl od jiných soutěží a závodníků mi tito přišli až přehnaně disciplinovaní a naprosto sebevědomí. To co dělají je prostě samozřejmé. Je to o souhře a spolupráci a když to funguje, je to výhra.



A mně se pořád podsouvá otázka, kdo na to přišel? Jak je možné, že to funguje? A tak v údivu před stvořením a jeho Tvůrcem jen žasnu. Všechno je to dost dobře vymyšleno i bez nás, od nás

se mnohdy chce jen to, abychom to nekazili.

Tak bych na tomto místě chtěla poděkovat všem, kteří to nekazí: Řidičům autobusu, kteří nemají problém pomoci při nástupu do dopravního prostředku, nevadí jim, že tento asistent nemá náhubek (protože musí podávat předměty tlamou). Spolucestujícím, kteří respektují místa pro asistenta (psa) vyhrazená. Řidičům osobních aut, kteří neparkují na chodnících, aby se dalo projít se psem vedle nohy. Obchodníkům, kteří nedávají své upoutávky a cedule do cesty chodcům. Všem těm, kteří neuchopí nevidomého a netáhnou jej na druhý chodník v domněnání, že tam chce, ale nejprve jej osloví a zeptají se, jestli pomoc potřebuje. Všem těm, kteří na tyto psy nesahají, nerozptylují je od jejich poslání, popřípadě to vysvětlí i svým dětem. V neposlední řadě všem Vám, kteří se chováte ohleduplně a slušně, protože to je úplně nejvíc. Takže DÍK



**Jana V. Kreilingerová**

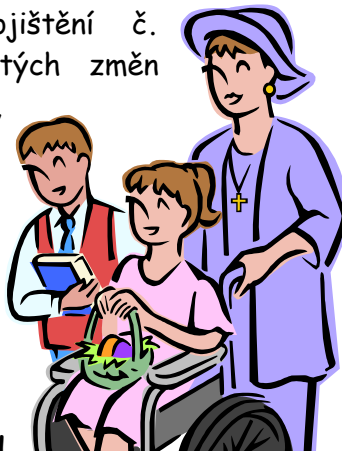
### **Nadace OKD podpořila půjčovnu kompenzačních pomůcek**



Díky finančnímu příspěvku Nadace OKD jsme mohli realizovat projekt „Zpřístupnění možnosti IT komunikace dětem a mladým lidem s postižením a pomoci jim v integraci speciálními kompenzačními pomůckami“. Rozšířili jsme půjčovnu kompenzačních pomůcek o další položky - o dotykový monitor, cyklovozíček „Kozlík Handi“ za kolo a tříkolku se speciálními doplňky. Pomůcky byly zapůjčeny uživatelům a již plní svou funkci. Děkujeme.

## Změna v důchodech pečujících osob

Novela zákona o důchodovém pojištění č. 306/2008 Sb. přinese několik důležitých změn týkajících se započítávání doby pojištění, nároku na starobní důchod, pojetí invalidních důchodů a pojmu nezaopatřené dítě, což má vliv na některé příspěvky. Většina z nich nabude účinnosti až v roce 2010, změna v důchodech pečujících osob však bude **účinná již od 1.7.2009!!!**



Dosud docházelo k tomu, že pokud měla pečující osoba jakýkoliv příjem během doby péče, byl tento příjem brán jako základ pro výpočet výše důchodu. Na základě dané novely zákona se stanovuje částka, která bude navyšovat vyměřovací základ za příslušný rok a tím i zvyšovat celkovou částku důchodu. Procentní výměra starobního či invalidního důchodu pojištěnce, který byl alespoň 15 let pečující osobou, se stanoví tak, že za jeho příjem před 1. 1. 2007 se považuje částka 96 000 Kč, která se násobí přepočítacím koeficientem. Tento koeficient je stanovený jako podíl, v jehož čitateli je všeobecný vyměřovací základ za kalendářní rok, za který se vypočítává roční vyměřovací základ, a ve jmenovateli je všeobecný vyměřovací základ za rok 2007. Netrvala-li náhradní doba péče o závislou osobu celý kalendářní rok, úměrně tomu se snižuje vypočtená částka. Následně se daná částka přičte k ročnímu vyměřovacímu základu. Za příjem po 31. 12. 2006 se bude považovat částka odpovídající příspěvku na péči osoby, o kterou pojištěnec pečoval. Úhrn těchto částek za kalendářní rok se přičítá

k ročnímu vyměřovacímu základu pojištěnce stanovenému za daný kalendářní rok.

**Zjednodušeně, komu byl současný důchod vypočítáván na základě příjmů získaných během péče o závislou osobu, ten má nárok na úpravu výše důchodu dle uvedených podmínek. O přepočítání důchodu je nutné požádat na příslušné OSSZ, vzhledem k časové prodlevě při vyřizování důchodů můžete požádat o tuto úpravu ještě před 1.7.2009.**

Vaše případné dotazy rádi zodpovíme na tel. čísle 774 244 256, 775 244 297.

**Pavla Hodinová a Jana Veronika Kreilingerová**

## Otevřená skupinka duben

---



V měsíci dubnu jsme měli jedinečnou možnost navštívit Dům umění v Ostravě. Jedinečnost netkvěla ani tak v samotné výstavě „České a slovenské výtvarné umění šedesátých let 20. století“, ale především v úchvatné prezentaci fotografa galerie. Ten se naši malé skupince věnoval s úžasným osobním nasazením. Pomohl nám nahlédnout jak do umělecké tvorby jednotlivých vystavovaných umělců, tak do ducha doby, ale také do zákulisí umění jako takového. Zodpovídal naše dotazy a nabídl nám i další připravované akce. Mně osobně velmi příjemně přiblížil svatyni umění. Za příjemně strávené dopoledne bych chtěla panu fotografovi poděkovat.

## Odlehčovací služba RESPIT - aktuálně

V měsíci květnu jsme připravili pracovní semináře pro asistenty. Každý z nich má možnost vlastního zhodnocení funkčnosti samotné koordinace služby a také přímé asistence.



Na seminářích se snažíme asistentům co nejvíce přiblížit důvody, proč je nutný průběh služby plánovat, proč se věnovat cíli asistence, plán služby probírat s rodiči i uživateli a zase znovu průběh plánovat. Zkoušíme si modelové situace (tentokrát na téma přijímání darů), při kterých se asistenti vžívají do předem napsaných rolí. Na závěr probíhá diskuze a zhodnocení, jak se při těchto situacích zachovat a jaká jsou další možná vyústění.

Pracovní seminář (jakožto novinka) byl asistenty z prvního běhu kladně přijat. Dostali jsme i další podnětné náměty na témata školení na podzim. Děkujeme.

**Katka Makyčová, Lenka Sládková**

## Klub Brána

### Velikonoční Brána pro děti

Jednoho krásného dne jsme se sešli ve středisku VÝZVA a udělali jsme si bezvadnou velikonoční Bránu, na které se sešlo mnoho lidí. Bylo hezké počasí, sluníčko nás



hřálo do tváří, a tak jsme měli dobrou náladu.

Všichni se už těšili na výrobu ozdob, a proto jsme rychle popadli stoly, židličky a ostatní potřebné věci k tvoření a vytáhli jsme je za pomoci všech přítomných ven před budovu. Jako první přišlo na řadu pletení proutěných košíčků z již připraveného namočeného proutí. Sice to byla dřina a než se přišlo jak správně na věc, tak uběhla nějaká ta chvilka, ale nakonec se nám všem povedly v celku překrásné kousky. Druhý výrobek, který jsme začali tvořit, byla červená a zelená vyfouknutá vajíčka - kraslice. Každý si své vajíčko ozdobil podle své představy a nápaditosti. Někdo si jej pokreslil voskem rozehřátým nad svíčkou, která mimochodem nechtěla vůbec hořet, protože foukal vítr. Jiní si ho polepili látkovými květinkami, různými stužkami, krajkami nebo bavlnkami. Přitom jsem si povídali své zážitky, vtipy a historky. Nakonec si každý svůj košíček ještě naaranžoval a nazdobil pomocí vyrobených vajíček a jiné zeleně.



Jako poslední jsme si vyráběli panenku nebo panáčka z šustí, nazvěme je třeba Ferdíky, s přesně daným postupem (udělat hlavičku, protáhnou ručičky a utáhnout...). Bohužel se tento odpolední čas chýlil rychle ke konci, a proto někdo Ferdíky nestihnul nebo nedokončil. Moc se mi tato akce líbila a doufám, že se takto vydaří i další budoucí akce, které Brána chystá.

## Za památkami do Prahy, do Ostravy na fotbal

Integrační klub Brána se opět vydal na menší výlet do Prahy, uskutečnil se v době od 26. do 29. 3. 2009, takže byl o něco delší, než ten minulý. Na hlavní nádraží v Praze jsme dorazili k večeru, Pražáci se na nás asi už moc těšili, jelikož na naši počest zapálili i ohně (v budově kousek od nádraží začalo hořet). Po cestě jsme byli velmi unavení a těšili jsme se do postele, ta splnila naše očekávání, ubytovna byla útulná, pokoje hezké a vstup prakticky bezbariérový (jen asi 4 schody☺).



V pátek ráno jsme konečně vyrazili na průzkum velkoměsta, naše první kroky vedly do metra, trochu jsme se prali s eskalátory, ale za ty čtyři dny jsme se je naučili perfektně zvládat. První navštívenou památkou byl Vyšehrad, zde jsme navštívili i kostel a místní slavný hřbitov a také místo, odkud skočil Horymír s Šemíkem. Ke každé památce jsme dostali podrobný výklad - Ivetko děkujeme. Prohlídka byla náročná, všem nám řádně vyhládlo, takže hurá na oběd. Po dobrém jídle nás čekalo muzeum, záleželo na každém, kde s prohlídkou začne a kdy skončí. Viděli jsme fosílie,



vycpaná zvířata, různé vodní příšerky a takové věci, jaké obvykle v muzeu bývají. Kdo se dostatečně nabažil prohlížením muzea, mohl se vydat na další prohlídku, tentokrát po Václavském náměstí.





To bylo něco hlavně pro holky, tolik obchodů a různých stánků, ale kluci si to také užili, Jirka si pořídil krásnou čepici a ostatní třeba jen cheesburgra v Mekáči. Václavské náměstí nás velmi zmohlo, ale těšili jsme se na další krásy města, nakonec nás Lenka překvapila a nabídla nám film v Imexu.

To bylo radosti! Měli jsme však jen dvacet minut na přesun, ale ten jsme skvěle zvládli a mohli si užít film o mořských savcích a kytovcích. Po filmu nás čekala ještě procházka večerní Prahou, dobrovolníci trochu brblali (já taky☺), ale procházka nakonec stála za to a všem se nám lépe (a hlavně rychleji) usínalo.



V sobotu jsme si pospali trochu déle a pak hurá na Petřín... Kopec byl trochu větší, ale za pomoci turistů se zvládl i ten. Výhled byl krásný, zrcadlová síň a muzeum Járy Cimrmana taky stály za to. No a po Petřínu? Hurá na hrad! Čas nás trochu tlačil, prohlídka byla blesková, přesun na oběd ještě bleskovější a do divadla na představení „Blbec k večeři“ jsme prakticky utíkali. Nakonec jsme doběhli včas a inscenace byla skvělá, smáli jsme se celou dobu a viděli spoustu známých herců, jako například Václava Vydrů či Josefa Cardu. A když v divadle měli k večeři blbce, my nezůstali pozadu a zašli si k večeři na pizzu. Byli jsme hladoví, takže není divu, že někteří snědli i celou pizzu úplně sami. Po večeři hurá do postelí, ráno nás čekal návrat domů.

Celý výlet měl rychlé tempo, takže jsme nezůstali pozadu ani v neděli, byl totiž posun času a my na to trochu zapomněli. Hodina

sem, hodina tam, nakonec jsme se stihli sbalit i nasnídat, na ubytovně jsme nic ani nikoho nezapomněli a hurá na vlak.

Cesta vlakem utekla rychle, někteří se při ní stihli ještě zkrášlit a jiní zase pořádně vyspat☺. Výlet do Prahy byl úžasný a myslím, že na něj budeme všichni ještě dlouho vzpomínat, památky stály za to, ale ten fotbal je přece jen lepší v Ostravě...

**Panda Kadlecová**



## **S bránou opět v Praze**

Protože loňská návštěva Prahy sklidila u nás bráňáků velký úspěch, rozhodli jsme se akci zopakovat. Co se týče nás klientů, jeli jsme v podobném složení jako loni. Mezi dobrovolníky se objevilo spousta nových fajn lidiček. Program pro nás připravily Lenička s Ivetkou a musím říct, že o zábavu nebyla nouze. Navštívili jsme nejen spousta památek, jako je Petřínská rozhledna, Chrám Svatého Víta, Vyšehradský hřbitov, kde je pohřbeno mnoho českých známých osobností jako například Karel



Hynek Mácha, ale také muzeum Járy Cimrmana, zrcadlové bludiště a další zajímavosti, které Praha nabízí.



Vyfotili jsme se se stráží Pražského hradu a holkám se dokonce podařilo jindy němému strážce přimět mluvit. Neopomněli jsme ani kulturu a společně zhlédli úžasné divadelní představení „Blbec k večeři“, během kterého nám smíchy tekly slzy. Pro mě nejsilnějším zážitkem byla návštěva 3D kina Imex, kde jsme měli podmořský svět jako na dlani.

Stejně jako loni jsme i letos nachodili Prahou spoustu kilometrů, několikrát denně zdolávali eskalátory a každý večer do svých luxusních postýlek uléhali polomrtví. To však nikomu z nás náladu nezkazilo. Troufám si říct, že jsme si to v Praze maximálně užili. Sama za sebe se moc těším na naši další společnou akci.

**Magda Blažková**

## Desková brána

Dne 16. dubna se odehrávala BRÁNA v duchu hraní různých deskových her. Na výběr jsme měli opravdu velký sortiment různých společenských her a bylo jen na nás, jakou z nich si zvolíme. Někteří si



zahráli Activity, jiní Osadníky a další zůstali věrni tradičním hrám jako jsou piškvorky či lodě.



V plném zápalu boje o vítězství se celou Bránou rozléhaly povzbudivé a radostné výkřiky doprovázené jásotem nad úspěšným zdoláním herního políčka a přiblížení se k cíli. Celé dvě hodiny, kdy jsme se tak skvěle bavili, jsme si stačili několikrát mezi sebou hry vyměnit a

samozejmě se i trochu občerstvit.

Po zdárném dokončení soubojů, kdy díky velkému množství her byla spousta vítězů, ale kupodivu žádný poražený☺, jsme se rozloučili a po příjemně stráveném odpoledni se odebrali domů. Nyní se těšíme na výlet do Klimkovic, který se bude konat už za 9 dní, tak snad nám to rychle uteče.☺

**Pavla Číhalová**

## Výlet Klimkovic

---

Byla krásná sobota 25.4.09 a moje maličkost díky děčkám z klubu Brána vyrazila směr lázně Klimkovic. Po příjezdu všichni navštívili lázeňský bazén, kde se rochnili asi hodinku. Bohužel jsem nemohla plavat, tak jsem tuhle hodinku využila k návštěvě mého spolužáka ze školy, který byl zrovna v lázních na léčení.

Uteklo to jako voda a zase jsme se spojili a tentokrát jsme hledali tělocvičnu, kde nás čekalo báječné cvičení s Markétkou, po kterém jsme šli na oběd - bramborová kaše, řízek a okurek. Nastala chvilková pauza, během ní jsme kutili, co jsme chtěli např: někdo trajdal po občůdkách, někdo se kochal krajinou, někdo si dával do nosu např: pohár, kafčo, zkrátka řečeno, pauza jak má být.

Kolem 15.00 hod. jsme se setkali venku, kde jsme si vychutnali dvě hry (jedna z nich byl běh s toaletním papírem), které si pro nás připravila Verunka a kterými jsme uzavřeli suprový den v Klimkovicích.

**Kačka Kapicová**

## S dámami z BRÁNY za tvořením...

Třetí víkend v květnu jsem měla už dlouho jasně naplánovaný: jedu na dámskou jízdu s holkami z Brány. Bohužel plány se změnily a já jela pouze na jeden den, ale i tak jsem si ho vychutnávala plnými doušky. Na večeri jsem přijela pozdě, ale najedla jsem se 😊. Večerní hry byly tak napjaté, že jsme se neubránily výkřikům a jiným zvukům na znamení radosti, doufání, zklamání a opravdové legrace. Hry jsme si užívaly, některé měly zakončení až večer. Když se setmělo a na zahradě ve Frýdlantu svítily jen svíčky, každý měl svou a něco na něj čekalo.



V sobotu ráno po snídani jsme se společně pustili do dekupáže, výroby obrázků a zdobených květináčů. Každý tvořil podle své fantazie a originální výrobky byly na světě. Během dopoledne a pak zbytek celého dne dobrovolnice Panda také popustila uzdu své fantazii a se všemi účastnicemi tvořila kreativní fotografie. Po výtečném obědě Marka a Jirky jsem bohužel musela odjet, ale věřím, že dobrá nálada a pohoda vládla zbytkem víkendu dále.

**Lenka Sládková**



Manželka posílá svého muže-programátora do obchodu. Ten se ptá, co má koupit. Manželka odpovídá: „Dvacet vajec, a kdyby měli, tak kup dvě klobásy.“ Programátor přijde do obchodu a prodavačka se ho ptá, co si přeje. „Máte 20 vajec?“ „Máme.“ „Tak dvě klobásy...“

## Co je to dámská jízda – filozofická úvaha od plotny

Jak již z názvu vyplývá, dámská jízda je akce ryze pro dámy. A asi právě proto se do kuchyně najímají, loví a k plotnám uvazují pouze chlapi. A jelikož řetěz mají tito pánové uvázaný nakrátko, tak se nikdy nedoví, v čem ty „dámy jedou“. Jediné, o čem je možno podat svědectví je to, co nebohý kuchyňský personál zahlédne přes pootevřené dveře v době, kdy ctěné dámy zatouží po jídle. Do té doby lze dění za dveřmi odvozovat pouze z hlasů, zvuků, výkřiků a pokusů o zpěv (dámy prominou).



Nejinak tomu bylo i nedávno uplynulý květnový víkend, kdy skupinka holčiček, dívek, slečen a dam pořádala další akci. Tentokrát zaměřenou zřejmě na tvorbu alegorických vozů určených pro nějaký opožděný prvomájový průvod. Usuzovat tak lze z nepřeberného množství květin, kapradin a různé zeleně naskládaného ve špajzu tak, že nebohý kuchyňský personál se k ledničce odvážil pouze v páru a vybaven noži a provizorním brněním v podobě pokliček. No jedním slovem divočina. Dámy pak pod vlivem té všeobjímající zeleně již dokonce odmítaly požívat stravu jiných barev než zelené, až nakonec pod rouškou tmy se vkradly do špajzu a i pomazánky nachyštěné na snídani si obarvily na zeleno. To, že kuchařský zotročený personál



měl z toho ráno málem smrt, je zřejmě nikterak netrápilo. Nicméně žádný alegorický vůz nebyl v inkriminované době na Frýdlantsku pozorován a tak množství květin zůstalo po dobu celého víkendu jednoduše záhadou.

Co všechno se na té jízdě dělo, lze jen těžko odhadovat. Faktem ovšem zůstává, že muselo jít zcela určitě o něco nekalého, neb v jednu chvíli dámy zřejmě v touze zamaskovat stopy či důkazy se jaly obarvovat veškerý možný oděv různými barvami, a aby snad nebylo možno ani pachem rozeznat původ onoho oděvu, tak všechny ty hadry jak je zapatlaly barvami, tak je ještě daly upéct do mikrovlnné trouby, takže nakonec bylo všude plno triček od sebe navzájem k nerozeznání, jedna barva na druhé. Přiznám se, že v tu chvíli jsem s láskou vzpomínal na tu zelenou.

V neposlední řadě mohu podat svědectví, že veškerá činnost musela být velice náročná a vysilující, neboť jídla dámy pořádaly opravdu imponující množství. Jen snad pro ukázkou: 32 stehů kuřecích, 8 mís nakrájeného salámu, ošatku housek, 6 závinů, 3 plechy perníku, půl kila másla a asi 60 litrů čaje.

Jaké bylo mé překvapení, když po tomto víkendovém dramatu se v neděli hemžily po chodbě usměvavé tváře, které si odnášely tu krásný obrázek, tu zdobený květináček, krásnou kytičku či pestrobarevné tričko. Z toho tedy usuzuji, že pojem „dámská jízda“ bude asi něco ve smyslu supervýkonná manufaktura.

kuchař **Marek Folwarczny**



## Projekt VÝZVA - kontakty

**PROJEKT VÝZVA** je jednou z aktivit občanského sdružení Centrum pro rodinu a sociální péči. Usiluje o celkovou podporu rodin pečujících o děti s těžkým zdravotním postižením. Chce těmto rodinám odlehčit a rodičům umožnit běžnou seberealizaci. Nabízí jim svou pomoc prostřednictvím čtyř provázaných služeb:

**OASA** - soustředěná osobní asistence - denní poskytování osobní asistence v rodinách u dětí či mladých dospělých s handicapem  
Jolana Goluchová, 552 301 407, 775 644 245, [cproasa@doo.cz](mailto:cproasa@doo.cz)

**RESPIT** - odlehčovací služba - občasná úlevová terénní služba  
Kateřina Makyčová, 552301405, 774244259, [cprrespit@doo.cz](mailto:cprrespit@doo.cz)

**RODINNÝ PRŮVODCE** - poradenství a přímá podpora rodin, semináře, přednášky, setkávání rodin

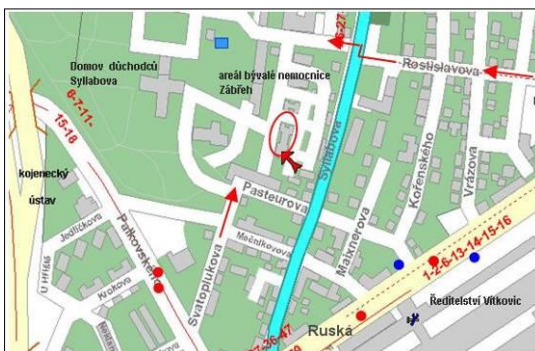
Mgr. Pavla Hodinová, 552301406, 774244256, [cprpruvodce@doo.cz](mailto:cprpruvodce@doo.cz)

**BRÁNA** - integrační klub pro děti a mladé s postižením i bez něj, zájmové aktivity, výlety, víkendové akce, sportovní kroužek BOCCIA

Lenka Procházková, 552301402, 775604266, [cprbrana@doo.cz](mailto:cprbrana@doo.cz)

Centrum pro rodinu  
a sociální péči o.s.,  
středisko VÝZVA,  
Syllabova 19,  
703 86 Ostrava-Zábřeh

Další informace o našich  
službách a aktivitách





naleznete na [www.prorodiny.cz](http://www.prorodiny.cz)

**Činnost projektu VÝZVA v roce 2007 až 2009 finančně podpořili:**

Statutární město Ostrava  
Moravskoslezský kraj  
Ministerstvo práce a sociálních věcí  
Úřady práce  
Biskupství ostravsko-opavské

NROS/ČT, sbírkový fond „Pomozte dětem!“  
Nadace Patrik dětem  
Nadační fond Českého rozhlasu ze sbírky Světluška  
Nadace Naše dítě  
Dámský klub Ostrava  
Nadace OKD

K2 Atmitec s.r.o.	HUDECZEK SERVICE, s.r.o.
MTA Ostrava, s.r.o.	ARP GROUP s.r.o.
ZAM-SERVIS s.r.o.	Ing. Leo Chřibek
GMP MIX, a.s.	ha-vel family, s.r.o.
ArcelorMittal Ostrava a.s.	ha-vel internet, s.r.o.
ODS - Dopravní stavby Ostrava, a.s.	OC Galerie Ostrava- Třebovice
PHILIPS Consumer Luminaires Czech Rep. s.r.o.	Restaurace Eucalyptus
Karel Ježek Q-ELEKTRIK	INTENA
Makyča interiéry ( <a href="http://www.makycainterieriery.cz">www.makycainterieriery.cz</a> )	

Pavel Kuchař, Mecislav Hudeczek, Marek Matula, manželé Řehořkovi, Čadanovi, Davidovi, Hodečkovi, Kunčarovi, Kolouchovi, Mikovi, Hurníkovi, Třetinovi

Projekt RODINA & HANDICAP je spolufinancován Evropskou unií,  
MMR a Moravskoslezským krajem





**Výzva** - zpravodaj projektu Výzva, který realizuje Centrum pro rodinu a sociální péči o.s. v Ostravě. Zapsán do evidence periodického tisku pod ev.č. MK ČR E 15625. Jazyková úprava MUDr. Jana Zuchnická. Nevyžádané příspěvky se nevracejí. Názor redakce se nemusí ztotožňovat s obsahem článků.

Kontaktní adresa redakce: Jan Zuchnický, Lubojaty 57, Bílovec 5, 742 92  
tel.: 556 403 253 mobil: 731 625 620 e-mail: [zuchnický@prorodiny.cz](mailto:zuchnický@prorodiny.cz)

uzávěrka příštího čísla 15. 6. 2009

## Kontakty na nás



**Centrum pro rodinu a sociální péči o.s.**

Kostelní nám. 1, Ostrava 1, PSČ 728 02

tel : 596 116 522 - linka 232

fax: 596 114 819

e-mail: [cpr@doo.cz](mailto:cpr@doo.cz), [www.prorodiny.cz](http://www.prorodiny.cz)

IČO: 48804517

Bankovní spojení: ČS Ostrava č.ú.: 1660723399/0800

## Realizátoři projektu



**Lenka a Milan Svojanovští**

mobil: 777 100 327

e-mail: [cprvyzva@doo.cz](mailto:cprvyzva@doo.cz)

## Sídlo projektu



**Centrum pro rodinu a sociální péči o.s.**

středisko VÝZVA

Syllabova 19 (areál bývalé nemocnice)

703 86 Ostrava-Zábřeh

tel: 552 301 406

e-mail: [cprvyzva@doo.cz](mailto:cprvyzva@doo.cz)



OSTRAVA! PH OS

