



FOKUS

M Ě S Í Č N Í K

Karlovarský kraj | ČERVEN 2018

**CHRÁNĚNÉ BYDLENÍ
v Karlových Varech (str. 7)**



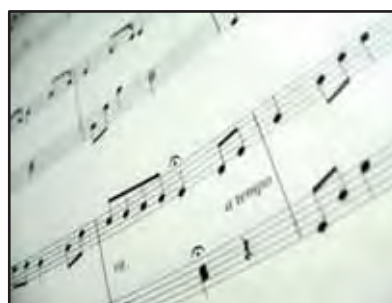
Výlet do LOKTE (str. 6)



ROZHOVOR: Petr Kohn
(str. 3)



Naše OBLÍBENÁ KULTURA
(str. 21)



► **Svépomocná skupina rodičů se koná v úterý 12. června. Sraz je v 16:00**
v Sokolově u kašny na Starém náměstí.



Rozhovor s Petrem Kohušem	3
Výlet do Lokte	6
Chráněné bydlení ve Varech	7
Aktivity v STD	10
Výzva	12
Recept z programu vaření STD	14
Co budeme vařit v květnu	15
Program STD	16
TT Sokolov: Program drop-inů	18
TT Sokolov: Pojděte s námi na film	19
Inzerce	20
Tvorba klientů	21
Tiráž, Měsíčník e-mailem	34



Chcete dostávat náš Měsíčník automaticky elektronickou poštou?
Jednoduše napište mail na: fokus.redakce@seznam.cz. Do předmětu
uveďte: **Měsíčník zasílání elektronicky.**



NOVÁ KREV V KARLOVARSKÉM FOKUSU

*Dostal jsem za úkol udělat rozhovor s někým z pracovníků Fokusu. Vybral jsem si svého nového case managera, **Petra Kohuše**. Původně jsem mě natáčet rozhovor na diktafon v malebném prostředí ostrovského zámeckého parku, ale kvůli nervozitě jsem nakonec poslal otázky na mail. Zajímavosti odpovědí to ale neubralo.*

► Jak jste se dostal k Vaší současné práci? Co jste dělal předtím? Proč zrovna Fokus – nějaký specifický důvod?

Asi náhodou – tedy jestli náhody existují. Spíš to tak mělo být. Ale nasměrovala mě jedna známá, která se pohybuje v sociální sféře. Dříve jsem pracoval jako rehabilitační pracovník v lázeňském hotelu, celkem 9 let. A moje pracovní náplň spočívala v plánování procedur pro klientelu, dále různé druhy masáží, elektroléčba nebo

pneumoakupunktura. A další má práce je s tělesně postiženými, s kterými se setkávám na bazéně 3x

týdně pod hlavičkou organizace „Kontakt bB“. Plaveme, rehabilitujeme, snažíme se, aby si plavec osvojil nové plavecké způsoby, nebo se pouze družíme, a to někdy také stačí. Této práci se věnuji také 9 let. A myslím, že to je jeden z důvodů proč Fokus. Lecším jsem si prošel a nemám strach z žádných výzev, které život přináší.

Město

Plzeň

► Jak se Vám líbí? Co se Vám na ní líbí nejvíc?

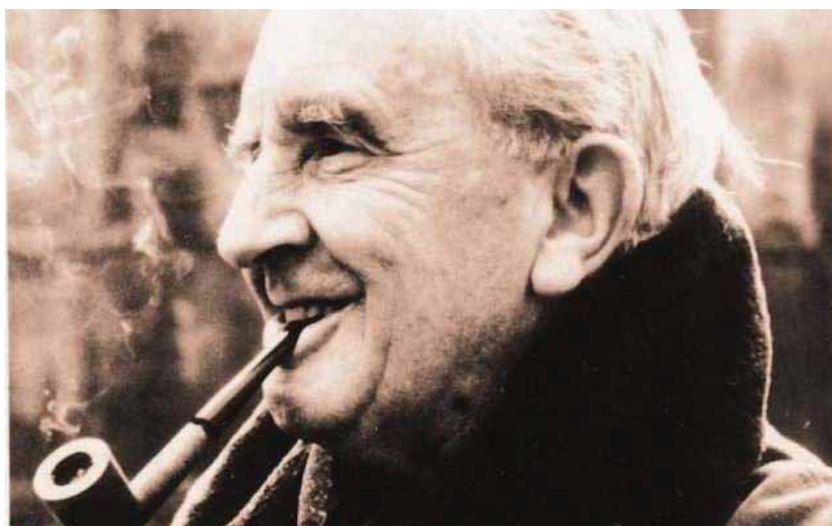
Z práce jsem nadšen, skvělý krajský kolektiv s milou atmosférou a zajímavá práce s lidmi, kteří potřebují radu, konkrétní pomoc nebo službu. Samo sebou je to psychicky zatěžující, jelikož denně komunikujete s lidmi různé nálady a rozpoložení. A leckdy to nejde jen tak hodit za hlavu. Ale o tom to právě je.

► Do USA jedete pracovně?

Do USA doprovázím výpravu tří vozíčkářů a dalších dvou asistentů, kdy každý z nás má na starost jednoho člověka s handicapem. Za dva dny odlétám a pomalu začínám být zvědav, jaké to vše bude.

► Čtete? Pokud ano, co? Kupříkladu Aristotela znáte, co jeho učitel, Platón? Nějaká konkrétní filozofická škola?

Sice kvůli mým aktivitám už moc nezbývá čas na čtení, ale snažím se aspoň denně něco přelouskat. Vyrostl jsem na „brakové“ literatuře jako J. R. R. Tolkien, A. C. Clark a Stephen King, ale v současné době se nebráním ničemu. Ať už je to beletrie: Jirásek, Komenský, Remarque, Kundera, Čapek nebo Orwell a také psychologicko-filozofická literatura, například Jung a jeho pokračovatelé.



► *Spisovatel J.R.R. Tolkien, autor knihy Pán prstenů*

► Z hudby asi máte rád rock, usuzuji tak z toho, že jste členem karlovarské hudební skupiny Liwid, říkám to správně? Nějaké konkrétní kapely, vyjma Beatles, o kterých jsme spolu mluvili?

Hned na vysvětlenou musím opravit, že členem kapely Liwid jsem nebyl, nejsem a nebudu. 😊 Hrál jsem v jedné karlovarské studentské kapele během střední školy, pak v orchestru ZUŠ Loket & Horní Slavkov, dále v již neexistující bigbítové kapele Valium a současně hraji na bicí v kapele „Lebedy“, což je taková směska stylů a žánrů vlastního repertoáru a pak také v uskupení pojmenovaném „...a Basta!“ složené z dobrovolníků a plavců, kdy hrajeme pouze převzatou tvorbu. A co se týče poslechu, dnes se asi kromě dechovky a

metalu nebráním snad ničemu. Čím jsem starší, tím je žánrový vkus širší. Jako rodilý Plzeňák jsem vyrostl na kapele Znouzectnost, s kterou mě pojí i rodinné vazby. A v rámci puberty se rozjel vlak, zprvu o jedné soupravě, na kterou se časem napojovaly další a další vagóny. První byl punkrock (The Clash, Dead Kennedys, Ramones), pak new wave (The Police & Sting, The Cure, The Stranglers), ska (Madness, Specials, Beat), reggae (Peter Tosh, Bob Marley & čr kapely), rock (The Doors, Arctic Monkeys, Lou Reed, Beatles & Lennon), elektro (Prodigy, FTBS, Björk) nakonec i soul, blues, jazz, swing, kdy si kromě Amy Winehouse a ZAZ na jinou konkrétní kapelu nevzpomenu. ◀

Tomáš Kovačik



Citáty

► *Existuje všeobecný zákon, který přikazuje rodit se a umírat.*

Publilius Syrus (Sent. L. 5.)

► *Je dobré nikoliv pouze žít, nýbrž dobře žít.*

Seneca (Ep. 70, 4)



VÝLET S TT SOKOLOV DO LOKTE

Už máte plány na tento měsíc? Nechtělo by se Vám třeba někam na VÝLET? Nevíte? ... Jestli JO, NE nebo KAM? Možná pro Vás máme nápad, který Vás zaujme... ☺ Co třeba vyrazit se sokolovským terénním týmem do LOKTE? ☺

KDY: Rádi bychom Vám pomohli zpříjemnit (doufejme ☺) předposlední víkend v měsíci červnu, tj. **23. 6. 2018**, přičemž bychom se cca mezi **8:45 – 9:00** hod. *sešli před OSSZ v Sokolově* (Okresní správa sociálního zabezpečení – nachází se naproti autobusovému nádraží).

KAM: Na kamenný královský *hrad Loket*, více než 800 let staré sídlo, tyčící se na žulovém masívu, který obtéká řeka Ohře. Můžete se těšit na jeho *prohlídku* (vstupné zdarma – nutno s sebou mít potvrzení o ID, případná účast průvodce po domluvě s ohledem na počet návštěvníků), *procházkou* městem, případně stezkou či na *dobrou kávu* nebo *něco dobrého na zub* dle vlastního uvážení (takže nějakou tu kačku si vezměte pro jistotu s sebou ☺).



JÍZDNÍ ŘÁDY: Klientům z KV jede např. autobus z terminálu v 8:05 nebo vlak v 8:42. Z Chebu pak jede autobus v 8:15. Na pomoc s dalšími spoji šitými Vám přímo na míru se obraťte na své CM ☺ *Ze Sokolova nám pak jede autobus do Lokte v 9:25.*

ZPÁTEČNÍ CESTA: Z Lokte do Sokolova jede autobus ve 13:13 nebo v 16:09. Do KV pak jede autobus ve 14:20 nebo ve 14:53 vlak a další vlak v 16:21. Do Chebu jede vlak v 13:34, 15:05 anebo 17:05.

PÁR SLOV OD NÁS NA ZÁVĚR: ☺☺☺ Budeme se *těšit na hojnou účast a doufat* v to, že nám bude *počasí přát*. Také bychom Vás chtěli *poprosit o potvrzení Vaší účasti u svých CM*, kteří Vám určitě rádi zodpoví i další dotazy či Vám poví, jak moc je Loket a jeho hrad krásný, a jak dobrou kavárnu tu mají... ☺☺☺

☺ *a že proto byste si tento výlet určitě neměli nechat ujít!* ☺

☺ A teď už na viděnou s brzkým shledáním Vás zdraví Pája Průšová, tel.: 778 712 228 a Míša Langhojerová, tel.: 778 407 852 ☺

CHRÁNĚNÉ BYDLENÍ V KARLOVÝCH VARECH

Novou službou karlovarského Fokusu je chráněné bydlení, do něhož se zapojili již první klienti. Na otázky týkající se této nabídky odpovídala **Denisa Smíšková** z karlovarského terénního týmu.

► **Můžete přiblížit službu chráněného bydlení? Pro koho je určená, co je jejím cílem?**



Zájemce o bydlení musí být samozřejmě klientem Fokusu. Každý případ se posuzuje individuálně, zvažuje se celá situace klienta a mluvíme s ním o tom, jaké klady či záporny by mu tento životní krok přinesl. Jedná se o podporované bydlení, služba má simulovat běžné bydlení v bytě. Klient by se měl během pobytu naučit např. vařit, uklízet, dojit si na nákup, k lékaři, přivolat opraváře, najít si práci. Klienti dělají běžné věci, jako zdraví lidé, prozatím s podporou Fokusu. Cílem bydlení je odchod klienta do vlastního bydlení.

► **Jaký je o službu nyní zájem? A jaká je její kapacita?**

Myslím si, že zájem o bydlení je docela velký, v současné době jsou všechna místa obsazená a již víme o několika dalších případných zájemcích, kteří by v případě uvolnění místa připadali v úvahu. Kapacita je v současné době 8 klientů, v budoucnosti by v domě mohl bydlet ještě pár s dítětem.

► **Jde o bydlení dočasné, nebo trvalé? Předpokládá se, že klienti si časem najdou vlastní bydlení?**

Bydlení se poskytuje na jeden rok, s tím že se může prodlužovat až na tři roky. Záleží na konkrétním případě. Někdo si dokáže najít vlastní bydlení už po roce, jiný potřebuje delší dobu. Podporované bydlení rozhodně není natrvalo.

► **Nevyskytují se některé problémy, třeba jestli se sousedi nebrání tomu, aby v jejich blízkosti bydlel psychicky nemocný člověk?**

Sousedy jsme samozřejmě informovali o tom, že v bydlení budou bydlet lidé s chronickým duševním onemocněním, byli dokonce přizváni i na den otevřených dveří, aby se s novou situací mohli lépe seznámit. Prozatím nevidujeme žádné stížnosti nebo problémy v souvislosti se sousedy.



► *Chráněné bydlení (ilustrační foto)*

► **Jde v některých případech také o nácvik sociálních dovedností, nácvik samostatného bydlení? Jsou součástí programu chráněného bydlení třeba návštěvy sociálního pracovníka?**

Ano, všichni sociální pracovníci z našeho týmu se denně střídají, vždy je někdo přítomen v domě a věnuje se klientům, kteří nedochází do zaměstnání ani třeba v ten konkrétní den nemají jinou aktivitu. Jedná se o nácviky vaření, úklidu, orientace v okolí, doprovod k lékaři apod. Sociální pracovník tam třeba není celých 8 hodin v kuse, odjede např. na poradu, ale vždy se na dům vrátí a zkontroluje situaci.

► **Jedná se o bydlení v samostatných bytech, jak velkých? Byty jsou soustředěné na jednom místě?**

Byty se nacházejí v jednom domě, jedná se o tři třípokojové a dva dvoupokojové byty. To znamená, že v každém bytě je WC, koupelna, kuchyň a dvě nebo tři samostatné ložnice.

► **Kolik to klienta stojí měsíčně?**

Bydlení měsíčně stojí 4 500 Kč, v ceně je bydlení, energie i internet.

► **Jde o službu pouze v Karlových Varech, nebo se připravuje i jinde – v Chebu, Sokolově?**

Podporované bydlení se nyní od 1. 5. otevřelo i v Chebu, kde by měl obdobně fungovat i chebský tým Fokusu. ◀

Michal Černý



Citáty

► *Nemáme se starat, abychom žili dlouho, ale abychom žili plně.*

Seneca (Ep. 93, 2)

► *Nikoliv žít, být zdrav je život.*

Martialis (Epigr. VI, 70,15)

► *Nikomu nepatří život, však užívat mají ho všichni.*

Lucretius (Nat. III, 971)



Sociálně-terapeutická dílna (STD) Karlovy Vary

STD A NAŠE AKTIVITY V MĚSÍCI KVĚTNU

- ▶ Začátkem měsíce května jsme u příležitosti zahájení Lázeňské sezóny v Karlových Varech společně navštívili řemeslný jarmark, porcelánové slavnosti a farmářské trhy.
- ▶ Nechyběl oblíbený turnaj v šípkách, který jsme si pro zájem ještě jednou zopakovali. Všichni jsme se dobře bavili. Máme termín i na červen, a to na **7. 6. 2018 v 11:00**. Přijďte si s námi zahrát a pobavit se.
- ▶ Uskutečnila se Kinokavárna s oblíbeným popcornem, zvítězila česká komedie.
- ▶ Trochu sportovního vyžití nám neuškodí, a proto jsme se vypravili na bowling, který máme hned vedle STD. Pokračujeme i v červnu, **11. 6. 2018 od 15:00 do 16:00**.
- ▶ Pohyb je zdravý a nejjednodušší je chůze. Celodenní výlet do Svatošských skal je náš každoroční rituál. Naplánovali jsme si ho i letos, abychom ušli pár kilometrů pro zdraví a pokochali se krásnou přírodou. Zradilo nás ale počasí, a proto jsme výlet přesunuli na měsíc červen. Místo výletu jsme v STD tvořili barevné koláže, které nám zkrášlí prostředí naší dílny.



A co nás čeká v měsíci červnu?

Podívejte se do programu STD a zapojte se do našich akcí.

Těšíme se vás, na vaše nápady, podněty, názory. ◀

Dáša, STD



▶ „Jak dopadl ten zápas?“ ptá se manželka fotbalisty, který se právě vrátil z utkání. "Nic moc, prohráli jsme tři nula. Ale dal jsem tři góly!"

▶ V Monaku zakázali hrát fotbal kvůli stále se opakujícím problémům. Každou chvíli jim míč vletěl do Itálie nebo do Francie.



VÝZVA

Výzva pro všechny klienty Fokusu, kteří se zabývají nějakou tvorbou – ať už je to sbírání poštovních známek, šití nebo háčkování, nebo třeba sbírání bižuterie. Své výtvořky či sbírky mohou od **ledna 2018** poslat do Sociálně-terapeutické dílny (STD) v Karlových Varech. Doplníme k tomu krátké povídání o tom, kdo se čím zabývá, uspořádáme výstavu v prostorách STD, a budeme o tom informovat i v našem FOKUS Měsíčníku. ◀



► *Víte, proč je Bill Gates nejbohatší člověk na světě?
Protože za chyby se platí.*

► *Lidé se dělí do 10 skupin: ti, co rozumí binárnímu kódu, a ti, co ne.*



RECEPT Z PROGRAMU VAŘENÍ STD

„Buchta líné ženské“

Milí klienti, udělejte si dobrou buchtu líné ženské, která zabere málo času a zvládne ji každý.



POTŘEBNÉ PŘÍSADY:

- ▶ 4 balíčky Bebe sušenek – dva světlé a dva tmavé
- ▶ marmeláda
- ▶ 3 vanilkové pudinky na 1 litr mléka
- ▶ 2 vanilkové cukry a 3 lžice cukru krystal
- ▶ 2x zakysaná smetana, strouhaná čokoláda

POSTUP PŘÍPRAVY:

Na plech na pečící papír dáme vrstvu Bebe sušenek, pomažeme je marmeládou a dáme druhou vrstvu Bebe sušenek, střídáme světlé a tmavé. Potřeme je uvařeným a vychladlým pudinkem a dáme na to další 2 vrstvy sušenek, které opět pomažeme marmeládou. Potřeme dvěma zakysanými smetanami. Nakonec posypeme strouhanou čokoládou.

Dáme vychladit do ledničky. Po vychlazení rozkrájíme na menší kousky.

Dobrou chuť 😊

CO BUDEME VAŘIT V ČERVNU?

V pondělí je cena jídla 30,- Kč. Vaří se polévka a něco sladkého.

Ve středu je cena jídla 45,- Kč a vaříme hlavní chod.

PO 04. 6.	Brokolicová polévka s mrkví, Bábovka Albert
ST 06. 6.	Sojové výpečky, brambor s dipem
PO 11. 6.	Pórková polévka s česnekem, Ovocná bublanina
ST 13. 6.	Kuskus s kuřecími prsy
PO 18. 6.	Hrachová polévka, Evin krtekův dort na plech
ST 20. 6.	Rajská omáčka s hovězím masem knedlík-těstoviny
PO 25. 6.	Krémová polévka z cukety, Kefírová buchta s drobenkou
ST 27. 6.	Salát Coleslaw s bagetkou
PO 2. 7.	Vločková polévka, Moučník z BEBE sušenek
ST 4. 7.	Karbanátky s bramborem



PROGRAM ČERVEN – Změna programu vyhrazena

1.6.	7:30 – 9:00	9:00 – 12:00	12:00 – 13:00	13:00 -14:30	14:30 – 15:30
Pátek	Nestrukturovaný program	Páteční úklid STD + pečení	Pauza na oběd	Společenské hry	Nestrukturovaný program

4.6. – 8.6.	7:30 – 9:00	9:00 – 12:00	12:00 – 13:00	13:00 -14:30	14:30 – 15:30
Pondělí	Nestrukturovaný program	Vaření	Pauza na oběd	Hudební/filmový klub (Youtube, Karaoke, film)	Nestrukturovaný program
Úterý	Nestrukturovaný program	Trénink kog. funkcí, od 11:00 program dle dohody	Pauza na oběd	Pečení domácích sušenek	Nestrukturovaný program
Středa	Nestrukturovaný program	Vaření	Pauza na oběd	Společenské hry (bez terapeutů)	Nestrukturovaný program
Čtvrtek	Nestrukturovaný program	Dopoledne s Tomášem Turnaj v šipkách 11:00-12:00	Pauza na oběd	Kreativní činnosti	Nestrukturovaný program
Pátek	Nestrukturovaný program	Páteční úklid STD + pečení	Pauza na oběd	Společenské hry	Nestrukturovaný program

11.6. – 15.6.	7:30 – 9:00	9:00 – 12:00	12:00 – 13:00	13:00 -14:30	14:30 – 15:30
Pondělí	Nestrukturovaný program	Vaření (od 10:30 s terapeuty)	Pauza na oběd	Hudební/filmový klub (Youtube, Karaoke, film)	Nestrukturovaný program BOWLING 15:00-16:00
Úterý	Nestrukturovaný program	9:00 – 10: 45 trénink kog. funkcí, 10: 45 – 11:30 pauza, 11:30 – 14:00 procházka Karlovými Vary			Nestrukturovaný program
Středa	Nestrukturovaný program	Vaření	Pauza na oběd	Společenské hry	Nestrukturovaný program
Čtvrtek	Nestrukturovaný program	Zahradní aktivity v Anglické s Tomášem	Pauza na oběd	Kreativní činnosti Cvičení s terapeutkami	Nestrukturovaný program
Pátek	Nestrukturovaný program	Páteční úklid STD + pečení	Pauza na oběd	Společenské hry	Nestrukturovaný program

18.6. – 22.6.	7:30 – 9:00	9:00 – 12:00	12:00 – 13:00	13:00 -14:30	14:30 – 15:30
Pondělí	Nestrukturovaný program	Vaření	Pauza na oběd	Hudební/filmový klub (Youtube, Karaoke, film)	Nestrukturovaný program
Úterý	Nestrukturovaný program	Trénink kogn. funkcí, Beseda na dané téma	Pauza na oběd	Kreativní činnosti	Nestrukturovaný program
Středa	Nestrukturovaný program	Vaření	Pauza na oběd	Společenské hry	Nestrukturovaný program
Čtvrtek	Nestrukturovaný program	Dopoledne s Tomášem	Pauza na oběd	Procházka	Nestrukturovaný program
Pátek	Nestrukturovaný program	Páteční úklid STD + pečení	Pauza na oběd	Společenské hry	Nestrukturovaný program

25.6.– 29.6.	7:30 – 9:00	9:00 – 12:00	12:00 – 13:00	13:00 -14:30	14:30 – 15:30
Pondělí	Nestrukturovaný program	Vaření	Pauza na oběd	Nákup prostředků a potravin do STD	Nestrukturovaný program
Úterý	Nestrukturovaný program	Trénink kogn. funkcí, od 11:00 program dle dohody	Pauza na oběd	Zahradní aktivity v Anglické	Nestrukturovaný program
Středa	Nestrukturovaný program	Vaření	Pauza na oběd	Společenské hry	Nestrukturovaný program
Čtvrtek	Nestrukturovaný program	CELODENNÍ VÝLET STD 9:30 – 14:30 s Tomášem			Nestrukturovaný program
Pátek	Nestrukturovaný program	Páteční úklid STD + pečení	Pauza na oběd	Hudební/filmový klub (Youtube, Karaoke, film)	Nestrukturovaný program

2.7. – 6.7.	7:30 – 9:00	9:00 – 12:00	12:00 – 13:00	13:00 -14:30	14:30 – 15:30
Pondělí	Nestrukturovaný program	Vaření	Pauza na oběd	Hudební/filmový klub (Youtube, Karaoke, film)	Nestrukturovaný program
Úterý	Nestrukturovaný program	9:00 – 10: 45 trénink kog. funkcí, 10: 45 – 11:30 pauza, 11:30 – 14:00 procházka Karlovými Vary v rámci Filmového festivalu			Nestrukturovaný program
Středa	Nestrukturovaný program	Vaření	Pauza na oběd	Společenské hry	Nestrukturovaný program
Čtvrtek	STÁTNÍ SVÁTEK – STD UZAVŘENA				
Pátek	STÁTNÍ SVÁTEK – STD UZAVŘENA				

- ▶ Sedíte sami doma?
- ▶ Nudíte se?
- ▶ Chcete se něco dozvědět a potkat se s ostatními?
- ▶ Rádi se bavíte a smějete?
- ▶ Přijďte na kafčo a popovídání do zasedačky:



DROP-IN Sokolov – každé úterý

v zasedačce, 9 – 12 hodin

Data konání drop-inů:

- 5.6. Drop-in
- 12. 6. Drop-in
- 19. 6. Zrušeno kvůli konání multi-týmu.
- 26. 6. Zrušeno z organizačních důvodů.

(Změna programu vyhrazena.)

Akce:

Hraní kulečnicku by mohlo být v **úterý 19. 6.** – kdo by si chtěl zahrát, ať se ozve svojí CM. Kdokoli z klientů může přijít s vlastními návrhy na aktivity a přihlásit se s nimi u své CM.



Červen - pojd'te s námi do kina!

(vstupné: 60 Kč)



Kino Alfa v Sokolově od **10 hodin**:

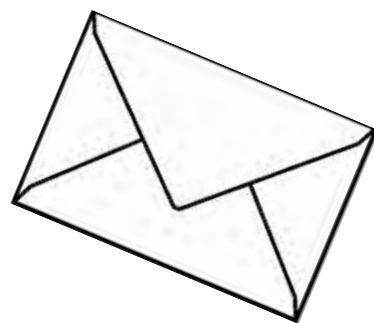
Úterý 19. 6. – film „Na krátko“

Na krátko (2018) je český film režiséra Jakuba Šmída. Jedná se o dramatický příběh o dětech, které musí rychle dospět, protože zjistí, že jim rodiče lžou. Snímek vychází z knihy Zmizet (2009) od Petry Soukupové, konkrétně ze druhé ze tří povídek, Na krátko.

Úterý 26. 6. – film „Dámský klub“

Čtveřici dlouholetých kamarádek pojí kromě pevného přátelství společná záliba v knihách. Pravidelně se scházejí ve svém dámském knižním klubu. Jednoho dne se ponoří do lechtivě erotického románu Padesát odstínů šedi. Tahle volba se ukáže jako více než inspirativní...

Inzerce



Také přemýšlíte, že byste rádi vyrazili do kina, do bazénu, na nějakou kulturní akci, nebo si šli rádi zasportovat, a samotným se Vám jít nechce?

Možná, že takhle přemýšlíme všichni a jen o sobě nevíme.

Proto Vám zde nabízíme možnost inzerce.

Znění inzerátu můžete zaslat mailem na adresu: fokus.redakce@seznam.cz (do předmětu prosím napište „INZERÁT“), nebo přímo terapeutům v STD.

Nezapomeňte zde uvést svůj kontakt. Ten nebude zveřejněn v inzerátu, ale budou Vám na něj zaslány odpovědi na Váš inzerát. ◀

Inzerát

„Hledám kamarádku, která by se mnou zašla na kávu a pak se uvidí. Budete-li mít zájem, kontaktujte mě přes redakci. Děkuji. Honza.“

Chcete-li na inzerát reagovat, pošlete prosím odpověď na e-mailovou adresu fokus.redakce@seznam.cz, a Honza se vám v případě zájmu ozve.

Citáty

► *Z vlastní sklizně si žij.*

Messe tenus propria vive.

Persius (Sat. VI, 25)

► *Kéž nám je přáno žít.*

Liceat modo vivere.

Iuvenalis (Sat. I, 2, 135)



Tvorba klientů



Vážení čtenáři našeho Měsíčníku,
připravujeme pro vás nadále tuto rubriku.

V každém čísle se zaměříme na nějaké zajímavé téma a budeme rádi, když si s námi vždy jedno úterý v měsíci přijdete na dané téma povídat a pomůžete nám ho zpracovat.

Nové téma na červenec:

„Jaké je moje nejoblíbenější zvíře, a proč?“



My, členové redakční rady se sejdeme v **úterý 19. června 2018 v 10:00** v prostorách terapeutické dílny v Karlových Varech. Přijďte si povídat?

Pokud se chcete zapojit i „na dálku“, svoje příspěvky k tématu prosím zasílejte na e-mail: fokus.redakce@seznam.cz ◀



HEMINGWAY, ORDINACE V RŮŽOVÉ ZAHRADĚ A HEAVY METAL

Na setkání v karlovarské sociálně-terapeutické dílně (STD) jsme se tentokrát bavili o kultuře – jaké jsou naše nejoblíbenější knihy, filmy nebo hudba.

Většinou jsme zmiňovali filmy nebo hudbu, zatímco literaturu příliš ne. Je známá věc, že dneska se už tolik nečte, a spíš se sleduje televize nebo YouTube. Našly se ale výjimky – jednomu klientovi se líbí knihy spisovatele Ernsta Hemingwaye, a to hlavně dílo *Stařec a moře*. Kniha pojednává o smyslu života, a americký spisovatel za něj dostal Nobelovu cenu.

Další oblíbená díla už nebyla tolik „intelektuální“. Jedna klientka uvedla, že hodně sleduje program Prima ZOOM, kde běží dokumenty o zvířatech. Dívá se na pořad ve stylu reality-show, kdy vysadí člověka v divočině, a divák pak sleduje, jak dotyčný bojuje o přežití. Kromě toho účastnice naší debaty často zmiňovaly, že se dost často dívají na pořady typu *Ordinace* či *Ulice v růžové zahradě*. Sám tyto nekonečné seriály nejsem schopný vnímat, ale chápu, že ženskou část populace zkrátka obvykle baví pořady, kde hrají velkou roli emoce.



Klient, který v dětství navštívil USA, byl v Americe v kině na filmu *Toy Story* (Příběh hraček), zaplatil za to jeden dolar. Jinak mě celkem překvapilo, že v oblasti hudby dost často zaznívalo, že máme rádi death-metal, Kabáty – tedy celkově spíš tvrdší muziku. Často se ozývaly názvy kapel jako Helloween nebo třeba brazilská Sepultura.

Útěk před pronásledovateli

Za svůj oblíbený film jsem označil *Tři dny kondora*, v hlavní roli s Robertem Redfordem. Jde o špionážní thriller, kdy hlavní hrdina, zaměstnanec výzkumného centra, prchá před pronásledovateli. Ve svém bývalém zaměstnání

měl za úkol číst a analyzovat knihy brakové literatury, a například z detektivek zjistit, jaké triky se dají používat při kriminální činnosti. Právě proto, že získal hodně informací, dokáže se schovávat velmi inteligentně, a své pronásledovatele obelstí.

Z oblasti literatury dále zaznívala jména Jaroslava Foglara, nebo pohádky bratří Grimmů. Většinou se ale beletrie už moc nečte, spíš odborná literatura, například knihy o osobnostním rozvoji. Zmínil jsem, že jako spisovatele nejvíc obdivuju Poláky –



Stanislawa Lema jako nejlepšího světového autora sci-fi, a Andrzeje Sapkowského jako naprostou jedničku v žánru fantasy. Právě proto, že polština a čeština jsou blízké jazyky, se tito autoři dají dobře přeložit a český čtenář je schopný je dobře vnímat.

Rozpětí naší oblíbené kultury tedy bylo dost široké – od nekonečných seriálů typu Ordinace v růžové zahradě, přes death metal, až po Hemingwaye nebo Stanislawa Lema. Na našem setkání se mi ale potvrdilo, že literatura se do naší uspěchané doby už příliš nehodí. ◀

Michal Černý

▶ *Krátké živobytí naději dlouhou nám nedovolí sprádat.*

Vitae summa brevis spem nos vetat inchoare longam.

Horatius (Carm. I, 4, 15)

▶ *„Já budu žít, to, věř mi, by moudrý neřekl nikdy: zítra pozdě je žít, snaž se proto žít dnes!*

Non est, crede mihi, sapientis dimere, vivam': sera nimis vita, est crastina, vive hodie!

Martialis (Epigr. I, 15, 11)



Komiks na pokračování – 2. část

RAGO

Moje dívka

Weronika je velice krásná dívka. Blond. Jezdí spolu na vyjížďky na koních po okolí. Pijí z potoků a pasou koně.

Jednou Nika pozvala RAGA na oběd. Měla plné ruce práce. Joe jí však řekl: „Sedni si a budem si povídat, ano?“

- „Kromě přírody se mi líbí taky technika,“ řekla Weronika. „Chci brzy letět do kosmu.“
- „A co hvězdné brány? Zdají se ti lepší než rakety?“
- „Ano. Jsou rychlejší a praktičtější. Vesmír je vlastně jedna planeta. Náš ráj,“ hořela nadšením Nika.
- „Tak to máme stejný názor. Líbíš se mi. Chceš se mnou do vesmíru?“ zeptal se Joe.
- „Chci. Určitě tam zažijeme dobrodružství.“
- „Tak tě zvu na misi do Afriky. Tam je hodně hvězdných bran,“ usmál se Joe.
- „Souhlasím,“ přitakala Weronika.

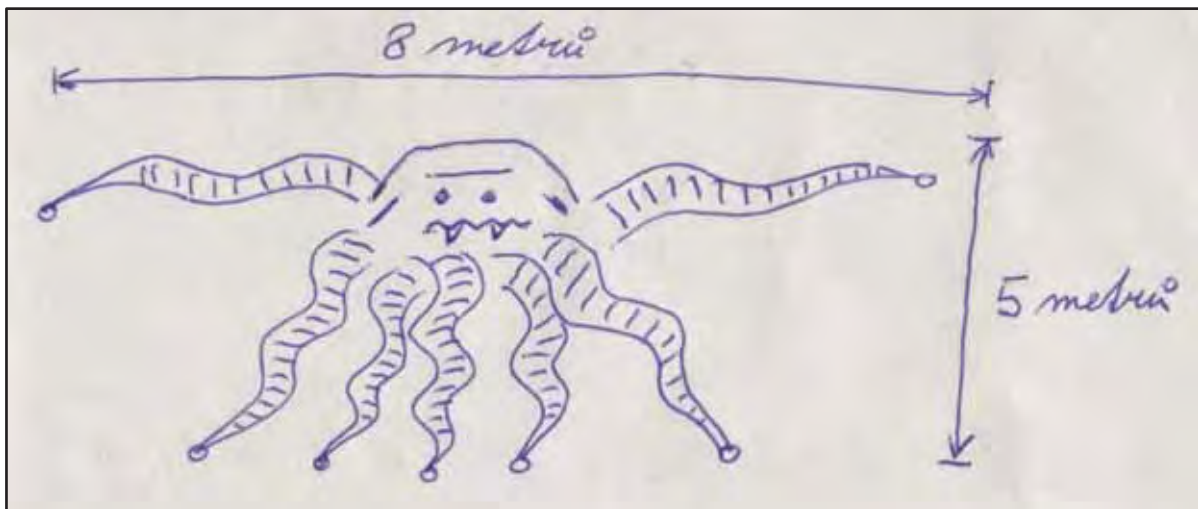
Kosmické nebezpečí

V Africe je krásně. Je tam pořád slunce, či déšť, je tam plno zvířat – hrochů, žiraf, antilop, slonů, zeber, lvů, gazel, tygrů a leopardů, chameleonů a jiných zajímavých tvorů.

Jednou se stalo, že hrochovi zastoupil do hvězdné brány zvláštní stroj. Byl to b-robot. Tehdy ho nikdo neznal. Tento stroj byl určen k zabíjení zvířat a lidí. Vyvinuli ho lidé, kteří se hlásili k vůdci Adolfovi. Joe však nenechal věci jen tak a učinil opatření. Vyvinul kosmické silové pole řízené počítačem PEPSEM. Počítačovým Elektronickým Programovaným Systémem (PEPS)

Bylo to silové pole, které dokázalo zneškodnit jakoukoli zbraň.

Silové pole bylo napojeno na kolektiv kosmonautů, z nichž jeden byl RAGO a druhá NIKA. Systém byl schopen vyrazit zbraň z chapadla b-roboty, nebo robota úplně spálit. PEPS je hlavou tohoto systému silového pole.



► Obrázek prvního b-roboty, který se objevil v Africe.

Josef Srpek

► Mezi spolupracovníky:

„Víš, že tě mnoho lidí považuje za flegmatika?“

„No, mě je to jedno.“



► Zaměstnanec přijde za šéfem a řekne: „Chci přidat!“

Šéf: „Tak přidej!“

MISTROVSTVÍ SVĚTA 2018 V LEDNÍM HOKEJI V KODANI

ČESKÁ REPUBLIKA MĚLA NA MISTROVSTVÍ SVĚTA V LEDNÍM HOKEJI TYTOSOUPEŘE – SLOVENSKO, ŠVÉDSKO, RUSKO, BĚLORUSKO, ŠVÝCARSKO A FRANCII.

▶ SE SLOVÁKY JSME VYHRÁLI **2:1** PO PRODLOUŽENÍ

▶ SE ŠVÉDY JSME PROHRÁLI **2:3**.

▶ SE ŠVÝCARY **5:4** PO SAMOSTATNÝCH NÁJEZDECH.

▶ S RUSKEM JSME VYHRÁLI **4:3** PO PRODLOUŽENÍ.

▶ S BĚLORUSKEM JSME VYHRÁLI **3:0**.

▶ S FRANCÍI JSME VYHRÁLI **6:0**.

▶ DO ČTVRTFINÁLE JSME DOSTALI 2. ZE SKUPINY B, A TO BYLO USA. PROHRÁLI JSME **2:3**.

USA HRÁLO SEMIFINÁLE SE ŠVÉDSKEM A PROHRÁLO **0:6**.

PO PROHŘE SE ŠVÉDSKEM HRÁLI O BRONZOVÉ MEDAILE S KANADOU A TU PORAZILI **4:1**.

FINÁLE HRÁLI ŠVÝCAŘI A ŠVÉDOVÉ A ŠVÉDOVÉ VYHRÁLI **3:2** PO SAMOSTATNÝCH NÁJEZDECH.

VÍTĚZEM MISTROVSTVÍ SVĚTA V LEDNÍM HOKEJI V ROCE 2018 SE STALO **ŠVÉDSKO**. STŘÍBRNÉ MEDAILE ZÍSKALI **ŠVÝCAŘI**. A BRONZOVÉ MEDAILE PATŘÍ **AMERIČANŮM**.



2018

**ICE HOCKEY
WORLD
CHAMPIONSHIP
DENMARK**

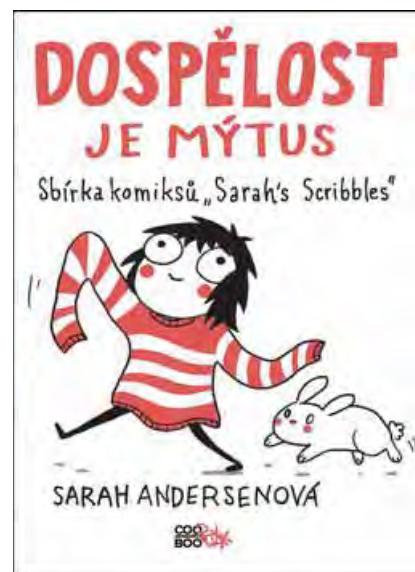
Copenhagen - Herning

Eva Příbylová

Dospělost je mýtus

Dnes jsem přečetl knihu komiksů Sarah Andersen s názvem *Dospělost je mýtus*. Kniha vypráví o pastech a strastech dospělého, avšak studentského amerického (ale tady to je v době globalizace asi univerzální) života převážně humornou formou. Ale občas je ten humor trochu smutný. Autorka je dvaadvacetiletá introvertka, čerstvě zamilovaná, která má za imaginárního přítele mluvícího králíčka, nedokáže se zbavit svých starých plyšáků, nepřipadá si hezká a tak vůbec. Nevím, asi má bezdůvodně sražené sebevědomí. Ale líbilo se mi to. Občas jsem se našel, ale hlavně jsem se dobře bavil. Zkontrolujte můj komentář na cddb.cz.

Doporučuju! ◀



Tomáš Kovačik



► „Všichni rádi věříme tomu, že problém spočívá v druhých lidech. Dává nám to pocit, že jednáme správně a že my sami nemusíme nic měnit.“

John Whitmore

► „Problém současného světa je, že hlupáci jsou skálopevně jistí, ale lidé inteligentní jsou plní pochybností.“

Bertrand Russell

Poezie

Anotace: Ranní meditace

Sbírky: Největší (s)hity, The Very Best of Pán rostlin, Psychedelický Logos

chaotický atraktor

lidské duše jako fraktáloví skřítki

bytosti utkané ze světla

monstra hyperprostoru

je tohle poslední chyták v realitě, nebo jenom jejich začátek?

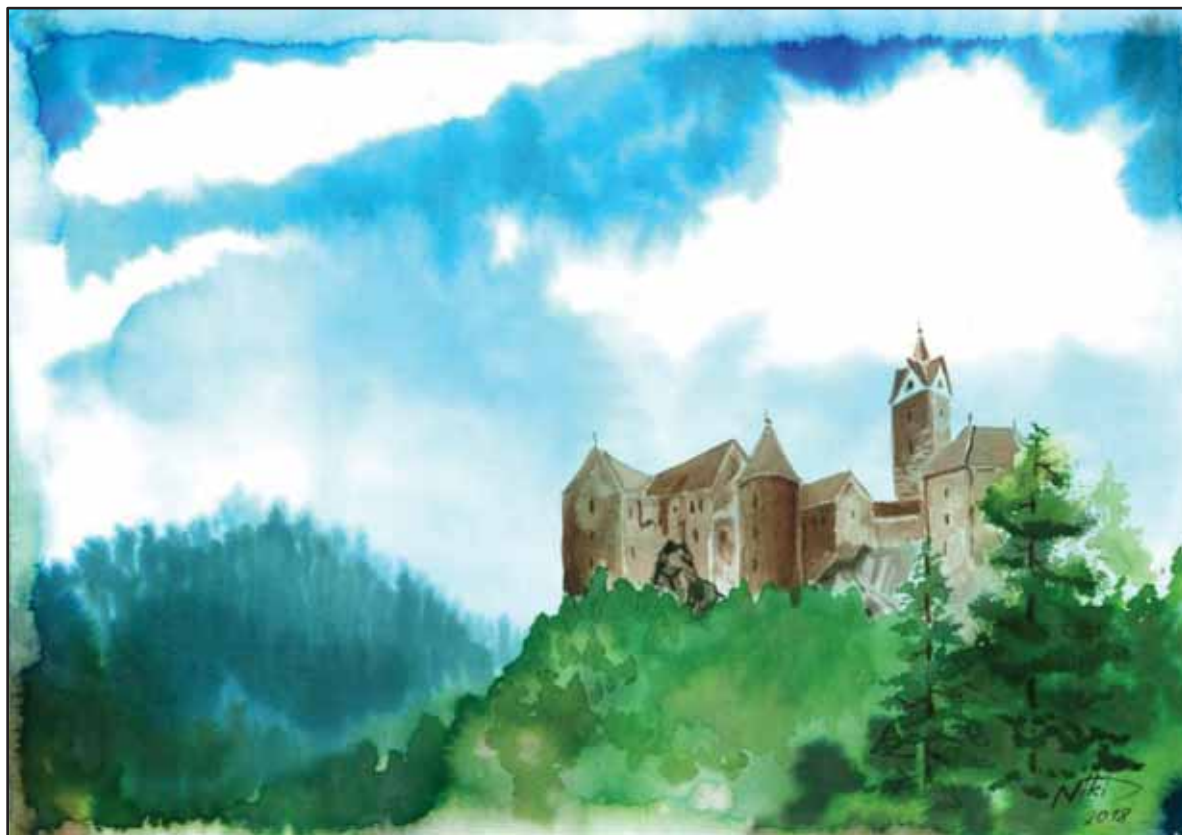
Tomáš Kovačik

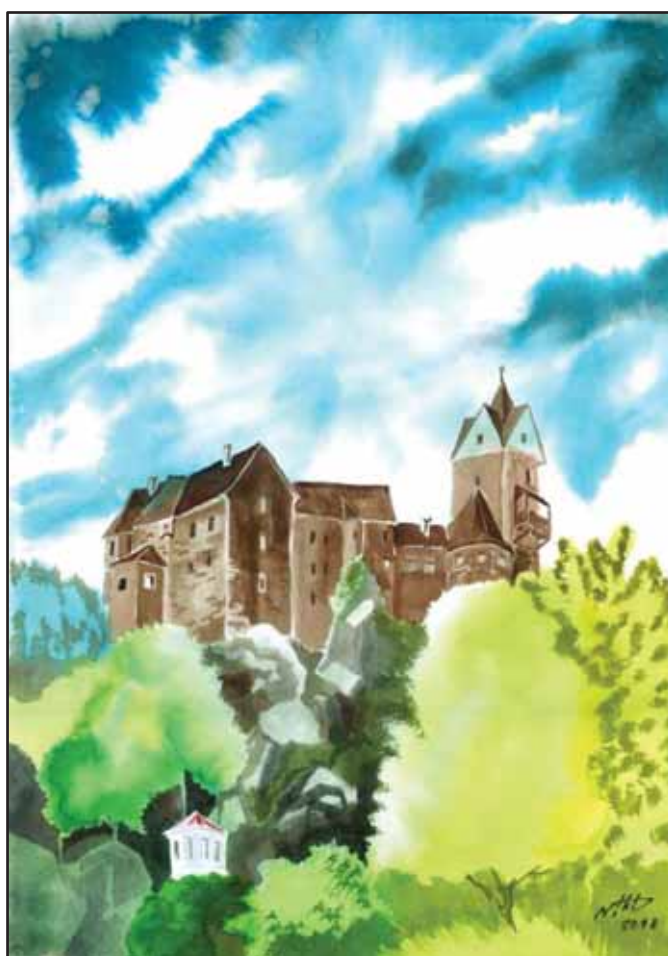
► *Není důležité milovat, nebo nenávidět. Důležité je pochopit.*

► *„Pouze ti, kteří byli natolik naivní, že si mysleli, že dokážou změnit svět, ho dokázali opravdu změnit.“*

Steve Jobs

OBRAZY NIKOLAJE KOZLOVA





Citáty Aničky Mendelové



- ▶ *Lidé jsou horší než rakovina.*
- ▶ *Život si nekoupí nikdo, ale užívat si ho může každý.*
- ▶ *Už jen žít 10 minut v současnosti se svým snem představuje pokrok.*
- ▶ *Štěstí je jednoduché. Dobré zdraví a špatná paměť.*
- ▶ *Člověk je krásný, když má krásné srdce.*

FOTOGRAFIE





Ivan

Tiráž

FOKUS Měsíčník (červen 2018)

Redakční rada

Michal Černý, Tomáš Kovačík

Zdroje fotografií a ilustrací

www.freeimages.com

Uzávěrka příštího čísla: **pondělí 25. června 2018**

Příspěvky do FOKUS Měsíčníku prosím posílejte na e-mailovou adresu:

fokus.redakce@seznam.cz

Webové stránky FOKUS Mladá Boleslav

<http://www.fokus-mb.cz/>

Webové stránky FOKUS Měsíčníku

<http://www.fokus-mb.cz/index.php/component/zpravodajKV/?Itemid=127>

Služba: Měsíčník e-mailem



Chcete dostávat náš Měsíčník automaticky elektronickou poštou?

Jednoduše napište mail na: fokus.redakce@seznam.cz

Do předmětu uveďte: **Měsíčník zasílání elektronicky**

Zařadíme Vás do adresáře a hned po vydání Měsíčníku Vám bude zaslán elektronicky.

Tato služba je určena všem a je zdarma. Pokud Vám nebude nevyhovovat, můžete se odhlásit. ◀

© Fokus 2018