NADĚJáčEk

ROČNÍK III./ ČÍSLO 10 ŘÍJEN 2015

NADĚJE pro všechny, z. s.

Barvy podzimu

Po teplých dnech nesměle, ale nezadržitelně přichází podzim. Kdo má oči otevřené, všímá si barevných obrazů naší "Národní přírodní galerie" a má to přitom zadarmo :) Na rozdíl od jarní svěží zelené nám podzimní paleta maluje obrazy v nepřeberném množství barev. Od pozůstatků zelené nanáší na přírodní plátno tóny žluté až po zlatou, červenou, nebojí se použít i všechny odstíny hnědé. Jak to vše funguje? Listy jednotlivých druhů stromů se sice liší velikostí a barvou, stejný je způsob výživy a obsah. Barvivo, listová zeleň—chlorofyl, a také karotenoidy, což jsou pigmenty citlivé na světlo. Na podzim, když jsou listy odříznuty od dalšího zásobování vodou a živinami, začnou odumírat. Chlorofyl je odbouráván a v plné kráse se ukáže to, co bylo na jaře i v létě překryto jeho svítivostí. Celá paleta podzimních tónů! Hlavně u samostatně stojících stromů vyniknou typické vlastnosti jeho druhu. Husté porosty naopak hýří mnohdy neuvěřitelnými barvami... krása! A to vše jsme mohli na našem říjnovém pobytu v Jeseníkách pozorovat:)

Evropské dny handicapu - Ostrava 2015

V říjnu jsme začali pěkně z "ostra". Zrušili jsme první klubovou schůzku v měsíci!! Proč? Důvodem byl XIII. Ročník Evropských dnů handicapu (EDH) v Ostravě ve dnech 5. - 8. 10. Náš spolek byl osloven organizátory EDH Asociací Trigon k přímé účasti na slavnostním večeru předávání ocenění Křišťálový kamínek. Na něm naši mladí Nadějáci vystoupí společně s folklórním souborem slezských písní a tanců Heleny Salichové. Proto jsme místo klubové schůzky nacvičovali tance na vystoupení. Pokud bychom bilancovali dobu spolupráce s tímto souborem, čítá již 3 roky a letos symbolicky vyvrcholí právě slavnostním večerem Křišťálový kamínek.

Přibližme si nejprve dění EDH v Ostravě.

V prvním dnu probíhal na Masarykově náměstí jarmark a kousek vedle v hotelu Imperial pro změnu probíhala konference za účasti zahraničních odborníků z Francie, Polska a Litvy. Téma - péče o děti s psychickým onemocněním z pohledu lékaře. Dále v průběhu týdne probíhaly výstavy, besedy, turnaj v kopané a na ZDŠ na ul. Kpt. Vajdy v Zábřehu proběhla soutěž - Co víš o EU?

Dalo by se říci, že vrcholem EDH byl středeční večer - Předávání ocenění Křišťálový kamínek. Asociace TRIGON udělila prestižní cenu v podobě sošek z českého křišťálu "Křišťálový kamínek" čtyřem osobnostem za dlouhodobou práci a mimořádné výsledky ve prospěch osob s handicapem.

***Tomáši Dvořákovi** – za prosazování samostatného života lidí na vozíku a dlouholetou neúnavnou propagaci sportu vozíčkářů.*

***Zdeňce Faltýnkové** – za dlouholetou vysoce profesionální práci a mimořádné výsledky v oboru fyzioterapie a ergoterapie.*

***Janu Vavřičkovi** – za neúnavnou práci s dětmi s mentálním postižením v kombinaci s více vadami a rozvoj vzdělávání žáků s poruchami autistického spektra.*

***Romanu Lupoměskému** – za mimořádné úsilí a odhodlání pomáhat sluchově postiženým a obdivuhodnou profesionalitu a cílevědomost, s jakými řídí činnost organizace Neslyšící s nadějí.*

Naši mladí tanečníci celý slavnostní večer předávání ocenění zahajovali několika tanci a závěr večera patřil opět tanečníkům z NADĚJE pro všechny a jejich tanečním partne-

rům ze Slezského souboru písní a tanců Heleny Salichové. V průběhu večera vystoupila i hudební skupina Trigon band.

Více k oceněným osobnostem a celému průběhu EDH se můžete dočíst na stránkách pořádající organizace Asociace Trigon.

DĚKUJEME

firmě CEMDEST s. r. o.

- vrtné a trhací práce -

za finanční podporu

našeho spolku

Chcete-li nám jakkoli pomoci ...
www.nadejeprovsechny.cz

Narozeniny slaví:

KATKA

HONZÍK

ANIČKA

Podzimní přírodní paleta.

Podzim pod Pradědem

Ve středu ráno, v den státního svátku, jsme se scházeli na nádraží v Ostravě-Svinově už od půl osmé. Venku bylo krásně a slunečno. Vlakem do Bruntálu nás jelo 21, zavazadla a jiné drobnosti nám vezla Šárka autem. Autobus z Bruntálu nám jel až za hodinu poté, co jsme sem dojeli vlakem, a tak se parkoviště stalo prostorem pro hru „Cukr, káva, limonáda, čaj, rum, bum!“. Pozice, ve kterých někteří zůstali, když padlo poslední slůvko „bum“, byly k popukání, mnozí z hráčů se do hry doslova a do písmene položili. Došlo i na svačinu, pitný režim a přesun na nedávno otevřené zrekonstruované autobusové nádraží, odkud jsme vyjeli směr Malá Morávka. Na místě jsme byli před půl dvanáctou, měli jsme naplánovanou trasu směrem k rozhledně Nová Ves. Po prostudování mapy Jirka trasu změnil s tím, že půjdeme po lyžařské cestě. Trasa brzy uhnula od silnice bokem k lesu, procházíme kolem nádherně zbarvených podzimních stromů. Čím více stoupáme, tím častěji se před námi otevírají nádherné výhledy do krajiny hýřící pestrými barvami jako paleta malíře. Stoupáme a stoupáme, zahříváme se, zhluboka dýcháme ... spíše funíme, ale to nezní tak dobře :-)

Hrajeme hry při čekání na BUS. Jak je vidět Maiki se do hry úplně položil.

Vrchol kopce, tedy sjezdovky, jsme dobyli. Nahoře odpočíváme, svačíme, popíjíme teplý čaj z termosek. Přibližně po půlhodině pokračujeme v cestě a potkáváme Šárku, která nám šla od rozhledny naproti. Další úsek cesty si o kousek zkracujeme lesem a napojujeme se na žlutou turistickou značku. Zbývající část trasy se už jen malinko vlní a po dvaceti minutách v dálce zahlédneme cíl dnešní cesty. Povídáme si, šlapeme, jen sem tam potkáme nějakého živáčka. Před druhou hodinou přicházíme k rozhledně, většina sebere odvahu a jde nahoru. Rozhodnutí stojí za to. Výhled v dnešním krásném slunečném dni byl úchvatný a poměrně daleký na všechny strany. Máváme dolů, společná focení a pak cesta dolů. Chvíli se rozhodujeme, co a jak dál, vítězí varianta doporučená místními, a to opět po lyžařské trase přes louky. Ze začátku pohoda, ale po nějaké době se cesta trávou pomalu ztrácí, až nakonec mizí zcela. Před námi údolí, cesta se rýsuje na protějším svahu, ale má to jednu komplikaci, a to v podobě tura domácího :)

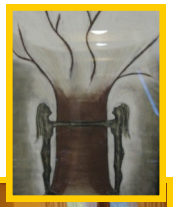
Rozhledna v Nové Vsi

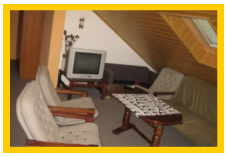
Houževnatý výstup na Solný vrch.

Na tu dálku nepoznáme, jestli jsou to krávy nebo býci, což je ale nakonec jedno, protože ani jedna varianta nezní bezpečně. Uhýbáme tedy vpravo směrem k cestě a vesnici. Začínáme být unaveni, přece jen už máme nějaké ty kilometry v nohách. Voláme Šárce, která už vezla od rozhledny první Nadějáky na místo ubytování, zda by nás postupně neodvozila.

Chata Lucka už na nás čeká a je v ní už příjemně zatopeno.

Chata je moc pěkná, pokoje čisté a útulné, všude teplo, postupně se rozdělujeme a ubytováváme se. Odpočíváme prakticky až do večeře. Podává se v šest hodin, máme přírodní kuřecí plátky s rýží, je uvařený plný hrnec teplého čaje. Po jídle se díváme na film – Já Padouch. Někteří jsou docela brzy unaveni, postupně sprcha a krátce po osmé hodině jsou už všichni mladí Nadějáci na pokojích, vedoucí si ještě chvíli povídají v jídelně, plánujeme zítřejší den, ale i na nás dopadá únava celého dne, přece jen jsme docela brzy vstávali. Popřejeme si dobrou noc a všichni se rozcházíme do svých pokojů. Čtvrteční ráno budíme naše svěřence v 7,20hod. Obloha zatažená, slunce se nám schovalo. K snídani máme čerstvé rohlíky, máslo, k výběru je měkký sýr, paštika, marmeláda. Po snídani dokončujeme ranní hygienu, balíme do batohu svačinu – chléb, řízky, mandarinku, pití a perník, do termosek naléváme čaj. Teple se oblečeme a před devátou hodinou vycházíme na autobusovou zastávku, která je 2 km od chaty. Zaplníme tři čtvrtě autobusu. Na další zastávce nastupuje další větší skupina, a tak na konečnou zastávku Karlova Studánka – Hvězda, jedeme úplně plným autobusem. Kyvadlová doprava na Ovčárnu je plná ještě před tím, než se do ní snažíme vejít my. Řidič volá posilu, a tak nahoru jedeme rozděleni ve dvou autobusech. Dnešním cílem je dobytí nejvyššího vrcholu Jeseníků – Praděd. Nahoře je docela chladno a mlha. Ti z nás, co mají ještě nějakou zálohu v batohu, se přioblékli, nasazujeme rukavice, šály a čepice a vyrážíme směr vrchol. Čeká nás 3, 5 km pohodlně po asfaltové cestě. Mlha houstne, vidíme sotva na pár metrů, skupinka se trhá, tak na sebe vždy





Interiér a výzdoba chaty.

po nějaké době čekáme. Snažíme se fotit, výsledkem jsou nostalgické šedostříbrné obrázky ☺ S blížícím se vrcholem slyšíme jen hukot větru, prohánějícího se kolem věže vysílače, který však vůbec nevidíme.

Společné foto cestou na vrchol Pradědu.

Vítr nabírá na rychlosti, méně těžcí členové výpravy se obávají, aby je to neodfouklo. Mlha v mračnech v tom vichru namrzá na našem oblečení, za chvíli jsme jakoby zasněžení jemnými jehličkami. Nakonec opravdu

Směle vyrážíme k vrcholu.

s nasazením všech společných sil dorazíme postupně všichni až k vysílači. Schováme se uvnitř, kde už je docela dost lidí, svlékáme vlhké oblečení, čepice, šály, rukavice, bundy, vytahujeme svačiny a termosky. Odpočíváme společně u jídla. Po pauze se znovu oblékáme a vyrážíme dolů opět na Ovčárnu k autobusové zastávce. Voláme Šárce, která několik stovek metrů pod vrcholem šla zpět s unavenou Terezkou, že bychom rádi stihli dřívější autobus. Vše dobře dopadlo, časově jsme to zvládli tak akorát a jedeme dolů na Hvězdu. Autobus do Malé Morávky nám jede docela

Konečně ty opozdilce vidíme :)

za dlouho, nechce se nám čekat na Hvězdě, a tak pokračujeme procházkou do Karlovy Studánky. Kocháme se krásným lázeňským městečkem, kousek od autobusové zastávky na trávě soutěžíme o lízátka a děláme společnou fotku, tentokrát bez mlhy. V autobusu si pak pohodlně posedáme, vystupujeme opět v Malé Morávce a jdeme pěšky stejnou cestou zpět na chatu. Po večeři – těstoviny s masovo-zeleninovou směsí se díváme na film, pouštíme Michala Davida, sprcha, a do peřin. V pátek

To jsou ty panoramata :)

ráno se budíme do sychravého deštivého dne. Ani se nedá jít hrát fotbal, takže omladinu budíme

Konečně na vrcholu Pradědu 1491 m. n. m.
Za námi cca 20 metrů,
si můžete povšimnout budovy vysílače :)

později. Po snídani pomalu balíme, svlékáme povlečení, chystáme věci na odjezd. Zbývající chvíle do oběda nám vyplňuje promítání fotek z uplynulých dvou dní s našimi vtipnými komentáři :) Polévka a vepřová kýta na smetaně s knedlíkem byla skvělou tečkou za naším pobytem na této chatě. Cestu na autobus už známe, odváží nás opět na vlak do Bruntálu. V nádražní hale čekáme na přípoj, něco málo z kapesného utrácíme v bufetu a pak už nás čeká jen cesta vlakem a vítání

Čekáme na BUS v Karlové Studánce.

s čekajícími rodiči. Auto se zavazadly a hlavně naší řidičkou Šárkou dorazilo také v pořádku, auto opraveno díky pomoci majitele chaty pana Fašánka a jeho kamaráda automechanika. Děkujeme a příště ahoj, ještě musíme dobýt Praděd za příznivějšího počasí :)

Zbývá dodat, že jsme si udělali druhý večer přednášku o cukrové řepě. Právě vrcholí její sklizeň a každý člen expedice "PRADĚD" si mohl potěžkat a ohmatat její tvar. Po rozkrojení se podívat, jakou má strukturu a nakonec i ochutnat ... jak je sladká :)

Vysílač na Pradědu,
jak jsme ho dnes neviděli :))
Příště budeme mít více štěstí !! :)

PODĚKOVÁNÍ panu Fašánkovi a kolektivu za příjemné prostředí na chatě Lucka a výbornou domácí stravu :)