

Občasník lidí z Domu sv. Cyrila a Metoděje

# Vlaštofka



Rozhovor s bývalou  
obyvatelkou domu - 4  
Představení nové  
kolegyně Šárky - 8  
Změna na pozici  
fotografa Vlaštofky - 9

|2023



# Vážení čtenáři,

ráda se s Vámi opět setkávám u občasníku Vlaštofka.

Jaro konečně začíná střídat zimu, slunce dostává více prostoru, příroda se rozeznívá ptačím zpěvem a svátky jara pomalu klepou na dveře. My se však stále ohlížíme za předcházejícím rokem. Vždy na začátku nového roku je naší tradicí zhodnotit uplynulé období a zjistit, jak se nám naše práce dařila.

Abychom si ověřili, že sociální služby chráněné bydlení a sociální rehabilitační poskytujeme v co nejvyšší kvalitě, zjišťujeme, kam se klienti během roku posunuli a co se naučili nového. Velkým tématem našeho hodnocení je také to, co jim během roku udělalo největší radost a co jim naopak chybělo. Chceme, aby každý klient byl spokojený, proto tomuto tématu věnujeme vždy velkou pozornost. Co se klientům všechno podařilo, zjistíte na dalších stránkách tohoto občasníku.

Přeji Vám veselé Velikonoce plné zdraví a spokojenosti a příjemné chvíle strávené s naší první letošní Vlaštofkou.

Zuzana Janků, vedoucí Domu sv. Cyrila a Metoděje



• Při výuce na počítači pomáhá Jakobovi nejen hlasový výstup, ale také např. braillovský řádek. Foto Petr Kubesa



# Chráněné bydlení slouží již dlouho lidem z celé České republiky



• Obyvatelka domu při výuce vaření používá ve cvičné kuchyni řadu pomůcek. Na snímku využívá při nalévání do sklenice tzv. „hladinku“, která upozorní zvukovým signálem, že je sklenice plná. Foto Petr Kubesa

**Chráněné bydlení už bez mála dvacet sedm let slouží dospělým zrakově postiženým lidem z celé České republiky. Jeho obyvateli byli a jsou lidé z různých koutů naší země. Pro rozhodnutí využívat služeb chráněného bydlení mají různé motivy nebo je k bydlení v malé obci v Moravskoslezském kraji vedou nej-různější životní situace.**

Příběh paní Milušky Peterkové, která se do Vlastoviček přistěhovala v mládí z České Lípy, si můžete přečíst na str. 4. Někteří klienti chráněného bydlení po čase odcházejí do samo-

statného bydlení, jiní využívají sociálních služeb i nadále. Každý klient má svůj individuální příběh, příběh života se zrakovým handicapem...

Pavčina Králová



## „Vlaštovičky mi daly kamarády,“ popisuje nevidomá Miloslava



• Miloslava opět navštěvuje Chráněné dílny Charity Opava, kde je spokojená. Foto Petr Kubesa

Bývalá obyvatelka domu, nevidomá Miloslava již řadu let bydlí se svým manželem samostatně v nájemném bytě v Opavě. O tom, jak se jí nyní daří, co jí pobyt ve Vlaštovičkách dal a jak se jí vede v nynější práci v Chráněných dílnách Charity Opava si vždy usměvavá Miloslava povídala s člověkem, který jí před lety učil ve Vlaštovičkách prostorovou orientaci - s paní Pavlínou.

• **Miluško, potkáváme se po dlouhé době. Seznámily jsme se ve Vlaštovičkách, kam ses v roce 2000 přistěhovala z České Lípy. Co Tě k životu v chráněném bydlení tak daleko od domova a rodiny vedlo?**

Jsem z České Lípy, a tam práce pro nevidomé nikdy nebyla a stále není. O Vlaštovičkách jsem se dověděla z ča-

sopisu pro nevidomé Zora. Ve Vlaštovičkách bylo k dispozici bydlení i práce v dílnách, a proto jsem se tak rozhodla.

• **Jak se Ti ve Vlaštovičkách bydlelo a kolik let jsi tady prožila?**

Ve Vlaštovičkách byla v roce 2000 spousta mladých lidí a byla tam velká zábava. Nakonec jsem bydlela v chráněném bydlení dlouhých osm let a ne-





být „tvrdého“ přístupu tehdejší vedoucí (a dnes jsem jí za to vděčná), která mi řekla, že jsem samostatná a mám si hledat vlastní bydlení, bych asi ve Vlastovičkách bydlela dodnes. Odešla jsem v roce 2008, našla jsem si bydlení a po dvou letech jsem se vdala. Po boku manžela jsem se ještě naučila spoustu dalších věcí, např. práť, uklízet a pečovat o domácnost.

● **Co Ti Vlastovičky daly a co Ti vzaly? Můžu takhle formulovat svou otázku?**

Rozhodně mi daly kamarády a spoustu dalších lidí, naučila jsem se tady hospodařit s financemi a prostorovou orientaci ve Vlastovičkách

a v Opavě. A co mi vzaly? Nad tím jsem nikdy nepřemýšlela, asi mi nic nevzaly. Jen si vzpomínám, jak byla z Vlastoviček špatná doprava do města.

Myslím, že pobytové služby jsou fajn, ale pokud to jde, měli by se lidé osamostatnit. Ale tyhle zařízení nezavrhují, protože je možná zase budu potřebovat, až budu stará. Teď mi pomáhají sousedé a přátelé. Jsem vděčná, že se na ně mohu obrátit a spoolehnot.

● **Neměla jsi někdy touhu vrátit se zpět do Čech?**

Nikdy mě nenapadlo vrátit se zpět do Čech, už jsem tady zabydlená. Vzdálenost od rodiny není překážkou.



● *Oslava svátku sv. Cyrila a Metoděje v roce 2007 ve Vlastovičkách, kde Miluška (vlevo) vystupovala v rámci hudební skupiny Vlastovky, na snímku spolu s Ivetou Dunkovou a Bohuškou Žurkovou (vpravo). Foto archiv Charity Opava*



• Na výlet do Hrabyně se v roce 2001 vydala Miluška (vpravo) spolu s kamarádkou a se svým tehdejším vodícím psem. Foto archiv Charity Opava

V dětství jsem navštěvovala školu na Hradčanech (*Škola Jaroslava Ježka pro zrakově postižené v Praze, pozn. red.*) a naučila jsem se být dost samostatná. Mamka říká, že jsem nejsamostatnější z celé rodiny (*smích*). Myslím, že to není dáno povahou, ale tím, že jsem byla na internátě.

• **Miluško, jak žiješ teď a čím se liší Tvůj současný život od života v chráněném bydlení?**

Bydlíme společně s manželem a dvěma papoušky žako v nájemním bytě v Opavě. S manželem jsme se potkali před léty na Dědině. (*Pobytové rehabilitační a rekvalifikační středisko pro*

*nevidomé Dědina v Praze, pozn. red.*). Teď už jsem třináct let vdaná a manžel mě naučil spoustu věcí. Především, abych uměla přijmout realitu a taky říct si svůj názor. Jsem mu za to vděčná. Vztah mě určitě obohatil. Na začátku jsem si všimla, že je manžel strašně přísný, ale pak jsem si uvědomila, že nežije vzdušnými zámky. Ve škole i doma nás totiž vodili za ručičku. Manželství byla a je taková škola života, za kterou jsem opravdu vděčná. S manželem jsme chtěli společně přivítat děti, ale to nám nevyšlo. Žijeme podle svých představ, bez ovlivňování dalšími osobami.



- **Co máte s manželem společného, co Vás spojuje?**

Máme rádi filmy, divadlo a různé akce. Manžel má rád ještě sport a politiku, ale to já nemusím (*smích*).

- **Říkala jsi, že důvodem bydlení ve Vlašovičkách byla taky nabídka práce. Jak to máš teď, jsi zaměstnaná?**

Jsem zaměstnaná v dílnách (*Chráněné dílny Charity Opava, pozn. red.*) s přestávkou od roku 2000. V roce 2008 jsem odešla a poté jsem se v roce 2019 zase vrátila. Chtěla jsem

pracovat, a tak jsem se vrátila. Hledala jsem i jinde, ale neměli práci pro nevidomé. V nových prostorách dílen se mi moc líbí, na orientaci je to lehké. A pracovní kolektiv je dobřej.

- **Chtěla bys na závěr něco popřát čtenářům Vlaštofky?**

Přála bych všem pevně zdraví, aby se nenechali nikým a ničím ovlivňovat, a aby se měli moc dobře.

**Děkuji za rozhovor a přeji Ti spoustu dobrých dní.**

Pavlna Králová



● Miluška v roce 2005 před hlavním vchodem Domu sv. Cyrila a Metoděje. Foto archiv Charity Opava





# Šárka Bräuerová



• Šárka Bräuerová ve své kanceláři ve Vlastovičkách. Foto Petr Kubesa

**Tentokrát Vám představíme naši kolegyni Šárku Bräuerovou, která nastoupila v listopadu loňského roku na pozici pracovníka v sociálních službách v naší službě sociální rehabilitace.**

Šárka nastoupila do služby sociální rehabilitace před pár měsíci, ale už se stihla skvěle rozkoukat. Dům a klienty znala sice už na předchozím místě, ale v sociální rehabilitaci si stihla dále udělat kurz pracovníka v sociálních službách, zaučit se v prostorové orientaci a samostatném pohybu osob se zrakovým postižením a začít nácvičky s klienty. Teď už klienty učí nové trasy, pracuje s nimi na jejich dovednostech a schopnostech vedoucích k samostatnosti a naplňování jejich volné-

ho času. A jak se cítí v nové roli? „*Tato práce mě baví, vždy mě bavilo pracovat s lidmi. Taky je to často hodně kreativní.*“ Kreativní je i sama Šárka, která klientům umí vymyslet skvělé postupy pro činnosti, vyrobit pomůcky k nácvičkám a má i dobré nápady na zlepšování služby. Klienti si práci s ní také chválí a rychle si ji oblíbili. „*S paní Šárkou se mi pracuje dobře, je trpělivá,*“ potvrzuje klientka Žaneta. Přejeme tedy Šárce, ať se jí v práci daří i dál.

Marie Kořínková





# Nastává změna na pozici fotografa časopisu Vlaštofka

Od tohoto čísla Vlaštofky dochází v týmu, který pro Vás časopis připravuje k jedné výrazné změně. Na pozici fotografa, jehož fotky zdobily všechna čísla časopisu (jež fotografie obsahovaly), střídá Vladimíra Hermana nová tvář Petr Kubesa. Pro Vladimíra, který veškeré snímky pořizoval pro Vlaštofku v rámci svého volného času jako dobrovolník, to již nebylo z časových důvodů udržitelné a po dlouhém rozhodování nakonec zvolil cestu odchodu. Za jeho dosavadní skvělou práci pro Charitu a Vlaštovičky zvláště Vladimírovi moc děkuje. Novým člověkem, který bude vytvářet snímky pro časopis se tedy stává Petr Kubesa, jenž je spjat v rámci Charity Opava nejvíce se střediskem Radost. A protože fotografové bývají často upozaděni a člověk o nich moc neví, požádali jsme oba dva pány, aby nám o sobě něco prozradili a to nejlépe prostřednictvím společného vzájemného dvojrozhovoru. A jak to dopadlo, se můžete přesvědčit sami. Nejprve se ptal Petr Vladimíra.

## • Vládo, jak dlouho nebo od kdy fotografuješ?

Fotografuji od svých dětských let. Zhruba mi mohlo asi být devět roků, když jsem s tím začal.

Začínal jsem fotit auta, motorky a pak jsem přešel na přírodu, na lidi, dneska strašně rád fotím život takový, jaký je v tom realu.

## • Kdo tě oslovil, abys fotografoval ve Vlaštovičkách?

Oslovili mě pracovníci Charity Opava a zeptali se, jestli bych jim nefotil pro časopis, tak jsem souhlasil a od té doby, vlastně od začátku do současnosti fotím.

## • Co ti to dalo?

Já jsem kdysi pracoval jako dobrovolník ve Vlaštovičkách, tak jsem to měl možná jednodušší, protože jsem se s klienty stýkal. Spojil jsem vlastně vztah, který jsem k nim měl s foto-



• Vladimír Herman (vlevo) a Petr Kubesa při společném posezení. Foto Ivana Štátná



• Vladimír Herman (vlevo) při akci Běh pro Světlušku. Foto Zuzana Janků

grafováním. Zažili jsme u toho spoustu srandy. Fotilo se v dešti, fotilo se v zimě, taky ne vždy za příjemných chvil. Ale vždycky ten výsledek byl takový, jaký jsme si přáli, aby byl.

• **Když jsi fotografoval ve Vlaštovičkách, měl jsi z něčeho velkou radost, co se ti povedlo, nějaká fotografie?**

Měl jsem radost z každé komunikace s novým klientem, který se otevřel. Když řekl něco o sobě, co ho v životě bavilo. Co hezkého zažil. Měl jsem radost z toho vztahu, který v tu chvíli vznikl. Z atmosféry, která proběhla mezi fotografem a mezi člověkem, který se nechal fotit. Na začátku musí být vždycky rozhovor, kdy se oba dva pobaví, a něco si o sobě řeknou.

• **Ted' když už nebudeš fotografovat**

**ve Vlaštovičkách, jaké máš plány? Budeš fotit nadále?**

Ano, já budu ve fotografování nadále pokračovat. Rád se zapojím do akcí, které budou.

Budu dál pokračovat ve focení světa nevidomých. Jestli už jsou to nějaké reportážní fotky nebo výtvarně umělecké fotky a dál budu dokumentovat sportovní akce, na kterých se bude charita podílet.

• **Přijdeš se podívat do Vlaštoviček i když nebudeš fotografovat? Jen tak na návštěvu?**

Jasně, chystám se tam už dlouho mimo fotografování a začnu tam konečně jezdit, ne proto, že bych potřeboval fotografovat, ale protože velmi rád přijedu za svými přáteli, kterých tam mám spoustu.

• **Jaké vlastně máš koníčky, kromě fotografování?**

Tak fotografování. 😊 Taky mám rád muziku, to je asi na stejné úrovni. Velmi rád jí poslouchám. A potom jsem motorkář, rád jezdím v zahraničí nebo i tady po naší krásné republice. Rád cestuji.

• **Vládo, děkuji za rozhovor, a přeji Ti do budoucna hodně úspěchů v práci, v životě, ve fotografování a spoustu šťastných kilometrů na motorce.**

Díky moc.

Petr Kubesa



**V tuto chvíli si oba pánové role prohodili. Vladimír se ptal a Petr mu odpovídal.**

● **Petře, jaké máš koníčky, co tě baví?**

Rád fotím a miluji hudbu, jsem DJ, hraju na různých rodinných oslavách, svatbách. A to jsou dvě věci, co mě nabíjí. Mám rád jakoukoli hudbu, jestli to je dechovka, rock, pop, to jsou dvě věci, které rád spojuji, a u toho relaxuji.

● **Od kdy fotíš?**

Fotím od roku 2012, no, už je to jedenáct let. V tom roce jsem si pořídil svou první zrcadlovku. U koupě jsem dostal i poukaz na kurz „Naučit se fotografovat“, toho jsem se zúčastnil, a fotografování se stalo mým velkým koníčkem.

● **Co bylo tím spouštěčem rozhodnutí, budu fotit do Vlaštofky.**

Pracuji zde v STD Radost. Mám rád sociální témata, baví mě fotit výrobky i naše uživatele při tvorbě. Protože kolegové i vedení opavské Charity o mě ví, že mě focení baví, tak mě oslovilo, jestli bych nechtěl fotit pro charitní občasník Vlaštofka. Motivující jsou tady vystavené skvělé fotografie pana profesora Jindřicha Štreita... Charita mi dává velkou volnost v tom, jakým směrem se realizovat. Když tato nabídka přišla, zaujala mě, neváhal jsem ani minutu.

● **Co ti focení světa lidí s handicapem přinese?**

Je to pro mě určitě výzva, těším se, až se seznámím s uživateli a pracovníky Domu sv. Cyrila a Metoděje ve Vlaštovičkách, vždyť přece o nich tento časopis vlastně je. Rád poznám nové věci, a seznámím se s jejich každodenním životem, radostmi i splíny. Právě tohle sociální téma mě strašně moc zajímá a baví.

● **Na co se při práci fotografa těšíš?**

Těším se, až potkám nové lidi, zažiju nové věci. Chci je zachytit fotoaparát. Bude to úplně jiný směr mé práce v sociálních službách, teď budu pro změnu v pozici fotografa.

Vždy se těším na kontakt, samotné focení, a hlavně se těším a jsem zvědavý na výslednou fotografii.

**Přeji Ti, Petře, mnoho úspěchů v tvorbě a hodně štěstí na tvé životní cestě.**

Vladimír Herman



● Petr Kubesa. Foto archiv Petra Kubesy





# Pan Bedřich si vyzkoušel pocity automobilového závodníka na motokáře v Bruntále



• Pan Bedřich sedící v motokáře společně s paní Hankou, která klienta doprovázela a také zapožovala s nasazenou přilbou. Foto archiv Charity Opava

Jeden z našich nevidomých obyvatel – pan Bedřich, projevil přání projet se v nějakém závodním voze. Jeho klíčová pracovnice - paní Hana se to-

hoto úkolu ujala a zajistila v Bruntále pro Bedřicha svezení v dvousedadlové motokáře.

Jízda probíhala ve speciální hale, kde je umístěna závodní dráha. Bedřich si před jízdou nasadil vypůjčenou helmu a pak s instruktorem kroužili řadu kol po závodní dráze. „Sice jsem neřídil, jen jsem občas pomohl řídit s volantem, ale i tak to byl báječný pocit. Motor stroje vydával ukrutný rachot, a to pocit z jízdy ještě umocňovalo. Dráha měla řadu zatáček, takže se rychle střídalo zrychlování s intenzivním brzděním,“ popisoval pocity po jízdě pan Bedřich.

„Mám rád sport a také motoristické závody mě vždy zajímaly, tak bylo hezké alespoň trochu se přiblížit pocitům, které zažívají sportovci se svými stroji,“ přibližuje Bedřich.

S prožitky při jízdě byl maximálně spokojený. Jestli si podobnou jízdou v budoucnu zopakuje, pan Bedřich ještě zcela rozhodnutý není. „Adrenalinový zážitek to byl ale skvělý,“ doplňuje na závěr.

Václav Burda



# Uživatelé našich služeb se neustále učí a posouvají

- Za rok 2022 byl ve službě **sociální rehabilitace** zájem o deset různých činností poskytovaných službou. Kromě nácviku prostorové orientace se sedmnácti uživateli a nácviku s technickými pomůckami se zájmem šestnácti uživatelů, to byly například nácviky organizace a plánování času, vyhledávání zaměstnání a psaní životopisu, rozlišování mincí, péče o domácnost, nácvik vlastnoručního podpisu, a podpora při vyřizování příspěvků na pomůcky.
- Uživatelé se v roce 2022 naučili celkem čtrnáct nových tras, některé si zopakovali. Čtrnáct uživatelů se posunulo v ovládání PC programů jako je Zomtext, Jaws, NVDA, Dolphin Guide Connect, aj. Pět uživatelů se zlepšilo v práci s mobilním telefonem a jeden se naučil ovládat telefon úplně. Dva uživatelé nastoupili do pracovního procesu, bylo vyřizováno několik pomůcek.
- Devět uživatelů mělo také zájem o návštěvy Snoezelenu na Slezské univerzitě.
- Ve službě **Chráněné bydlení** měli uživatelé v roce 2022 zájem o činnosti: pomoc při zajištění a poskytnutí stravy, poskytování ubytování, úklid domácností, podpora při orientaci a poskytovaných doprovodech, podpora v oblasti zdraví, při hospodaření s penězi, v dluhové problematice, při hygieně, při péči o domácnost, při upevňování kontaktu s rodinou, při zaměstnávání a vzdělávání a při zajištění volného času, podpora při vyřizování sociálních věcí.
- V roce 2022 se pět uživatelů osamostatnilo v přípravě jídla, devět uživatelů si splnilo přání upéct si s podporou cukroví, tři uživatelé mají zveleboeno bydlení novým nábytkem a spotřebiči. Čtyři uživatelé se osamostatnili v úklidu, jeden uživatel zvládá sám užívání léků, dva uživatelé se naučili zvládat sami drobné nákupy, dva uživatelé se naučili prát si, čtyři uživatelé začali pracovat.
- Ve volném čase uživatelé podle svých přání navštívili několikrát kino, byli na bowlingu, v bazénu a na různých exkurzích.



• Pomůcka, která slouží ke krájení cibule.  
Foto Petr Kubesa



# Eva získala ocenění ve fotosoutěži Můj svět

Koníčkem obyvatelky domu slečny Evy je focení. V letošním roce se rozhodla zúčastnit fotosoutěže Můj svět, kterou pořádá Charita Opava, konkrétně v rámci kategorie „Jak to vidím já“, která je určena klientům charitních zařízení z celé České republiky. Slečna Eva získala ve své kategorii třetí místo. „S něčím takovým jsem vůbec nepočítala. Soutěž se mi líbí a v letošním roce jsem se zúčastnila již podruhé, poprvé to bylo v loňském roce,“ uvedla Eva. Dříve používala fotoaparát, nyní při focení nejčastěji sáhne po mobilním telefo-

nu, který má stále po ruce.

Nejraději fotí přírodu, lidi a zvířata. Na oceněném snímku je zobrazen bývalý obyvatel domu pan Petr, jak drbe právě venčícího pejska. Na dalších snímcích, které Eva zaslala do soutěže, jsou pak její kamarádi a další známí v různých situacích.

„O umístění jsem se dozvěděla od své klíčové pracovnice paní Hany, která mě ve focení velmi podporuje a byla takým prvním gratulantem,“ dodává Eva.

Václav Burda



• Eva pózuje se svými snímky, které zaslala do fotosoutěže Můj svět. Oceněný snímek drží Eva v rukou. Foto Petr Kubesa





# S humorem jde všechno líp

- Nevidomý trpaslík přijde do knihovny a ptá se knihovnice. Máte v brailu knížku o diskriminaci trpaslíků? V horní polici!

- Víte, proč mají rádi nevidomí celozrnné rohlíky? Protože na každém si přečtou jinou pohádku.

- Víte, jak přivodíte nevidomému záchvat klaustrofobie? Tím, že mu strčíte hůl do džberu.

- Říká slepý beznohému: „Nechod' mi na oči!“

## Osmisměrka

A	E	P	K	Q	T	H	T	M	T
I	Y	B	E	A	U	A	S	P	K
H	K	E	T	K	L	K	U	V	R
D	Č	R	S	Z	I	N	T	K	A
O	I	Á	Í	Á	P	Á	B	Í	S
S	Č	N	L	L	Á	Z	J	Š	L
E	O	E	Ř	M	N	A	A	O	I
N	K	K	Y	O	M	M	R	K	C
Í	C	D	T	P	J	O	O	F	E
S	D	A	Č	G	V	P	B	N	A

Slova: kraslice, pomlázka, pomazánka, jaro, kočička, košík, tulipán, beránek, čtyřlístek, osení



©Mc-vik z MotorLáh.cz

- Soudce se ptá obžalovaného, proč toho pána zmlátil. Dlouho nedostane žádnou odpověď. Nakonec obžalovaný praví:

„Byl to hnusnej namyšlenej frajer. Měl černý brejle a bílou holí mi mlátil do auta.“

- Kde je ubytovaný slepý vysokoškolák? Na slepé koleji.

- Veze holka slepého kamaráda, na křižovatce si to neuvědomí a povídá: „Vidíš něco zprava?“ „Nevidím, ale až to ucejtím, tak ti řeknu!“

- Z udělování cen Grammy měli největší radost nevidomí. Vyhrali totiž Bílá - Hůlka.



## Naši milí přátelé, kamarádi a podporovatelé!

Ježíšovo velikonoční vítězství nad smrtí je pro všechny, kteří v něj věří, důvodem k naději, radosti a k pokoji v srdci. Děkujeme za Vaši podporu a přejeme Vám šťastné a požehnané Velikonoce! 😊

Obyvatelé Domu sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené  
ve Vlaštovičkách u Opavy

---

### Redakční rada

Koordinace: Zuzana Janků, Václav Burda, Pavlína Králová, Petr Kubesa, Ivo Mludek,  
Marie Kořínková, Marie Hanušová. Výkonní redaktori: Marek Kukla, Jakub Šivic.  
Foto přední a zadní strany obálky: Petr Kubesa. Časopis Vlaštofka je dílem obyvatel domu.



Charita  
Opava

Vydavatel: Charita Opava  
Přemyslovců 26, 747 07 Opava-Jaktař



Dům sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené ve Vlaštovičkách  
Marie Dolanské 19, 746 01 Opava-Vlaštovičky  
Telefon: 553 793 401; mobil: 733 741 304  
e-mail: vlastovicky@charitaopava.cz

Toto číslo vyšlo 30. března 2023 v nákladu 800 výtisků a je již 96. v pořadí od vzniku časopisu.

Vytiskl RETIS s.r.o. Povoleno Ministerstvem kultury České republiky, MK ČR E 13841.

Pokud si nepřejete, aby Vám byla Vlaštofka nadále zasílána, informujte nás na e-mail vlastovicky@charitaopava.cz a jako předmět uveďte „ODHLÁSIT“, případně písemně na adresu Charita Opava.