



ZDRAVÍnek zdraví

Vážení čtenáři,

představujeme vám další číslo občasníku ZDRAVÍnek, který vydává CENTRUM PRO ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÉ PARDUBICKÉHO KRAJE. Tento zpravodaj je určen všem našim klientům, jejich blízkým, institucím i veřejnosti.

Ve druhém čísle zpravodaje se dozvíte mnoho zajímavých informací. Seznámíme vás se službami Centra, mezi které patří odborné sociální poradenství, půjčovna rehabilitačních a kompenzačních pomůcek, osobní asistence, internetová učebna, pracovní rehabilitace – výtvarná činnost a kurz anglického jazyka.

Připravili jsme pro vás seznam chráněných pracovních dílen v okrese Pardubice, dozvíte se zajímavosti z našeho města, a jak využít svůj volný čas - nabízíme vám přehled nejvýznamnějších kulturních památek na území Pardubického kraje.

Dále vám představíme tvorbu našich klientů, informujeme vás o 6. ročníku celostátní soutěže o CENU MODRÉHO SLONA v Liberci, kde byli uživatelé výtvarné činnosti opět úspěšní, dozvíte se novinky a zajímavosti z Pardubic a nakonec si můžete i něco uvařit.



ZDRAVÍNEK JARNÍ

ZDRAVÍnek informuje o činnosti CENTRA PRO ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÉ PARDUBICKÉHO KRAJE

Centrum pro zdravotně postižené Pardubického kraje vzniklo v polovině roku 2002 jako krajská organizace z původních Center služeb pro zdravotně postižené a Sdružení zdravotně postižených v ČR. Téhož roku bylo zaregistrováno a stalo se tak občanským sdružením. Centrum je rozdělené do tří pracovišť, které sídlí v Pardubicích, Chrudimi a Ústí nad Orlicí.

Posláním Centra je přispívat ke zkvalitňování života občanů se zdravotním postižením a pomáhat jim při integraci do společnosti.

Cílem je poskytovat individuální pomoc osobám se zdravotním postižením při zmírňování a překonávání potíží a překážek, které musí v důsledku svého zdravotního postižení překonávat. Centrum podporuje integraci těchto osob tak, aby měli možnost nezávisle žít ve svém přirozeném prostředí a mohli se plnohodnotně zapojit do běžného života.

Využijte služby, které nabízíme:**Odborné sociální poradenství:**

Pardubické, Chrudimské a Ústecké Centrum můžete kontaktovat s nejrůznějšími dotazy a problémy, které vznikly v důsledku vaší nepříznivé sociální nebo zdravotní situace.

Půjčovna rehabilitačních a kompenzačních pomůcek:

Půjčovna je určena těm, kteří pomůcku potřebují k zařazení do aktivního života nebo k jeho zkvalitnění. Mezi nabízené pomůcky patří různé typy chodítek, mechanické vozíky, schodolezy, nástavce na WC, sedačky na vanu, sedačky do sprchy, dále polohovací lůžka, antidekubitní matrace, rehabilitační šlapadla, atd. Pomůcku vám zapůjčíme na Pardubickém a Chrudimském Centru za poplatek na dobu časově neomezenou.

Osobní asistence:

Osobní asistence je určena osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení a jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby. Službu poskytujeme bez časového omezení, v přirozeném sociálním prostředí a při činnostech, které by vykonávaly samy, kdyby nebyly zdravotně postiženy. Službu poskytujeme občanům se zdravotním postižením od 1 roku.

Internetová učebna:

Tato bezplatná služba je určena všem návštěvníkům, kteří jsou zdravotně znevýhodněni, např. pobírají plný či částečný invalidní důchod, příspěvek na péči nebo jsou držiteli průkazu TP, ZTP a ZTP/P. Internetová učebna vám umožní získat znalosti ze základní obsluhy PC a vyhledávat informace ze sociální, zdravotní a kulturní oblasti. Můžete zde také využít bezplatné školení.



Pracovní rehabilitace – výtvarná činnost:

Výtvarná činnost je kreativní aktivita, která je zaměřená na vytváření vztahu k práci a kultuře dětí i dospělých s různým zdravotním postižením. Tato služba je poskytována na Pardubickém Centru a má za úkol upevňovat motorické, psychické a sociální schopností uživatelů.

Kurz anglického jazyka:

Výuka anglického jazyka je uskutečňována v provozní místnosti Centra v Pardubicích. Jde o vzdělávací a aktivizační činnost, která upevní a rozvine dosavadní znalosti a rozšíří tím vaše možnosti získání nebo udržení vhodného pracovního místa či jiného společenského uplatnění.

Kontakty CZP PK:

• **CZP PK Pardubice, Boženy Němcové 2625, 530 02 Pardubice**

Alena Karásková – ředitelka CZP PK tel.: +420 775 693 980
email: alena.karaskova@czp-pk.cz

Miroslava Hálová – koordinátorka osobní asistence tel.: +420 775 693 981
email: miroslava.halova@czp-pk.cz

- **CZP PK Pardubice, Bělehradská 389, 530 09 Pardubice – sídlo - tel.: 466 335 630**

Hana Jarošová – vedoucí Centra tel.: +420 775 693 987
email: hana.jarosova@czp-pk.cz

Bc. Zdeňka Uherková – sociální pracovník (poradce) tel.: +420 775 693 984
email: zdenka.uherkova@czp-pk.cz

Andrea Dubcová, DiS. – sociální pracovník (poradce) tel.: +420 775 693 982
email: andrea.dubcova@czp-pk.cz

Lukáš Mucha – koordinátor internetové učebny tel.: +420 775 693 988
email: lukas.mucha@czp-pk.cz

• **CZP PK Chrudim, Revoluční 594, 537 01 Chrudim - tel.: 469 620 320**

Ing. Markéta Divišová – vedoucí Centra tel.: +420 775 693 989
email: marketa.divisova@czp-pk.cz

Mgr. Eva Tomišková – sociální pracovník/koordinátor tel: +420 774 693 990
email: eva.tomiskova@czp-pk.cz

• **CZP PK Ústí nad Orlicí, Čs. Armády 1181, 562 01 Ústí nad Orlicí - tel.: 465 525 324**

Eva Jiřincová – vedoucí Centra tel.: +420 775 693 985
email: eva.jirincova@czp-pk.cz

Radka Venclová – pracovník v sociálních službách - asistent tel.: +420 775 693 986
email: radka.venclova@czp-pk.cz

Žaneta Houfová, DiS. – sociální pracovník
email: zaneta.houfova@czp-pk.cz tel: +420 775 693 983

Email: czp-pk@centrum.cz

Web: www.czp-pk.cz

ZDRAVÍnek radí:

Zaměstnávání osob se zdravotním postižením



Pracovní rehabilitace – je souvislá činnost zaměřená na získání a udržení vhodného zaměstnání osoby se zdravotním postižením, kterou na základě její žádosti zabezpečují úřady práce a hradí náklady s ní spojené. Úřad práce v součinnosti s osobou se zdravotním postižením sestaví individuální plán pracovní rehabilitace.

Příprava k práci – znamená zapracování osoby se zdravotním postižením na vhodné pracovní místo na základě dohody s úřadem práce. Příprava k práci může být prováděna s podporou asistenta. Tato příprava trvá nejdéle 24 měsíců.

Specializované rekvalifikační kurzy - jsou uskutečňovány za stejných podmínek jako ostatní rekvalifikace.

Chráněné pracovní místo - chráněné pracovní místo je pracovní místo vytvořené zaměstnavatelem pro osobu se zdravotním postižením na základě písemné dohody s úřadem práce. Chráněné pracovní místo musí být provozováno po dobu nejméně 2 let ode dne sjednaného v dohodě.

Chráněná pracovní dílna - chráněná pracovní dílna je pracoviště zaměstnavatele, kde je zaměstnáno nejméně 60 % zaměstnanců se zdravotním postižením.

Seznam chráněných pracovních dílen v okrese Pardubice

- **ARNIKA Bohemia v.o.s.**

Výroba a prodej mycích, čistících prostředků a vlasové kosmetiky.

Kontakt: Staré Hradiště 407 (areál JP), 533 52 Staré Hradiště

Dagmar Veverková tel. 466 611 119, e-mail: info@arnika-bohemia.cz



- **CEDR Pardubice o.p.s.**

Sociální služby pro duševně nemocné. Výroba drobných dekorativních předmětů, keramiky, zdravotní obuvi, zakázkové šití, truhlářská výroba a kompletace na zakázku.

Kontakt: Jana Palacha 324, 530 02 Pardubice

Anna Ročková tel. 733 790 992, e-mail: rockova@cedrops.cz

- **Česká abilympijská asociace, o. s.**

Pro Úřad práce v Pardubicích zajišťujeme přípravu k práci v rámci pracovní rehabilitace.

Kontakt: Jana Palacha 324, 530 02 Pardubice

Ivana Dolečková, tel. 466 797 087, 774 554 720, e-mail: director@abilympics.cz

- **Čiháková Miloslava**

Šití textilního zboží.

Kontakt: J. Zajíce 983, 530 12 Pardubice, tel. 776 742 817

- **HANDICO s.r.o.**

Velkoobchod, činnost účetních poradců, vedení účetnictví, daňové evidence, zprostředkování obchodu a služeb, reklamní činnost a marketing.

Kontakt: Lonkova 510, 530 02 Pardubice,

Zdeněk Mašek tel. 466 531 893, e-mail: masek@handico.cz

- **Houdová Diana**

Živočišná výroba, produkce chovných plemenných zvířat, úprava a zpracování a prodej vlastní zemědělské produkce zemědělské výroby.

Kontakt: Na Okrajích 156, 530 02 Spořil,

Jolana Štěpánková tel. 775 114 618, e-mail: somrova@nevladky.cz

- **K2P s.r.o.**

Koupě zboží za účelem jeho dalšího prodeje, zprostředkovatelská činnost v obchodě, informačním servisu, reklamě a propagaci, automatické zpracování dat, školicí a vzdělávací činnost v oblasti výpočetní techniky, účetnické služby, organizace a realizace vzdělávacích akcí.

Kontakt: Rokycanova 2654, 530 02 Pardubice

Jaromír Krpálek tel. 466 304 366, e-mail: jaromírk@k2p.cz

- **Kmoníčková Veronika**

Prodej cukrářských výrobků v kavárně.

Kontakt: Devotyho 2450, 530 02 Pardubice

Veronika Kmoníčková tel. 731 158 388, e-mail: veronika.kmonickova@seznam.cz

- **Novák Aleš**

Výroba dekorativních předmětů.

Kontakt: Staňkova 1396, 530 02 Pardubice

Aleš Novák tel. 466 330 258, e-mail: um.keramika.jn@volny.cz

- **Pindora František**

Prodej papírenského zboží.

Kontakt: Lonkova 535, 530 09 Pardubice

František Pindora tel. 466 513 284, 602 703 657, e-mail: f.pindora@opaz.cz

- **Pomněnka Overall s.r.o.**

Šití pracovních oděvů, prodej ochranných pracovních pomůcek, strojní vyšívání strojem TAJIMA, drobná ruční montáž, prodej ručně řezaných svící, výroba a prodej drobných dárkových předmětů.

Kontakt: náměstí 17. listopadu 1519, 535 01 Přelouč

Petra Klimečková tel. 466 985 238, 775 857 691,

e-mail: petra.klimeckova@pomnenka-handicap.cz



- **RANDA s.r.o.**

Výrobní činnost – výroba punčochového zboží, maloobchodní prodej.

Kontakt: Školní 866, Svítkov, 530 06 Pardubice 6

Michal Skřivánek tel. 603 576 428, e-mail: skrivanek@darren.cz

- **Rychterová Denisa**

Velkoobchodní a maloobchodní prodej drogistického zboží, kancelářských potřeb, dárkových předmětů a textilního zboží.

Kontakt: Kunětická 120, 530 09 Pardubice

Denisa Rychterová tel. 777 259 820, e-mail: rychterova.denisa@seznam.cz

- **S-FIRMA s.r.o.**

Nakládání s odpady, jednoduchá demontáž elektrospotřebičů - elektrospotřebiče, televize, monitory.

Kontakt: Cukrovarská 103, 533 72 Moravany u Holic

Ing. Radek Ulrich tel. 724 804 493, e-mail: micano@seznam.cz

- **SELECT - JMC spol. s r. o.**

Koupě zboží za účelem jeho dalšího prodeje a prodej. Kompletace výrobků z HDPE a LDPE pro obchod a průmysl, včetně zakázkové výroby.

Kontakt: S. K. Neumanna 2708, 530 02 Pardubice

Jaroslava Zárubová tel. 466 330 862, e-mail: select@selec-jmc.cz

- **SPID handicap, o. p. s.**

Kompletace výrobků.

Kontakt: Pospíšilovo nám. 1693, 530 03 Pardubice

Zdenka Prokopová tel. 466 260 576, e-mail: prokopova@spidhandicap.cz

- **Péče o duševní zdraví – středisko VÝMĚNÍK**

Kavárna Výměník a oprava oděvů

Kontakt: Mladých 325, 530 09 Pardubice

Bc. Chudomská Radka tel. 737 383 009, e-mail: radka.chudomska@pdz.cz

- **Žouželková Jindra**

Praní, žehlení, oprava a údržba oděvů, bytového textilu a osobního zboží

Kontakt: Lonkova 510, Polabiny, 530 09 Pardubice

Jindra Žouželková tel. 606 652 605, e-mail: jindra.zouzelkova@seznam.cz

Autor: www.mpsv.cz



ZDRAVÍnek informuje o našem městě Pardubice a okolí

Poloha

Pardubice leží uprostřed Pardubické kotliny u soutoku řeky Labe a Chrudimky. Dominantu kraje tvoří Kunětická hora, odkud je krásný výhled na město, Železné hory, Českomoravskou vysočinu, Orlické hory a Krkonoše.



Historie

Malebné historické jádro Pardubic, je dochovaným dokladem rozsáhlé přestavby realizované na konci 15. a počátku 16. století pány z Pernštejna. Tento šlechtický rod, jeden z tehdy nejbohatších a nejvlivnějších v zemi, si Pardubice zvolil za svou rezidenci v Čechách. Z pozdně gotické výstavby



se na několika domech dochovaly zbytky malovaných štítů s figurálními výjevy, které pocházejí z let 1507 až 1515. V letech 1538 až 1542 bylo město přestavěno v duchu rané renesance, domy dostaly novou malířskou výzdobu a štíty s renesančními obloučky se zachovaly dodnes. Z té doby pochází také jedna z pardubických dominant, devětapadesát metrů vysoká Zelená brána. Mezi hodnotné památky také patří kostel sv. Bartoloměje a kostel Zvěstování P. Marie. Dalším historickým unikátem je pardubický zámek, kde se

dochovaly cenné fragmenty pozdně gotické a raně renesanční architektury včetně raně renesančních nástěnných maleb, které zdobí zvláště rytířské sály. Na zámku jsou expozice a výstavní prostory Východočeského muzea a Východočeské galerie.

Hrady a zámky v okolí



Zájemci o památky mohou navštívit nejen blízký hrad na Kunětické hoře, ale v okruhu šedesáti kilometrů pak další věhlasné východočeské zámky Kuks, Hrádek u Nechanic, Opočno, Častolovice, Slatiňany, Žleby, Litomyšl. Daleko není ani do starobylého královského města Kutné Hory a na další zajímavá místa.

Jedinečnost Pardubic

V Pardubicích se pořádá řada sportovních podniků s dlouholetou tradicí a mezinárodním věhlasem. Platí to jak o nejtěžším dostihu evropského kontinentu Velké pardubické steeplechase, tak o plochodrážním závodě o Zlatou přílbu České republiky. K pardubickému sportovnímu dění tradičně patří rovněž tenisové mistrovství republiky juniorů, mezinárodní šachový turnaj Czech Open a špičkový lední hokej. Každoročně se v Pardubicích koná pestrá škála kulturních a společenských akcí od Pardubického hudebního jara přes Folklórní festival až po Městský festival. Působí tu Východočeské divadlo, Komorní filharmonie a řada dalších profesionálních a poloprofesionálních uměleckých souborů.



Autor: www.pardubice.cz

ZDRAVÍnek A VOLNÝ ČAS

Nevíte co s volným časem? Nabízíme vám přehled nejvýznamnějších kulturních památek na území Pardubického kraje, které můžete navštívit.

Národní hřebčín Kladruby nad Labem



Národní hřebčín v Kladrubech nad Labem, je nejstarším velkým hřebčínem na světě. Leží v Polabské nížině nedaleko Pardubic. Jsou zde ustájeny koně základního stáda – plemenní hřebci a chovné klisny, hříbata do odstavu, koně ve výcviku, sportovní a koně určené k prodeji. V Kladrubech nad Labem si mohou návštěvníci prohlédnout starokladrubské bělouše spolu s malým stádem českých teplokrevníků. Starokladrubští koně jsou pro svůj vyrovnaný charakter používáni také pro hipoterapii a rekreační ježdění.

Kostel sv. Bartoloměje v Koči

Kostel sv. Bartoloměje se nachází uprostřed vesnice Kočí, čtyři kilometry východně od Chrudimi. Spolu s dřevěnou zvonící a krytým mostem tvoří památkově chráněný objekt. Nachází se na vyvýšeném místě, které je kolem dokola obeháno mokřinami. Kostel byl založen v r. 1397. Majitelem je Římskokatolická církev a uživatelem Obecní úřad Kočí.



Kostel sv. Jakuba v Poličce s rodnou světničkou Bohuslava Martinů



Původní podoba kostela byla zničena po velkém požáru Poličky v roce 1845, kdy byl kostel natolik poškozen, že bylo v roce 1848 rozhodnuto o jeho stržení a stavbě kostela nového, který byl postaven v letech 1853-65 v novogotickém slohu. V letech 1889-1902 byl městským pověřeným ustanoven obuvník Ferdinand Martinů a v bytě ve věži se 8. prosince 1890 narodil jeho syn, později světově proslulý hudební skladatel Bohuslav Martinů, což připomíná pamětní deska s reliéfní bustou B. Martinů od Josefa Kadlece, osazená u vchodu do věže roku 1957.

Pietní území Ležáky

Dne 16. června 1999 byly Ležáky nařízením vlády prohlášeny národní kulturní památkou. Pietně upravené místo slouží jako památník odboje proti nacismu. Tato bývalá kamenická osada sloužila za druhé světové války jako úkryt parašutistické skupiny Silver. Po atentátu na zastupujícího říšského protektora Heydricha, byla tato osada v následném teroru proti civilnímu obyvatelstvu dne 24. 6. 1942 vypálena a domy byly srovnány se zemí. Dospělí byli eskortováni do Pardubic, kde byli v záměcku zastřeleni a část dětí byla odvečena do Německa.



Radnice v Poličce

Podoba původní gotické radnice je známá pouze z nejstaršího vyobrazení Poličky z let 1711-1727. V letech 1739-44 byla postavena radnice nová, barokní palácovitěho typu. Původní barokní cibulovitá bání, zničená za požáru v roce 1845, byla obnovena roku 1916, kdy byl osazen i nový hodinový stroj. V roce 1994 byly v rekonstruované radnici instalovány a zpřístupněny stálé galerijní expozice Městského muzea a galerie (Staré umění na Poličsku, Obrazová galerie rodu Hohenembsů, Moderní umění na Poličsku, Bohuslav Martinů ve výtvarném umění).



Zámek Litomyšl

První zmínky o existenci hradu v Litomyšli jsou zapsány ve staré Kosmově kronice z 1. čtvrtiny 8. století. Kronikář tam zmínil existenci hradu roku 981. Dříve se jednalo o dřevěný hrad. Teprve po husitských válkách byl postaven nový kamenný hrad. Vlastní zámek je obklopen hospodářskými budovami, upravenými převážně v barokním slohu, zámecký areál doplňuje rozlehlá zahrada, která byla založena současně se zámkem a upravena a rozšířena v 18. Století. Její součástí je i přírodní amfiteátr, kde se odehrávají některá představení Operního Festivalu Smetanova Litomyšl.



Zámek Slatiňany:

První písemné informace o původní tvrzi pocházejí z konce 13. století, když ji v roce 1294 vlastnil František ze Slatiňan. V roce 1732 koupil zámek Josef František hrabě ze Schönfeldu a v roce 1746 se jeho dcera provdala za Jana Adama z Auerspergu, na jehož rodinu o několik let později přešlo vlastnictví majetku. Od té doby až do roku 1942 patřily Slatiňany tomuto šlechtickému rodu. Na další tři roky, kdy slatiňanští Auerspergové vymřeli po meči, je vlastnil Dr. Josef František Trauttmansdorff. Jeho majetek byl v roce 1945 Benešovými dekrety vyvlastněn. Uvolněné stáje byly využity v srpnu roku 1945 pro starokladrubské vraníky regenerované Prof. Františkem Bílkem a budova zámku byla od roku 1950 využita pro účely hypologického muzea.



Zřícenina hradu Kunětická Hora



Archeologické průzkumy zařazují nejstarší hradní stavbu na vrcholu Kunětické hory do poloviny 14. století. Za husitských válek se stával důležitým opěrným místem husitského hejtmána Diviše Bořka z Miletínka. Roku 1491 přešel hrad do majetku Pernštejnů, za nichž došlo k zásadní přestavbě hradního komplexu. Vznikl mohutný dvouvěžový hrad s důmyslným systémem opevnění. V závěru třicetileté války byl hrad poškozen švédskými vojsky.

Autor: www.pardubice.eu

ZDRAVÍnek představuje tvorbu našich klientů

Okna duše

Libor Macíček

Tak dívej se mi do očí
- a Tvoje srdce zjihne.
Podívej se mi do očí,
to moje bude klidné.

Když koukneš se mi do očí,
já cítím se tak zvláště.
Jen pohlédni mi do očí,
- to stačí, je mi krásně.

Když ponoříš se do očí,
do hloubek mojí duše,
svět se s námi roztočí
a zaženem vše špatné.

Jen dlouhý pohled do očí
- a myšlenky jsou šťastné, naše oči jasné.
Teď pouhý záblesk postačí
na rozpoutání vášně.

Jen dívat se víc do očí ...

Hurá na prázdniny

Jiřina Kuntová

Uč se dívko nebo kluku, co trávíš čas na fejsbuku
též od svojí babičky, jak se cvrkaj kuličky.
Z průzkumu se dozvídáme věci dosti smutné
jak nám mladá populace stále více tupne.
Ať si klikáš jak si klikáš, k vzdělání se nedoklikáš!
Čti si básně nebo knížku, obzor tvůj nabere šířku.
Budeš hezčí, jinačí, tvoje IQ poskočí.



Trénuj slova vybraná.

Ruka trhu snaží se nám „zvenčí“ dovézt cokoli
pro zdraví též v zelenině bakterii E.coli.
Zmutovaná E.coli ulejšvá se ze školy,
nemá ráda mluvnicki, sídlí v střevní sliznici.
Ve škole vždy říkali nám - čistota půl zdraví,
ovoce a zeleninu bychom umývali!
Též si mýti mýdlem ruce není přece revoluce.

ZDRAVÍnek informuje o 6. ročníku celostátní soutěže o CENU MODRÉHO SLONA

Uživatelé výtvarné činnosti CENTRA PRO ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÉ PARDUBICKÉHO KRAJE sklídili v Liberci opět úspěch.



Klienti výtvarné činnosti se již podruhé zúčastnili soutěže o CENU MODRÉHO SLONA. Slavnostní vyhlášení proběhlo v měsíci červnu v Liberecké ZOO, kde byly vybrané umělecké práce vystaveny po dobu jednoho týdne a zhlédlo je mnoho návštěvníků z celé ČR.

Projekt SDRUŽENÍ ARTEFAKTUM. CZ „Tvoříme duši...“ s Centrem pro zdravotně postižené Libereckého kraje o.s., představilo široké veřejnosti již 8. rokem

všestrannou tvůrčí činnost zdravotně postižených spoluobčanů ve spolupráci s ostatními výtvarníky a umělci.

Hlavním cílem této soutěže je zapojit osoby se zdravotním postižením do kulturních aktivit, při kterých nejsou oproti ostatním podstatně znevýhodněni a mohou tak významně přispět k rozvoji kulturní úrovně nejen své, ale i společnosti jako celku.

Uživatelé si za výtvarné techniky, se kterými se v soutěži prezentovali, vybrali keramiku a koláž. Za asistence pracovníka keramické dílny si vytvořili perníkovou chaloupku a nechyběla ani ježibaba s dědkem. Dalším výtvozem byla koláž na téma „Jak si představuju svoje město“, kterou vytvořili klienti v kombinaci voskových a temperových barev a to za přítomnosti koordinátora pracovní rehabilitace - výtvarné činnosti a jeho asistenta.

Vyhlášení výsledků soutěže si nikdo nemohl nechat ujít, a proto se klienti vydali do Liberecké ZOO. Velkým překvapením bylo, když v této soutěži získali jednu z hlavních cen, kterou je keramická soška MODRÉHO SLONA a diplom.

I přes to, že byla tvorba náročná, všechny velmi bavila a už dnes se těší na další ročník soutěže o CENU MODRÉHO SLONA.



Zajímavosti z Pardubic

Arnoštek je i letos lákadlem letní sezony



Výletní loď Arnošt, brázdící od roku 2000 vody Labe od Brozan po Srnojedy, je i během letošní turistické sezony lákadlem pro obyvatele i návštěvníky Pardubic. Plavidlo, kterému skončilo 1. dubna technické osvědčení, získalo znovu osvědčení o způsobilosti k provozu. Loď tak může zůstat na Labi do konce října letošního roku.

Udělení osvědčení předcházela prohlídka lodi. Ukázalo se, že Arnošt je v relativně dobrém stavu. V současné době se připravuje projekt modernizace, která by měla začít po skončení letošní plavební sezony. Kromě toho, že Arnošt ve svém kotvišti u Woňkova mostu pravidelně funguje jako restaurace, vozí denně v pravidelných časech výletníky na vyhlídkové plavby a pro milovníky hudby různých žánrů připravuje také koncerty.

Autor: Pardubický svět

Krajská města chtějí oživit projekt cyklostezky „mechu a perníku“



Krajská města Pardubice a Hradec Králové chtějí oživit projekt cyklostezky „mechu a perníku“, která by propojila obě města a v budoucnu se stala součástí Labské stezky směřující z Krkonoš podél Labe až do Hamburku.

Zhruba 23 kilometrů dlouhá stezka by podle náměstka pardubické primátorky Martina Bílka mohla sloužit cyklistům za pět až sedm let. O výstavbě této cyklostezky se ve východních Čechách hovoří již od roku 2005.

V roce 2008 vznikl společný projekt Pardubického a Královéhradeckého kraje a sídelních měst obou krajů, byla zpracována i projektová dokumentace. Peníze na výstavbu chtěly tehdy kraje získat z evropských dotací. „Dohodli jsme se s kolegou z královéhradeckého magistrátu náměstkem Jindřichem Vedlichem na tom, že se projekt, který už třetím rokem stojí, pokusíme restartovat,“ řekl náměstek primátorky Pardubic Martin Bílek. Hybateli projektu by se podle něj měla stát právě obě krajská města. Budou iniciovat vznik subjektu, který by mohl žádat o dotace. Kromě Hradce a Pardubic by v něm měly být sdruženy obce, jejichž katastry trasa cyklostezky protíná. Při stavbě totiž bude nutné jednat s více než 400 majiteli pozemků, po nichž má stezka vést.

Výstavba cyklostezky by měla stát kolem 100 milionů korun. Trasa Pardubice, Ráby, Němčice, Dřítěč, Vysoká nad Labem, Hradec Králové povede z velké části po břehu Labe a bude využívat stávající polní cesty. „Dohodli jsme se, že autora dokumentace požádáme o aktualizaci projektu a budeme hledat dotační tituly, z nichž by bylo možno získat peníze na stavbu,“ řekl náměstek Bílek.

Autor: Pardubický kaleidoskop

VÍTE, ŽE....**Víte, že první dostih se konal na Pardubicku již roku 1842?**

Dne 14. října 1842 uspořádal Pardubický honební spolek první překážkový dostih v okolí Trnové, při němž jely čtyři dvojice koní s jezdci přes 18 překážek. Stálá dostihová dráha byla zřízena roku 1856 u lesíka Cvrčkov. První ročník Velké pardubické se běžel 5. 11. 1874 za účasti čtrnácti koní. Původní kurz o délce 6,5 - 4 anglické míle platil jen první tři roky. Poté se délka ustálila na 6 900 metrech. Slavný Taxisův příkop se skákal již od prvního ročníku, ale svůj název získal až roku 1892 podle svého obhájce Egona Thurn-Taxise. Bez zajímavosti není ani fakt, že do roku 1951 se jezdilo i za tribunami, kde bylo 5 překážek.

Víte, že o výstavbě Polabin se uvažovalo již za první republiky?

Do územního plánu se Polabiny dostaly až po druhé světové válce díky ing. arch. Mikuškovicovi. Do té doby se Pardubice tísnily na pravém břehu Labe. Výstavba Polabin začala bohužel až v roce 1960. V té době se u nás stavěla jen panelová sídliště s malou vybaveností a urbanistickou hodnotou. Sídliště bylo dostavěno až na sklonku 20. století, kdy bylo také prohlášeno za samostatný městský obvod, do něhož náleží ještě Cihelna. Na okraji Cihelny stávala v letech 1728 - 1952 kaple sv. Josefa. Dosud ji připomíná hostinec U Josefa. Zde se rozdělovala stará cesta na Prahu a na Hradec Králové.

Víte, že první veřejná knihovna v Pardubicích vznikla roku 1897?

Městu sice na konci 19. století dost značně chyběly finance, protože roku 1895 byla postavena radnice, byly potřeba peníze na vydláždění chodníků a ulic, chyběla kanalizace, vodovod, elektrické osvětlení atd. Přesto 7. července 1897 došlo k otevření městské knihovny ve 2. poschodí radnice na pernstýnském náměstí. Po deseti letech se knihovna přestěhovala do domu čp. 37 na Zeleném předměstí. V letech 1929 - 1960 byla knihovna na Smetanově náměstí. V roce 1960 se knihovna přestěhovala do domu čp. 77 na Pernštýnském náměstí, od roku 1968 se její prostory rozšířily o sousední dům. Roku 1962 byla otevřena pobočka na Skřivánku, 1966 v Polabinách a roku 1984 na Dubině.

Víte, že Pardubice mají právo vařit pivo již od roku 1531:

Udělil jej městu Vojtěch z Pernštejna, ale první zmínky o vaření piva v Pardubicích pocházejí již z počátku 16. století. Od roku 1646 se vyrábělo pivo v tzv. obecním pivovaru na rynku. Vařilo se bílé pšeničné a posléze ječné pivo. Roku 1872 přestal pivovar v těchto místech sloužit svému účelu a roku 1893 byl spolu se starou radnicí zbourán. V roce 1650 byl na pardubickém zámku postaven panský pivovar, který měšťanskému pivovaru konkuroval. O stavbě akciového pivovaru bylo rozhodnuto roku 1871, provoz začal roku 1872 a o rok později vznikla "Akciová společnost pivovaru v Pardubicích". Pivovar se proslavil svým výborným Porterem. V roce 1895 získal svou stálou pivnici v Praze.

Autor: Pardubický Kaleidoskop

ZDRAVÍnek vaří

Tvarohový sen s jahodami



Na korpus: 6 vajec, 180 g polohrubé mouky, 240 g cukru krupice, kakao, jahodová marmeláda

Na krém: 100 g řeckého jogurtu, 500 g měkkého tvarohu, 100 g cukru krupice, 50 g vanilkového cukru, 100 g másla, 400 ml smetany ke šlehání, 10 g želatiny

**Návod k přípravě:**

Nejprve připravte piškotový korpus. Z bílků a části cukru ušlehejte tuhý sníh, do kterého postupně přidávejte žloutky a zbytek cukru. Nakonec vmíste mouku. Dvě třetiny těsta oddělte, vmíchejte do nich kakao, čímž vznikne světlá a tmavá směs, ze kterých upečte dva tmavé a jeden světlý piškotový plát.

Krém připravte smícháním jogurtu, tvarohu cukru a másla. Želatinu namočte ve troše vody a ušlehejte spolu se smetanou. Následně přimíchejte do tvarohové směsi, kterou opět překryjte tmavým. Lehce utlačte a přidejte zbývající krém. Poté nechte několik hodin v chladu odpočinout a před podáváním ozdobte jahodami a šlehačkou.

Zapečené řízky

Pro 4 osoby budete potřebovat: 4 kuřecí stehenní řízky, 1 větší cibuli, hrst sušených hub, 100 g strouhaného tvrdého sýra, 200 g zakysané smetany, 200 g domácí tatarské omáčky, sůl, pepř, 2 snítky čerstvého rozmarýnu, 6 brambor, máslo.

Všechno pěkně poskládat

Hodinu předem namočte sušené houby do vody, aby nabobtnaly. Pokud jsou velké, pokrájejte je na menší kousky. Kuřecí stehenní řízky omyjte a očistěte od přebytečného tuku. Z obou stran je nasolte a opepřete. Poskládejte je na dno vyššího pekáčku a poklad'te kolečky cibule, kterou jste nakrájeli. Na cibuli dejte připravené houby a vše zalijte trochou vody.



V misce smíchejte zakysanou smetanu s domácí tatarkou a touto směsí pomažte řízky v pekáčku. Vše posypte strouhaným sýrem podle chuti, navrch dejte snítky čerstvého rozmarýnu a dejte péct do vyhřáté trouby na 180 °C na 45 minut. Během pečení občas zkontrolujte povrch sýra, měl by lehce zezlátnout. Po 45 minutách zvyšte teplotu na 200 °C, aby se vytvořila na povrchu zlatá kůrčička.

Brambory nakrájejte je na menší měsíčky a položte na menší plech. Okořeňte je solí a pepřem a poklad'te plátky másla. Dejte péct na 150 °C do trouby na zhruba 50 minut.

Autor: www.prozeny.cz

CZP-PK podporují

Ministerstvo práce a sociálních věcí
Pardubický kraj
Město Pardubice
Nadace Člověk Člověku
Výbor dobré vůle – Nadace Olgy Havlové
Nadace Charty 77 – Konto Bariéry
Nadace J&T
Mandre Group s.r.o.



Od 1. 1. 2010 do 31. 1. 2013 probíhá sociální rehabilitace v rámci Individuálního projektu Pardubického kraje na sociální služby. Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.