



Pro region

Hornické tradice

Pro Evropu

Srdcovka

Nadace OKD č. 9/ Říjen 2016



Najdete nás na Facebooku

EDITORIAL



Jako dítě jsem si moc přála jezdit na tábory. Bohužel ze zdravotních důvodů mi to nebylo doporučeno. Tak jsem žádné táborové zážitky neměla a slýchávala jsem je jen od mých kamarádů. Netušila jsem, že si tento sen splním v dospělosti, i když jen na jeden den.

Naše nadační spanilá jízda po projektech nás zavedli na seniorský Retro tábor do Dolní Lomné. Dorazili jsme těsně před svačinou a dvacet senierek právě hrálo hru, kde trénovali vyjadřování a na závěr předváděli mou oblíbenou pantomimu. Jak už to tak s mou nadační povahou bývá, chci pomoci všem, v dobré víře jsem poradila a dostala jsem hned -1 bod za napomáhání. Pak jsem si reputaci zpravila u živého „Člověče nezlob se“. Nechybělo ani nečekané bodování pokojů a služba v kuchyni.

Musím poděkovat paní vedoucí a organizátorce táborů paní Marii Pollakové, která zapojuje do příprav celou svou rodinu a svou práci nebere jen z úředního pohledu, ale jako životní poslání. Sic to byl jen jeden den strávený v krásném prostředí a v milé společnosti, ale nabil nás energií do další práce. Těším se, až se s ostatními uvidím příště u vás.

Děkuji, že rozdáváte úsměvy kolem sebe. Úsměv nic nestojí a velmi potěší.

Karolína Preisingerová
ředitelka Nadace OKD

OSOBNOST MĚSÍCE

Gabriela Kunčická (Helios, Havířov)



Milá a velice sympatická paní, která původně pracovala u policie, ale jak sama říká, hledala práci, která by měla opravdu hlubší smysl a našla ji. Nyní je vedoucí sociálního úseku právě v Domově pro seniory Helios v Havířově a baví jí přesně to, co dělá.

Jak jste se k této práci dostala a proč zrovna tato práce?

Vždycky jsem pracovala s lidmi, tady pracuji od doby, kdy byl domov ještě stavba a my měli zázemí vedle ve školce. Předtím jsem také pracovala s lidmi, ale na opačné straně u policie ČR. V průběhu jsem si vystudovala školu, protože jsem se chtěla přesunout na jinou cílovou skupinu, která by mě naplňovala a měla pro mě opravdu smysl.

Kdo poprvé přišel s nápadem projektu „Zahrada nejen pro seniory“?

Byl to nápad především aktivizačních pracovníků a ergoterapeutky. Takže díky nim je to celé zrealizované. Máme v domově samozřejmě mezigenerační partnerství a spolupracujeme jak se školkami, tak se školami. Ale aby došlo k daleko většímu prohloubení a zintenzivnění styku našich uživatelů s dětmi, které jsou o dvě až tři generace mladší, tak holky přišly s tím nápadem a my jsme po něm pak šli jako buldoci a chtěli jsme jej zrealizovat.

Co se letos v organizaci opravdu povedlo?

Pokud to může být cokoliv, tak se nám povedlo získat certifikát Kvality. V celkovém hodnocení jsme získali 5 hvězdiček a v říjnu si jedeme oficiálně pro vyhodnocení na kongres do Tábora. Získali jsme, rovněž certifikát Vážka, který uděluje Česká alzheimerovská společnost.

Co plánujete do příštího roku? Jaké jsou vaše sny a plány?

O čem jsme s kolegyněmi hovořili a co bychom chtěli naplánovat je mít dostatek finančních prostředků pro uživatele, aby si mohli více vyjet ven. Oni rádi jezdí na výlety nebo nějaké zájezdy. Naposledy jsme byli u naší kolegyně fyzioterapeutky ve stájích Meridian v Chotěbuzi a uživatelé tam byli vloni a letos tedy už podruhé. Je to finančně náročné zaplatit autobus a cestu obecně a pak již nezbyvá moc peněz na to ostatní. Takže to by byl takový sen, přiblížit uživatelům ještě více život zvenčí.

Co Vám osobně udělalo největší radost?

Moje děti a rodina, opravdu bez nich bych to nezvládla. Bez manžela a dětí bych nevystudovala ani školu. Manžel mě držel nad vodou a díky tomu můžu mít tuto práci.

(KTB, tumova@nadaceokd.cz)

POZVÁNKA

Malá cena Judo Karviná



V sobotu **15. 10. 2016** pořádá MSK Judo Karviná tradiční akci Malou Cenu Karviné. Nejde ani tak o to, že by medaile či poháry za vítězství byly malé, ale jde o turnaj judo benjamínku. Malí judisté v kategoriích 7-8 let, 9-10 let a mladší v odpovídající váhové kategorii se mezi sebou utkají od 10:30 hodin v tělocvičně ZŠ Prameny v Karviné- Ráji. Současně s tímto turnajem bude probíhat i turnaj starších žáků na tomtéž místě.

Více informací naleznete na [http:// www.mskjudokarvina.cz/](http://www.mskjudokarvina.cz/)

Orlovské múzy



Středa **19. 10. 2016** bude v Orlové patřit múzám sociálních služeb. Tato akce má za cíl sblížit lidi, kteří pracují v sociální oblasti. Jde o kulturní a společenské setkání uživatelů a zaměstnanců organizací sociálních služeb. Zábava je hlavní cíl celé akce, ale jde také o navazování spolupráce s jinými organizacemi například z nedalekého Polska. Lidé zde mají možnost sdílet zážitky, zkušenosti i nové poznatky a zároveň se i neformálně pobavit o pracovních i nepracovních tématech.

Orlovské múzy je jedinečný festival spojující tanec, zpěv, divadlo a jiné umění s dobrým úmyslem a lidskou pílí.

Více informací naleznete na [https:// www.facebook.com/ eorlova.portal](https://www.facebook.com/eorlova.portal)

ADAM nejen sportovně



V pátek 16. 9. 2016 jsme měli možnost podívat se na nově otevřené terapeutické prostory ve středisku spolku ADAM, který se zaměřuje na děti s poruchou autismu. Tyto prostory budou sloužit k individuální terapii. Spolek nemá v rámci své činnosti na starosti jen terapeutické služby. Aktivit je opravdu mnoho. Například námi podpořený sportovní kroužek je místem kde se děti s autismem učí nejen aktivně trávit odpoledne, ale i komunikovat, navazovat kamarádské vztahy a rozvíjet tak své sociální dovednosti. V tomto rozvoji jim nepomáhají lidé, kteří s dětmi žijí každý den, ale setkávají se zde s mladými lidmi z DDM Těrlicko, kteří se tímto způsobem snaží zdokonalit zase své sociální citění a komunikaci s ostatními lidmi.

Více informací naleznete na [http:// www.adam- pas.cz/](http://www.adam-pas.cz/)

Dozvuky Rocktherapy



Čtvrtek 15. 9. 2016 byl dnem oficiálního předávání výtěžku letošního ročníku Rocktherapy „Na pomoc lidem s roztroušenou sklerózou.“ My jsme měli tu čest být u tohoto speciálního okamžiku. Celkem se vybralo 180 000 Kč. Všechny nás zajímalo, k čemu dámy svou část peněz využijí. Paní Marie část peněz vloží do svého již zrealizovaného snu a tou je nová koupelna a za zbytek by chtěla pořídit nový vozík. Paní Šárka se těší na novou postel se speciální zdravotní matrací, protože v noci trpí dost nepříjemnými bolestmi. A třetí z tváří projektu paní Kateřina si za peníze touží pořídit schodolez a taktéž zdravotní matraci. Děkujeme všem za to, že přišli a pomohli.

Více informací naleznete na [http:// www.rocktherapy.7u.cz/](http://www.rocktherapy.7u.cz/)

Úspěchy Volejbalistek z VK Karviná



Víkend 17-18. 9. 2016 patřil v Karviné volejbalu. Konaly se přípravné turnaje juniorek a kadetek na novou sezónu. Přijela družstva z Ostravy, Orlové nebo třeba Frýdku- Místku. Po vyrovnaných zápasech, ale nakonec zvítězily v kategorii juniorek karvinské volejbalistky a svou slávu si patřičně užily. V případě kadetek se slečny umístily na medailovém třetím místě.

Volejbalistky z Karviné, ale nezůstávají jen doma a vyjíždějí pravidelně na různá utkání. Naposledy se jelo do Bílovce. Zde si děvčata změřila své síly dokonce i s týmy ze Slovenska. Celkově se hráčky na Bíloveckém turnaji těšily z šestého místa.

Více informací naleznete na [http:// www.vkkarvina.cz/](http://www.vkkarvina.cz/)

Combat Garda



Září bylo pro tyhle drsnáky opravdu nabitě. V srpnu si zajeli „odpočinout“ na dětský sportovní kemp bojových umění, který se organizátorům a trenérům podařilo vybavit sportovním zařízením z minigrantu SRDCOVKA. Tady si vše natrénovali a hned druhý týden v září se vrhli na tvrdou práci. Účastnili se natáčení filmu Muzikanti a reprezentovali tak nejen své sportovní umění, ale i náš kraj. Vyjeli na mnoho dalších akcí jako například Mistrovství Evropy či Galavečer bojových sportů.

Více informací naleznete na [http:// www.como-3.cz/](http://www.como-3.cz/)

Helios má zahradu nejen pro seniory



Páteční dopoledne 16. 9. 2016 bylo ve znamení her a úsměvů. V 10:00 hodin se na zahradě domu Helios slavnostně otevíralo nové dětské hřiště. Bylo zde postaveno především pro děti ze školek, které v rámci různých projektů na podporu mezigeneračních vztahů chodí za seniory, ale slouží také vnoučatům, která se přijdou podívat za svými prarodiči.

Zahrada se měnila v průběhu několika let, ale až letos přibyl oblíbený domeček se skluzavkou a houpačkami.

Více informací naleznete na [http:// www.dshavirov.cz/](http://www.dshavirov.cz/)

CO SE DĚJE V NADACI

Připravujeme kuchařku



Jako každý rok i letos proběhla akce Den s Nadací OKD, na kterou jsme pozvali organizace, jež nám během roku byly nápomocny a pomohly zorganizovat další námi podporované nebo pořádané akce. Letos jsme to pojali hravě a vyhlásili jsme soutěž o nejlepší bábovku. Netušili jsme, jak veliký to bude úspěch. Ten den jsme nakonec zvolili vítěze, ale všechny dezerty byly vynikající. Další měsíc jsme ještě stále mluvili o tom, jaké to bylo báječné a napadlo nás, že bychom se o to chtěli podělit se všemi. Sehnali jsme recepty, zpracovali jsme je a dali do jednotné formy. A kuchařka je na světě. V tomto duchu hodláme pokračovat a rozšiřovat kuchařku o další chutné recepty všeho druhu. První vydání bude k dispozici zřejmě už v polovině října.