



**POMOCNÉ POHONY
„mechaničáků“**

**PŘICHÁZÍ ZEMĚTŘESENÍ
Návrh sociální reformy**

**NA LIPNO V ZIMĚ I V LÉTĚ
Cestování a pobyty**

1/2011

RADY, INSPIRACE A MOTIVACE PRO ŽIVOT NA VOZÍČKU

**Pozvánky
na plesy**

VOZKA

Platby předplatného

Ročník XIV.

Severomoravský magazín pro vozičkáře a jejich přátele

11. března 2011



MILOŠ PELIKÁN: Laciné triky slušnosti zbavené – str. 65

Od Pána prstenů na paralympiádu do Číny

Život dnes čtyřicetiletou Markétu Sidkovou překvapil velmi záhy. Ve třinácti letech jí během několika hodin ochrnuly nohy, dodnes medicína nezjistila proč. Od té doby je upoutána na invalidní vozík.

• Když přemýšlíte nad svým zdravotním stavem, jaké slovo se vám vybaví?

Trpělivost. Stále nevzdávám myšlenku na to, že se to někdy v budoucnulepší. Nebráním se ani experimentální léčbě, sledujeme s rodinou rozvoj v této oblasti medicíny. Je samozřejmě nepříjemné, že lékaři nezjistili, co se mi vlastně přihodilo a čeho bych se mohla či měla v budoucnu vyvarovat. Bylo to normální ráno, kdy jsem se chystala do školy. Najednou mě začaly šíleně bolet nohy. Potom už to šlo rychle – během dvou hodin jsem ochrnula od prsou dolů. Nebyla jsem nachlazená,

žádná infekce. Podstoupila jsem všechna možná vyšetření, nezjistilo se nic. Podle lékařů to mohla být náhlá reakce imunitního systému nebo nějaká prudká hormonální změna. Jistě naděje si dělám v souvislosti s vývojem léčby pomocí kmenových buněk, ale to se teprve všechno uvidí...

• Zmínila jste trpělivost, ještě se v nějaké oblasti vašeho života tento přístup promítá?

Vlastně ve všech oblastech, musím o ni pečovat. Potřebuji být trpělivá při studiu a s ním spojených záležitostech, které nejsem vždy schopna ovlivnit já sama. S tím souvisí i překonávání překá-



Markéta Sidková při natáčení reklamy během paralympiády v čínském Pekingu. Foto: archiv Markéty Sidkové

žek – to mě z mého hlediska má zase něco naučit, někam mě vést. Samozřejmě – v lukostřelbě bych bez trpělivosti měla asi velmi chabé výsledky.

• Co studujete a kudy vás studium vede?

Pokračování na str. 44



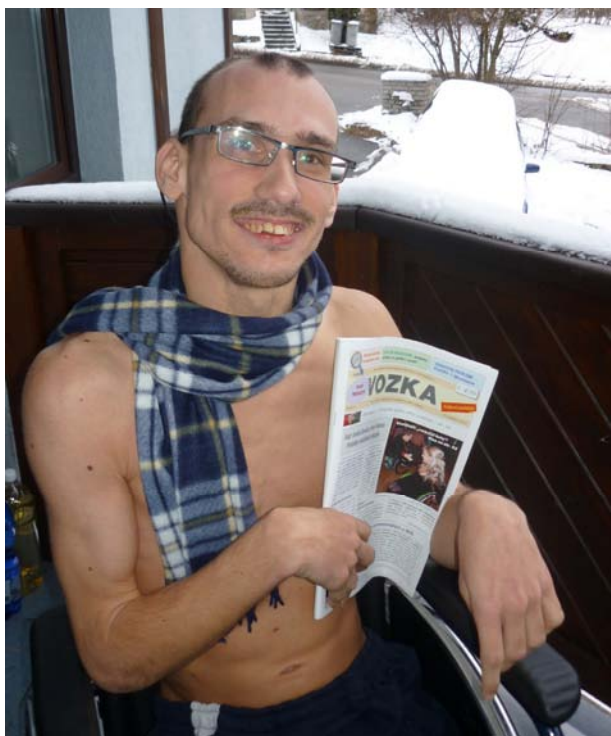
Na výlety do Krkonoš mohou i vozičkáři

V České republice žije asi 1 062 000 osob zahrnujících vozičkáře, osoby s jinými poruchami pohybového aparátu, důchodce a děti ve věku do 4 let. Všichni mají na pobyt a pohyb v přírodě podobné nároky a vyžadují snadno přístupné cesty. Samozřejmě, jako jsou mezi zdravými lidmi ti, které příroda a hory nezajímají a do lesa nechodí, jsou i v této skupině lidé spokojenější doma. Přesto ale těch turistů, kteří by do přírody rádi, zůstává pořád hodně. Proto vzniknul projekt nazvaný **Krkonoše bez bariér**, který zpřístupňuje Krkonoše právě jim.

Správa Krkonošského národního parku s Klubem vozičkářů Trutnov a organizací Eshandicaphelp z Liberce provedli testovací jízdy po Krkonoších. Výsledek? Vzniklo prvních 10 doporučených a vyznačených tras s různou obtížností vhodných také pro vozičkáře. Více se dozvíte na straně 50. Foto: archiv Michala Skalky

PROPAGFOTO: Soutěž o nejlepší propagační foto „Čtenář Vozky“

Přinášíme výsledky soutěže Propagfoto, kterou jsme vyhlásili v minulém Vozkovi. Soutěžním úkolem bylo vyfotit a zaslat fotografii tělesně handicapovaného člověka čtoucího magazin Vozka. Autory tří nejlepších fotografií redakce ocenila pěknou knížkou. Všechny fotografie budou podle potřeby použity pro elektronické a tištěné propagační účely magazínu Vozka. Všem účastníkům soutěže děkujeme za účast! **Redakce**



2. místo Články ve Vozkovi zahřejí, i když je venku mráz.
Hana Kozáková, Český Krumlov



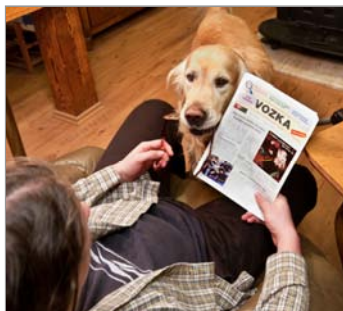
1. místo Vozka – časopis pro všechny generace. *Michaela Spurná, učitelka, Základní škola a Praktická škola Svítání o. p. s., Pardubice*



3. místo Než nakrmím kocoura, musím si pročíst nového Vozku.
Janka Dunková, Ostrava



5. místo Poslouchej, píšou tu i o asistenčních psech! *Markéta Stančíková, speciální pedagog, sdružení Piafa, Vyškov*



4. místo Tady máš brýle a něco mi z něj přečti. Já to ještě neumím. *Ivan Benda, Praha*



6. místo Podívej, mami, píšou tam pro mne – vozíčkáře –, ale i pro tebe – pro seniory! *Josef Podmolík, Ostrava*



Letem světem

Nespokojenost s prací posudkových lékařů

Předseda Národní rady osob se zdravotním postižením ČR Václav Krása kvůli nespokojenosti s posudkovou službou žádá nápravu u ministra práce a sociálních věcí Jaromíra Drábka. Krása podle řady signálů soudí, že lidé, odkázáni na rozhodnutí posudkového lékaře, resp. posudkové komise ministerstva, jsou naprosto bezmocní, a to i v případech, kdy je stanovisko posudkového lékaře v rozporu s názory příslušných odborných lékařů. Dále předseda NRZP upozorňuje na neznalost základního předpisu, jímž je zákon o důchodovém pojištění. Podle Václava Krásy je nejhroší, že nejde o ojedinělé excesy a případů neadekvátního posuzování zdravotního stavu lidí se zdravotním postižením neúměrně přibývá.

Nákup pohonných hmot se slevou

Společnost CCS se stala partnerem projektu Handy Card společnosti CAR CLUB a nabízí majitelům karty Handy Card speciální platební kartu CCS HANDY Limit. Ta umožňuje se slevou čerpat pohonné hmoty v obchodní síti CCS, tedy na více než 2 000 čerpacích stanic v ČR a na Slovensku. HANDY CARD je program, který nabízí zvýhodněné služby a produkty osobám se zdravotním postižením. Více informací najdete na www.handycard.cz.

Národní registr nezávislých odborníků v sociálních službách

Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky na konci ledna spustila webové stránky Národního registru nezávislých odborníků v sociálních službách (dále NRNO), prvního komplexního registru odborníků určeného poskytovatelům sociálních služeb. Na adrese <http://www.nrno.cz/> jsou nyní k dispozici kontakty již na více než čtyři desítky odborníků zařazených do devíti základních tematických oblastí obsahujících další dílčí odbornosti, které jsou nedílnou součástí poskytování sociálních služeb nebo s ním souvisejí.

Chcete ušetřit ročně pět až devět tisíc korun na energiích?

Pouhou změnou dodavatele elektřiny a plynu je možné ušetřit ročně pět až devět tisíc korun, tvrdí nezisková organizace SOPRE CR, o. p. s., a nabízí, že v rámci své poradenské činnosti držitelům průkazu ZTP/P a seniorům nad 65 let bezplatně poradí, jak toho dosáhnout a na co si dát pozor. Více na www.soprecr.cz.

Aktualizace publikace Nápadník na rok 2011

Sborník rad a informací pro život s postižením – Nápadník – nevydává občanské sdružení Liga vozíčkářů každoročně, a to především z důvodu nákladnosti a časové náročnosti vydání. Nejnovější publikací je tedy nyní Nápadník 2010, ke kterému si lze stáhnout zdarma na stránkách www.ligavozic.cz písemnou aktualizaci na rok 2011. Aktualizace: <http://www.ligavozic.cz/?akce=226>.

Ergodiagnostika – vyšetření budoucnosti pro zdravotně znevýhodněné

Občanské sdružení InternetPoradna.cz v Olomouci nyní zavádí novou metodu, která velmi úzce propojuje práci lékaře, ergoterapeuta a sociálního pracovníka. V rámci služby sociální rehabilitace Restart mohou její uživatelé vyzkoušet proces komplexního vyšetření, který určí nejen to, co kvůli svému zdravotnímu stavu dělat nemohou, ale především to, co jsou schopni zvládnout. To jim umožní lépe sehnat práci, která pro ně bude vhodná.

Služba sociální rehabilitace je určená osobám se zdravotním postižením. Tato metoda je velmi využívána v zahraničí. Například v Německu má automobilka Volkswagen vlastní program ergodiagnostiky při příjmu osob s postižením do pracovního poměru a je i více flexibilní v nabídkách menších úvazků. Do sociální rehabilitace se mohou zájemci přihlásit na číslo 736 447 248, 587 406 126, e-mail: restart@iporadna.cz.

Turistické trasy pro imobilní osoby

Informační portál pro osoby se specifickými potřebami Helpnet uvádí na svých stránkách přehled internetových portálů, které se věnují cestování a turistickým trasám v ČR pro osoby se ztíženou schopností pohybu: <http://www.helpnet.cz/bariery/turisticketrasy-pro-imobilni>.

(bf)

VOZKA - o životě a pro život na vozíku

Obsah čísla

ZPRAVODAJSTVÍ	1–5
PLESY – POZVÁNKY	4, 37
ČERNÁ KRONIKA	5
REDAKCE INFORMUJE	6–7
SOCIÁLNÍ SLUŽBY.....	8–22
VZDĚLÁVÁNÍ.....	22–25
ZAMĚSTNÁVÁNÍ	23
NOVÉ KNIHY	24
DOPRAVA.....	25
ZDRAVOTECHNIKA	26–30
MOTORISMUS	28
ASISTENČNÍ PES	29
VÝSTAVA	29
ZDRAVOTNICTVÍ	31–37
ZÁZRAKY	36
KULTURA	37–40
SPORT	41–49
CESTOVÁNÍ, POBYTY....	47–53, 71–73
VZTAHY	54–56
CANISTERAPIE V MALÉM	35
POEZIE Z VAŠEHO PERA	38
PŘÍBĚH ODVAHY A VŮLE	55
PORADNA	57–65
CIZÍ SLOVA	59
NÁZORY	65–66
BYDLENÍ	67
VOLNÝ ČAS	68–73
ERGOTERAPIE PRO RADOST.....	68
INZERCE, VZKAZY.....	74
TIRÁŽ.....	74

Přílohy

REKLAMNÍ PŘÍLOHA

Osobnosti

Prof. MUDr. Rudolf Petr, DrSc. (29. 7. 1912–10. 3. 2003): Jeden ze zakladatelů české neurochirurgie. Poznal, že je nutno některé lékařské obory osamostatnit. Na stáži v USA po II. svět. válce poznal tamní moderní neurochirurgii a pokusil se ji zavést na klinice v Hradci Králové, kde působil. Po postupné modernizaci v roce 1952 vybudoval v ČR první moderní samostatnou neurochirurgickou kliniku se speciálně vybavenými operačními sály, jednotkou intenzivní péče, laboratořemi a prvním CT, což přineslo obrovský pokrok v organizaci práce, výkonnosti, spolehlivosti, přesnosti a diagnostice.

Z myšlenek moudrých

Když se člověk opravdu rozhodne něco udělat, čas se vždycky najde.

Arthur Hailey

ČD připravily další bezbariérové spoje

České dráhy každoročně navyšují počet bezbariérových spojů. V jízdním řádu pro rok 2011 je zavedeno již 2 562 vlaků se symbolem bezbariérovosti. To je o 440 spojů více oproti loňsku a představuje to 36 % z denního průměru vypravených vlakových spojení.

Nezbytností je zavádění nízkopodlažních vozidel. Ty v regionální dopravě usnadňují cestování nejen vozíčkářům, ale také seniorům, maminkám s kočárky nebo dalším osobám se zhoršenou možností pohybu. K významnému rozšiřování nabídky bezbariérových spojů došlo v posledních letech díky dodávkám motorových jednotek **Regionova**, řídících vozů k motorovým soupravám a patrových vlaků **CityElefant**. Nové bezbariérové spoje přibýly mezi Jičínem a Nymburkem, rozšířily se na celou trať z Hradce Králové až do Letohradu, v pracovní dny byla zavedena Plzeňská linka z Blovic přes centrum Plzně do Kozolup, řada bezbariérových spojů jezdí mezi Olomoucí, Uničovem, Šumperkem a Hanušovicemi nebo mezi Opavou a Hlučínem.



České dráhy umožňují cestování vozíčkářů také v řadě dálkových vlaků, počínaje spoji **SuperCity Pendolino přes EuroCity, InterCity až po rychlíky**. V současnosti je to 279 spojů, o 10 více než loni. Je to zhruba polovina všech dálkových vlaků. Vlakové soupravy z konce 80. let by měly být v příštích třech letech modernizovány, přibude v nich například klimatizace. Díky mezinárodní spolupráci se mohou vozíčkáři vypravit také do Hamburku, Berlína, Norimberku, Mnichova, Vídně, Budapešti apod. Rok 2012 přinese opět celou řadu zlepšení a inovací.

Zdroj: *Helpnet.cz*,
(hk)



Cena hejtmana MSK pro umělce s postižením posedmé

Vyhlášení výsledků VII. ročníku soutěže proběhlo na sklonku roku 2010 u příležitosti Mezinárodního dne zdravotně postižených. Oceněna byla díla literární, publicistická, zpravodajská a další, která přispívají k poznání problémů občanů se zdravotním handicapem a podporují myšlenku jejich společenské integrace. Mezi tři vítěze byla rozdělena částka v celkové výši 50 000 Kč a dále byla udělena dvě čestná uznání.

V Moravskoslezském kraji tvoří občané se zdravotním postižením významnou skupinu. Na základě kvalifikovaných odhadů se jedná přibližně o 10 % obyvatel kraje. Mezi nimi je řada umělecky nadaných jedinců, mnozí z nich jsou i mediálně známé osobnosti kulturního a společenského dění.

V minulém roce se do soutěže přihlásilo 16 autorů. O udělení cen rozhodla Rada Moravskoslezského kraje na svém jednání dne 25. 11. 2010. Formou finančního ocenění byla Cena hejtmana Moravskoslezského kraje udělena paní **Michaele Poskerové za publikaci s vlastní ilustrací Minipovídky II „Kolotoče“**, paní **Mgr. Evě Liberdové za publikaci „Slyšet život“** a panu **Jakubovi Petříkovi za básnickou sbírku s názvem „Soubor básní“**. Formou čestných uznání byla cena udělena kolektivu autorů **Lukáši Zavadilovi, Renátě Eleonoře Orlíkové, Marii Farné a Milanu Farnému za CD „Mamilure“** a **Janě Surovcové za sbírku poezie s vlastní ilustrací s názvem „Cesty poznání“**.



Hejtmán s **Michaelou Poskerovou a Jakubem Petříkem**

Součástí slavnostního předání ceny byla **vernisáž výstavy děl autorů se zdravotním znevýhodněním „Svět podle nás“**. Výstava trvala do konce ledna a byla zaměřena na umění nevidomých sochařů občanského sdružení Slepíši a Mezinárodního centra Axmanovy techniky pro lidi se zdravotním postižením.

Foto: *archiv MSK*,
(hk)

Pozvánka

PLES VOZÍČKÁŘŮ

KDE: Společenský sál Střední škola prof. Zdeňka Matějčka Ostrava-Poruba.

KDY: 26. března 2011 od 19 h.

PROGRAM: Celým večerem Vás bude provázet kapela New Band. Uvidíte několik vystoupení mažoretek ZIK-ZAK Vratimov, dále uvidíte vystoupení bříšních tanečnic na vozíku! Celý večer bude k dispozici bar s občerstvením.

Vstupné 120 Kč.

Prosím, aby každý donesl nějakou maličkost do tomboly. Nocleh je zajištěn na internátu ve škole, cena 110 Kč (osoba/noc). Nocleh je třeba nahlásit nejpozději týden před akcí na **tel: 606 456 696**.

Pro další informace volejte opět **tel: 606 456 696, p. Michal Mindek**.

UPOZORNĚNÍ: Tato akce není organizovaná Ostravskou organizací vozíčkářů, která letos tradiční Společenský ples vozíčkářů nepořádá.

Těším se na Vás!

Za organizátory

Michal Mindek

Ilustrační foto: *archív Vozka*



Černá kronika

Nezletilec zbil vozíčkáře

Pražští policisté v prosinci loňského roku zadrželi čtrnáctiletého chlapce, který má na svědomí brutální napadení vozíčkáře v Praze. Muže upoutaného na vozík zbil a okradl o mobil i doklady. Vzhledem k tomu, že násilník není trestně odpovědný, skončil v diagnostickém ústavu, odkud zřejmě poputuje zpátky k rodičům na Slovensko.

Chlapec třicetiletého tělesně postiženého pana Ladislava nejprve shodil z vozíku. Začal se s ním prát o kapsičku s doklady, mobilem a penězi. Vozíčkáři zůstala noha zaklesnutá na vozíku, hlavou byl na chodníku. Jakmile ležel nešťastník na zemi, brutální nezletilec do něj začal kopat, mj. i do hlavy, a nakonec ho okradl. Kromě monoklu pod okem je pan Ladislav v pořádku. Od té doby je sice mnohem opatrnější, zároveň ale nechce měnit své dosavadní návyky a odmítá se uzavírat doma.



Pan Ladislav

Po mladém násilníkovi kriminalisté pátrali několik týdnů. Pomohly jim až záznamy z kamer umístěných v metru, na kterých mladého útočníka identifikovali a poskládali dohromady, jak se v ten večer vše událo. Záběry ukázaly, že se chlapec, který šel ve skupince se ženou a malým dítětem, s vozíčkářem potkal na stanici metra Florenc asi půl hodiny před útokem. Chlapec si jej všiml a dokonce mu pomohl do vagonu. Už tehdy byl rozhodnutý, že ho přepadne. Když všichni vystoupili na Černém mostě, chlapec šel pár kroků za vozíčkářem, nandal si kapuci a po pár minutách chůze na muže zaútočil.

Kanaďan na vozíku přepal lupiče!

V jedné večerce v kanadském Vancouveru zachytila průmyslová kamera v listopadu loňského roku nevidaný hrdinský čin. Když zdravotně postižený mladík Larry Skopnik na vozíku uviděl, jak se zloděj snaží dostat k penězům prodavačky, nezaváhal ani chvíli a i se

svým invalidním vozíkem sportovního typu se na něj vrhnul a svalil ho na zem. To už se k vozíčkáři přidali i další nakupující a lupiče, který se v té chvíli už jen snažil uprchnout, zpacifikovali.

Invalida přežil srážku s autem

Invalidní muž z Rokycan, který je upoután na invalidní vozík, nezažil jeden lednový pondělní podvečer příjemnou zkušenost. V Rokycanech ho srazil osobní automobil, přičemž muž po pádu z vozíku utrpěl poranění ruky. Posádka vozu ho ihned odvezla na chirurgickou ambulanci rokycanské nemocnice. Další okolnosti nehody zatím vyšetřuje policie.

Zloděj se neštilit okrást handicapované

Škodu za 300 tisíc korun způsobil zloděj děčínské firmě Levrys, která zaměstnává zdravotně postižené. Jak je známo, chráněné dílny musí hospodařit s každou korunou. Firma, která zaměstnává šestnáct lidí s postižením, neměla svůj majetek pojištěný a policie zloděje zatím nemá. Nenechavci ukradli nářadí, které je pro výrobu nezbytně nutné a kromě vybavení zmizely i peníze. Chráněná dílna Levrys vyrábí z plastů septiky, zahradní jezírka a bazény. Zatím se výroba našťestí nezastavila, z bezvýchodné situace pomohly firmy, které speciální nářadí dodávají. Dodavatelská firma prozatím nejdůležitější technologii dlouhodobě zapůjčila, bez této vstřícné nabídky by museli zaměstnanci hledat jinou práci.

Spolumajitelka chráněné dílny Iveta Vitáková přitom vyslovila domněnku, že do dílny se mohl vloupat i někdo z bývalých zaměstnanců. Podle ní šel zloděj na jistotu, dokonce si ze skříňky, kam pracovníci schovávají veškeré klíče, vybral ty od skříní s nářadím. Dodala, že zloděj bez problémů objevil i příruční pokladnu, kterou ve firmě také schovávají.



Po nájezdu zlodějí zůstalo v chráněné dílně jen to nezákladnější nářadí. Autor: Deník/Michaela Hlinková

Smutný výsledek požáru sirotčince

Tragický výsledek měl požár v únoru letošního roku v sirotčinci ve městě Haa-

psalu na severozápadě země Estonska, při němž zahynulo deset dětí. V budově bylo v době požáru 37 dětí a devět dospělých. Většina dětí umístovaných do tohoto sirotčince má zdravotní postižení a pohybují se často na kolečkových křeslech. Požár sirotčince, který byl dřevěný, se hasičům podařilo zvládnout za dvě hodiny. Estonsko vyhlásilo na první den následujícího týdne den smutku.

Policajt srazil na přechodu ženu na vozíku



Slovenští policisté řeší dopravní nehodu, při níž v lednu v Košicích jeden jejich kolega porazil na přechodu ženu na invalidním vozíku. Jednatřicetiletý policista se podle svědků řítit po silnici ve služebním autě Kia Ceed, plně se nevěnoval řízení a zavinil srážku s padesátiletou vozíčkářkou. Policisté jeho zavinění potvrdili. Muž sice neměl alkohol v krvi, autem si ale dlouho nezaježdí. Policisté mu totiž odebrali řidičský průkaz.

Žena skončila v nemocnici s lehkým poraněním hlavy. Škoda na vozidle je podle odhadu asi 2 000 eur, na vozíku 1 000 eur.

Invalida na vozíku chtěl spáchat sebevraždu

Jedno odpoledne na začátku února si povšiml sedmapadesátiletý kolemjdoucí, že v Pastrnkově ulici v Brně na mostku s teplovodem vedoucím přes řeku Svitavu seděl muž, jehož chování působilo podezřele.

Vnímavý Brňan proto zavolal strážníkům a ti po příjezdu na místo skutečně spatřili osamělého muže, který seděl na mostku ve vzdálenosti cca sedmi metrů od jeho začátku. Devětadvacetiletý muž z Frýdecko-Místecka sice se strážníky komunikoval, obsah jeho slov byl však velmi zmatený. V jeho blízkosti u paty mostku byl invalidní vozík s batohem upevněným u držadel. Nakonec strážníkům muž řekl, že opravdu chtěl skočit z mostku a že invalidní vozík s batohem patří jemu. Invalidní muž byl nakonec ošetřen přivolanými záchranáři, kteří jej odvezli do zdravotnického zařízení.

Zdroj: Právo, Deník, ČT24, ČTK, Internet.

Připravila: (bf)

Jak jste na tom s platbami předplatného Vozky

Milí čtenáři, otiskujeme seznamy těch z Vás, u kterých ještě nemáme registrovány platby za předplatné magazínu Vozka za jeden až tři roky.

Tyto seznamy berte jako snahu redakce o zavedení systémového opatření vedoucího k odstranění současných administrativních problémů, které vyplývají z nesouladu mezi doručovací databází a databází účetní evidence plateb.

- Seznamy jsou **platné k 22. únoru 2011**. Pokud jste předplatné uhradili po tomto datu, pokládejte údaj o své osobě v příslušném seznamu za bezpředmětný.
- Pokud jste předplatné uhradili před datem 22. února 2011 a jste uvedeni v seznamu, prosím kontaktujte nás, abychom mohli platbu vyhledat.
- Poznámka: předplatné se platí z kraje roku, nejpozději do doby vydání prvního čísla nového ročníku.

Děkujeme za pochopení.

Neuhrazen rok 2011 = 100 Kč

■ Jsme si vědomi toho, že mezi předplatiteli této skupiny, kteří nemají zatím uhrazeno předplatné pouze za rok 2011, jsou také dlouhodobí a věrní předplatitelé, kteří platí každý rok a často i větší částky, než je minimálních 100 Kč. Za to jim patří poděkování.

A Adamčíková, Hana, Ostrava-Zábřeh; **B** Bartošková, Renáta, Hustopeče nad Bečvou; Běleš, Radim, Frýdek-Místek; Beránková, Marcela, Příbor; Bindr, Jiří, pošta Tavíkovice; Bláha, Zdeněk, Lnáře; Böhm, Horst, Ostrava-Poruba; Bojko, Petr, Jablunkov; Borková, Vlasta, Choceň; Brácha, Stanislav, Prostějov; Býma, Michal, Kozmice; **C** Cafourek, Oldřich, Brno; Čajková, Jana, Šenov u Ostravy; Čamrová, Marcela, Nymburk 2; Čermáková, Zdeňka, Havlíčkův Brod; Černá, Ivonka, Jablonec nad Nisou; **D** David, Michal, Otice; Dočkal, Martin, Rozsochatec; Dráповá, Ivana, Kojetín; **F** Filipec, Vlastimil, Ostrava-Hrabůvka; Fleková, Marta, Praha 8-Čimice; Florková, Annelies, Ostrava-Hrabůvka; Folvarský, Roman, Praha 9; Folwarczná, Kamila, Al-

brechtice u Č. Těš.; Franek, Jiří, Orlová-Poruba; Fučík, Josef, Nová Paka; **G** Gardavská, Marie, Kojetín; Gašpárek, Petr, Prostějov; Gewinerová, Josefa, Orlová-Lutyně; Glos, Zdeněk, Lipník nad Bečvou; Gronych, Jiří, Karviná-Mizerov; Gřešicová, Žaneta, Karviná-Ráj; Gubišová, Eva, Topolčany, Slovensko; **H** Halušková, Svatava, Krnov; Havlíková, Pavla, Lipůvka; Henkrichová, Andrea, Ostrava-Bělský les; Herichová, Helena, Píšť; Hnátková, Vlasta, Toužim; Honš, Vít, Stařeč; Hrabovská, Olga, Prostějov; Huvarová, Miroslava, Ostrava-Hrabůvka; **J** Jagošová, Květuše, Ostrava-Hrabůvka; Jaklová, Zdenka, Kopřivnice; Janáčková, Růžena, Havířov-Podlesí; Jandoš, František, Lovosice; Janík, Jindřich, Kravaře 1; Jílek, Pavel, Volary; Jiříček, Josef, Sezimovo Ústí 1; Joško, Pavel, Bolatice; Juřinová, Jarmila, Ostrava-Polanka n. Odrou; **K** Kadlec, Pavel, Tišnov; Kaiser, Robert, Vítkov; Kapicová, Kateřina, Ostrava-Poruba; Karas, Jaroslav, Ostrava-Hrabová; Kaspar, Jiří, Prostějov-Vrahovice; Kaurová, Zdenka, Havířov-Šumbark; Klug, Herbert, Sokolov 1; Knapová, Kateřina, Vilémov; Koblížek, Josef, Soběslav; Kociánová, Eva, Opava; Kolář, Marek, Ostrava-Hrabůvka; Kopel, Petr, Český Těšín; Koreník, Josef, Odry; Koupilková, Václava, Plzeň; Kováčová, Olga, Frenštát p. R.; Kozelský, David, Velká Polom; Krajčková, Milada, Ostrava-Poruba; Kratinová, Zuzana, Jablonec nad Nisou; Krátká, Soňa, Ostrava-Poruba; Kratochvíl, Vítězslav, Ostrava 4; Kratochvíl, Jan, Opava 5; Krejcarová, Lenka, Jablonec n. N.; Kristová, Mila, Prostějov 15; Křížová, Magdaléna, Orlová-Lutyně; Kubíčková, Tatiana, Havířov-Šumbark; Kubíková, Bohumila, Ostrava-Dubina; Kučerová, Erika, Ivančice; Kuchyňka, František, Hranice 4-Drahotuše; Kurbelová, Klára, Mariánské Lázně; Kurková, Michaela, Praha 5; Kvača, Vladimír, Ostrava-Svinov; **L** Lang, František, Olomouc; Lišková, Gabriela, Ostrava-Nová Bělá; Loskot, Zbyněk, Humpolec; **M** Malenovský, Jaroslav, Medovice; Malik, Stanislav, Jablunkov; Malík, Vladimír, Medovice; Martinková, Marie, Přerov; Matyášová, Radka, Havířov-Šumbark; Mertová, Kateřina, Ostrava-Hošťálkovice; Michalík, Pavel, Praha 10-Hostivař; Minařík, Roman, Hředle; Mindek, Michal, Ostrava-Vratimov; Mizeráková, Zdeňka, Leština u Zábřeha; Mokryšová, Šarlota, Ostrava-Lhotka; Molková, Stanislava, Zábřeh na Moravě; Moravcová, Marta, Litoměřice; **N** Nahodilová, Maríja, Šumná; Najmano-

vá, Alice, Sobotka; Nečasová, Věra, Žďár nad Sázavou 1; Němeček, Stanislav, Uničiv; Nerancolakis, Nikolaus, Ostrava-Výškovice; Nevoral, Luděk (Parník), Pardubice; Nevrllová, Marcela, Ostrava-Michálkovice; Nevřiva, Stanislav, Ostrava-Poruba; Nováček, Jan, Ostrava-Dubina; **O** Ondráková, Marie, Hrabyně; **P** Pařourová, Lázně Bohdaneč; Panská, Jaroslava, Žatec; Pavlovská, Šárka, Odry; Pečínka, Petr, Opava 6; Píšková, Dagmar, Ostrava-Poruba; Pišný, Roman, Jindřichův Hradec; Pokorný, Jaroslav, Kolín II; Pospíšilová, Šárka, Havířov-Šumbark; Preissová, Věra, Ostrava-Hrabůvka; **R** Rédl, Vlastimil, Praha 414-Chodov; Riedlová, Ludmila, Lhotka u Ostravy; Rosnerová, Zdeňka, Horní Datyně; Rousková, Ivana, Nové Město nad Metují; Růžicka, Jaroslav, Příbor; Růžičková, Květoslava, Žďár nad Sázavou; Říhová, Alena, Soužice **S** Selecká, Daniela, Cheb; Schilbergerová, Renata, Albrechtice; Scholzová, Ivana, Teplice nad Metují; Sidková, Marta, Ostrava-Nova Ves; Skybová, Alena, Orlová 3-Poruba; Slezáková, Eva, Kopřivnice; Smékal, Miloslav, Olomouc; Soukup, Jan, Ha-vlíčkův Brod; Stachorová, Ingeborg, Frýdek-Místek; Strnadová, Hana, Rohatec; Svák, Jiří, Ostrava-Muglinov; Šalmik, Jaroslav, Velké Hleďsebe; Šandová, Jiřina, Všetaty; Šeda, Radomil, Ostrava-Zábřeh; Ševčík, Milan, Prostějov; Šiffnerová, Jarmila, Ostrava-Poruba; Šimíčková, Ludmila, Ostrava-Fifejdy; Šindelek, Vladimír, Sedlnice; Šírová, Aneta, Frýdek-Místek; Šolarová, Drahomíra, Starý Plzenec; Šrámková, Alena, Ostrava-Bělský les; Šumská, Denisa, Ostrava-Výškovice; **T** Tassová, Eva, Svídnice; Troszková, Danuše, Bystřice nad Olší; **U** Urbánková, Jana, Ostrava-Poruba; Urbánková, Helena, Ostrava-Zábřeh; **V** Valentová, Lenka, Frýdek-Místek; Vavrouchová, Zdeňka, Havířov-Podlesí; Vavřáčová, Zdeňka, Paskov 3; Veber, Ludvík, Ostrava-Bělský les; Vichotová, Marie, Ostrava-Poruba; Volavková, Blanka, Karlovy Vary; Vondra, Stanislav, Dubovice; Vontrobová, Jana, Český Těšín; **W** Wybranietsová, Bohumila, Český Těšín **Z** Zemánková, Jana, Boskovice; Žáková, Alexandra, Frýdek-Místek; Žandrová, Martina, Pivín; Židková, Jindřiška, Francova Lhota; Žilková, Jaroslava, Karviná 4.

Neuhrazeny roky 2010–2011 = 200 Kč

■ Pokud nebudeme evidovat úhradu předplatného do doby vydání následu-

jícího Vozky č. 2/2011, budeme muset distribuci na příslušný kontakt zrušit.

A Adamcová, Kateřina, Bolatice; **B** Bajtek, Jan, Mohelnice; Balík, Antonín, Horní Dunajovice; Bednářová, Ladislava, Polná; Běhávková, Michal, Polešovice; Belant, Antonín, Místřice, okr. Uherské Hradiště; Berák, Petr, Praha 3; Blažková, Lucie, Třinec; Boček, Jiří, Roudnice nad Labem (Bočková, Ludmila, Poděbrady); Břežná, Šárka, Ostrava-Poruba; Burianová, Božena, Strážek; pošta; **C** Cibulková, Helga, Havířov-Podlesí; Čermáková, Vlasta, Otrokovice; Čupa, Vladimír, Albrechtice; **D** Dobias, Vojtěch, Ostrava-Poruba; **F** Fojtík, Miroslav, Tichá, okr. Nový Jičín; **G** Gruszewski, Josef, Bohumín; Günter, Walter, Lobendava; **H** Hašto, Michal, Pardubice; Herink, Roman, Zlín; Hofrichtr, David, Havířov-Šumbark; Holíková, Danuše, Vsetín-Rokytnice; Holomek, Sáva, Ostrava; Holub, Jaroslav, Kujavy; **CH** Chládková, Kristýna, Zlín; Chovanec, Milan, Havířov-Podlesí; Chovanec, Petr, Ostrava; **J** Jarošová, Lenka, Mohelnice; Jílková, Lenka, Ostrava-Poruba; Jiskrová, Růžena, Svitavy; Jungmannová, Klára, Kladno; **K** Kaniová, Iveta, Ostrava-Moravská Ostrava; Kaňová, Monika, Ostrava-Lhotka; Kapias, Lumír, Ostrava-Výškovice (Valovič, František, Záhor); Kaplan, Jiří, Ostrava-Mar. Hory; Kašíková, Dárka, Ostrava-Koblov; Kawuloková, Jana, Havířov-Šumbark; Kniezková, Martina, Havířov-Šumbark; Kolář, Marek, Ostrava-Hrabůvka; Košlerová, Renáta, Karviná-Mizerov; Krakovská, Marcela, Moravská Ostrava; Králíčková, Jaroslava, Nové Město nad Metují; Krčalová, Míla, Luka nad Jihlavou; Krkoška, Aleš, Vřesina; Krobotová, Ludmila, Ruda nad Moravou; **L** Lasák, Pavel, Píšť; Luňák, Václav, Brno-Komín; **M** Macurová, Libuše, Ostrava-Heřmanice; Macháčková, Andrea, Kyjov; Masopustová, Vlasta, Vracov; Mohelník, Vlastimil, Ostrava-Dubina; Moravcová, Jana, Velké Hamry; Mruzková, Mária, Ostrava-Poruba; **N** Nesetová,

Eleonora, Ostrava-Moravská Ostrava; Nídllová, Ivana, Aš; Nims, Jakub, Albrechtice nad Orlicí; **O** Olšaníková, Monika, Ostrava-Poruba; Onderková, Anna, Ostrava-Hrabůvka; Ondruch, Jaromír, Horní Bečva; **P** Papugová, Lucie, Těrlíčko; Pastrňáková, Nad'a, Vřesina; Paúr, Josef, Újezd; Petrová, Ivana, Ostrava-Mor. Ostrava; Plášil, Miloslav, Toužim, pošta; Plesníková, Hana, Ostrava-Fifejdy; Pospíšilová, Jana, Praha 4; Procházka, Ondřej, Ostrava-Poruba; Proučilová, Jaromíra, Sázava; Pučok, Gustav, Jablunkov-Písečná; Pultarová, Gertruda, Aš; **R** Remešová, Jiřina, Plzeň; Roubalová, Simona, Znojmo; Rychlíková, Martina, Albrechtice u Českého Těšína; **S** Skařupa, Vladislav, Loučka u Valaš.Meziříčí; Sojka, Karel, Kaplice 2; Solnický, Vratislav, Břehe, okr. Pardubice; Sváčková, Dagmar, Frýdek-Místek; Šebková, Lenka, Ostrava-Hrabůvka; Šichová, Lydie, Ostrava-Poruba; Šimková, Miroslava, Vseruby; Škařupa, Vladislav, pošta Loučka; Šnajder, Zdeněk, Ostrava-Mor. Ostrava; Šťastný, Ladislav, Hradištko pod Medníkem; pošta; Šulková, Etela, Stará Červená Voda; **T** Tománek, Jiří, Nečtiny; Trunda, Jiří, Frýdek-Místek; **V** Valík, Vladimír, Opava; Voznica, Pavel, Ostrava-Radvanice.

Neuhrazeny roky 2009–2011 = 300 Kč

■ Pokud nebudeme evidovat úhradu předplatného do doby vydání následujícího Vozky č. 2/2011, budeme muset distribuci na příslušný kontakt zrušit.

B Benešová, Martina, Opava; Boštk, Jan, Havířov; Brázdilík, Jaroslav, Kvasnice; Buchtová, Zdena, Břeclav; Burianová, Jitka, České Budějovice; **D** Dlouhá, Kateřina, Otice; Dočkalíková, Jana, Pardubice 9; **H** Hajdů, Jaroslav, Zákupy; Halfar, Jakub, Albrechtice u Č. Těš.; **CH** Chvátařová, Jaroslava, Příbram 3; **K** Klich, Jiří, Suchdol n. O.; Koneczny, Tomáš, Hlučín; Kopecká, Vlasta, Mohelnice; Kotačková, Ludmila, Ostrava-Hrabová; Kulhánková,

Markéta, Frýdek-Místek 2; Kvapilová, Ludmila, Sudkov; **M** Mach, Roman, pošta Bystřice pod Hostýnem; Mejzlíková, Emílie, Branky; Mikolajek, Jiří, Ostrava-Mor. Ostrava; Milata, Maxmilián, Hrabyně; **N** Novotná, Ivana, Železný Brod; **P** Petrová, Svatava, Ostrava-Dubina; Procházka, Ladislav, Šenov; Pšenička, Josef, Rakovník; **R** Rádková, Ivana, Opava; Raszková, Marcela, Český Těšín; **S** Staněk, Rostislav, Frýdek-Místek; Stavínová, Veronika, Rožnov pod Radhoštěm; Šrámek, Jaroslav, Velká Bíteš; Šumbera, Antonín, Ostrava-Zábřeh; Švabíková, Drahomíra, Ostrava-Zábřeh; **T** Toman, Martin, Soběslav; **V** Viktorová, Zdeňka, Ledec nad Sázavou.

Jak uhradit předplatné

■ Předtištěnou poštovní poukázkou vloženou do posledního Vozky č. 4/2010 s dat. vydání 20. 12. 2010. (Pošt. poukázka je každým rokem vložena do posledního čísla daného ročníku.) Do zprávy pro adresáta uveďte VAŠE TELEFONNÍ ČÍSLO.

■ Pokud jste předtištěnou pošt. poukázku ztratili, můžete předplatné uhradit poštovní poukázkou vyzvednutou na Vaši poště. Jako adresáta uveďte: OSTRAVSKÁ ORGANIZACE VOZÍČKÁŘŮ, HORYMÍROVA 121, 700 30 OSTRAVA-ZÁBŘEH. Jako odesílatele uveďte JMÉNO A ADRESU PŘEDPLATITELE. Do zprávy pro adresáta uveďte VOZKA a VAŠE TELEFONNÍ ČÍSLO.

■ Bankovním převodem na účet Ostravské organizace vozíčkářů. Č. účtu: 373704983/0300, variabilní symbol: VAŠE TELEFONNÍ ČÍSLO, specifický symbol: 201, Pokud název Vašeho účtu není shodný se jménem předplatitele, uveďte do zprávy pro adresáta JMÉNO PŘEDPLATITELE.

Redakce magazínu Vozka



Návrh sociální reformy

Cíle • nástroje • pilíře • změny • dopady

Ministerstvo práce a sociálních věcí (MPSV) zpracovalo návrhy změn, které zahájí legislativní proces sociální reformy. Z velké většiny by měly nabýt účinnost od 1. ledna 2012. Ministr práce a sociálních věcí vládě předloží návrh řešení v pěti klíčových oblastech: v dávkovém systému, v oblasti péče o zdravotně postižené osoby, v oblasti zabezpečení osob v hmotné nouzi, v legislativě pracovněprávní a v neposlední řadě také v oblasti rodinné politiky a péče o děti.

„Cílem těchto reformních kroků je zjednodušení systému, jeho zlevnění i zefektivnění, rozšíření možností kontroly a v neposlední řadě také komfortnější postup pro příjemce dávek,“ říká ministr práce a sociálních věcí Jaromír Drábek. Zaveden bude jednotný formulář pro podávání žádostí o všechny dávky, bude určeno jedno výplatní místo, počet dávek bude značně zredukován, dojde k jejich agregaci do větších celků. Státní výdaje se budou snižovat nikoli na úkor příjemců dávek, ale primárně snížením nákladů na administraci systému.

Nově by mělo být upraveno poskytování služeb péče o děti: zákon rozdělí poskytování těchto služeb na péči o velkou, střední a malou dětskou skupinu. Požadavky na kvalitu zajištěné péče se budou lišit podle velikosti skupiny.

Zavedena bude také nová živnost „Péče o dítě do tří let věku v denním režimu“. Ministerstvo plánuje například zpřísnění sankce za výkon nelegální práce, snížena bude naopak maximální částka pokuty za neplnění oznamovací povinnosti nebo nevedení evidence podle zákona o zaměstnanosti z 500 000 Kč na 100 000 Kč.

Cíle reformy:

- lepší zacílení a adresnost sociálních dávek;
- dosažení maximální možné účelnosti dávek;
- zefektivnění práce orgánů státní správy;
- snížení administrativní zátěže pro uživatele služeb;
- zkvalitnění systému péče o ohrožené děti;

- podpora sladění rodinného a pracovního života u rodin s dětmi.

Nástrojem k dosažení cílů jsou zejména tyto mechanismy:

- zavedení jednotného výplatního místa dávek;
- snížení počtu vyplácených dávek jejich agregací do větších celků;
- zavedení efektivního hodnocení příjmů žadatelů o dávky.

Tyto mechanismy budou promítnuty do všech relevantních agend MPSV.



Pilíře reformy v roce 2011

Připravované legislativní změny lze rozdělit do následujících pilířů:

- Sjednocení výplaty dávek
- Změny v oblasti péče a zabezpečení zdravotně postižených osob
- Změny v oblasti zabezpečení osob v hmotné nouzi
- Změny v oblasti práce a zaměstnanosti
- Změny v oblasti rodinné politiky a péče o děti

Pilíř I.: Sjednocení výplaty dávek

MPSV připravilo záměr sjednocení procesu výplaty nepojistných dávek sociální ochrany, tak aby o těchto dávkách rozhodoval jediný orgán jako jednotné místo kontaktu žadatelů o dávky, nikoliv celá řada různých orgánů státní správy a samosprávy, tak jako tomu je doposud. Tímto jediným orgánem by měl být podle návrhu MPSV Úřad práce ČR.

Seznam dnes vyplácených dávek na třech různých úrovních státní správy, resp. samosprávy:

Úřad práce

- přidavek na dítě;
- příspěvek na bydlení;

- rodičovský příspěvek;
- porodné;
- pohřebné;
- dávky pěstounské péče.

Obecní úřad

- příspěvek na živobytí;
- mimořádnou okamžitou pomoc;
- doplatek na bydlení;
- příspěvek nevidomým na krmivo pro vodícího psa;
- příspěvek na užívání bytu a garáže.

Obecní úřad s rozšířenou působností

- příspěvek na péči;
- mimořádnou okamžitou pomoc osobám ohroženým sociálním vyloučením
- jednorázové příspěvky na opatření zvláštních pomůcek;
- příspěvek na úpravu bytu;
- příspěvek na zakoupení, celkovou opravu a zvláštní úpravu motor. vozidla;
- příspěvek na provoz motorového vozidla;
- příspěvek na individuální dopravu;
- průkazy TP, ZTP a ZTP/P.

Pilíř II.: Změny v oblasti péče a zabezpečení zdravotně postižených osob

MPSV plánuje změnu ve struktuře dávek, a to tak aby z nepřehledného spektra mnoha dílčích dávek pro zdravotně postižené, které byly posuzovány a poskytovány samostatně u několika orgánů, vznikly nově pouze dvě agregované dávky:

- opakující se příspěvek na mobilitu;
- jednorázový příspěvek na zvláštní pomůcky.

Oba tyto příspěvky by měl posuzovat a vyplácet Úřad práce ČR.

Dávky, které by měly být agregovány do jednoho „Příspěvku na mobilitu“, dnes tvoří tyto dílčí příspěvky:

- příspěvek na úhradu za užívání garáže;
- příspěvek na individuální dopravu;
- příspěvek na zakoupení motorového vozidla/příspěvku na celkovou opravu motorového vozidla;
- příspěvek na zvláštní úpravu motorového vozidla;
- příspěvku na provoz motorového vozidla.

Dávky, které by měly být agregovány do jednoho „Příspěvku na pomůcky“, dnes tvoří tyto dílčí příspěvky:

- příspěvek na opatření zvláštních pomůcek;

- příspěvek na úpravu bytu;
- příspěvek na zvláštní úpravu motorového vozidla.

Další opatření ve vztahu k osobám se zdravotním postižením:

- zjednodušení posudkového systému a vlastního procesu při zachování uceleného pohledu na každodenní a zcela nezbytné životní potřeby (snížení počtu hodnocených skutečností ze stávajících 36 úkonů na 10 základních životních potřeb). Odlišeny budou také přístupy v posuzování různých věkových kategorií;
- dosavadní zastaralou vyhlášku 182/1991 Sb. nahradit zákonem a sjednotit soubor dávek, které obsahuje, do dvou – příspěvku na mobilitu a příspěvku na zvláštní pomůcky;
- příspěvek na mobilitu chápat jako vyrovnání příležitostí a přiznávat jej těm občanům se zdravotním postižením, u nichž je indikována závislost v doméně mobilita nebo orientace;
- v příspěvku na mobilitu odlišit častou a občasnou dopravu a zavést příjmový test;
- v příspěvku na zvláštní pomůcky zavést pravidlo, že nemohou nahrazovat lékařské pomůcky, ale umožnit lepší socializaci či komfortnější život uživatele;
- zavést spoluúčast uživatele na pořízení zvláštní pomůcky;
- vytvořit stálý poradní sbor expertů pro aktualizaci seznamu zvláštních pomůcek;
- příspěvek na péči bude poskytován v takové výši, aby pokryl část nákladů péče (služeb). Na zbylé části se bude podílet člověk vyžadující péči a případně jeho rodina. Teprve v případě, že oprávněná osoba nemá dostatek prostředků a není pro ni dostupná ani pomoc osob, které k ní mají vyživovací povinnost, bude mít možnost získat doplatek od státu. Řízení bude zjednodušeno (sociální šetření v obvyklém rozsahu budou probíhat pouze v určitých indikovaných případech);
- zůstane možnost volby, na jaké služby (způsob zajištění péče) bude příspěvek čerpán. U osoby blízké a zároveň v situaci, kdy je oprávněná osoba ve věku 3–18 let, nebude u pečujících pohlíženo na příspěvek jako na příjem z hlediska daňových povinností;
- příspěvek na péči bude čerpán prostřednictvím elektronického platebního prostředku;
- bude navrženo zavedení institutu asistentů sociální péče, tj. jiné, než blízké pečující osoby;
- MPSV bude s MZ spolupracovat na přípravě nového zákona o dlouhodobé

péči. Ta bude oddělena od zdravotnické péče (akutní a následné) a také od sociálních služeb. Bude vytvořen samostatný systém dlouhodobé péče s vlastními standardy poskytované péče a vlastními zdroji financování při zachování principu sdíleného financování péče z obou systémů, tj. zdravotního pojištění a příspěvku na péči;

- určitou roli bude hrát i spoluúčast klienta ve formě úhrady části nákladů, stravy a ubytování, ale také například možnost hradit si nadstandardní péči (standardní péči bude nutné definovat). V dlouhodobějším horizontu se počítá se zavedením státem podporovaného spojení občanů kombinovaného s pojištěním.

Pilíř III.: Změny v oblasti zabezpečení osob v hmotné nouzi

V oblasti hmotné nouze má dojít v letošním roce ke zpracování legislativních záměrů, které by měly zajistit zejména následující:

- sjednocení výplaty různých druhů dávek a zjednodušení jejich administrace pro lepší adresnost dávek;
- výplata dávek bude posuzována na základě příjmové situace nejenom konkrétní osoby v hmotné nouzi, ale též dalších osob, které k ní mají vyživovací povinnost s cílem podpořit odpovědnost v rámci rodiny a upřednostnit ji před odpovědností státu;
- možnost výplaty dávek prostřednictvím elektronického platebního prostředku, což by mělo zajistit větší kontrolu využití dávek a tedy jejich spotřebování na účel, ke kterému jsou určeny.

Pilíř IV.: Změny v oblasti práce a zaměstnanosti

Nelegální práce je podle nynější definice velmi obtížně prokazatelná. Z toho důvodu dochází k únikům v oblasti pojistného i daní. Proto bude definice upravena tak, aby prokazování nelegální práce bylo snazší. Osoba, na jejímž pracovišti se vykonávala nelegální práce, bude tedy muset prokazovat, že nelegální práci na svém pracovišti neumožnila.

Maximální částka pokuty za výkon nelegální práce bude zvýšena z 10 000 Kč na 100 000 Kč.

Pilíř V.: Změny v oblasti rodinné politiky a péče o děti

MPSV plánuje předložit novelu zákona o sociálně-právní ochraně dětí, se kterou budou spojeny též novely dalších zákonů (např. zákona o rodině). Posílením prevence, sociální práce s rodinami

a rozvojem náhradní rodinné péče dojde ke snížení počtu dětí v ústavní péči.

Opatření reagují zejména na situaci, kdy tzv. „mezera zaměstnanosti v důsledku péče o dítě/děti“ („child employment gap“) dosahuje nejvyšší míry v Evropě (40,5 %). Cílem je přijmout následující opatření:

- zavést institut vzájemné rodičovské výpomoci;
- podporovat služby péče o děti v oblasti živnostenského podnikání;
- poskytovat služby péče o děti na nekomerčním základě;
- zavést daňové výhody v souvislosti s poskytováním služeb péče o děti;
- změnit podmínky nároku na pobírání rodičovského příspěvku vzhledem k rozsahu doby pobytu dítěte v zařízení péče o děti.

NRZP proces přípravy sociální reformy sleduje

Přípravu sociální reformy velmi pozorně sleduje Národní rada zdravotně postižených v ČR (NRZP ČR). Rada věří, že MPSV bude s představiteli NRZP pravidelně konzultovat připravované konkrétní kroky reformy.

Se zásadními stanovisky NRZP k aktuálnímu vývoji dotýkajícímu se lidí se zdravotním handicapem a stěžejními aktivitami NRZP vůči orgánům státním institucím se zájemci mohou seznámit na webových stránkách NRZP www.nrzp.cz, odkaz Aktuality.

Zdroje:

www.businessinfo.cz, 31.01.2011
(Zdroj: Ministerstvo práce a sociálních věcí),

„Reformní záměry v oblasti nepojistných dávek a služeb sociální ochrany v roce 2011 a dalších letech“ – materiál pro jednání Pracovního týmu RHSD (Rada hospodářské a sociální dohody ČR – tripartita) pro sociální otázky, únor 2011.

Připravil: Petr Dzido
(kráceno)



Plegici a sociální služby

Zařízení a druhy soc. služeb • příspěvek na péči •
• poskytovatelé soc. služeb

Pro začínající i zkušené vozíčkáře přinášíme pokračování seriálu poradenských textů pana Milana Čoka, autora a provozovatele internetových stránek www.osobniasistence.cz.

Sociální služby jsou jedním z druhů činností v sociální oblasti, kterými je zajišťována pomoc osobám v nepříznivé sociální situaci. Sociální služby mohou ze zákona využívat lidé, kteří jsou nějakým způsobem vůči většinové společnosti znevýhodněni, ať svým věkem, zdravotními nebo sociálními problémy. Jejich poskytování se řídí **zákonem o sociálních službách č. 108/2006 Sb.** Sociální službou však není poskytování zdravotnické ošetrovatelské služby, ani k nim přímo nepatří poskytování sociálních dávek (tj. příspěvky na auto, úpravu bytu apod.).

Jaká jsou u nás zařízení sociálních služeb?

Jedná se o **zařízení pobytová**, s celodenním pobytem a ubytováním (domovy pro osoby se zdravotním postižením, domovy pro seniory, týdenní stacionáře, zdravotnická zařízení ústavní péče), dále **zařízení ambulantní**, která poskytují služby pouze během dne (centra denních služeb, denní stacionáře, zařízení pro krizovou pomoc, sociální poradny), a **terénní služby**, které jsou poskytovány v přirozeném nebo domácím prostředí uživatelů sociálních služeb.

Druhy sociálních služeb

Sociální služby se dělí na:

- služby sociální péče,
- služby sociální prevence,
- sociální poradenství.

Služby sociální péče pomáhají zajistit potřebným lidem jejich fyzickou a psychickou soběstačnost, pomáhají jim překonávat každodenní životní problémy. Mezi služby sociální péče patří:

- osobní asistence,
- pečovatelská služba,
- odlehčovací služby,
- centra denních služeb,
- denní, týdenní stacionáře,
- domovy pro osoby se zdravotním postižením,
- domovy pro seniory.

Služby sociální prevence mají pomá-

hat zabránit sociálnímu vyloučení osob, např. z důvodu sociální krize, stáří nebo zdravotních problémů, a pomoci jim nepříznivou situaci překonávat. Mezi služby sociální prevence patří:

- krizová pomoc,
- služby následné péče,
- sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením,
- sociálně terapeutické dílny.

Sociální poradenství poskytuje informace přispívající k řešení nepříznivé sociální situace. Součástí odborného poradenství by měly být i půjčovny kompenzačních pomůcek.

Za které sociální služby se platí a které jsou zdarma?

Zdarma jsou poskytovány tyto služby:

- sociální poradenství,
- krizová pomoc,
- služby následné péče,
- sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením,
- služby sociálně terapeutických dílen.

Ostatní služby jsou většinou poskytovány za částečnou nebo plnou úhradu, maximální ceny služeb jsou však limitované vyhláškou MPSV č.505/2006 Sb.

Příspěvek na péči a kdo má na něj nárok

Nárok na příspěvek na péči má každý, kdo je z důvodu „dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu“ závislý na pomoci (nebo i jen dohledu) jiné fyzické osoby, aby si mohl pomoci příspěvkem zajistit potřebnou pomoc a mohl žít co nejvíce soběstačný život. Nárok na příspěvek na péči nemá dítě mladší jednoho roku. Tento nárok se vůbec netýká stavu hmotné nouze – tj. nedostatku peněz!

O příspěvek se musí žádat

Žádost se podává na formulářích MPSV, které by měly být k dispozici na obecních úřadech (formuláře: Žádost o přiznání příspěvku na péči, Oznámení o poskytovateli pomoci). Na žádosti musí být zejména uvedeno: údaje o žadateli, případně i adresa pro doručování, a dále označení toho, kdo žadateli bude poskytovat péči (osoba blízká nebo jiná, popř. poskytovatel služeb, pokud je to známo

při podání žádosti – lze oznámit i dodatečně, oznámení je však povinné), způsob pomoci a písemný souhlas osoby blízké, popř. jiné nebo právnické osoby s jejím poskytováním, určení, jakým způsobem má být příspěvek vyplácen (komu, kam, v hotovosti, na účet, rodič, opatrovník, zákonný zástupce apod.). Za dítě musí o příspěvek na péči žádat rodiče nebo jeho zákonný zástupce. Pokud osoba není schopna žádost o příspěvek podat sama a nemá žádného zástupce, lze řízení o příspěvku zahájit z moci úřední.

Posuzování žádosti o příspěvek

Řízení o přiznání příspěvku na péči se zahajuje na základě písemné žádosti žadatele, zařazení do konkrétního stupně „závislosti“ je přímo úměrné závažnosti nepříznivé sociální situace. Při posuzování nároku se bere v úvahu nepříznivý zdravotní stav žadatele. Žadatel o příspěvek, jehož zdravotní stav je třeba posoudit pro stanovení stupně závislosti, je povinen podrobit se sociálnímu šetření, a případně vyšetření zdravotního stavu posudkovým lékařem ČSSZ. Na základě vyjádření praktického lékaře, odborných lékařů, příp. funkčního vyšetření zdravotní stav zhodnotí posudkový lékař ČSSZ. Sociální šetření provádí obecní úřad obce s rozšířenou působností, při němž sociální pracovník v domácím prostředí žadatele ověřuje, jak je žadatel soběstačný a schopný samostatného života, jakou má potřebu pomoci, tj. stupeň závislosti. Vychází z činností běžného každodenního života, při nichž potřebuje žadatel o příspěvek pomoc nebo dohled. O šetření se vyhotovuje písemný záznam, který na požádání musí předložit posuzované osobě. Činnosti (úkony), které se posuzují, jsou uvedeny v příloze č.1 k vyhlášce č.505/2006 Sb. Ve vyhlášce jsou uvedeny postupy, které musí posuzovatelé dodržovat. Posuzují se dvě oblasti – péče o vlastní osobu a soběstačnost. Při posuzování stupně závislosti osoby vychází okresní správa sociálního zabezpečení ze zdravotního stavu osoby doloženého nálezem ošetřujícího lékaře, z výsledku sociálního šetření a zjištění potřeb osoby, popřípadě z výsledků funkčních vyšetření a z výsledku vlastního vyšetření posuzujícího lékaře.

Proti postupu a rozhodnutí posud-

kového lékaře OSSZ lze podat námitku a žádat o revizi posouzení zdravotního stavu jiným posudkovým lékařem. Námitka se podává na OSSZ, která rozhodnutí vydala.

Proti rozhodnutí obecního úřadu o přiznání (nepřiznání) příspěvku na péči, stupně závislosti, se lze odvolat písemně na krajském úřadu ve lhůtě uvedené v rozhodnutí, odvolání nemá odkladný účinek.

Pokud obecní úřad změní výši nebo zastaví výplatu příspěvku, je povinen tuto skutečnost příjemci příspěvku písemně oznámit. Proti tomuto postupu je možné podat námitku na obecním úřadu, který takto rozhodl, a to do 15 dnů od posledního dne kalendářního měsíce, ve kterém byla výplata příspěvku zastavena nebo ve kterém došlo ke změně jeho výše.

Kdy vznikne nárok na výplatu příspěvku?

Nárok na výplatu příspěvku vzniká podáním žádosti o příspěvek, je-li následně příspěvek přiznán. Ten může být vyplácen od počátku kalendářního měsíce,

ve kterém bylo zahájeno řízení o jeho přiznání. Splňuje-li osoba podmínky nároku na příspěvek jen po část kalendářního měsíce, náleží příspěvek ve výši, v jaké náleží za kalendářní měsíc.

Příspěvek se nevyplácí, jestliže je osobě po celý kalendářní měsíc poskytována péče v nemocnici nebo léčebném ústavu, nejde-li o poskytování sociálních služeb; to neplatí v případech, kdy je s osobou do péče v nemocnici nebo léčebném ústavu přijata jako průvodce fyzická osoba, která byla uvedena v žádosti o příspěvek, popřípadě ohlášena jako osoba poskytující pomoc.

Kdo může být příjemcem příspěvku?

Příjemcem příspěvku je většinou oprávněná osoba, tj. žadatel o příspěvek. Místo oprávněné osoby může být příjemcem příspěvku zákonný zástupce. Pokud nemůže osoba (žadatel) příspěvek osobně přijímat nebo příspěvek nemůže využívat k zajištění potřebné pomoci, obecní úřad obce s rozšířenou působností ustanoví zvláštního příjemce příspěvku, který s tím-

to ustanovením musí spolu s oprávněnou osobou vyjádřit svůj souhlas, je-li to s ohledem na zdravotní stav oprávněné osoby možné. Zvláštní příjemce je povinen příspěvek používat pouze ve prospěch oprávněné osoby. Pokud ten, kdo pobírá příspěvek na péči, uvedl v žádosti jako pečující osobu někoho, kdo s ním bydlí ve společné domácnosti, obecní úřad obce s rozšířenou působností vydá pečujícímu na jeho žádost potvrzení prokazující dobu této péče pro účely zdravotního a důchodového pojištění. Lze vydat pouze pro jednu osobu.

Výše příspěvků na péči podle stupně závislosti

- **Stupeň I** (lehká závislost, dříve ZP, částečná bezmocnost) – 800 Kč/měs. (*3 000 Kč).
- **Stupeň II** (středně těžká závislost, dříve ZTP, převážná bezmocnost) – 4 000 Kč (*5 000 Kč).
- **Stupeň III** (těžká závislost, dříve ZTP/P, úplná bezmocnost) – 8 000 Kč (*9 000 Kč).
- **Stupeň IV** (úplná závislost, úplná bezmocnost) – 12 000 Kč (*12 000 Kč).

*) Údaje v závorkách platí pro děti do 18 let věku.

Na co lze příspěvek použít?

Příspěvek lze použít pouze na ty výdaje, které souvisejí se zabezpečením pomoci a podpory osobě, která je závislá na péči jiné osoby. Může být tedy „spotřebován“ jako úhrada za péči, kterou zajišťuje poskytovatel sociálních služeb a samozřejmě také na výdaje, které vzniknou pečující osobě, tj. rodinnému příslušníkovi či jiné osobě, která není poskytovatelem sociálních služeb. Zde se předpokládá, že oba výše uvedené způsoby bude příjemce příspěvku kombinovat dle vlastní potřeby a dle individuálně zvoleného způsobu zajištění péče. Pokud pečovatelské služby poskytuje organizace, musí s uživatelem péče vždy uzavřít písemnou smlouvu o poskytování sociálních služeb.

■ **Použití příspěvku na službu osobní asistence:** Osobní asistence je terénní služba poskytovaná osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby. Služba se poskytuje bez časového omezení, v přirozeném domácím prostředí osob a při činnostech, které osoba potřebuje. Jedná se o pomoc:

- při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu,



- při osobní hygieně, oblékání, přípravě a podání jídla a pití,
- zajištění chodu domácnosti (nákupy, úklid, pochůzky),
- při přesunu na lůžko nebo vozík,
- doprovody a pomoc při vyřizování osobních záležitostí.

Maximální výše úhrady za poskytování osobní asistence činí 100 Kč/hod. podle skutečně spotřebovaného času nezbytného k zajištění úkonů; pokud poskytování služby, vč. času nezbytného k zajištění úkonů, netrvá celou hodinu, výše úhrady se poměrně krátí.

■ **Použití příspěvku na pečovatelskou službu:** Rozsah poskytovaných služeb je téměř stejný jako u služeb osobní asistence, navíc je nabízen:

- dovoz nebo donáška jídla,
- údržba domácnosti, údržba domácích spotřebičů,
- pomoc při zajištění velkého úklidu domácnosti, např. sezonního úklidu, úklidu po malování,
- pomoc při zajištění topení, praní a žehlení apod.

Maximální výše úhrady za poskytování pečovatelské služby činí:

- 100 Kč/hod. podle skutečně spotřebovaného času nezbytného k zajištění úkonů;
- pokud poskytování těchto úkonů, vč. času nezbytného k jejich zajištění, netrvá celou hodinu, výše úhrady se poměrně krátí.
- Dále 150 Kč/den za poskytnutí celodenní stravy v rozsahu minimálně 3 hlavních jídel,
- nebo 75 Kč/oběd, včetně provozních nákladů souvisejících s přípravou stravy,
- 20 Kč za dovoz, donášku stravy,
- 100 Kč za velký nákup,
- 50 Kč/kg praného prádla.

Je nutné uzavírat s poskytovatelem sociálních služeb nějakou smlouvu?

Mezi uživatelem služeb a poskytovatelem musí být vždy uzavřena písemná smlouva o poskytování sociálních služeb, s výjimkou poradenství, na které se smlouva neuzavírá. Smlouva musí obsahovat:

- údaje o smluvních stranách,
- druh sociální služby,
- místo a čas poskytování služby,
- výši úhrady za službu a způsob jejího placení,
- ujednání o dodržování vnitřních pravidel stanovených poskytovatelem pro poskytování sociálních služeb,
- výpovědní důvody a výpovědní lhůty,
- dobu platnosti smlouvy.

Úhradu nákladů za poskytování soci-

álních služeb hradí osoba ve výši sjednané ve smlouvě uzavřené s poskytovatelem služby. Poskytovatel sociální služby se může dohodnout na spoluúčasti na úhradě nákladů s osobou blízkou osobě, které je sociální služba poskytována, popřípadě s jinou fyzickou osobou nebo s právnickou osobou, pokud osoba, které je sociální služba poskytována, nemá vlastní příjem nebo její příjem nepostačuje na úhradu nákladů. Osoba může také požádat obec, ve které má trvalý nebo hlášený pobyt, o zprostředkování možnosti poskytnutí sociální služby nebo o zprostředkování kontaktu s poskytovatelem sociálních služeb. Rozsah pomoci je dán stupněm závislosti, pomoc může poskytovat osoba blízká nebo jiná, popř. poskytovatel sociálních služeb nebo také lůžkový hospic.

Smlouvu s poskytovatelem péče si vždy důkladně před jejím podpisem prostudujte, případně se s někým poraďte, neuzavírejte ji v časové nebo jiné tísní.

Důvody pro odmítnutí poskytnutí pobytových sociálních služeb

Pobytové sociální služby lze ze strany poskytovatele odmítnout v případě, že zdravotní stav osoby vyžaduje péči v nemocnici, nebo osoba není schopna pobytu v zařízení sociálních služeb z důvodu akutní infekční nemoci, nebo chování osoby by z důvodu duševní poruchy závažným způsobem narušovalo kolektivní soužití; to neplatí, jde-li o poskytnutí pobytové sociální služby v domově se zvláštním režimem.

Kdo může sociální péči poskytovat?

Sociální péči může poskytovat osoba blízká nebo jiná (na obecní úřad musí doručit Oznámení o poskytovateli pomoci), popř. poskytovatel péče – právnická nebo fyzická osoba.

Musí mít poskytovatelé sociálních služeb ke své činnosti nějaké oprávnění?

Poskytovatelé musí ke své činnosti získat „oprávnění k poskytování sociálních služeb“. **Oprávnění vydává krajský úřad, který provádí i registraci poskytovatelů.** Sociální služby poskytují právnické a fyzické osoby, obce, kraje a MPSV.

Registrace, oprávnění k poskytování péče se nevyžaduje, poskytuje-li osobě pomoc osoba blízká nebo jiná fyzická osoba, která tuto činnost nevykonává jako podnikatel.

Závěrem – pokud služby sociální péče zatím nevyužíváte a nepobíráte příspěvek na péči, zažádejte si o něj, patříte-li mezi

ty, kteří malou či větší pomoc druhých potřebují.

Zdroje informací: Zákon č. 108/2006 Sb., O sociálních službách, Vyhláška MPSV č. 505/2006 Sb. k zákonu o sociálních službách.

Milan Čok,

<http://www.osobniasistence.cz>

Představujeme

Informační
internetový portál:

OSOBNÍ ASISTENCE

www.osobniasistence.cz

Tento velmi užitečný informační portál je zaměřen na 3 základní tematické oblasti: **osobní asistence, ošetřování dekubitů, hospicová péče.**

Další informace poskytuje v těchto hlavních odkazech:

- **Léčebné masáže;**
- **Zdravotní pomůcky;**
- **Užitečné odkazy** – související stránky institucí a organizací;
- **Info pro pacienty** – práva pacientů, volba lékaře, péče;
- **Aspekty péče** – kvalita péče, pohled ze strany nemocných a ze strany ošetřujících (připravuje se);
- **Vyhledat text** – formulář pro vyhledání určitého textu na tomto portále;
- **Soubory ke stažení;**
- **Různé.**

Autor textů internetových stránek:

Milan Čok, Sečská 13, 100 00 Praha 10, e-mail: info@osobniasistence.cz



Nechci, aby klienti byli na mně závislí

Rozhovor s Vandou Witoszkovou z Karviné, pracovnící poskytující osobní asistenci osobám se zdravotním postižením.

Původně absolventka gymnázia, poté nadstavbového specializačního studia speciální pedagogiky, která řadu let pracovala na poště jako mzdová účetní nebo také ve školství, se před 8 lety rozhodla zcela změnit zaměření svého oboru. V roce 2002 začala pracovat v neziskové organizaci poskytující mimo jiné i osobní asistenci. Původně chtěla být učitelkou v mateřské škole, pracovat s dětmi. Život ji zavál tam, kde je, jak říká a nelituje. „V kanceláři se mi to nelíbilo, potřebuji prostor mimo čtyři stěny a změnu – a toho se mi tady při této práci plně dopřává,“ vysvětluje paní Vanda, která jako osobní asistentka pomáhá lidem s postižením, z nichž někteří jsou upoutáni na vozíku buď po nehodě, nebo například po mozkové příhodě. Mezi její klienty patří také senioři.

• Co obnáší práce osobního asistenta?

Především ji vymezuje zákon 108/2006, který popisuje řadu činností, které poskytovatel sociální služby musí zajistit. Konkrétně v praxi se míra podpory osobního asistenta směřem ke klientovi odvíjí od toho, co klient potřebuje, případně chce. Nejčastěji však já osobně klienty doprovázím na úřady či na nákupy, také na procházky. Na úřadech si klient vyjednává, co je schopen, v případě, že jsou potíže, vstupují do jednání s vysvětlením nebo přetlumočím klientovi požadavky. Když klient potřebuje nakoupit, pak jej doprovázím do obchodu a usnadním mu svou přítomností nákupy – tedy podávám mu pro něj nedostupné

zboží, přečtu mu složení či cenu, pomohu uložit nákup do tašky atd. Klienti, k nimž v současné době docházím, jsou schopni nákup zaplatit bez pomoci. Krátce řečeno – mám snahu klientovi pomáhat tam, kde je to nutné tak, abych jej nečinila závislejší. Musím ale přiznat, že někteří klienti by si přáli mnohem větší míru podpory, a je někdy na mém umění motivace klienta, abych mu vysvětlila, že by to pro něj prospěšné nebylo. Tak třeba na procházce při přejíždění náročnějších úseků mi klienti pomáhají, abych se tolik nenadřela s tlačáním invalidního vozíku, ale jsou i tací, kteří ačkoli by mohli, tak s posunem vozíku nepomohou. Záleží tedy vždy na konkrétních lidech. Opravdu klientům doporučuji, aby si snažili zachovat co nejvyšší míru soběstačnosti a udrželi si co nejvíce původních návyků. Bohužel ne vždy se to daří, existují i klienti s postižením, kteří mají pocit, že když si službu platí, musíme jim sloužit. Tady je pak spolupráce obtížnější. Také jsem zažila např. to, že osoba se zdravotním postižením měla tendenci zneužívat svého postavení a využívala soucitu lidí kolem sebe. Obecně ale většina našich klientů na sobě spíše pracuje, aby si zachovali co nejvyšší míru kvality života.

• Jaké změny byste vnímala jako potřebné pro svou práci z legislativního hlediska a jak vycházíte např. s úřady?

Domnívám se, že je moc dobré, že legislativa na takovou službu pamatovala. Víím, že ji nemůže nabídnout každá obec v Česku, i když by to bylo potřeba, protože všude žijí lidé s postižením nebo senioři, kteří by osobní asistenci potřebovali a využili. Další záležitostí jsou ale finance. Ne všichni potřební mají na službu osobní asistence vlastní finance, některým nebyl přiznán dostatečný nebo dokonce žádný příspěvek na péči. Také se stává, a to bohužel většinou u seniorů, že příspěvek je dostatečný, ale není využíván pro nákup sociální služby – zůstává v rodině jako přilepšení. Domnívám se, že nějaká forma poukázek na nákup



sociální služby ve výši přiznaného příspěvku na péči by pomohla, aby se finanční prostředky uvolněné státem vracealy do sociální sféry.

Jinak s úřady zde v Karviné vycházíme velmi dobře, a když jsme například připomínkovali úpravy chodníků, na příslušném odboru nás vyslechli a připomínky zapracovali. Toho si moc vážíme.

• Co vám osobně tato nelehká služba, práce osobní asistentky přináší?

Tak samozřejmě naplnění, vnímám mou práci jako pomoc potřebným, kdy jim usnadňuji jejich život, který se v některém okamžiku poněkud zkomplikoval. Pomáhám a podporuji klienty, aby jejich život byl co nejnornálnější. A když se mi dostane od klienta nebo od rodiny, popř. třeba i od kolegů a nadřízených ocenění, že to, co děláme, je potřebné a že to děláme správně, pak víím, že to má smysl. I když – jak se říká – není každý den posvícení. Klienti, stejně jako všichni lidé, se nebudí každý den s dobrou náladou, mnohdy je něco trápí, něco bolí a i s těmito pocity musíme umět pracovat. Člověk musí některé věci prostě přejít, některé ustát. Musíme si hýčkat věci a pocity, které nás chrání před vyhořením.

• Máte nějaké krédo, které vám pomáhá při práci?

Vzhledem k tomu, že osobní asistence je o pomoci potřebným lidem dělat věci, které sami momentálně dělat nemohou, pak mi pomáhá dobrý pocit z toho, že prostě dělám něco pro druhé. Dnes jsem zdravá a silná, ale kdo ví, co bude zítra a zda nebudu podobnou pomoc také potřebovat? A vždy sama sobě říkám – **jak by bylo tobě v jejich kůži?**

Rozmlouvala Blanka Falcníková



Umět číst nejen v očích, ale i duších

„Každý den je jiný, plný emocí a zážitků,“ říká Alena Pavlisková z Našeho světa



Areál Náš svět. v obci Pržna na Frýdecko-Místecku byl otevřen v roce 2005.

V malebné krajině Pržna, bez rušných cest a nákupních center, se nachází jiný svět. **Náš svět.** Příspěvková organizace, která poskytuje dobrodiní osobám se zdravotním a mentálním postižením. Kapacita zde přesahuje 150 míst, přičemž na pobočce ve Frýdku-Místku je dalších 40 a v jejich sociálně terapeutických dílnách je 50 míst. Služeb poskytuje Náš svět celou řadu: od **domova pro osoby se zdravotním postižením, přes chráněné bydlení, výchovné, vzdělávací a terapeutické činnosti, až po pomoc při uplatňování práv a obstarávání osobních záležitostí klientů.**

Jednou ze zdravotních sester zdejšího personálu je Alena Pavlisková, která

v Našem světě pracuje už sedmým rokem, nyní na pavilonu Slunečnice, kde se nachází 29 stálých uživatelů a jedna tzv. odlehčovací služba. Celkem má paní Pavlisková ve zdravotnictví odpracováno 38 let, jak v nemocnici, tak i v obvodní ordinaci. „Každá práce přináší jiné uspokojení,“ říká, „ale člověk se musí někde najít. Tady je každý den jiný a plný emotivních zážitků. Zdejší děti a dospělí se nikdy v ničem nepřetvařují a umět je pochopit, to znamená nejen číst v jejich očích, ale i v duších.“

Dodejme, že stabilně tady pečují o osm vozíčkářů. Tak ať se vám všem v Našem světě daří!

Jiří Muladi

Náš svět – druhy poskytovaných služeb:

- Domov pro osoby se zdravotním postižením
- Domov se zvláštním režimem
- Chráněné bydlení
- Sociálně terapeutické dílny
- Poskytování ubytování nebo přenocování
- Poskytování stravy nebo pomoc při zajišťování stravy
- Pomoc při zvládnutí běžných úkonů péče o vlastní osobu
- Pomoc při osobní hy-

gieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu

- Výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti
- Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím
- Sociálně – terapeutické činnosti
- Pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí

Kontakt a další informace:

- **Náš svět, příspěvková organizace,** Pržno 239, 739 11 Frýdlant n. O., tel.: 558 605 600, info@centrumprzno.cz, www.centrumprzno.cz.
- **Pobočka Frýdek-Místek:** J. Lohrera 779, 738 01 Frýdek-Místek, tel.: 558 436 471, e-mail: nassvetfm@centrumprzno.cz, nassvetfm@seznam.cz.



Návštěva vozíčkáře s rodinou v Našem světě.



Člověk se musí někde najít. Tady je každý den jiný a plný emotivních zážitků, říká zdravotní sestra Alena Pavlisková, která v Našem světě pracuje už sedmým rokem.

Centrum pro zdravotně postižené MSK nabízí své služby

Osobní asistence, sociálně aktivizační služby, sociální poradenství a půjčovna kompenzačních pomůcek

Centrum pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje o.s. také v roce 2011 nabízí své **služby odborného sociálního poradenství, osobní asistence a sociálně aktivizačních služeb pro osoby se zdravotním postižením a seniory.**

Osobní asistence

Osobní asistence je služba určená osobám se zdravotním postižením a seniorům, minimální věk uživatele služby je 6 let. Osobní asistentky zajišťují pomoc při zvládnutí běžných úkonů péče o vlastní osobu, pomoc při osobní hygieně, pomoc při zajištění stravy a chodu domácnosti. Osobní asistence zahrnuje rovněž výchovné, aktivizační a vzdělávací činnosti. Uživatel může také požádat o doprovod k lékaři, do školy, na úřady a o pomoc při uplatňování práv a při obstarávání osobních záležitostí. Služby osobní asistence jsou částečně hrazeny uživatelem z příspěvku na péči.

Sociálně aktivizační služby

Sociálně aktivizační služby mohou využít osoby se zdravotním postižením starší 15 let a seniory. Zájemci se mohou účastnit počítačového kurzu, díky kterému získají nebo rozšíří své dovednosti v práci s počítačem. Kurz je zaměřen zejména na práci ve Wordu a Excelu. Účastníci se naučí pracovat s internetem a emailovou schránkou a po absolvování obdrží certifikát. Informační koutek pak nabízí bezplatné využívání internetu. V rámci sociálně aktivizačních služeb je v centru také pořádán Klub „Čaj o páté“ zaměřený na kreativní tvorbu a prezentace na odborné téma.

Poradna odborného sociálního poradenství

Poradnu odborného sociálního poradenství mohou navštívit osoby se zdravotním postižením starší 15 let, seniory a jejich blízcí. Mohou se na nás obracet s dotazy v oblasti **sociální péče**, zejména vyřizování příspěvků na opatření zvláštních pomůcek a příspěvků souvisejících s průkazy mimořádných výhod TP, ZTP, ZTP/P. Zprostředkujeme kontakty na organizace poskytující sociální služby a vysvětlíme podmínky vyřízení příspěvku na péči, pomůžeme s vyplněním žádosti. Nabízíme také informace v oblasti **státní sociální podpory, invalidních důchodů, výhod a slev mimo zákonem stanovené oblasti.** V rámci **pracovního poradenství** vám pomůžeme se sepsáním

životopisu, motivačního dopisu, při hledání zaměstnání na internetových portálech, kontaktování zaměstnavatele písemnou, telefonickou nebo emailovou formou. Teoreticky i prakticky vás připravíme na pracovní pohovor. Můžete se také účastnit setkávání skupiny pracovního poradenství, kde se vzájemně podporují jednotliví členové předáváním vlastních zkušeností z oblasti trhu práce. Skupina pracovního poradenství nabízí nácvik oslovování zaměstnavatele, přípravu na pracovní pohovor, testy asertivity, osvojování relaxačních technik, rozvíjení komunikace, sdílení zkušeností jednotlivých členů v oblasti zaměstnávání.

Na nezbytně nutnou dobu také půjčujeme **kompenzační pomůcky**, např. mechanický invalidní vozík (8 Kč/den), chodítka – pevné, dvoukolové, čtyřkolové (5 Kč/den), vanovou sedačku (5 Kč/den), vanový elektrický zvedák s naklápěním (8 Kč/den), klozetové křeslo (5 Kč/den). Zprostředkujeme kontakty na půjčovny kompenzačních pomůcek a informace týkající se pořízení si vlastní pomůcky.

Navštivte nás. Sídlíme na ulici Bieblova 3 v Ostravě (zastávka MHD Hotelový dům Jindřich), tel.: 596 115 318, czp.ostrava@czp-msk.cz, www.czp-msk.cz. Návštěvní hodiny: po 8–12, 13–17, út 8–12, 13–16 pro objednané, st 8–12, 13–16, čt 13–15 pro objednané.

Podpora zaměstnávání osob se zdravotním postižením

Dále u nás pokračuje projekt podpořený Evropským sociálním fondem „**Koučování jako cesta k aktivnímu uplatnění zdravotně postižených osob na trhu práce**“. Projekt probíhá už od 1. 7. 2010, datum ukončení je 31. 12. 2011. Probíhá na pracovištích v Ostravě a Frýdku-Místku. Cílem je uplatnit osoby se zdravotním postižením na trhu práce.

Co již proběhlo? K 1. 1. 2011 se do projektu přihlásilo 58 osob se zdravotním postižením. Všichni účastníci prošli poradenským programem, ve kterém sociální pracovník provádí účastníka průběhem výběrového řízení, tzn. pomáhá mu sepsat životopis, motivační dopis, připravuje ho na pohovor, seznamuje účastníka s nabídky práce apod.

Další aktivity, které proběhly v rámci projektu:

- Využili jsme možnosti pracovní a bilanční diagnostiky, na jejímž základě teď vyhledáváme vhodné pracovní pozice.
- Zajistili jsme rekvalifikační kurzy, byl

zájem např. o kurz masérství, práce na PC, účetnictví a učitele autoškoly.

• **Díky projektu našlo zaměstnání již třináct lidí a během jara 2011 bude pracovat dalších šest účastníků.**

• Jednou z dalších aktivit je kurz **Základy mezilidské komunikace**. Lidé zde získávají vědomosti o verbální a neverbální komunikaci, učí se prezentovat sami sebe a nabývají dovednosti v sociálním kontaktu. Kurz probíhá úspěšně ke spokojenosti účastníků i nás.

Kde se můžete přihlásit

Po celou dobu projektu, tzn. do 31. 12. 2011, se můžete přihlásit na kontaktech:

Ostrava: Mgr. Martina Fojtíková, Bieblova 3, 702 00 Ostrava, tel.: 596 115 318, fojtikova@czp-msk.cz, www.czp-msk.cz.

Frýdek-Místek: Mgr. Petra Moškořová, Kolaříkova 653, 738 01 Frýdek-Místek, moskorova@czp-msk.cz, tel.: 558 431 889.

Co nabízíme zaměstnavatelům?

Zaměstnavatelé mají možnost využít odbornou praxi, kdy osoba se zdravotním postižením bude pracovat zdarma, aby se zaučila, a zároveň přesvědčila zaměstnavatele o svých kvalitách. Odborná praxe trvá max. 3 měsíce. Po tu dobu nedostane potenciální zaměstnanec mzdu, ale poskytneme mu podporu formou příspěvků (na dopravu, doprovod nebo na péči o dítě a další závislé osoby).

Při vytvoření nového pracovního místa pro osobu se zdravotním postižením vás v rámci projektu podpoříme příspěvkem na mzdu po dobu 6 měsíců.

Blíže informace: Mgr. Zuzana Týnová, Bieblova 3, 702 00 Ostrava, tel.: 596 115 318, 774 993 216, tynova@czp-msk.cz.

(pp).

foto: CZP MSK



Kurz Základy mezilidské komunikace

Občanské sdružení Prosaz otevřelo v Praze Klub pro tělesně postižené a přátele

Občanské sdružení Prosaz – společnost pro sociální rehabilitaci občanů se zdravotním postižením – působí v ČR už téměř 20 let (v roce 2011 oslaví 20leté výročí). Mnohaleté úsilí a práce v sociální sféře přinesly své ovoce, a tak se Prosaz může v současné době pochlubit opravdu pestrou škálou sociálních služeb.

Co Prosaz nabízí?

V prvé řadě je to poskytování **osobní asistence**, kterou využívá široká klientela po celém území hlavního města Prahy. Nově, jako odpověď na velkou poptávku, přibyla v letošním roce i **pečovatelská služba**. Kromě toho nabízí Prosaz i kompletní servis domácí zdravotní péče. K dalším službám patří bezplatné sociální poradenství a bezplatná telefonická linka krizové intervence 800 246 642, na níž jsou vyškolení konzultanti k dispozici 24 hodin denně. V neposlední řadě provozuje Prosaz také **chráněné dílny** a pomáhá tak postiženým i v oblasti pracovního uplatnění.

Mimo tuto stálou nabídku probíhají pravidelně i jednorázové akce, při nichž mají postižení možnost setkat se osobně a prožít vzájemně hezké chvíle. Patří sem už tradičně „voda“ – **sjíždění různých řek v ČR – a dále rehabilitační a rekonvalescenční pobyty, které se organizují v bezbariérovém rekreačním středisku Líchovy u Sedlčan. Zde se také pravidelně pořádají letní tábory pro zdravotně postižené děti a mládež.**

Klub pro tělesně postižené

Úplnou novinkou Prosazu je otevření **Klubu pro tělesně postižené a přátele**

v říjnu letošního roku. Klub je koncipován především jako místo setkávání tělesně postižených občanů. „Pro dnešní dobu je charakteristická virtuální komunikace, píšeme si e-maily, máme přátele na Skype a Facebooku, ale osobní rozměr schází. Proto jsme otevřeli klub, kde se postižení mohou scházet skutečně,“ říká předsedkyně sdružení Prosaz, paní Iveta Pešková.

Klub je zároveň prevencí sociální izolace postižených, dává příležitost k setkávání, vzájemnému sdílení nebo navázání nových kontaktů. A protože je otevřen, jak název napovídá, také zdravým občanů, kteří se o problematiku zdravotního postižení zajímají, dává tak i prostor pro integraci.

Klub Prosaz zahájil svou činnost v říjnu 2010. Programy probíhají pravidelně každý čtvrtek od 17 do 19 hodin v Komunitním centru sv. Prokopa na Praze 5, V Hůrkách 1292/8.

„Máme zde pronajatou klubovnu, takže se samozřejmě potýkáme s finančními těžkostmi. Vstupné do klubu je dobrovolné, doporučujeme symbolických 20 Kč, což pochopitelně náklady na nájem plně nepokryje,“ svěřuje se vedoucí sociální pracovnice sdružení, Mgr. Hana Karasová. „Mým snem jsou vlastní prostory, kde bychom nebyli limitováni finančními možnostmi, a programy by tak mohly probíhat po celý den. Cítím, že nabídka aktivit pro tělesně postižené je stále nedostatečná, nefungují například mateřská centra, která by se zaměřovala na postižené – ať už rodiče nebo děti. To je pro mě motivací i výzvou do budoucna.“ Vzhledem k tomu, že klub zatím funguje jen jednou týdně odpoledne, není určen kon-

krétním skupinám či věkovým kategoriím. „Snažíme se připravovat co nejpestřejší nabídku, aby si z ní mohl vybrat opravdu každý,“ říká Hana Karasová.

Na programu jsou besedy a přednášky z různých oblastí: sociálně-právní problematika, kultura, historie, psychologie, medicína, sport, zdravý životní styl atd., v plánu jsou i koncerty, různé relaxační programy, plavání a také výtvarné činnosti pod vedením lektorů. Pokud do klubu zavítají rodiče, mají možnost nechat si během programu zdarma pohlídat své děti, tuto službu je však třeba si týden předem objednat. Součástí programu je vždy i posezení u kávy nebo čaje a drobné pohoštění – vždyť i to dělá klub klubem.

Pokud vás, milí čtenáři, myšlenka Klubu Prosaz a jeho aktivity zaujaly, věřte, že vy i kdokoli, komu návštěvu klubu doporučíte, budete mezi námi více než vítáni. Těšíme se i na vaše nápady, co byste v klubovém programu uvítali nebo co vás naopak zajímá nejméně. Podrobné informace o klubu i program na konkrétní měsíce najdete na internetových stránkách **www.prosaz.cz**.

*Jiří Roček
vedoucí sociálních služeb
o. s. Prosaz.*

*Foto z pobytu Voda na Berounce,
červenec 2010: Jirka; zdroj – internet*

Kontakty a další informace:

PROSAZ, společnost pro sociální rehabilitaci občanů se zdravotním postižením, Kodymova 2526, 158 00 Praha 5, tel. OA a PS: 251 614 469 nebo 777 701 805, www.prosaz.cz.



Pardubické Centrum pro zdravotně postižené nabízí řadu služeb



Výtvarná činnost pro osoby pardubického centra.

Centrum pro zdravotně postižené Pardubického kraje je nestátní nezisková organizace, která poskytuje služby občanům se zdravotním postižením s cílem zkvalitňovat jejich život.

Cílem **internetové učebny** je vyrovnávání příležitostí lidí se zdravotním postižením v oblasti přístupu k získávání informací ze sociální, zdravotní a kulturní oblasti. Tato **bezplatná služba** nabízí usnadnění v začleňování do společnosti pomocí zvýšení schopností a dovedností, které zde uživatelé získají, což směřuje k dosažení samostatnosti, nezávislosti a soběstačnosti.

Pokud se rozhodnete centrum navštívit, budete koordinátorem internetové učebny seznámeni s možností individuálního školení ze základní obsluhy PC, jako je Word, Excel, Internet a využívání skeneru a tiskárny. Dále Vám nabídne občerstvení (minerální vodu, kávu, čaj), které je již za úhradu. Náplní koordinátora je také pomáhat uživatelům na požádání s prací na PC a případně napomáhat ke zvyšování znalostí a dovedností s výhledem na uplatnění na trhu práce.



Půjčovna rehabilitačních a kompenzačních pomůcek.

Sociální poradenství a další služby

Mezi další služby centra patří sociálně právní poradenství, služby osobní asistence, půjčovna rehabilitačních a kompenzačních pomůcek, prodej pomůcek pro sluchově postižené a v neposlední řadě kurz anglického jazyka a výtvarná činnost, které jsou s internetovou učebnou financované Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

Pokud vás zaujaly nabízené služby, přijďte se k nám podívat. Centrum je otevřené od pondělí do pátku mezi 8 až 16 hodinou a sídlí v Bělehradské ulici č. 389 v Pardubicích-Polabinách. Můžete také zavolat na tel. 446 335 630.

Všichni jste srdečně zváni.

*Andrea Dubcová, DiS.,
sociální pracovník (poradce)
CZP Pardubického kraje*

Kontakt a další informace:

CZP PK Pardubice, Bělehradská 389, 530 09 Pardubice (sídlo organizace), tel.: 466 335 630, andrera.dubcova@czp-pk.cz, www.czp-pk.cz.



Internetová učebna.

Jak jsem přišla k baletu Louskáček

U nás v Olomouci vychází Olomoucký večerník, ve kterém jsou zajímavé články. Kameloti jej rozdávají v pondělí, k dostání je také na různých místech ve speciálních stojanech. Tak si jej beru a čtu. Vždy zde něco zajímavého najdu.

V jednom prosincovém vydání čtu o vánočním stánku, který má **občanské sdružení Dobré místo pro život**. Sdružení pomáhá nám postiženým občanům. Jeho představitelkou je paní Věra Novotná, která konkrétně pomáhá také nám vozíčkářům. Pořádá pro nás pěkné kulturní nebo sportovní akce.

V článku byla soutěž o dvě vstupenky na baletní vystoupení v olomouckém divadle. Tak odpovídám na soutěžní otázku. Nebyla nikterak těžká.

A jaké je mé překvapení, když v sobotu dopoledne volá pan Skřivánek, redaktor Olomouckého večerníku, že má pro mne vstupenky. Heuréka! Jakou mám radost!

V neděli večer sedím v divadle. Představení to bylo překrásné. Balet Louskáček. V představení účinkovalo hodně dětí, všimla jsem si, že i v hledišti jich bylo dost. Chtěla bych jim dodatečně poděkovat za to, že nám nádherným způsobem „přinesly“ vánoční atmosféru pohody, radosti a štěstí. Spojení překrásné atmosféry z kulturního zážitku a předvánočního času jsem si moc užila. Děkuju!

Dagmara Sedláčková

Občanské sdružení Dobré místo pro život

Sdružení **propojuje neziskové organizace, které pomoc potřebují s těmi, kteří svoji pomoc nabízejí**. Hledá jednotlivým organizacím takové patrony, kteří by svoji pomoc soustředovali právě a jen na jedno sdružení a tomu se věnovali naplno.

Zakladatelkou organizace je jeho předsedkyně Věra Novotná. Je patronkou Tyflocentra Olomouc, TRENDu vozíčkářů Olomouc a MŠ Blanická.

Dobré místo pro život vyhledává pro ostatní organizace podobné patrony, které zastřešuje. Každý patron má svůj podíl a může aktivně vyhledávat sponzorské dary pro „svoji“ organizaci.

Kontakt: Masarykova třída 872/23, 779 00 Olomouc, Věra Novotná, předsedkyně sdružení, tel.: 603 489 941, info@dobremistoprozivot.cz; Jan Gottwald, místopředseda sdružení, tel.: 603 825 749, hugo@dobremistoprozivot.cz.

CZP Libereckého kraje nabízí pomoc

Pobočka Jablonec nad Nisou provozuje osobní asistenci,
sociální poradenství nebo půjčovnu pomůcek

Potřebujete pomoc v běžných denních činnostech? Potřebujete pravidelný doprovod k lékaři, do obchodů nebo na úřady? Chtěli byste chodit na procházky, ale nejste si při chůzi venku jisti? Potřebujete pomoci s péčí o vaše zdravotně postižené blízké? Nechcete umístit své příbuzné do domovů pro seniory, ale zároveň nevíte, kdo by se o ně postaral v době vaší nepřítomnosti? Potřebuje vaše zdravotně postižené dítě pomoc ve škole nebo ve školce?

Pak je tu pro vás služba **osobní asistence**, která pomáhá lidem žít v jejich přirozeném prostředí a podporuje je v jejich individuálním rozvoji. Osobní asistent nedělá úkony za klienta, ale vede ho k aktivní spolupráci. Služba je poskytována dětem se zdravotním postižením od 3 let, dospělým se zdravotním postižením a seniorům.

Centrum pro zdravotně postižené dále poskytuje **odborné sociální poradenství, půjčovnu kompenzačních pomůcek, poradnu pro sluchově postižené osoby, právní poradnu pro osoby se zdravotním postižením a seniory a prodej baterií**

do naslouchadel (6 ks/100 Kč).

Kde nás najdete? Ve Spolkovém domě v ulici E. Floriánové 8, patro 2b, a to v pondělí a středu v 8–12 a 12.30–17 h, v úterý a ve čtvrtek v 8–12 a 12.30–15 h jsou vedoucí centra paní Dana Šormová, tel. 731 653 006 a sociální pracovnice paní Mgr. Jana Havlová, tel. 731 653 053, czpjbc@volny.cz, www.czplk.cz.

Službu osobní asistence poskytujeme na území Jablonecka, odborné sociální poradenství také na kontaktních místech Nová Ves nad Nisou (obecní úřad, 1. čtvrtek v měsíci od 7.45 do 10.45 h) a na úřadu městysu Zásada (2. čtvrtek v měsíci 9–10.45 h). Kontaktní osobou je Mgr. Jana Havlová, tel. 731 653 053.

Dále poskytujeme odborné sociální poradenství na kontaktním místě v Domě s pečovatelskou službou Desná v Jizerských horách (3. pátek v měsíci od 9.30–11 h), kontaktní osobou je Eva Kohoutová, DiS, tel. 731 653 100 a na městském úřadu v Tanvaldu (1. pátek v měsíci 9.30–10.30 h na sociálním odboru a 10.30–11 h v knihov-

ně). Kontaktní osobou je tady paní Dana Pisková, tel. 731 645 005.

*Mgr. Jana Havlová, soc. pracovnice
CZP LK, Jablonec nad Nisou
Foto: www.czplk.cz*



Posezení s barvami v CZP Jablonec nad Nisou.

Sdružení FOR JANE: Pomáháme Vám!



Jana už má svůj vysněný vozík.

Na Třebíčsku, Vysočině, ale i v celé České republice žijí handicapovaní lidé, kteří chtějí aktivně žít, ale neumožňuje jim to finanční a materiální zázemí. **Třebíčské sdružení FOR JANE** se proto rozhodlo, že

každý rok někomu pomůže. Nyní hledá ty, kteří o to stojí. Rádi kohokoli posuneme o stupeň výš a budeme doufat, že právě ten krůček může být odrazovým můstkem pro zkvalitnění, osamostatnění či zplnohodnotnění života člověka s jakýmkoli handicapem.

„Někdy stačí málo k tomu, aby byly zavřeny finanční toky příspěvků, jindy zase něco málo k příspěvku, aby člověk na pomyslnou věc dosáhl, proto jsme tady my, chceme lidem pomáhat zpět do života bez překážek. Letos jsme pomohli Janě Hanové, která potřebovala lepší vozík, aby se jí neničila dále páteř a byla více mobilní. V pomoci pokračujeme a hledáme finance na speciálně upravené auto. Nyní hledáme dalšího člověka, kterému bychom velmi rádi

příští rok pomohli,“ říká Tomáš Vostál ze sdružení a dodává, že se na sdružení mohou lidé obracet už teď.

Na webových stránkách sdružení (www.forjane.cz) je formulář, který může

kdokoliv vyplnit a tím dát tip na někoho s handicapem, kdo potřebuje peníze, aby se mohl v rámci svých možností opět aktivně účastnit života.

Komise je složená ze zakladatelů sdružení a jejich patronů. Loňskými patrony úspěšného prvního ročníku byl reprezentační trenér sledge hokejistů Tomáš Zelenka a držitel Zlaté hokejky Tomáš Vokoun. Odborný pohled zajišťoval MUDr. Miroslav Lisý z nemocnice v Třebíči.

Letošními mediálními patrony charitativního koncertu, který sdružení FOR JANE bude pořádat v září s názvem „Koncert proti lidské lhostejnosti“, bude již osvědčený moderátor, human beatboxer a hlavně skvělý člověk Petr Cerha alias Nasty a Jitka Válková, Česká Miss 2010, která celé akci dodá patřičný glanc. Komise sdružení vybere jednoho nebo více žadatelů, kteří budou čerpat z výtěžků každoročně konaných charitativních akcí.

Tomáš Vostál, předseda občanského sdružení FOR JANE

Kontakt a další informace:

FOR JANE občanské sdružení, Modřínova 339, 674 01 Třebíč, tel.: 776 003 938, forjane@forjane.cz, www.forjane.cz.

Centrum LADA Lukavec na Vysočině nabízí sociální služby



Moderní komplex odlehčovací služeb pro dospělé s mentálním a kombinovaným postižením v Lukavci na Vysočině (foto těsně před dokončením).

Po roce a půl stavebních prací vznikl v Lukavci **moderní komplex sociálních služeb**. Projekt byl podpořen a spolufinancován Evropskou unií prostřednictvím Regionálního operačního programu NUTS II Jihovýchod. Celkové náklady přesáhly 19 milionů korun, z nichž přes 90 procent bylo pokryto z evropské dotace.

Dne 28. 1. 2011 proběhlo v Lukavci slavnostní otevření **Centra sociálních služeb LADA Lukavec**. Mezi pozvanými byli předseda senátu PČR Milan Štěch, hejtman kraje Vysočina Jiří Běhounek, vedoucí odboru sociálních věcí kraje Vysočina Věra Švarcová, starostové měst a obcí a další vzácní hosté.

Po krátkých proslovech vyzval starosta městyse Lukavec pan František Pinkas k slavnostnímu přestřižení pásky, poté následovalo menší občerstvení a především probíhala debata týkající se sociální problematiky regionu se zaměřením na nově vzniklou službu.



Odlehčovací služby

Nově vzniklé zařízení je příspěvkovou organizací městyse Lukavec. Bude poskytovat sociální službu **odlehčovací a to jak pobytovou, tak i ambulantní a terénní**. Poskytována bude dospělým osobám s mentálním a kombinovaným postižením, o které je jinak pečováno v jejich přirozeném sociálním prostředí. Dočasným pře-

vzetím péče o tyto osoby umožní centrum pečujícím rodinám odpočinek a poskytne jim čas k řešení osobních záležitostí. Pobyty budou krátkodobé, nanejvýš třítydenní, jedno lůžko je ovšem připraveno přijmout klienta i na časově delší úsek, na dobu až šesti měsíců.



Nabídka fakultativních služeb

Kromě služeb daných zákonem bude centrum poskytovat i služby fakultativní. Mezi tyto služby patří **zprostředkování různých tematických výletů, rehabilitace, masáže, bazální stimulace, facilitace, možnost využití vodního lůžka, infra-sauny apod.**

Klienti se mohou těšit nejen na velice příjemné prostředí, ale i na kvalitní profesionální personál, kterému půjde především o to, aby se klient v zařízení cítil co možná nejlépe. První zájemce přijme nové centrum v březnu.

Mgr. Hynek Seidl, ředitel Centra sociálních služeb LADA Lukavec.

Foto: archiv Centra LADA Lukavec

Kontakt:

Centrum sociálních služeb LADA Lukavec, V Chaloupkách 196, 394 26 Lukavec, ředitel Mgr. Hynek Seidl, tel.: 774 624 008, ladalukavec@centrum.cz, www.ladalukavec.cz.

Rada Konta Bariéry nadělovala

Rada Konta BARIÉRY (dále KB) po svém únorovém zasedání podpořila **68 žádostí a rozdělila mezi ně 1 189 395 korun.**

Z této částky je více než 347 tisíc určeno na 28 tzv. standardních žádostí – těch, u kterých je přesně stanovena výše příspěvku. Jedná se o žádosti např. na mechanický vozík, rehabilitační kočárek nebo sluchadla. Ostatní žádosti posuzovali členové rady individuálně.

KB přispěje např. desetileté **Marcelce** z Pardubic, která má dětskou mozkovou obrnu a spastickou diparézu. Je nechodící, má vážné postižení tří končetin. Marcelka je integrovaná v běžné základní škole a bere svůj život s optimismem. I Marcelky bratr – dvojče – má DMO, ten „ale chodí“. Marcelce proto KB přispěje na speciální podpažní chodítko pro nácvik chůze, které stojí sedm a půl tisíce korun, částkou 6 500 korun.

Částkou 6 500 korun KB pomůže třicetileté **Elišce** z Prahy na pořízení antikubitní sedačky. Eliška studovala vysokou školu, po úrazu je upoutána na vozík. Musí používat speciální antikubitní sedačku, která pomáhá vyrovnávat vychýlení páteře. Nová sedačka stojí necelých 8 tisíc korun.

Dvacetisedmiletý **Filip** z Jičína se pohybuje na vozíku. Má DMO a bydlí v bezbariérovém bytě. S manželkou, která o něj celodenně pečuje, mají dvě děti. Filip by pro překonávání překážek potřeboval elektrickou zvedací sedačku pro přisedání z vozíku. Na úhradu její ceny ve výši 20 tisíc korun KB přispěje 9 tisíci korunami.

Dvacet tisíc korunami pomůže KB rodině osmiletého **Ondřeje** z Ústecka. Maminka s Ondrou, který má spastickou kvadruparézu, žijí společně s babičkou a dědou v rodinném domku, který rekonstruují na bezbariérový. Náklady činily téměř 100 tisíc korun. Polovinou přispěl městský úřad.

Do základní školy v **Nádražní ulici v Ostravě** putuje z KB 200 000 korun. Do běžné třídy je zde integrován chlapec na vozíku, který příští rok postoupí na druhý stupeň. Prostory, ve kterých bude studovat, nejsou bezbariérové. Částka je určena na rekonstrukci výtahu.

KB také přispěje lounské okresní organizaci **Svazu tělesně postižených v ČR**. Ta se přestěhovala do budovy polikliniky v Lounech, která je pro klienty dostupnější než předchozí prostory. Částka 40 tisíc korun pomůže zrekonstruovat místní toaletu na bezbariérovou.

(dz)

Nadace OKD rozdělí 60 milionů, zaměří se na chráněné dílny

„Podporovat budeme také zdravotní a sociální projekty, kulturu, aktivity pro děti nebo investice do životního prostředí,“ říká v rozhovoru pro Vozku ředitel nadace Jiří Suchánek.

• V polovině února se rozbíhá grantové kolo. To určitě obnáší mnoho příprav a odpovědnosti. Máte klidné spaní?

Působím v Nadaci OKD jen pár týdnů, ale kolegové získali během tří let existence spoustu zkušeností a tak je ve spojení s partnery příprava výzev o poznání jednodušší. Na druhou stranu – letos očekáváme více žádostí a s tím spojený tlak na všechny zúčastněné.

• Vaše nadace dosud podporovala téměř všechny oblasti, ve kterých neziskové organizace působí. To znamenalo velkou pomoc pro neziskovky hlavně v době krize, kdy se snižovala pomoc od státu. Bude to stejné i letos?

Ano, jednu z hlavních úloh nadace vidíme v zaplňování mezer, které nevyřeší pomoc státu. Budeme i nadále vyvíjet maximální úsilí, abychom nasměřovali podporu do opravdu potřebných projektů. Letos ovšem připravujeme jednu novinku v rámci grantového programu „Pro zdraví“ a tou je podpora chráněných dílen a integrace handicapovaných do pracovního procesu, kam bude směřovat až 10 milionů korun.

• Jak bude podpora chráněných dílen vypadat? Bude pro vás důležitě například to, jestli v vzniknou nová pracovní místa?

Jak přesně bude podpora vypadat, necháme na kreativitu žadatelů. Tomuto zaměření bude odpovídat i složení grantové komise, která bude o podpoře projektů rozhodovat. Úzce spolupracujeme i s úřady práce, jež mají detailní přehled o pracovních pozicích v rámci své působnosti. Uvědomíme-li si, že v Moravskoslezském kraji tvoří osoby s OZP téměř 13 % ze všech nezaměstnaných, tedy asi 10 500 osob, musí být jedním z hlavních cílů jednoznačná podpora vzniku nových pracovních míst pro handicapované.

• Počítáte s tím, že letošní prioritu zachováte i pro příští rok?

Na odpověď je příliš brzy. Naším cílem je soustředit se na oblasti, kde můžeme pomáhat co nejefektivněji. Začátkem podzimu bude jistě čas na bilancování a rozhodnutí o budoucím směřování nadace.

• Jakou podporu mohou očekávat organizace poskytující služby pro zdravotně těžce postižené – vozíčkáře? Tedy samozřejmě kromě chráněných dílen, ve kterých mnozí z nich pracují.

My jsme je podpořili mnohokrát už v minulosti. Jen namátkou – ozdravný po-

byt, který organizovala Ostravská organizace vozíčkářů, cyklistický projekt Sportovního klubu vozíčkářů z Frýdku-Místku, nákup vozíků a dalších potřeb pro půjčovny zdravotních pomůcek v Hlučíně a dalších městech nebo instalaci různých nájezdových plošin, schodolezů či výtahů v zařízeních pro handicapované. Podpora této oblasti bude samozřejmě pokračovat.

• Je získání dotací omezeno na nějaký region, například jen na Ostravsko?

Většina prostředků, konkrétně zhruba 80 procent, půjde na podporu projektů v moravskoslezském regionu. Zbývajících 20 procent, tedy kolem 12 milionů korun, bude rozděleno mezi projekty mimo náš region.

Pro projekty chráněných dílen toto omezení neplatí, v případě dostatečného množství kvalitních projektů rozdělíme prostředky rovnoměrně po celé republice.

• Poskytujete dotace jen na projekty neziskovek nebo i jednotlivcům, např. na pořízení kompenzační pomůcky?

Podpora fyzických osob z důvodů pravidel NOKD není možná.

• Jaká je maximální výše dotace pro jeden subjekt?

Neomezujeme výši dotace pro jeden subjekt, ale v rámci jednotlivých projektů. Projekty v programech Pro radost a Pro Evropu mohou získat maximálně 300 tisíc korun, v dalších dvou programech (Pro zdraví a Pro budoucnost dokonce až milion). Důležité ale je, aby byl rozpočet realistický.

• Jste v nové funkci krátce, ale určitě máte své vize. Bude se dotační politika s příchodem nového ředitele měnit?

Neočekávám žádné zemětřesení, neboť NOKD funguje velmi dobře a stovky podpořených projektů, několik ocenění získaných v oblasti neziskového sektoru a úspěšné roky činnosti mluví za vše. Chtěl bych plynule navázat na dosavadní práci mých kolegů a soustředit se na oblasti, kde máme rezervy. Je například na čase, aby se o činnosti NOKD dozvěděl i zbytek republiky. Proto připravujeme mimo jiné putovní projekt, který bude doprovázet naše letošní zaměření na chráněné dílny. Soustředíme se i na spolupráci v rámci naší mateřské společnosti, kde připravujeme např. projekty na podporu hornických tradic. Je skvělé, že je na co navázat, ovšem práce je před námi pořádáný kus.

• Od kterého roku nadace působí a kolik peněz dosud poskytla?

Nadace vznikla v roce 2008, od té doby rozdělila přes 120 milionů korun.

• Jaké procento z ročního zisku tvoří roční objem nadačních finančních prostředků?

Společnost OKD dává nadaci každoroč-



Ředitel Nadace OKD Jiří Suchánek.

ně jedno procento ze zisku před zdaněním. Přispívají nám i další firmy, například New World Resources, což je vlastník OKD, a dále AWT, OKK Koksovny, RPG Real Estate nebo Green Gas DPB.

• Který nadací v minulosti podpořený projekt považujete za obzvlášť potřebný?

Velmi potřebná je například péče o hornické sirotky, kterou podporujeme prostřednictvím Občanského sdružení svatá Barbora. Ale potřebných a zároveň velmi kvalitních projektů jsou desítky, netroufnu si je tady jako začínající ředitel jmenovat. Snad bych upozornil na ty potřebné a zároveň velmi efektivní, které podporujeme v rámci programu Pro Evropu. Například občanskému sdružení Život bez bariér z Nové Paky jsme přispěli 50 tisíc korun na přípravu evropského grantu, a jim se opravdu podařilo získat téměř 30 milionů korun na vybudování centra pro handicapované lidi a seniory.

• Kdy je aktuální uzávěrka grantů?

Projekty přijímáme do 25. března. Všechny další informace najdou zájemci na webu www.nadaceokd.cz.

Vladislav Sobol, mluvčí Nadace OKD

Nadace OKD – kontakt:

Vladislav Sobol, mluvčí Nadace OKD, telefon: 596 262 293, mobil: 725 595 417, e-mail: vladislav.sobol@okd.cz; internet: www.nadaceokd.cz.

Drsný humor v brněnských hospodách

Vozíčkáři si dělají legraci sami ze sebe!

V brněnských hospodách a kavárnách jsou v současné době k vidění originální pivní podtácky s kresleným vtipem, který se dotýká vozíčkářů. Kdo si z nich dělá legraci? Oni sami!

Organizátorem akce je **občanské sdružení Domov pro mne**, jehož posláním je pomáhat lidem s handicapem žít přirozeným způsobem života. A právě k běžnému životu přece humor a nadsázka neodmyslitelně patří. Domov pro mne zorganizoval v říjnu 2010 sbírku, jejímž cílem je upozornit na svou existenci a **pomocí dárcovských SMS** získat potřebné finanční prostředky na chod sdružení. DMS kampaň má dnes ale kdekoliv, a proto se odvážili přijít s originálním nápadem. Cena jedné DMS je stejná jako částka, kterou člověk zaplatí za pivo. Proto vznikl slogan „**Další pivo do mě, s Domovem pro mne**“. Šířit tento slogan v hospodách se přímo nabízí, a jak jinak,

než na vtipném pivním podtácku. Ideálně přímo s pivní ikonou Rudou Pivrnecem.

Podtácky jdou na dračku

Svérázný autor kreslených vtipů Petr Urban, „otec“ Rudy Pivrnce, vyšel Domovu pro mne vstříc a i přes počáteční rozpaky byl zvolený motiv nakonec jasnou volbou. Finančně nápad podpořila firma **Trido – garážová vrata**, jejíž slogan „Otevíráme vrata k Domovu“ je na zadní straně podtácku.

Na akci se podílí již více než 30 partnerských hospod a kaváren po celém Brně. Hned po několika dnech od spuštění kampaně se začalo přemýšlet o nutnosti dotisku dalších podtácků, protože je o ně velký zájem. Pro hospody, které by se také chtěly stát partnery akce a vtipné podtácky použít, je na webových stránkách sdružení www.domovpromne.cz vytvořena sekce DMS sbírka, kde nalez-

nou další informace a podtácky si zde mohou objednat.

Občanské sdružení Domov pro mne vzniklo v prosinci roku 1996 s cílem pomáhat handicapovaným překonávat bariéry, aby mohli pracovat, studovat, starat se o svou rodinu a domácnost a věnovat se svým koníčkům. Pro své klienty poskytuje služby osobní asistence, odlehčovací služby a pořádá rekondiční pobyty pro děti i dospělé.

Zdroj: www.helpnet.cz,
www.domovpromne.cz, (hk)

Domov pro mne poskytuje mimo jiné tyto služby:

Osobní asistence

Cílovou skupinou jsou lidé s tělesným postižením z Brna-města ve věku od 18 do 65 let. Služba se poskytuje bez časového omezení v přirozeném sociálním prostředí osob a v činnostech, které osoba potřebuje. **Kontakt: Markéta Pospíšilová, osobniasistence@domovpromne.cz.**

Odlehčovací služby v domácím prostředí

Cílovou skupinou jsou osoby s tělesným, mentálním nebo kombinovaným postižením ve věku od 3 do 65 let. Odlehčovací služby se neposkytují osobám, které trpí poruchou osobnosti nebo psychózou, a nebo jsou ubytovány v ústavu sociální péče či jiném zařízení s týdenním nebo celoročním pobytem.

Cílem odlehčovací služby je předcházet úplnému psychickému a fyzickému vyčerpání sil trvale pečujících osob, které by mohlo vést k umístění osoby se zdravotním postižením do ústavu sociální péče. Služby jsou poskytovány denně od 7 do 20 h vč. svátků. **Kontakt: Mgr. Gabriela Suchánková, odlehcovacisluzby@domovpromne.cz.**

Další kontakty a informace

Domov pro mne, Kounicova 42, 602 00 Brno, domov@domovpromne.cz, www.domovpromne.cz, tel.: 541 245 664, 605 035 380, úřední hodiny: út: 14:00–17:30, čt: 09:00–12:30.

DALŠÍ PIVO DO MĚ, S DOMOVEM PRO MNE
 "Domov pro mne pomáhá lidem se zdravotním postižením žít běžným způsobem života"
 Odešlete dárcovskou SMS ve tvaru **DMS PRODOMOV** na telefonní číslo **87 777**.
 Cena DMS je 30 Kč, DOMOV PRO MNE obdrží 27 Kč.
 Více informací najdete na www.darcovskasms.cz.

dms Dárcovská SMS
 Ověřeno Fórem dárců
 Pomoc jako součást vašeho života.

Exodus nabízí kurzy sociální rehabilitace

Poznávejte, relaxujte, sportujte a učte se různým dovednostem

Chtěli bychom vás rádi informovat o celoročním programu pobytových sociálních rehabilitací určených lidem se zdravotním postižením. Kurzy budou probíhat v bezbariérovém domě **Exodus Třemošná**. Ceny jednotlivých kurzů zahrnují kromě celotýdenního programu také ubytování a celodenní stravování. Po domluvě je možné zajistit osobního asistenta. Pokud vás některá z nabídek zaujala, rádi pro vás připravíme individuální jednodenní i vícedenní kurz takzvaně na míru, dle vašich požadavků.

V případě dotazů či zájmu o některý z uvedených týdenních kurzů nás prosím v nejbližší možné době kontaktujte. Ubytovací kapacita je omezená.

Těšíme se na brzké shledání.

*Petra Pacáková, DiS,
vedoucí zájmového střediska a soc.
rehabilitačních služeb*

Kurzy sociální rehabilitace Exodus 2011

V letošním roce jsme připravili 8 typů sociálně rehabilitačních pobytových kurzů různého zaměření. V případě zájmu jsme ochotni sestavit také program ambulantní sociální rehabilitace.

■ Kurz PC

Během kurzu se naučíte základní práci s počítačem, programy Word, Excel, Open Office, používání e-mailu a internetu. Kromě výuky proběhnou skupinové rehabilitace s fyzioterapeuty, keramický kurz, výtvarný kurz, koncert, celodenní

výlet a další akce. Termín: 1.–8. 4. 2011, cena: 2 000 Kč.

■ Kurz angličtiny

Týdenní aktivní výuka anglického jazyka pro začátečníky a konverzace s prohlubováním znalostí pro pokročilé. Volnočasové aktivity tvoří výtvarný kurz, celodenní výlet v anglickém jazyce, skupinové rehabilitace a další akce. Termín: 9.–15. 5. 2011, cena: 2 000 Kč.

■ Práce s digitální fotografií a poznávací kurz

Cílem kurzu je zvládnutí základních technik editace digitálních fotografií a jejich přípravy k tisku. Účastníci se ale naučí i složitější úkony, jako je např. retušování a výroba fotomontáží. Součástí kurzu jsou výlety po Plzeňsku, bowling, výtvarný kurz a mnoho dalších akcí. Termín: 13.–19. 6. 2011, cena: 2 000 Kč.

■ Poznávací kurz

Týden poznávacích zájezdů po Plzeňsku a k tomu mnoho dalších aktivit jako třeba výtvarné techniky, relaxační metody, práce s digitální fotografií, skupinové rehabilitace a bowling. Termín: 11.–17. 7. 2011, cena: 2 000 Kč.

■ Relaxační kurz

Kurz zaměřený na potřebný odpočinek a relaxaci klientů. Na programu je hiporehabilitace, arteterapie, muzikoterapie a canisterapie s asistenčními psy. Dále celodenní výlet, různá relaxační cvičení i návštěva relaxační zahrady. Proběhnou rehabilitační skupinová cvičení, keramický, výtvarný kurz a další akce. Termín: 8.–14. 8. 2011, cena: 2 000 Kč.

■ Kurz výtvarné techniky

Účastníci kurzu se naučí výrobu košíkářských předmětů, šperků, dekorativních předmětů a svíček. Dále zvládnou ubrouskovou techniku, batikování, malbu na hedvábí, textil, sklo apod. Součástí kurzu je celodenní výlet, koncert, bowling, skupinové rehabilitace a mnoho dalšího. Termín: 22.–28. 8. 2011, cena: 2 000 Kč.

■ Tvorba webových stránek

Účastníci se během kurzu naučí vytvářet vlastní webové stránky, od nejjednodušších po komplexnější. Doplň je obrázky, anketami atd. Naučí se jak webové stránky umístit na internet a spravovat je. Kromě výuky proběhnou skupinové rehabilitace, bowling, výtvarné kurzy, celodenní výlet a další akce. Termín: 12.–18. 9. 2011, cena: 2 000 Kč.

■ Sportovní a relaxační kurz

Týdenní kurz je zaměřen na sport v tělocvičně (baseball, florbal, basketbal, aj.), canisterapii, plavání, petang, bowling a mnoho dalších sportovních aktivit. K dispozici jsou šipky a stolní fotbal. V programu nechybí skupinová rehabilitace, celodenní výlet, návštěva solné jeskyně, muzikoterapie a arteterapie, keramický kurz, výtvarný kurz a promítání filmů. Termín: 31. 10.–6. 11. 2011, cena: 2 000 Kč.

Kontakt a další informace:

Sdružení občanů EXODUS, U Kapličky 51, 330 11 Třemošná, tel.: 377 856 539, e-mail: cerna@exodus.cz, www.exodus.cz.



Nabídky zaměstnání pro osoby ZTP

Sledujte internet!



V současné době rozkolísané všeobecnou ekonomickou krizí není zrovna snadné najít odpovídající práci ani pro jedince zcela zdatného, natož pak vozíčkáře či jinak handicapovaného. A přesto je cílevědomá lidská činnost a zapojení se do dění kolem nás tolik potřebné a duševně povzbuzující. Práce je jedna z činností, které dávají lidskému životu smysl. A přijít o ni třeba kvůli odchodu do invalidního důchodu je hodně stresující.

Servery nabízející pracovní příležitosti

BURZA PRÁCE

<http://burzaprace.kontobariery.cz>

Burza práce je projekt Konta **BARIÉRY Nadace Charty 77**, který chce přispět k lepšímu uplatnění lidí s handicapem na trhu práce. Na portálu se nachází databáze pracovních nabídek, ty aktuální mohou zájemci dostávat i elektronickou poštou. Projekt rovněž nabízí možnost doškolení potenciálních zaměstnanců na konkrétní pracovní pozici v rámci projektu Universita 4G. Pokud by tedy konkrétní jedinec zcela nespĺňoval požadavky zaměstnavatele a kvalifikační kritéria konkrétní pozice, je možné zajistit jeho doškolení „přesně na míru“ tohoto pracovního místa.

PRÁCE JINAK

<http://www.prace-jinak.cz/>

Stránky projektu **Alternativa**, zaměřeného na alternativní úvazky určené alternativním skupinám zaměstnanců. Alternativními úvazky, které tento projekt podporuje, jsou především:

- zkrácená pracovní doba v různé délce
- a rozvržení v pracovním týdnu,
- pružná pracovní doba,
- stlačený pracovní týden,
- práce z domova,
- sdílení úvazků,
- práce na DPP a DPČ a podobně.

Stránky obsahují i konkrétní nabídky zaměstnání.

CENTRUM PARAPLE

<http://www.paraple.cz/>

Web **Centra Paraple** zveřejňuje v rubrice **Zaměstnání** nabídky zaměstnání i poptávky po práci.

PRÁCE.CZ

<http://ozp.prace.cz/>

Sekce **Nabídky práce pro osoby se ZPS (ZTP)** na portálu **Práce.cz** umožňuje vyhledávání nabídek pro osoby s možnostmi docházení do firmy nebo bez docházení. Dále obsahuje rady pro osoby se ZPS týkající se psaní životopisu a přijímacího pohovoru.

PRÁCE PRO ZP

<http://www.praceprozp.cz/>

Portál je zaměřen na potřeby osob se zdravotním postižením, zejména na zprostředkování pomoci při uplatnění na trhu práce. Obsahuje informační část, kde je možné se dozvědět vše kolem legislativy, dále pak tržiště pracovních nabídek a poptávek, kontaktů na podporovaná zaměstnání a chráněné dílny a informace o možnostech v oblasti e-learningu a vzdělávání.

(hk)

Nepříliš povedená rekonstrukce

Při návštěvě Městské knihovny v Praze mají vozíčkáři smíšené pocity

První veřejná knihovna v Praze zahájila činnost 1. července 1891. „Veřejná obecní knihovna královského hlavního města Prahy“ byla zřízena vyhláškou městské rady a na počátku měla 3 370 knih, které byly využívány v půjčovně i v čítárně. Dnes je zřizovatelem knihovny Hlavní město Praha a její knihovní síť tvoří Ústřední knihovna, 43 poboček a tři pojízdné knihovny. Slouží široké veřejnosti a zvláštní důraz je zde kladen na služby pro děti, mládež a studenty, včetně služeb pro seniory, sociálně slabé a lidi s handicapem.

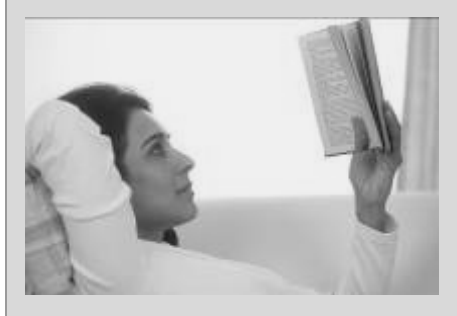
Pro veřejnost je v knihovně 295 počítačů, z toho 180 určených pro přístup na Internet a běží na nich Linux. Denně je využívá více než 3 000 lidí. A jak to vypadá s dostupností knihovny pro vozíčkáře?

Do prostor knihovny je lidem na vozíčku umožněn přístup bočním vchodem z Valentinské ulice a dále výtahem. **V prostorách knihovny je pak terén bezbariérový (sešikmené podlahy, místnosti bez prahů u dveří, dostatek místa mezi regály), je zde vybudována i toaleta pro vozíčkáře.** Zásadní problém pro hůře pohyblivé občany však znamenají **nově vybudované galerie v prostorách knihovny.** Právě ty galerie, na kterých si pracovníci knihovny zakládají a které se mobilním uživatelům líbí. **Na vozíčkáře a špatně pohyblivé občany však v tomto případě myšleno nebylo a nemají se tam jak dostat.**

Na galeriích se nalézá naučná literatura včetně beletrie pro mládež. Invalidnímu uživateli pracovnice knihovny jistě ochotně poslouží a přinesou mu požadovanou knihu. Na galerii je však také umístěna studovna s příruční knihovnou a zde už pomoc knihovnic není nic platná. V jiné části budovy se pak nalézá oddělení zpřístupňující databáze a umožňující přístup na Internet. **K tomuto oddělení vede menší samostatné schodiště, ovšem nikoliv už výtah nebo zařízení pro přepravu invalidních vozíků, což znamená prakticky znemožněný přístup pro vozíčkáře.** Z tohoto pohledu se tedy generální rekonstrukce knihovny, která proběhla v letech 1996 až 1998, příliš nepovedla.

(di)

Nové knihy



Nežádoucí účinek: smrt



John Virapen, 256 str., 270 Kč, Slovart Print.

Autor byl 35 let vysokým manažerem mezinárodní farmaceutické firmy. V knize otevřeně popisuje cesty, jakými se k lidem dostávají léky, které nejen neléčí, ale vyloženě škodí a mohou dokonce způsobit smrt. John Virapen píše: „Pokud jde o sortiment výrobků, jednou šlo o zázračnou tabletku proti artritidě, jindy o podvod s lidským inzulinem, ale i o omlazovací kúry (růstové hormony) a nakonec o novou řadu tablet na psychické poruchy (SSRI), o nichž se nespřímně mluví i jako o látkách na zlepšení nálady. Tato léčiva jsou však všechno jiné, jen ne prostředky na zlepšení nálady. Doženou člověka k sebevraždě nebo k vraždě. Tyto nebezpečné látky však nejsou určeny k léčbě ojedinelých chorob, naopak. Jeden jediný lék dokáže vygenerovat obrát až několik miliard eur. Za rok! Každý rok! Skutečnost, že jsem ochotně spolupracoval, je dnes pro mě tíživým břemenem. Farmaceutická lobby je velmi mocná. Vetře se do přízné politiky a soudců a vydírá celou vládu. Vyhrožuje stažením investic nebo zrušením poboček, tedy snížením počtu pracovních míst, a představitelé státu okamžitě krotnou.“

Čaj jako životní styl



Martin Pössl, 88 str., 139 Kč, Grada.

Naučte se přípravu a servírování čajů tak, jak to dělají lovci v Jižní Americe či arabské kočovnické a mniši v Tibetu. Zjistíte, co je jedinečného na čajové kultuře, a možná se i pro vás stane pití čaje důležitou součástí života. Kniha vám pomůže zorientovat se v nepřehledném množství druhů čajů, které se na českém trhu vyskytují, a doporučí vám ty nejkvalitnější.

Z obsahu: Trocha legend, trocha his-

torie, Co je to vlastně čaj?, Rozdělení čajů, Čaj v různých zemích, Jak se pozná kvalitní čaj, Zdravotní účinky čaje, Slavní a čaj...

Vypěstujte si své vlastní léky



James Wong, 224 str., 449 Kč, Grada.

Pokud bojujete s nespavostí, děti mají ekzém nebo se váš partner cítí „pod psa“, pak je pro vás tato kniha jako stvořená. Etnobotanik James Wong ve svých snadných receptech ukazuje, jak udělat jednoduché krémy, masti, čaje a ještě mnohem, mnohem více z rostlin, které vám mohou růst v truhlíku za oknem, na vaší zahradě nebo jen za humny. Používá obyčejné rostliny, ovoce, zeleninu, kořeny, stromy a bylinky.

100 nej potravin proti stárnutí



Sarah Mersonová, 128 str., 134 Kč, Slovart.

Stárnutí je nevyhnutelné, ale správně stárnout je umění. Chcete-li být ve vyšším věku zdravější a zdatnější, déle žít, lépe se cítit a vypadat mladší, musíte pro to začít včas něco dělat. Autorka uvádí 100 nejlepších vyzkoušených a osvědčených potravin, které vám pomohou vypadat a cítit se prostě výborně.

Manuál ucelené péče pro lidi po poškození mozku na území Prahy

Vydaly Dílny tvořivosti, 95 str.

Dílny tvořivosti již 7. rokem realizují program ucelené a soustavné podpory lidí po poškození a poranění mozku. Nedílnou součástí poskytování služeb se stala také úzká spolupráce s odborníky z oblasti zdravotní péče, pro které je nabídka sociálních služeb, na které by mohli své pacienty odkazovat, často nedostupná nebo nepřehledná. O to víc pro samotné pacienty – lidi po poškození mozku a jejich blízké. Z této zkušenosti vzešla myšlenka na vytvoření Manuálu ucelené péče, který by zprostředkoval přehlednou nabídku odborné péče všech složek ucelené rehabilitace, tj. léčebné, pedagogické, sociální a pracovní rehabilitace. Součástí členěného přehledu jsou také ověřené kontakty a stručný popis poskytované péče. Tištěná podoba tohoto Manuálu má nyní i svou elektronickou podobu. Elektronickou podobu Manuálu najdete na internetových

stránkách Dílen tvořivosti www.dilnytvořivosti.cz nebo www.navraty.info. V případě zájmu o tištěnou podobu Manuálu se můžete přihlásit na e-mailové adrese dilny_tvorivosti@seznam.cz.

Automasáž podél meridiánů a akupunkturálních bodů



Wang Čchuan-Kuej, 280 str., 268 Kč, Euge-nika.

Praktická příručka vás od základů seznámí s jednoduchou a účinnou léčebnou metodou. Přehledné ilustrace a jasná vysvětlení vám umožní, abyste pomáhali sami sobě a své rodině či přátelům tak, jak si prostí lidé v Číně pomáhali již před staletími. Konkrétní postupy, jež uvádí tato publikace, jsou rozdělené na preventivní a regenerační péči o zdraví (dlouhověkost, snížení nadváhy, zdravé zuby atd.) a na pomoc při konkrétních potížích (bolest hlavy, rýma, vysoký tlak, cukrovka a další obtíže).

Nevěř doktorům!



Robert S. Mendelsohn, 360 str., 287 Kč, EarthSave CZ.

Přibližně 2,4 milionu operací prováděných každý rok je zbytečných a stojí okolo 12 000 životů. V šesti newyorských nemocnicích bylo zjištěno, že 43 % vyhodnocených hysterektomií bylo neoprávněných. Kdykoli v minulosti šli doktoři do stávky, úmrtnost poklesla. To je jen několik z mnoha šokujících skutečností, které uvádí Dr. Robert Mendelsohn v knize Nevěř doktorům! Kritiky uznávaný bestseller podává čtenáři klíčové informace, které mu mohou pomoci při nejdůležitějších rozhodováních, týkajících se vlastního zdraví.

Velká kniha hádanek



Adéla Müllerová, 187 str., 260 Kč, Plot.

Unikátní publikace Velká kniha hádanek obsahuje více než 600 hádanek setříděných do osmi tematických okruhů. Takto rozsáhlá sbírka hádanek u nás ještě nevyšla, takže pokud vás tyto vybrané drahokamy lidové slovesnosti přitahují svými literárními kvalitami, nebo si na nich rádi brousíte svůj ostrovtip, neměla by tato kniha chybět ve vaší knihovně. Jedno je totiž jisté – nudit se s nimi určitě nebudete.

(bf), (dz)

V Hájích ukončily činnost živé eskalátory

Pětatřicet stanic metra je bezbariérových

Ve stanici metra Háje (linka C) byl v únoru zahájen provoz výtahu, který umožní tělesně postiženým cestujícím bezbariérový přístup k nástupišti. Součástí úprav za 56 milionů korun zde byla i kompletní výměna eskalátorů.

„Snadný přístup pro osoby omezené v pohybu patří mezi základní priority pražské hromadné dopravy. Háje jsou již osmnáctou stanicí postavenou před revolucí, ve které byl v posledních letech bezbariérový vstup dodatečně vybudován,“ uvedl pražský primátor Bohuslav Svoboda.

Zde je seznam předešlých sedmnácti stanic pražského metra: Dejvická, Muzeum, Strašnická a Skalka na lince A, Florenc, Smíchovské nádraží a Nové Butovice na trase B a Nádraží Holešovice, Vltavská, Florenc, Hlavní nádraží, Muzeum, Pankrác, Budějovická, Roztyly, Chodov a Opatov na lince C.

„V některých stanicích je výstavba bezbariérového přístupu z technických důvodů velmi obtížná. I přesto v současné době město realizuje například výstavbu dalšího bezbariérového přístupu, a to ve

stanici Národní třída (dvě dvojice na sebe navazujících osobních výtahů), který by měl být dokončen v průběhu dubna roku 2011,“ prohlásil první náměstek primátora Karel Březina.

Stavební práce na stanici Háje začaly koncem srpna loňského roku a vyžádaly si několik stavebních kroků. Nejprve byla realizována kompletní výměna pohyblivých schodů, které spojily úroveň nástupišť s východním vestibulem stanice, poté byl instalován šikmý výtah. Nové pohyblivé schody, které mají menší konstrukční šířku, jsou umístěny po levé straně ve směru výstupu ze stanice metra. Na pravé straně tak vznikl prostor pro umístění šikmého výtahu, který zajišťuje bezbariérový přístup od nástupišť metra do východního vestibulu v úrovni terénu.

„Po celou dobu rekonstrukce jsem zajistil alespoň náhradní službu, takzvané živé eskalátory. Třináct hodin denně dva asistenti pomáhali maminkám s kočárky, seniorům s těžkými nákupy či imobilním občanům, kteří měli problém zdolat tolik schodů. Touto stanicí projde denně okolo 27 000 cestujících, takže si dokážete před-



stavit, jak byla tato služba využívána. Můžeme dodat, že na ní byly jen pozitivní ohlasy,“ říká starosta městské části Praha 11 Dalibor Mlejnský.

„Pražské metro má v současnosti celkem 57 stanic, z nichž bezbariérově přístupných je 35. Na lince A je bezbariérový přístup v 5 stanicích, na lince B ve 13 stanicích a na lince C v 17 stanicích. Podle Programu strategické koncepce hl. m. Prahy na období 2009–2015 schváleného zastupitelstvem hlavního města Prahy v roce 2009 mohou náklady na další rozšíření přístupu do stanic metra pro osoby se sníženou pohyblivostí dosáhnout výše až 1,4 miliardy korun,“ doplnil generální ředitel Dopravního podniku Martin Dvořák.

Jiří Muladi

roska
ČASOPIS ČESKÉ MULTIPLE SCLEROSIS SPOLEČNOSTI

ROČNÍK XXVII
4
2010

Ples Roztočme kola!
Stravování českých žen
Expedice RS Kilimanjaro

KILIMANJARO
MS UNIE ROSKA

časopis pro lidi
s roztroušenou sklerózou
a ty, kteří se jim věnují
nebo se o ně zajímají

aktuality a zajímavosti
osudy, životní příběhy lidí s RS
slovo lékaře
ze zahraničí
akce, sport, výlety
literární a výtvarná tvorba lidí s RS
rehabilitace a zdravá výživa
sociální a právní poradenství
inzerce, ohlasy a názory
luštění pro bystré hlavy

Vydavatel: Unie Roska, Česká MS společnost,
P O Box 38, 120 00 Praha 2, tel./fax: 266 712 511,
vydavatelstvi@roska.eu

Vychází 4 x ročně v cyklu jaro, léto, podzim, zima
Formát A 4, rozsah cca 64 stran a příloha
Cena jednoho čísla 14 Kč, roční předplatné 56 Kč

www.roska.eu

ROČNÍK XXVIII

1
2011

ROČNÍK XXVIII

2
2011

ROČNÍK XXVIII

3
2011

ROČNÍK XXVIII

4
2011

Pomocné pohony k mechanickým vozíkům

V tomto čísle Vozky vás seznámíme s nabídkou **pomocných pohonů k mechanickým vozíkům (dále dopohony)**. Základní rozdělení dopohonů, které mohou vozíčkáři využít k usnadnění pohybu na vozíku, určuje ovládání pomocné jednotky. Existují totiž **dopohony ovládané přímo vozíčkářem**, ale také **dopohony ovládané doprovodem vozíčkáře**. Posouvání vozíku může být pro rodinné příslušníky a pečovatelský personál fyzicky velmi namáhavé. Pomůcka pro tlačení a brzdění usnadňuje doprovodné osobě pohyb vozíku – ať už se jedná o překonávání delších vzdáleností, jízdu po nerovném terénu nebo když je zapotřebí více síly při jízdě do vrchu. Jízdu z kopce usnadňuje spolehlivá brzda.

Svou nabídku nám zaslaly dvě firmy: Ortoservis s.r.o. a Otto Bock ČR s.r.o.

Ortoservis

Přídavné pohony k mechanickým vozíkům POWER-PACK – řízení doprovodem

POWER-PACK je přídavný pohon určený k instalaci na standardní mechanický vozík. Přídavný pohon sestává z elektromotoru s poháněcím kolem (koly), baterie a ovladače. Ovladačem řídí **doprovodná osoba** rychlost jízdy a směr dopředu nebo dozadu. K zatáčení slouží tlačná madla vozíku. Díky tomu, že je pohonná jednotka umístěna v těžišti vozíku, je síla potřebná k zatáčení velmi malá.

Přídavné pohony se instalují na spodní trubky bočních rámců vozíku pomocí instalační sady. Tato instalační sada může být uzpůsobena podle konstrukce vozíku a je vždy součástí dodávky přídavného pohonu. Přídavný pohon je při potřebě složení vozíku jednoduše demontovatelný.

• POWER-PACK Solo

Přídavný pohon s **jedním poháněcím kolem**. Výhodou tohoto pohonu je snazší manévrovatelnost do zatáček a především nízká cena.



Pohon umožňuje směr jízdy pouze vpřed, dozadu lze vozík snadno tlačít. Vhodný do celkové hmotnosti uživatele včetně vozíku 115 kg. Výkon motoru 160 W, baterie 12 V 20 Ah, celková hmotnost 13 kg, velikost poháněcího kola 200 × 50 mm, max. rychlost 6 km/h, dojezd na jedno nabití 16 km. Cena: 21 900 Kč, ZP nehradí.

• POWER-PACK Duo nebo HD

Přídavný pohon s **dvěma poháněcími koly**. Výhodou tohoto pohonu je lepší trakce a směrová stabilita. Vhodný do celkové hmotnosti uživatele včetně vozíku 115 kg. Verze **HD** je určena pro vyšší zatížení – do celkové hmotnosti uživatele včetně vozíku 165 kg. Výkon motoru 160 W (HD 200 W), baterie 12 V 20 Ah, celková hmotnost 14,5 kg (HD 16 kg), velikost poháněcího kola 200 × 50 mm, max. rychlost 6 km/h, dojezd na jedno nabití 16 km (HD 12 km). Cena: 24 760 Kč, HD 32 810 Kč, ZP nehradí.



Firma nabízí i možnost dodání kompletu – standardní vozík Cronos v šíři 40 až 51 cm a přídavný pohon Power-Pack Duo za cenu 29 990 Kč.



Kontakty a další informace:

• **Ortoservis, středisko Praha**, Ronkova 13/353, 180 00 Praha 8, Libeň, tel.: 266 313 652, ortoservis@ortoservis.cz, www.ortoservis.cz, otevírací doba: Po–Pá 8.30–12.00, 12.30–17.00, po telefonické konzultaci i mimo tuto dobu.

• **Ortoservis – Brno**, Minská 100, 616 00 Brno-Žabovřesky, tel.: 541 240 393, otev. doba: Po–Pá 8.30–12.00, 12.30–17.00.

• **Ortoservis – České Budějovice**, Staroměstská 2608, 370 04 České Budějovice, tel.: 387 432 502, otevírací doba: Po–Pá: 9.00–11.30, 12.00–17.00.

• **Ortoservis – Hrabyně u Opavy**, Ústav sociální péče, Rehabilitační centrum, č. 207, 747 63 Hrabyně u Opavy, tel.: 553 775 226, otevírací doba: Po–Pá: 9.00–12.00, 13.00–14.00.

Otto Bock ČR

• Přídavný pohon z10 a z10-ce

Přídavný pohon **z10** lze použít jako **výkonného pomocníka doprovodu** pro tlačení a brzdění mechanického vozíku. Snadno a rychle jej lze ovšem změnit i na přídavný pohon s řídítky **z10-ce**. V této verzi **řídí uživatel mechanický vozík sám**.



Přídavný pohon **z10** je zavěšený vzadu pod plochou sedu. Za tím účelem je na rámu vozíku trvale připevněna deska adaptéru umožňující **z10** kdykoliv dle potřeby upnout nebo odejmout. Ve verzi **z10-ce** může uživatel řídit přídavný pohon a tím pádem i vozík sám. Stále může využívat výhod mechanického vozíku, jako jsou manévrovací schopnost a snadná přeprava a také se pohybovat v interiérech a venku bez cizí pomoci. V případě potřeby je ale možné využít síly přídavného pohonu. Intuitivní řízení pomocí řídítek jednoduché a bezpečné i pro nezkušené řidiče.



Přídavný pohon **z10** lze kdykoliv změnit na verzi **z10-ce**. K tomu je zapotřebí jen několik dílů, které lze objednat u odborného konzultanta Otto Bock ČR s.r.o.

Tyto přídavné pohony mají vynikající jízdní vlastnosti:

- hladké překonávání překážek až do 5 cm,
- velmi dobré jízdní vlastnosti i na nerovném povrchu díky odpruženému uložení motoru a velké světlé výšce 8 cm,
- dojezd až 32 km při posouvání a jízdě, díky nejmodernější technologii Li-on akumulátorů nedochází k samovolnému snižování kapacity baterie,
- ovládání regulace rychlosti v 5 rychlostních stupních až do 6 km/hod stisknutím tlačítka,
- vynikající manévrovací schopnost i v interiérech,
- velmi tichý chod.

Možná nastavení a užití **z10** vám ukáže video „Přídavný pohon **z10**“ na stránkách www.ottobock.cz, sekce Videá\Elektrické a mechanické vozíky.

Zatížitelnost (včetně mechanického vozíku) je až 160 kg, celková hmotnost 26,3 kg (z10) / 34,3 kg (z10-ce), doba nabíjení (při vybitém akumulátoru) cca 4 hod. Cena: 104 000 Kč, novinkou by mělo být možné zařazení do číselníku VZP od 1. července 2011.

• Přídavný pohon e-support pro ovládání vozíčkářem

Přídavný pohon určený zejména pro ty, kteří už nemají tolik síly jako dříve,

ale přesto se chtějí udržet v dobré kondici. Často se kombinují kola s pohonem pro pohyb venku a běžná kola spolu s vlastními silami pro mobilitu v interiéru.



Přídavný pohon **e-support** lze kombinovat s jakýmkoliv typem mechanického vozíku. Váží pouze 17 kg a dojezd má zhruba 15 km. Intenzitu pohonu, kterou budete ovládat pomocí obručí, můžeme nastavit na 1,5 nebo trojnásobek vaší síly. Motory jsou umístěny v nábojích kol a i při vypnutí pohonu je vozík snadno ovladatelný. Pokud budete potřebovat, lze pomocí rychloupínacích os snadno vyměnit kola s motory za kola běžná. Zdrojem energie je Ni-MH baterie, která má krátký nabíjecí cyklus. Díky této vlastnosti ji nabijete cca za 2,5 hodiny a můžete pokračovat dále. Baterie je navíc velmi lehká a skladná, proto s kombinací dvou baterií a vlastních sil budete mít dojezd větší než se standardním elektrickým vozíkem. Tento přídavný pohon je vhodný pro uživatele, kteří chtějí užívat výhody lehkých skládacích mechanických vozíků a žijí v náročném terénu či nemají dostatek síly k vlastnímu pohybu.



Cena samotného pohonu včetně adaptérů na vozík je 98 000 Kč. V kombinaci s vozíkem **Start Hemi** 117 389 Kč, kód ZP: 07/0135239 (plně hrazeno pojišťovnou); v kombinaci s vozíkem **Start Ju-**

nior 107 889 Kč, kód ZP: 07/0135238 (plně hrazeno pojišťovnou); v kombinaci s vozíkem **Start M2 Effect** 108 389 Kč, kód ZP: 07/0135236 (plně hrazeno pojišťovnou); v kombinaci s vozíkem **Start M5 Comfort** 117 389 Kč, kód ZP: 07/0135237 (plně hrazeno pojišťovnou).



• Pásová plošina Scout Crawler pro ovládání vozíčkářem

Pásová plošina **Scout Crawler** od společnosti Otto Bock poháněná elektromotory slouží k přepravě vozíčkáře sedícího na jakémkoliv mechanickém vozíku. Ovládaná joystickem výrazně zvyšuje pohyblivost a soběstačnost vozíčkáře, ať už je třeba zdolat sněhové závěje nebo písek na pláži. **Scout Crawler** vyvine maximální rychlost 6 km/h a na jedno nabití ujede až 12 km. Plošina bude dostupná od dubna 2011 a orientační cena je 300 000 Kč.



Podívejte se na to, jak se s jakýmkoliv mechanickým vozíkem umístěným na **Scout Crawleru** můžete prohánět po sněhových pláních na videu „Pásová plošina **Scout Crawler**“ na stránkách www.ottobock.cz, sekce Videá\Elektrické a mechanické vozíky.

Kontakty a další informace:

Otto Bock s.r.o., Protetická 460, 330 08 Zruč-Senec, email@ottobock.cz, tel.: 377 825 044, www.ottobock.cz.

Zpracovali: (pp), (dz)
Zdroj: Ortoservis, Otto Bock ČR

Historická spolupráce mezi API a značkou Citroën

Citroën Berlingo pro lidi se zdravotním postižením
se slevou 31%!



(Slapy u Tábora-Praha) Vedení společnosti API CZ vyjednalo s českým zastoupením automobilky Citroën dohodu, která usnadní lidem se zdravotním postižením koupi automobilu Citroën Berlingo. Majitel API CZ, pan Miroslav Bartoš, přesvědčil dovozce značky Citroën, že právě model Berlingo je jeden z nejvíce žádaných modelů automobilů vhodných pro lidi se zdravotním postižením, zejména těch na elektrickém invalidním vozíku. Proto s dovozcem značky Citroën, společností Citroën Česká republika s.r.o., dohodli slevu 31 % na zakoupení modelu Berlingo. Navíc budou ještě dvě vozidla modelu Berlingo uskladněná v sídle firmy API CZ s.r.o. ve Slapech u Tábora. Obě firmy se totiž shodly na vstřícném přístupu ke klientům. Ti nebudou muset čekat povinných 6–8 týdnů na dodání nového vozidla z výrobního závodu. Jakmile klient vozidlo zaplatí, bude mu dodáno do 7–21 dnů. Čas dodání se bude odvíjet od toho, zda si klient objedná i úpravu vozidla pro převoz či řízení těžce zdravotně postiženou osobou.

Citroën vytipoval nejpoužívanější stavu Berlinga, ve Slapech u Tábora bude čekat na zákazníka model Berlingo MultiSpace s benzínovým i naftovým motorem 1,6 (VTi 95 a HDi 75). V základní

výbavě vozidla se stříbrnou metalízou bude klimatizace, rádio, elektrické stahování oken a centrální zamykání. Klient má samozřejmě možnost si u svého prodejce vybrat barvu a vybavení dle svého přání. Pak ovšem musí počítat s delší dobou dodání vozidla z výroby. Sleva samozřejmě platí pro jakékoliv nové Berlingo, nevztahuje se ale na Berlingo First, což je předchůdce současného modelu.

Lidem s těžkým zdravotním postižením se tak velmi přiblížila možnost pořídit si úpravu „Flexirampa“, tedy snížené podlahy v zavazadlovém prostoru Berlinga. Tato úprava, po které je možno do auta a z auta převážet osobu sedící přímo na invalidním vozíku, je velmi vhodná pro rodiny s dítětem s postižením nebo pro manželské páry, kdy jeden je upoután na mechanický či elektrický vozík. Tato úprava umožňuje přesedání vozíčkáře z vozíku na sedadlo bez toho, aniž by doprovod musel vynaložit jakoukoli fyzickou námahu.

Pro uplatnění slevy na Berlingo kontaktujte obchodní zástupce společnosti API CZ s.r.o. nebo prodejce společnosti Citroën ve vašem regionu.

Tiskové oddělení API CZ s.r.o.

Reklama

Hlas je mocný fenomén

Sdružení Polovina nebe
pomáhá lidem
s těžce postiženou motorikou
ovládat počítače

První z šesti tříměsíčních kurzů ovládnutí počítače hlasem odstartovalo v lednu občanské sdružení **Polovina nebe** s podporou EU a hlavního města Prahy. **Kurzy jsou pořádány zdarma**, přičemž testovací fáze tohoto projektu s názvem **Duhový most** proběhla na sklonku loňského roku. Jeho prvořadým smyslem je naučit osoby s těžkým postižením motoriky horních končetin pracovat s počítačem bez použití rukou.

„Účastníci s různou mírou zdravotního postižení a počítačové gramotnosti si osvojují techniku umožňující ovládat počítač hlasem. S pomocí softwarových aplikací **MyVoice**, **MyDictate** a **NEWTON Dictate** mohou napříště bez cizí asistence pracovat s internetem, psát texty nebo vyřizovat elektronickou poštu,“ objasňuje Jan Uhlíř cíle občanského sdružení Polovina nebe. Od zvládnutí základních dovedností k bleskové práci s počítačem, jak to předvádí lektorka kurzu Dita Horochovská (sama kvadruplegička), je ale nutno ujit ještě velký kus cesty. Účastníkům ji má usnadnit mj. zapůjčení notebooků s instalovanými hlasovými technologiemi pro nácik doma.

Projekt Duhový most se neorientuje pouze na výuku lidí s handicapem. Jeho součástí je i snaha hledat pro absolventy kurzů další uplatnění – nejen společenské, ale i pracovní. Organizátoři proto navazují kontakty s potenciálními zaměstnavateli, u nichž by jejich studenti mohli uplatnit novou dovednost.

Foto: Newton Technologies – Ivan Fuksa, (di)



Asistenční psi ve škole I.

Argumenty pro a proti

Obecně prospěšná společnost **Pomocné tlapky®** cvičí asistenční psy pro všechny věkové kategorie zdravotně postižených, tedy i pro děti a mládež školou povinné. A právě ti školou povinní často řeší otázku: budu smět chodit do školy i se psem?

Asistenční pes ve škole je pro někoho stále (bohužel) nepředstavitelná věc, pro jiného (naštěstí) už běžná každodenní praxe.

Argumenty proti

Mezi argumenty proti přítomnosti asistenčního psa ve škole nejčastěji zaznívají důvody **hygienické, alergie na psí srst u dětí nebo jejich strach ze psů**. Podívejme se na tyto argumenty podrobněji:

■ Pokud jde o **hygienické důvody**, z právního hlediska žádný zákon ani hygienický předpis neřeší otázku asistenčního psa ve školském zařízení. Neřeší, to znamená ani negarantuje, ani nezakazuje. Tito psi ale již dnes mají zcela legální přístup do prodejen potravin, do restaurací

a v novém zákoně o zdravotnických službách má být dokonce zakotveno jejich právo přístupu do zdravotnických zařízení. Psi jsou pod veterinární kontrolou, musí mít veškerá povinná očkování (ale zpravidla mají i některá „nepovinná“), jsou pravidelně preventivně odčervováni, a to i v případech, že nemají žádné příznaky vnitřních parazitů.

■ **Alergie** některého z dětí ve třídě na psí srst může být poměrně vážný problém. Ale i ten je často řešitelný, např. přemísťením jednoho z žáků (po dohodě mezi žáky, rodiči a vedením školy) do jiné třídy. Pokud to ale není ani při nejlepší vůli možné, může to být opravdu vážnou překážkou v přítomnosti psa ve třídě.

■ **Strach ze psů** je v naprosté většině příkladů získaný. Buď nějakou vlastní špatnou zkušeností nebo také svéráznou rodičovskou výchovou. Je-li ale (zejména na straně rodičů) zájem tento problém u dítěte řešit, asistenční pes ve třídě k tomu může naopak být dobrým prostředníkem. Asistenční psi už v řadě po-

dobných případů pomohli překonat dětem i dospělým iracionální strach ze psů. Tady je ale rozhodně třeba postupovat opatrně a pomalu, třeba i konzultovat celou věc s dětským psychologem.

■ Objevují se ale i obavy, že pes bude **narušovat vyučování**, že bude běhat volně po škole nebo dokonce že někoho pokouše. Pes rozhodně vyučování nenarušuje. Během hodiny leží vedle lavice, pod ní nebo na jiném určeném místě a využívá doby, kdy nemusí pracovat, k odpočinku. Pes po škole rozhodně volně neběhá, drží se stále u svého pána a většinou se pohybuje na vodítku.

Za celou dobu, kdy u nás chodí asistenční psi do škol, **není znám případ, že by takový pes někoho pokousal**. Pomocné tlapky® cvičí pouze retrievery (zlaté, labradory nebo flat-coated), o kterých je známo, že mají velmi přátelskou povahu, jsou rádi v přítomnosti lidí a ochotně s nimi spolupracují. Pro práci asistenčního psa jsou navíc vybíráni pouze psychicky vyrovnaní jedinci, kteří jsou už z hlediska



NON-HANDICAP

15. VÝSTAVA PRO ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÉ



PRAGOMEDICA

33. ROČNÍK ZDRAVOTNICKÉHO VELETRHU

19. - 21. 4. 2011

Výstaviště Praha - Holešovice

www.incheba.cz



NON-HANDICAP

19. - 21. 4. 2011

Výstaviště Praha - Holešovice

Po předložení tohoto kuponu na pokladně získáte bezplatnou jednodenní vstupenku na komplex veletrhů PRAGOMEDICA a NON-HANDICAP 2011.

Firma

Jméno

Příjmení

Ulice, č.

Město

Podpis/ Razítko

Telefon / GSM

PSČ

E-mail

Organizátor: INCHEBA PRAHA spol. s r.o., Areál Výstaviště 67, 170 90 Praha 7 • Holešovice • T 220 103 304 • E non-handicap@incheba.cz • W www.incheba.cz/non-handicap
Souhlasím se zařazením do adresní banky odborných návštěvníků veletrhu. Podpisem dávám společnosti INCHEBA PRAHA spol. s r.o. souhlas s tím, aby podle § 7 zákona č. 480/2004 Sb. mohla využít výše uvedené kontaktní údaje k zaslání svých obchodních sdělení prostřednictvím elektronických prostředků.



INCHEBA
EXPO PRAHA

vrozených vloh zcela bez známek agresivity nebo naopak nemístného strachu. Pro dětské klienty jsou navíc vybírání psi, u kterých je prokázáno, že pobyt v dětském kolektivu jim nedělá žádné problémy. Často jsou to psi, kteří už od štěněte vyrůstali a byli vychováni a socializováni v přítomnosti dětí.

Argumenty pro

Aby asistenční pes pro dítě správně a bezproblémově pracoval, musí toto dítě považovat za svého pána. Proto naše společnost poskytuje plnohodnotné asistenční psy jen dětem, které jsou schopny tuto svou roli zastat (pro děti, u kterých tato záruka ještě

není, cvičíme tzv. „šikovné společníky“). Dítě musí být především schopné samostatně se rozhodovat, samostatně dávat psovi správně povely a po vykonané práci také psa pochválit a odměnit. Pokud pes nemůže být s dítětem ve škole, pokud je pes několikrát týdně na několik hodin od dítěte odloučen a vede ho někdo jiný (zpravidla dospělý člen rodiny), těsná vazba mezi dítětem a psem se tím narušuje, pes má pak často přirozenou tendenci více poslouchat dospělé členy rodiny a méně dítě a to může zákonitě vést ke zhoršení kvality jeho práce pro dítě.

Pro jejich budoucí spolupráci s asistenčním psem jsou dokonalá secvičenost, souhra a správný vztah mezi dítětem a psem, klíčové. Navíc je zřejmé, že toto secvičení a fixace správných vztahů mezi dítětem a psem musí proběhnout v době, kdy je dítě ještě schopné samo psa povolovat a odměňovat. Později už by to bylo téměř nemožné. Dobré secvičení a dostatečná fixace vztahů jsou ovšem dost náročné na čas, trvá to i pár let. Proto je důležité, aby zejména takto postižené dítě trávil se svým psem maximum času, a to, pokud možno, i v době školního vyučování.

Jak jsou psi připravováni na pobyt ve škole?

Každý nový tým Pomocných tlapek® musí ještě před vlastním předáním psa složit **Test přístupu do budov**, při kterém se testuje schopnost celého týmu



Nikol a labradorka Zorka

(tedy nejen psa, ale dvojice pes + klient) bezpečně se pohybovat ve velmi náročném prostředí. Testy probíhají zpravidla v supermarketech v době nákupní špičky. Dalšími povinnými testy jsou **Test asistenčních dovedností**, zaměřený na kvalitu asistenční práce psa a **Test poslušnosti a ovladatelnosti**, ve kterém musí klient prokázat, že psa bezpečně ovládá a pes ho poslouchá a respektuje. Po předání psa je nutné absolvovat znovu každý rok přetestování, aby pes mohl pracovat jako asistenční, musí uspět ve všech uvedených testech. Po složení zkoušek dostane klient průkazku s časově omezenou platností (nejdéle na 1,5 roku) a do termínu ukončení platnosti průkazky musí tým absolvovat nové přetestování. Toto schéma testování asistenčních týmů se bez výjimky a bez úlev týká i dětských klientů.

Už v době výcviku se při výběru vhodného psa pro dítě školou povinné bere v úvahu možnost, že dítě bude docházet se psem do školy. I podle toho se ze všech psů ve výcviku vybírá ten nejvhodnější, s nejlepšími předpoklady i pro pobyt mezi dětmi. Toho pak cvičitelé v maximální možné míře berou do dětských kolektivů, aby si co nejvíce zvykl na pobyt s nimi, sledují a korigují jeho chování tak aby už v okamžiku předání byl připraven na bezproblémový pobyt ve větším kolektivu dětí.

(Pokračování příště.)

Ladislav Metelka,
Pomocné tlapy o.p.s.

Užitečné maličkosti aneb „Ber – neber“

Přišli jste na nějaké užitečné maličkosti pro život s handicapem? Podělte se o ně s Vozkou!

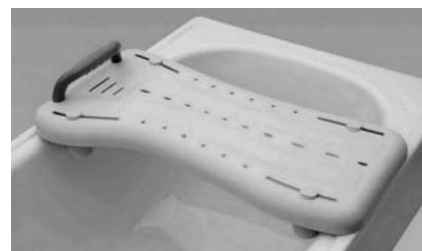
Archimedův zákon platí i ve vaně

„Těleso ponořené do kapaliny je nadlehčováno silou rovnající se tíze kapaliny stejného objemu, jako je ponořená část tělesa.“ Tak jsme se to učili už na základní škole, byť na to leckdo z nás už zapomněl.

Zákon je pojmenován podle řeckého matematika a fyzika Archimeda. K objevu se váže historka, podle níž Archimedes přišel na jeho podstatu při koupeli. Přemýšlel, jak odhalit podvod klenotníka, který nahradil zlato v královské koruně za jiný, méně ušlechtilý kov. Samotná myšlenka jej napadla při pozorování hladiny vody ve vaně, do které se ponořil. Objev jej prý uvedl do takového transu, že pobíhal nahý po městě s výkřiky „Heureka!“ (Našel jsem!).

A co my s tímto zákonem ve Vozkovi? Starého Archimeda jistě nenapadlo, že by se jeho poučka dala využít ke snížení námahy vozíčkářů soukajících se z vany. Jak?

Pokud vám zdravotní stav umožňuje koupat se ve vaně a přesouvat se do ní z vozíku přes sedátko opřené napříč přes její okraje, šetřte si své síly! Při sesedání ze sedátka do vany, ale zejména při opětovném zvedání se z vany na sedátko využijte nadlehčení části vašeho těla ponořeného ve vodě. A tak před tím, než se začnete zvedat, dopusťte si do vany vody, co to jen jde. Každá úspora sil se počítá a ve stáří, jako byste ji našli...



(dz)

Jak na nemoci – domácí první pomoc

aneb něco málo z babiččiny lékárny

(Pokračování z minulého čísla)

Citrus na vyčištění střev



Na ideální vyčištění střev je jednoduchý přírodní produkt – citrusový plod. Každý večer cca dvě hodiny po posledním jídle zkonzumujte jeden celý (ne jen šťávu) citrusový plod, nejlépe grep, nejčastěji se užívá pomeranč – vše bez kůry. Pak už nic nejíme.

Dužina citrusových plodů čistí veškeré toxické nálepy, usazeniny i parazity a působí ve střevech jako štetka na vymývání sklenic. Ideálně čistí klky ve střevech a na rozdíl od léků pak nemusíme v těle doplňovat vzácné bakterie, které jsou součástí imunitního systému. Lidé užívající citrusy pravidelně potvrdili, že v minulosti trpěli zácpou, syndromem dráždivého tračníku, těžkou plynatostí a nadmutím, obezitou, chronickou vyčerpaností, bolestmi žaludku. Odstranili i problémy s kůží a vlasy, jakož i dalšími častými nemocemi. Chci jen podotknout, že během několika měsíců došlo k jejich váhovému úbytku až o 6 kg. Prostě zbavili se odpadů – fekálií, zahánvajících ve střevech a způsobujících výše uvedené problémy.

Lípa



Lípa působí léčivě na spousty chorob. Lipové listy se dříve vkládaly do úst, aby se zabránilo tvorbě puchýřků, šťáva z nich měla zabránit vypadávání vlasů. My ale dnes víme, že aftů v ústech se da-

leko lépe zbavíme pomocí borůvek.

Listy spařené vodou a smíchané s vínem se přikládaly na končetiny při svalových křečích a na popáleniny (k těmto účelům se listy – jen bez přídavku vína – používají i dnes). Koupel v odvaru z lipového květu dá kůži jemný zlatavý nádech. **Lipový květ vyvolává pocení a rozpouští hleny.** Proto se používá především jako podpůrný prostředek při horečnatých onemocněních, jako je nachlazení nebo onemocnění chřipkou.

- **Nejúčinnější je čaj:** 1 lžičku lipového květu přelijeme šálkem horké vody a necháme asi 15 minut louhovat. Můžeme osladit medem. Užívá se 3 až 5× denně.

- **Lipové bonbóny proti kašli:** potřebujeme 120 g medu, 100 g krystalového cukru, 2 lžice velmi silného lipového čaje, šťávu z poloviny citronu. Postup: med, krystalový cukr, lipový čaj a citronovou šťávu vaříme tak dlouho, až při zkoušce drátěným očkem získáme tzv. velkou perlu. To znamená, že kapka cukru s medem na talíři tvrdne. Pak hmotu vylijeme na navlhčenou nebo namaštěnou desku, mokřím nebo namaštěným nožem krájíme na kostičky a po ztuhnutí ji ukládáme do sklenic pod víčko, aby nezvlhly. Lipové bonbóny jsou velmi dobré proti kašli a při nachlazení.

Křen



Velmi posilující účinek **na obranyschopnost organismu** má křen. Obsahuje dostatek důležitých živin a má **antibiotický účinek**. Křen dokáže v našem těle účinně eliminovat infekce a je výborným doplňkem léčby při nachlazení, angíně a chřipce.

V případě nemocí spojených s kašlem a rýmou nám ale křen prokáže ještě jednu skvělou službu. **Jeho silice rozpouštějí usazený sekret na sliznicích dýchacích cest** – jak v nosních dutinách, tak v plicích a průduškách. Tento účinek pocítíme už při jeho krájení či strouhání, projevuje se typickým slzením stejně jako u cibule.



- **Křen s medem:** křen najemno nastrouháme a 2 lžice křenu smícháme se lžicí medu. Užívat bychom pak měli 3× denně jednu čajovou lžičku, u dětí dávku raději o něco snížíme. Už za moment po jeho konzumaci pocítíme, že se nám „spouští rýma“, snadněji odkašláváme a lépe se nám dýchá.

- **Jablečný křen:** potřebujeme 3 lžice strouhaného křenu, 2 nastrouhaná jablka, šťávu z půlky citronu. Vše promícháme a podáváme jako přílohu k vařenému masu.

- **Křenová šlehačka:** potřebujeme 250 ml smetany ke šlehání, 4 lžice nastrouhaného křenu. Ušleháme tuhou šlehačku a lehce do ní vmícháme křen. Podává se se šunkou jako šunkové rolky nebo s tenkými plátky hovězího uzeneho jazyka.

Cibule



Nejlepším lékem proti nachlazení a následnému kašli je cibule.

- **Cibulový sirup:** nakrájíme 3 cibule na kolečka. Postupně je vrstvíme do nádoby a prospáváme cukrem (nejlépe třtinovým). Nakonec přikryjeme a necháme odstát. Za několik hodin pustí cibule šťávu, kterou slijeme do skleničky. Sirup podáváme při kašli několikrát denně po lžičkách.

- **Cibulový čaj:** do 200 ml vroucí vody dáme na 5 minut vařit 2 nadrobno nakrájené cibule. Necháme 10 minut vyluhovat, scedíme a osladíme medem. Pijeme několikrát denně.

Zdroj: Internet, připravila (bf)

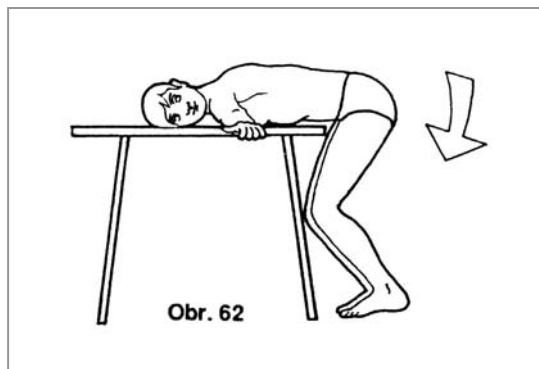
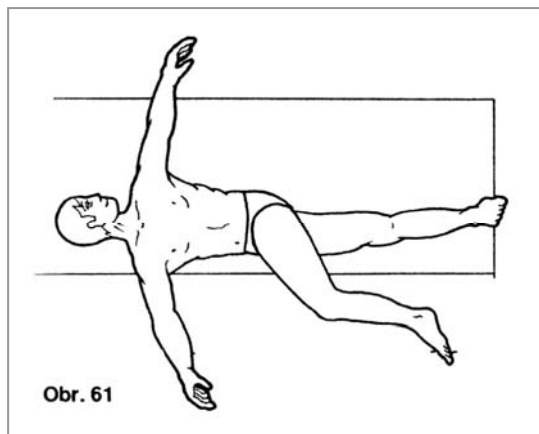
Pomozte své páteři od bolesti – IX

Potíže se zády neodstraní jednorázovým zásahem ani lékař, může sice zbavit bolesti, ale pokud člověk sám pro dobrou funkci páteře nic neudělá, potíže se dostaví znova. MUDr. Jana Komercová proto doporučuje řadu přesně zaměřených cviků, které převzala z východních technik a přizpůsobila našemu prostředí velmi vhodným a snadno použitelným způsobem. V tomto pokračování se opět především zaměříme na osoby nechodící, doporučené cviky je vhodné aplikovat v bezpečném prostředí, případně za asistence blízké osoby. Pokud některé cviky s ohledem na zdravotní stav nemůžete provádět, nic se neděje, pokuste se o další cvik, který zvládáte (pokračování z minulého čísla).

Poslední díl seriálu je zaměřen na **automobilizaci bederní páteře, bedrokřížokyčelního spojení a kostrče**. Podobně jako v předchozí oblasti se také do této oblasti páteře promítají problémy močopohlavního ústrojí a střev, včetně poruch páteře.

Cviky na automobilizaci bederní páteře, bedrokřížokyčelního spojení a kostrče

Zaujetí polohy (cvičení v poloze na boku – obr. 61): Leh na pravém boku u okraje stolu, levou končetinu mírně



předsuneme a necháme vlastní vahou klesnout dolů. Paže volně podél těla. Trup otáčíme vlevo a uvolněně dýcháme, v krajní pozici se pokuste chvíli vydržet. Totéž cvičíme na levém boku.

Trakce bederní páteře s opřením o stůl (obr. 62) – tento cvik je vhodný s asistencí nebo pro osoby s možností stání s oporou.

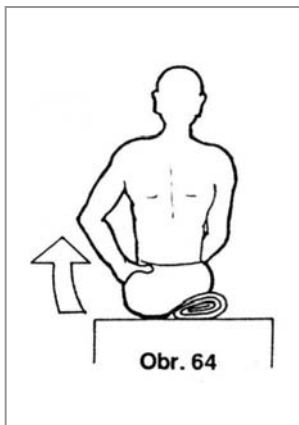
Zaujetí polohy: Ve stoji u stolu se předkloníme a položíme trup na stůl. Rukama se přidržujeme okraje stolu, nohy mírně pokrčeny, vydechneme. Při nádechu podsuneme pánev a kolena více pod stůl, pohyb soustředíme do oblasti bederní a snažíme se o co největší uvolnění beder. Několikrát opakujeme. Pozn.: V této oblasti se páteř lépe uvolňuje při nádechu, ne při výdechu.

Žabák v poloze na břiše

Zaujetí polohy (obr. 63): Leh na břiše, pravou ruku složíme pod čelo. Levé koleno přitáhneme k lokti a v této poloze chvíli klidně dýcháme. Totéž lze provést s oběma rukama složenými pod čelem. Pak pokrčenou končetinu vracíme sunutím po podložce zpět do natažení. Při tom se snažíme co nejvíce přitlačovat celou plochu břicha k podložce. Opakujeme 3×. Totéž cvičíme pravou nohou.

Uvolnění křížokyčelního kloubu v sedu

Zaujetí polohy (obr. 64): V sedu na židli podložíme pravou hýžď polštářkem nebo složeným ručníkem. Levou ruku dáme v bok, pravou volně na stehna. Při nádechu zvedáme nepodloženou stranu pánve proti odporu ruky. Při výdechu napětí uvolníme a dosedneme plnou vahou na nepodloženou hýžď. Několikrát opakujeme, pak podložíme druhou hýžď a cvičíme totéž na opačnou stranu.



Uvolnění křížokyčelního kloubu podle Sachseho

Zaujetí polohy (obr. 65): Podpor klečmo na předloktích při okraji lehátka – pokud potřebujete, tak s asistencí nebo podporou. Koleno blíže okraje odsuneme z lehátka, necháme je volně viset. V této poloze se uvolňujeme tak, že pánev skláníme od podepřené kyčelní kosti k nepodepřené. V takto dosaženém předpětí v křížokyčelním kloubu provádíme malý pěrující pohyb volně visícím kolenem směrem dolů v rytmu asi 1× za sekundu, kterým mobilizujeme křížokyčelní kloub na opačné (podepřené) straně. Při cvičení volně dýcháme.

Uvolnění křížokyčelního kloubu pružením přední spiny

Zaujetí polohy (obr. 66): V lehu na boku pokrčíme vyšší končetinu do pravého úhlu v kyčelním kloubu a koleno opřeme o podložku. Volnou ruku přiložíme na hřeben kyčelní kosti a lehce stlačíme spinu směrem k podložce do předpětí. Potom velmi malou silou rytmicky asi 2× za sekundu pružíme směrem vpřed a nahoru. Při cvičení volně dýcháme.

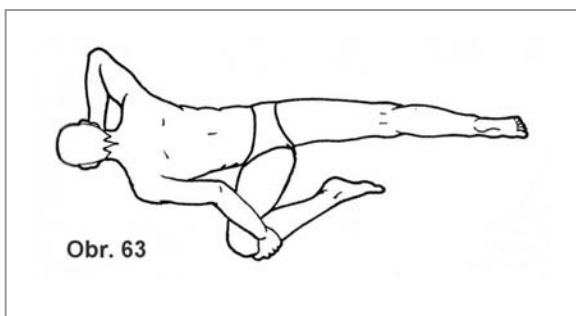
Automobilizace kostrče

Cvik je možný také při použití asistence. V lehu (obr. 67) pokrčíme obě končetiny, chodidla zůstávají na zemi. Při nádechu stáhneme hýždě a protlačíme boky vzhůru (zde je zapojen asistent, který pomáhá se zvedáním boků vzhůru), tělo spočívá na podložce chodidly a rameny. V poloze setrváme několik sekund. Při výdechu se uvolníme a pomalu obrateli po obratli si leháme do výchozí polohy. Cvik několikrát opakujeme.

Závěrečná relaxace

Na závěr cvičení je vhodné 5–10 minut relaxovat, dbáme při tom na vyrovnaní páteře. Relaxujeme např. následujícím způsobem:

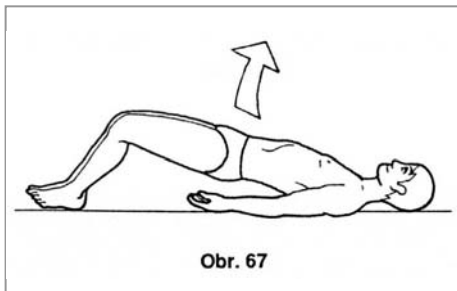
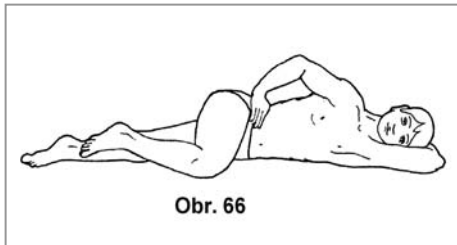
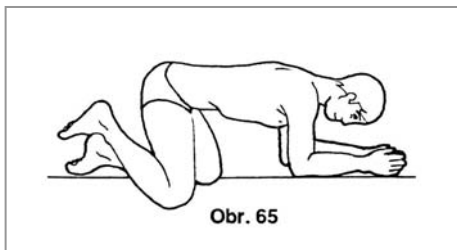
Lehneme si pohodlně na záda, špičky



nohou jsou mírně od sebe, paže volně spočívají mírně od těla, na hřbetech rukou či na malíkových hranách. Nohy vytáhneme za patami a lopatky stáhneme dolů, bradu přitáhneme k hrudníku, spodní část pánve přitáhneme k podložce, vyrovnáme bederní lordózu a uvolníme se. Dýcháme do oblasti pupku, kam směřuje i naše pozornost, uvědomujeme si příjemný pocit uvolňujícího se těla.

Na závěr několik shrnutí

- Pokud člověk sám pro dobrou funkci páteře nic neudělá, potíže se objeví znovu.
- Součástí autoterapie je pravidelné cvičení.
- Cvičit se musí tak, jak je popsáno, i když vám cvik bude zpočátku dělat problémy.
- Raději cvičte v menším rozsahu. Ale správně, pomalu a pozorně.
- Rady zde popsané se řídí tím, co lidem prokazatelně pomáhá a co jim neublíží.



Konec seriálu.
Připravila: (bf)

Doporučujeme

Páteř bez bolesti – MUDr. Jana Kobercová, str. 64, cena: 99 Kč, Olympia.

V brožurě předkládá autorka soubor jednoduchých automobilizačních cviků, které vybrala z praxe prof. MUDr. Karla Lewita.

Lázně Darkov investují do pokojů pro pacienty s handicapem

Bezbariérové pokoje pro klienty s větším pohybovým handicapem a s nároky na zvýšenou ošetrovatelskou péči po závažných onemocněních, úrazech či chirurgických zákrocích budou výsledkem investice karvinských Lázní Darkov.

Lázně tak vynaloží více než šest milionů korun na přípravu 22 pokojů s celkem 34 lůžky zvýšené ošetrovatelské péče. Všechny pokoje budou v blízkosti centrální ambulance s nepřetržitou službou zdravotních sester. Díky tomu v nich mohou být mimo jiné ubytováni i klienti krátce poté, co prodělali cévní mozkovou příhodu a dokončili akutní léčbu v nemocnici.

Lázně ale počítají také s klienty, kteří jsou po operacích velkých kloubů a učí se pohybovat s totální endoprotézou. „Všechny pokoje budou vybaveny moderními polohovacími lůžky pro hůře mobilní pacienty,“ uvedl lékařský ředitel Lázní Darkov Jaroslav Mikula. Nově připravované pokoje získají také nová sociální zařízení i užitečné volně dostupné připojení na internet.

Pokoje by měly začít klientům sloužit zhruba od poloviny března.

(bf)

Foto: www.darkov.cz



Lázně Darkov: rehabilitační sanatorium



Lázně Darkov: hydrokineziterapie – cvičení v Hubbardově vaně.

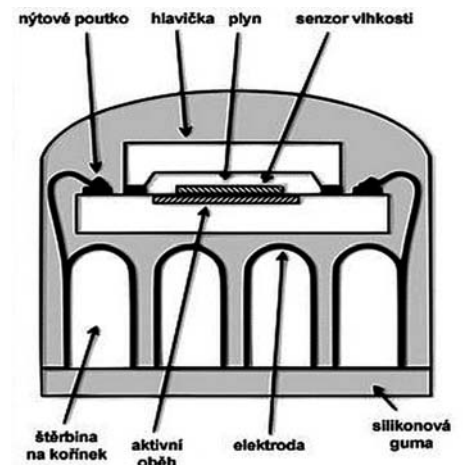
Mikročipy: cesta k terapii nebo k zombim?

Čip, který pomocí elektrických impulsů vysílaných přímo do míchy umožní pohyb ochrnutým pacientům – to je novinka britských vědců. Terapie založená na elektrostimulaci svalů nejsou sice úplně nové, ale podobná zařízení byla dosud příliš velká, takže se nedala implantovat přímo pod kůži člověka. Oproti tomu je čip vyvinutý na University College v Londýně menší než nehet. Navíc sám vysílá elektrické impulsy přímo do páteře, zatímco dosavadní externí zařízení dodávala impulsy pouze do kůže.

„Do páteřního kanálu může být implantováno větší množství těchto čipů, což dává možnost stimulovat více skupin svalů,“ uvádí Andreas Demosthenous z University College. „Uživatel tak bude mít dostatek pohybů pro kontrolované cvičení, jako je například jízda na kole nebo veslování.“

Implantáty mají další možnosti využití při svalové rehabilitaci. Přístroj je nazvaný **Aktivní kniha**, protože sklouzne okolo spinálních nervů stejně jako stránky knihy. Jak už bylo řečeno, čip vysílá elektrické impulsy, které sám produkuje, přímo do páteře.

První testy Aktivní knihy by měly začít příští rok.



Nový mozek?

Podle některých vědců se však aplikace Aktivní knihy může docílit toho, že mikročip se po mnoha upradech stane jakýmsi novým mozkem, který ovládne nervovou soustavu člověka. A to už ve značné části veřejnosti vyvolává nevoli.

Lawrenc Korb z ministerstva obrany USA se proti projektu mikročipů veřejně ohradil, mj. prohlášením: „Studie ministerstva obrany umožní vytvořit armádu nemyslících zombií.“

Stálo ho to místo.

Zdroj: Novinky.cz, (di), (hk)

Získat si dětskou duši

Masér Roman Žinčík se věnuje i dětem s postižením

Při návštěvě pana Romana v jeho **Masérně na dlani** v Ostravě-Mariánských Horách se mě zmocnil velmi hřejivý pocit pohody a pozitivní energie, která se spolu s vůní éterických olejů linula ze všech stran. Povídali jsme si, filozofovali a pili osvěžující jahodový čaj. Došlo i na krátkou masáž. Zvláště příjemná byla pro mě masáž hlavy a šíje, v ten moment jsem zapomněla na to, kde vůbec jsem.

Na chvíli se k našemu povídání připojila i Romanova žena Mirka, která vzpomínala na to, jak se jí nedařilo otěhotnět, a proto se s manželem vydali za léčitelem panem Jančálkem do Valašského Meziříčí. Ani ne do půl roku poté čekali holčičku. Ten moment byl vlastně začátkem duchovní proměny obou a přes mnohé zahraniční cesty, které podnikli s vidinou lepšího života a kde došlo také k inspirativnímu setkání se záračným čínským lékařem, je osud zavál zpět do Ostravy. Před rokem tady Roman otevřel své masérské studio. Zkušenosti s masérstvím má však letité a na popud manželky své schopnosti začal rozvíjet a dnes je profesionálním certifikovaným zdravotním masérem, terapeutem a konzultantem II. stupně Reiki.

Ve své masérně nabízí širokou škálu masáží – klasické, regenerační, relaxační nebo masáže lávovými kameny. Poskytuje i širokou poradenskou činnost. Mnoho z nás zná ten blažený pocit, který se dostaví po správně provedené masáži. Po masáži od pana Romana se ale ve vás uvolní čirý zdroj energie a radosti, který přetrvává. Má ozdravující účinky. Někteří klienti dokonce popsali své pocity během masáže jako velmi emotivní, někteří se vznášeli nad rozkvetlou loukou, jiným vřelý dotek ruky připomněl maminičino objetí.



Roman Žinčík při masáži.

Pondělky bez handicapu

Zcela zvláštní kapitolou Romanovy činnosti je jeho práce s dětmi s postižením. Že by se jim měl věnovat, ho napadlo během masérské činnosti v lázních Klimkovic, kde mu pod rukama prošly kromě dospělých také nemocné děti. Roman cítil, že dotyk jeho rukou jim přinášel úlevu a zlepšení. V Klimkovicích se ale dětem nemohl dostatečně věnovat, protože v lázeňském režimu je na masáže vyhrazeno poměrně málo času.

Proto ve své masérně realizuje projekt **Pondělky bez handicapu**. Jedná se o **bezplatné masáže pro děti s handicapem**. Pokud byste chtěli být, resp. vaše dítě, klienty pana Romana, můžete se kdykoliv domluvit a zcela jistě najdete vhodné řešení ve formě masáže, která bude mít celkově pozitivní vliv na vaše dítě. Samotní rodiče si zde také mohou udělat **certifikovaný jednodenní masérský kurz nebo se naučit jak na dítě energeticky působit pomocí léčitelské metody Reiki**.

Získat si důvěru dětí s postižením ale mnohdy není tak snadné, jak by se mohlo zdát. Děti jsou často vystresovány z předchozích zážitků v různých ústavních zařízeních, z bílých plášťů v nemocnicích, strachu z lámání, natahování a jiného mnohdy bolestivého polohování. Proto vyžadují opatrný a citlivý přístup. Masérna na dlani je plná plyšáků, pan Roman má na sobě barevné triko, jeho konejšivý hlas a ruce si děti snadno podmaní.

Mentální posilovna

Dalším projektem, který pan Roman připravuje, je tzv. **Mentální posilovna**. Dlouhodobě nechodící lidé a jinak pohybově omezení by mohli zpevnit a ztonizovat své svaly zcela v pohodlí svého domova, a to díky sérii nahrávek, které by v rehabilitaci ochablých svalů znamenaly opravdovou revoluci! Jedná se o soubor nahrávek, které si dotyčný pustí ve sluchátkách, a řídí se namluvenými pokyny. Klient tak bude uveden do meditačního stavu a v takto uvolněném těle si pomocí představ zacvičí. Procvičí jednotlivé svalové partie zapojením svých představ tak, jako je tomu již odpradávná např. v józe, kde každý pohyb předchází jeho mentální vyobrazení. Ten, byť je



Roman Žinčík s Davídkem.

proveden jen z části, má na organismus stejně silný účinek jako při dokonale provedeném cviku. Účinek mentální energie na organismus je dávno vědecky prokázán.

Zkrátka pan Roman je nejen obdivuhodný masér, který ke každému člověku přistupuje individuálně a pracuje s životními energiemi, ale také velký filantrop. V jeho masérně najdete knihovnu s mnoha zajímavými tituly o umění naslouchat svému tělu, o vesmíru, esoterice a alternativní medicíně. Dal se také do studia dispoziční prognostiky u společnosti Noetis. Má dar pomáhat lidem, velkou empatii a srdce na pravém místě.

Můžete pomoci

Masérna na dlani bude vděčná firmám nebo jednotlivcům za jakoukoliv sponzorskou částku, která by přispěla na financování a provoz projektu Pondělky bez handicapu. Ta by sloužila k nákupu zařízení a dalších masérských potřeb, na které by v budoucnu nebyly peníze. děkujeme!

Zpracovala: Hana Klusová
Foto: archiv R. Žinčíka

Kontakt a další informace:

Roman Žinčík, Masérna na dlani Mariánky, Rtm. Gučmana 1190/3, 709 00 Ostrava-Mariánské Hory, tel. 732 885 182, masazeostrava@email.cz, www.masaze-ostava.info.

Canisterapie v malém

Bišonek je hravý a přirozeně inteligentní

Kdo by řekl, že také v alternativní léčbě osob se zdravotním postižením existují předsudky. Canisterapie vychází z kontaktu člověka a psa. Obecně však platí, že pes musí být velký, ochotný fungovat jako polštář, příkrývka nebo koník pro malé děti.

Mezi osobami se zdravotním postižením koluje mnoho mýtů a polopravd. Já teď jednu polopravdu naruším a pro canisterapii doporučím **bišonka**, zástupce malých plemen. Jeho praktickou výhodou je **nelínající srst, která nezpůsobuje alergie a především jeho hravá povaha, která ani největšího skeptika nenechá bez úsměvu.**

Pro cvičení jemné motoriky doporučuji mazlení, hlazení a „ňuhňání“ s tvorečkem, jehož váha málokdy přesáhne pět kilo. Pokud chcete držet dietu, opět musím doporučit bišonka. Nebudete-li při stravování dost rychlí, majitelem potrawy se stane pes. Je sice malý, ale má schopnost skákat do neuvěřitelné výšky a dálky. V případě, že chcete zdokonalovat svoji psychickou rovnováhu a klid, opět doporučuji bišonka. Když už po několikáté přenese důležitou věc z bodu A do bodu B, nesdělí vám, kde se bod B nachází, přitom se ale sladce tváří a jeho obrovské oči sdělují, že na něj nemáte, v životě vás už málo co rozhodí!

Považujte výše uvedené za reklamu na psího kamaráda. Stejně to děláte pro sebe.

Monika Henčlová

Bišonek je společenský pes

Předchůdce tohoto plemene je možné zcela prokazatelně hledat již ve starověku.



Tehdy patřili ke skupině tzv. bílých „dámských“ psíků. Jejich obliba pokračovala a dále stoupala i ve středověku, kdy se chovali především na francouzském a italském královském dvoře. Postupným dalším šlechtěním vznikla v období mezi dvěma světovými válkami současná podoba a standard plemene Bišonek.

Již ze zmíněného historického hlediska je zřejmé, že bišonek je společenský pes, který potřebuje být mezi lidmi. Je to jeho základní potřeba – potom je to veselý, temperamentní a hravý pes. Jeho povaha je vyrovnaná, přítulná, bez známek agresivity, přestože je bišonek nebojácný. Vyniká svou přirozenou inteligencí, díky které se velice rychle učí, co je od něj žádáno. Jeho vztah k dalším možným zvířatům v rodině je bezproblémový, k dětem se chová stejně přítulně jako k dospělým, pokud mu samozřejmě neubližují. Vzhledem k jeho velikosti, je to nenáročný pejsek, vhodný i do toho nejmenšího bytu.

Bišonek jinak také **bišon** nebo **bichon à poil frisé** je malý pes s kadeřavou srstí a veselým výrazem očí. Srst bišonků je hedvábně jemná a visí dolů ve spirálách dlouhých nejméně 7 cm. Barva srsti je u bišonka vždy pouze bílá, někdy s možnými bledě béžovými znaky. Minimální přípustná výška psů je 27 a u fen 25 cm. Tělo bišonka je dobře stavěné s výrazně vyvinutým hrudníkem a silně vtaženou částí slabiny. Hřbet se směrem k ocasu svažuje, ocas je nasazený ve hřbetní rovině a stáčí se zpět přes záď. Není ale zatočený. Nohy bišonka jsou rovné, navzájem rovnoběžné a mají jemné kosti. Vzhledem k celé velikosti je krk poměrně dlouhý. Hlava působí kulatým dojmem díky střihu, ale tvar lebky je spíše plochý. Uši má bišonek svěšené dolů, sahají zhruba do poloviny délky tlamy. Oči bišonka mají kulatý tvar a jsou velké a vždy tmavé. Bišonek se v průměru dožívá 14 až 15 let.

Základní péče o bišonka:

Největší díl péče a starostlivosti se u bišonka zcela přirozeně váže k jeho srsti. Ta vyžaduje skutečně každo-



denní pročešávání až na kůži a pravidelné přistříhování. V ideálním případě by se srst bišonka měla stříhat alespoň jednou za dva až tři měsíce, ale v případě výstav je to nutné i častěji. Střih je nejlépe ponechat odborníkům v psím salonu, vycházet se musí i z oblastních tradic, které jsou ve světě i v rámci Evropy různé. Srst je také nutné pravidelně umývat kvalitním psím šamponem, aby se udržela krásně sněhově bílá. Výchova těchto pejsků není obtížná.

Protože má bišonek velice hustou a dlouhou srst, je důležité stále kontrolovat okolí očí, aby zde bujně rostoucí chlupy nedráždily oči, nebo nepřekážely vidění. Na spodní části tlapky, mezi jednotlivými polštářky někdy vyrůstají přebytečné, dlouhé chlupy, které je také třeba vystříhávat, aby psu nepůsobily problémy při chůzi a pohybu. Bišonek není náročný na pohyb ve smyslu dlouhých procházek, postačí mu i krátké venčení. Ovšem vzhledem k jeho temperamentu je dobré postarat se mu o dostatečné množství pohybu například hrou s míčkem apod. Jejich čipernosti a inteligence si velmi brzy povšimli i různí jarmareční a varietní umělci, a bišonka je proto možné označit i za vynikajícího psího artistu.

Pro skutečně náročnou péči o srst nelze bišonka v žádném případě doporučit zájemci, pro kterého by tato péče o bišonkovu srst nebyla součástí potěšení a radosti z tak krásného psa.

Zdroj a foto: www.hafici.cz,

(pp)

Deila Knox prostě vstala a šla

Uzdravila se vozíčkářka zázrakem?

Příběh ženy jménem Deila Knox začal v roce 1987, kdy byla po automobilové nehodě ochrnutá od pasu dolů. Jeho vyvrcholení ovšem nastalo 27. 8. 2010 a mnozí lidé si jej vysvětlují jako zázrak. Světová média, včetně videí na You Tube, probírala tento příběh ze všech stran, akorát u nás se o něm vlastně nepsalo. Jaké jsou tedy podrobnosti?

Srazil ji opilý řidič

Na Štědrý den roku 1987 srazil Deilu Knox (rodačku z Alabamy – USA) automobil s opilým řidičem za volantem. S poraněnou páteří jí lékaři neuměli pomoci a Deila ztratila cit v nohách, takže skončila na vozíku. Přesto se naučila žít plnohodnotný život a věnovala se Křesťanskému centru i zpívání v kostele Svatého Ducha. Její manžel, biskup Levy Knox, o ní říkal, že Deila v kostele nezpívá – že ona sama je písní. Svými pěveckými výkony si vydobyla uznání i mezinárodních gospelových umělců.

Bohoslužba

Pak přišel sedmadvacátý srpen 2010, kdy se při bohoslužbě vedené britským evangelistou Nathanem Morrisem a pastorem Johnem Kilpatrickem stala velmi zvláštní věc.

„Nevěděla jsem, že se Nathan Morris

za mne modlí,“ popisuje situaci Deila Knox, „ale najednou jsem v sobě ucítila hlas Ducha Svatého, který mi řekl: vstaň. Zároveň s tím mi vjel do nohou mimořádný pocit a celou mne ovládla víra, že umím chodit. Tak jsem vstala a šla, jako bych vstoupila na území jiné sféry, jakoby se někdo jiný dotýkal mých nohou a poprvé jsem ucítila ohýbání v kolenou...“

Záběry na You Tube ukazují, že Deila je zpočátku podpírána manželem a pastorem, později jde sama, za jásotu a tleskání davu lidí. „Můj svět se obrátil vzhůru nohama,“ řekla později novinářům. „Jsem jako dítě, které vidělo věci z kočárku dvojnásobně velké, ale když nyní stojím třeba v kuchyni, zdají se mi stejné věci malé. A žasnu při pohledu na Boží moc nejen v mém životě, ale i v celém světě.“

Zázrak nebo podvod?

Stovky komentářů tohoto případu si lze přečíst na internetu a v podstatě se dají rozdělit do dvou kategorií: na ty, jejichž pisatelé věří, že jde o zázrak, ostatní si myslí, že jde o podvod. Pro objektivitu uvedme, že podvod tohoto druhu by určitě nebyl první. Například v roce 1987 byl jako šarlatán odhalen reverend Peter Poppoff z Kalifornie. Jeho manželka mu během bohoslužby přes sluchátko podávala informace o nemocných ve sboru a on pak



Deila Knox po automobilové nehodě v roce 1987 ochrnutá od pasu dolů.

předstíral znalosti i léčbu těchto lidí. Stejně tak už bylo mnohokrát i při jiných případech vzbuzeno mezi lidmi plno falešných nadějí, obvykle jenom proto, aby někdo jiný zbohatnul.

Opravdu jde o zázrak?

Případ Deily Knox je ale přece jen aspoň ve dvou věcech mimořádný. Za prvé jde o její totožnost, která je nezpochybnitelná. Jako vozíčkářka byla veřejně známa mnoho let – není tedy žádným náhodným „králíkem z klobouku“ vyrobeným na zakázku.

A za druhé, už staří Římané měli velmi dobrou zásadní otázku: qui bono (komu ku prospěchu)? Nikdo z aktérů zázraku nesliboval zázraky další a nepožadoval tučné příspěvky či kreditní karty. V tomto případě se jen a jen rozdává – a sice naděje. Že by tedy opravdu šlo o zázrak?

Pak je tady ještě jedna možnost, ke které se kloní i řada tzv. nevěřících. Dal jsem jí název „zázrak obyčejným způsobem“. Mohlo jít o nepopíratelné charisma duchovního a obrovskou sílu podvědomí samotné Deily Knox, což ovlivnilo mozek k vydání nových signálů do míchy a nervů. Jinými slovy: víra tvá tě uzdravila.

Ale není to nakonec jedno? Rozhodující je přece výsledek.

Jiří Muladi



Dne 27. srpna 2010 při bohoslužbě vedené britským evangelistou Morrisem a pastorem Kilpatrickem Deila Knox údajně v sobě ucítila hlas Ducha Svatého, který jí řekl: vstaň! Tak vstala a šla, jako by vstoupila na území jiné sféry, jakoby se někdo jiný dotýkal jejích nohou a ona poprvé ucítila ohýbání v kolenou... Byl to zázrak?

**Co si myslíte o zázracích Vy?
Setkali jste se s nimi?**

**Napište nám do redakce Vašeho Vozky:
P.Plohak@seznam.cz**

Roztroušená skleróza nemusí být handicapem

Pozvánka na květnový seminář Rosky Ostrava

Roska Ostrava, reg. org. Unie Roska v ČR, za odborné spolupráce MS Centra Neurologické kliniky FNO si vás dovolu-
je pozvat na odborný seminář k Světovému dni RS a Národnímu dni RS v ČR s názvem „Roztroušená skleróza nemusí být handicapem“. Seminář se koná **25. května 2011** od 15 h v sále zastupitelstva Krajského úřadu MSK na ul. 28 října 117 v Ostravě.

Seminář je určen nejen pro odborníky na problematiku RS, ale i pro širokou veřejnost. Témata ještě nejsou přesně stanovena, mezi přednášejícími nebudou chybět lékaři z MS Centra Neurologické kliniky FNO, které vede MUDr. Olga Zapletalová, nebo odborníci ze sociální oblasti.

Účastníci se mohou hlásit na náš e-mail roska.ostrava@seznam.cz nebo na tel. **728 348 058**. Podrobnější informace ohledně programu najdete během měsíce dubna na našem webu www.roska-ostrava.cz.

Naděžda Nováková, předsedkyně Rosky Ostrava a koordinátor MS Centra

Studenti a Katedry aplikovaných pohybových aktivit Vás srdečně zvou na

Karneval 2011 aneb Roztancujeme bariéry

Téma: Probud' v sobě zvíře

Kdy: 2. dubna 2011

Kde: Regionální centrum Olomouc, Jeremenkova 40 B, 772 00 Olomouc

Info: recepce - 587 331 111, 724 444 317, sekretariát: info@rco.cz, 587 331 800

Ples Harmonie opět v Pupp

Centrum pro zdravotně postižené Karlovarského kraje zve nejen lidi s handicapem a jejich rodinné příslušníky, ale i širokou veřejnost na **18. ples Harmonie**, který se uskuteční **2. dubna** od 20 hodin ve slavnostním sále Grandhotelu Pupp.

Ples moderuje Petr Rychlý, k tanci hrají skupiny Forteband a Amethyst, jistě se také pobavíte u doprovodného programu v podobě různých vystoupení a zardujete se při výhře v tombole. Na ples jsou vypraveny také **zvláštní autobusy z Plzně přes Toužim a Bečov, dále pak z Chebu přes Sokolov a z Jáchymova přes Ostrov**. Ceny vstupenek jsou násle-

dující – přízemí 180 Kč, balkon ochoz 120 Kč, balkon stěna 50 Kč.

Informace nejen o plese můžete získat také na stránkách www.sluzbypostizeny.cz nebo nás můžete navštívit na našich pobočkách v Karlových Varech, Sokolově nebo v Chebu.

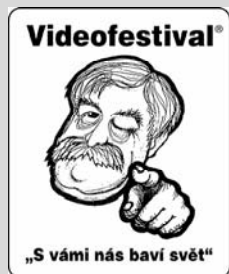
*Jana Pomijová,
CZP Karlovarského kraje*

Kontakty:

• **Karlovy Vary:** Sokolovská 54, tel.: 602 340 549, 353 234 666 • **Sokolov:** Rokycanova 1756, tel.: 602 340 482, 352 628 788 • **Cheb:** Kamenná 40, tel.: 602 340 483, 354 433 024.



**Dobrá zpráva:
nejlepší snímky
z Videofestivalů
jsou na Internetu!**



Díky České radě humanitárních organizací, která podporovala projekt Videofestivalu od samého počátku a která nyní umožnila zveřejnit nejlepší snímky na svých webových stránkách, můžete shlédnout dvacet čtyři z nich na adrese <http://www.crho.org/videofestival-o-videofestivalu.php>.

Snímků z festivalů, které se uskutečnily v letech 2000 až 2010, jsou stovky, ale většina z nich neměla vypořádána autorská práva. Proto je zveřejněna jen tato ukázka celkem o délce čtyř hodin (průměrně jsou snímky desetiminutové). Stojí za to si všechny snímky postupně prohlédnout – a nejen ty, které jsou natočeny ze života vozíčkářů. Jistě zaujmou i snímky o problémech lidí s mentálním, zrakovým či sluchovým a jiným postižením. Zajímavý je např. snímek z Thajska o rekvizifikaci lidí s handicapem, videoklipy z Francie nebo ze Slovenska.

Dříve se snímky zájemcům půjčovaly na kazetách VHS. Za dobu existence půjčovny (tzv. „video kabinet“) bylo od 1. 10. 2000 do 31. 12. 2010 zapůjčeno 531 snímků na 109 nejrůznějších klubových akcí, školení a konferencí, kterých se zúčastnilo téměř 5 000 diváků v celé České republice. Není možné spočítat tisíce diváků ČT 2 (Magazín Klíč) a TV NOE, kde byly snímky také uvedeny. Proč půjčovna končí? Především prostory již nestačí, o kazety VHS není zájem a poštovné výrazně zdražilo. Také je asi čím dále tím méně klubových akcí, kde by se snímky promítaly. Všechny snímky jsou zveřejněny se souhlasem autorů a v případě potřeby můžete na ně obdržet kontakt.

Čtenářům časopisu Vozka přeje hezké zážitky autor projektu Videofestival „S vámi nás baví svět“

JUDr. Josef J. Veselý (AlBert),
předseda správní rady
HANDICAP LYCEUM Praha o.s.

Poezie z Vašeho pera

V tomto čísle si můžete opět přečíst básně naší známé básníčky Jarmily Králové ze Staříče. Přejeme příjemný prožitek!

Jarmila Králová

Síla úsměvu

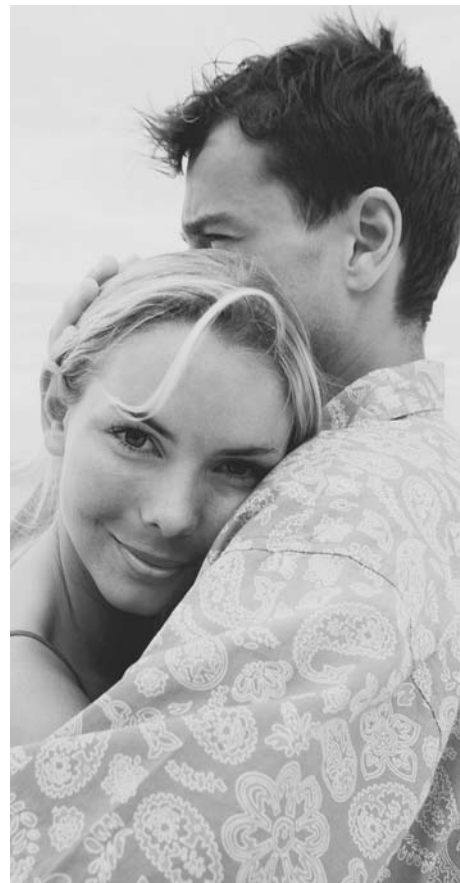
*Jen co se ráno probudíš,
co ve světě se mění?
Včerejšek skončil – jistě víš.
Co bylo, už tu není.*

*Kéž vzal by sebou trápení
a vše, co smutek tají.
Kéž dnešní den je příjemný
pro všechny, co mě znají.*

*Na svoje rty si úsměv dám,
náladu nosí dobrou.
Když na lidi se usmívám,
i jejich rty se pohnou.*

*Když úsměvem se zdobíme,
tak naše oči září...
Štafetu dobra nosíme,
co dobrý den vytváří.*

*Když večer jdeme opět spát,
zář víčka zamykají.
Na tvé rty chci se podívat,
jestli se usmívají.*



Jarmila Králová

Žijeme

*Jsmo jako páni z Nemanic.
Nedostatky souží.
A ti, co mají cosi víc,
pletou si bláto s louží.*

*Žijeme v řece problémů.
Dluhy jsou nám lodí.
Svou vlastní kotvu nemáme.
Nárazy lodi škodí.*

*Láska prý lanem silným je.
S ní nutné připoutání.
Kdo zázrakem přežije,
pevná zem ho ochrání.*

*Za dluhy láskou neplaťme.
Svou silou nás chrání.
Je tím, na co lze spoléhat,
v čase naříkání.*



Svoboda pohybu...

- Ruční ovládání pedálů
- Úpravy sedadel
- Bezbariérová vozidla
- Nakládání invalidních vozíků
- Upoutání přepravované osoby
- Čtyřkolky s ručním ovládáním
- Individuální úpravy
- Vysoká "tovární" kvalita zpracování / Zákaznická podpora / Pobočky po celé ČR



Výroba probíhá na moderních a produktivních CNC strojích, díky kterým jsme schopni vyrobit 1 výrobek ve stejné kvalitě a přesnosti jako při sériové výrobě.



api

www.APICZ.com

Konto
bariéry
77

Naším cílem je zlepšení života handicapovaných lidí
a jejich plnohodnotné zapojení do života.
Proto z každé zakázky přispíváme na konto bariéry.

pro více informací volejte na: **381 278 043**
nebo navštivte naše internetové stránky

ALLMEDICA S. R. O.

ŠIROKÝ VÝBĚR SCHODOLEZŮ PRO VŠECHNY TYPY SCHODIŠŤ
A INVALIDNÍCH VOZÍKŮ

• **PRODEJ** • **ZAPŮJČENÍ** • **VÝKUP** •



HRAZENO STÁTEM AŽ DO 100%

www.allmedica.eu

BEZPLATNÁ LINKA: 800 100 822



S NÁMI PŘES BARIÉRY!

Magazín VOZKA: NOSIČ VAŠÍ REKLAMY

BeneCYKL[®] - kola pro radost



Kozlík

- sportovní kočárek a vozík za kolo
- extrémně lehká, polohovatelná konstrukce
- maximálně pohodlná a bezpečná přeprava pro děti
- česká výroba, velké množství příslušenství
- veškeré prvky pasivní ochrany
- ideální doplněk moderních sportovních aktivit



Kozoroh

- speciálně vyvinutý handbike pro pohyb v terénu
- odpružená zadní vidlice, hydraulické brzdy
- náhon na zadní kolo, extrémně lehké převody
- nastavitelný sklon řídicí tyče a opěrky sedačky
- velká manévrovatelnost (poloměr, zatažení cca 1,5m)
- rozložitelný - snadná přeprava v automobilu
- pohodlná sedačka - snadné přesezení
- výroba na míru s předběžnou objednávkou



- vývoj, výroba a prodej produktů pro moderní sportovní aktivity - cyklistika, jogging, inline, turistika
- výrobky s maximálním pohodlím, ergonomií, mobilitou, bezpečností
- integrace nejen handicapovaných osob
- překonávání bariér, rozšiřování hranic, objevování nových míst
- realizace nových pohybových aktivit
- originální konstrukce chráněná užitečnými a průmyslovými vzory

www.benecykl.cz



STROPNÍ ZVEDÁKY

Máte málo místa? Využijte strop.

Bezplatná linka
800 888 783

Stropní systémy v pevném nebo mobilním provedení jsou určeny pro zvedání a přesun většiny klientů. Uplatnění najdou i v místech, kde není dostatek prostoru pro klasický zvedák.

Proč zvolit naše stropní systémy:

- profesionální zařízení s dlouhou životností
- standartní záruka 3 roky
- nosnost 190 až 360 kg
- množnost dálkového ovládání
- velká variabilita použití
- rychlá a jednoduchá montáž



TOALETNÍ ZVEDÁK

Bezproblémové sedání a vstávání z toalety.

Toaletní zvedáky Aerolet nabízí ideální podporu pro dosažení správného přirozeného pohybu sedání a vstávání z Vaší toalety. Zajistí Vám nezávislost a soukromí, bez nutnosti další asistence.



Proč zvolit naše toaletní zvedáky:

- vysoká nosnost (až 300 kg)
- tichý chod a mobilita
- jednoduchý a moderní design
- přizpůsobí se rozměrům Vaší toalety
- rychlá a jednoduchá instalace a údržba

ŘEŠÍTE **PŘEKÁŽKU** V PODOBĚ
SCHODU, OBRUBNÍKU NEBO PRAHU
KDEKOLIV V EXTERIÉRU ČI INTERIÉRU?

Máme pro Vás **jednoduché a rychlé řešení!**



Mobilní nájezdy od **PINNOTU** v praktickém přenosném balení.

Tyto **paketové nájezdy** dodáváme v šedém provedení se sklonem 1:7 (14,5 %, 8,2°) a o šíři 75 cm.

PAKET 1 - pro převýšení od 2,1 do 4 cm

PAKET 2 - pro převýšení od 4 do 7,5 cm

PAKET 3 - pro převýšení od 7,5 do 11 cm

PAKET 4 - pro převýšení od 11 do 15 cm

- › vysoká nosnost
- › snadné na údržbu a montáž
- › vnitřní a venkovní užití
- › protiskluzové provedení
- › mobilní řešení s několika možnostmi fixace
- › snadná a rychlá instalace
- › záruka 5 let



LUDVÍK ALEŠ S.R.O.

Úpravy automobilů pro zdravotně postižené

- kompletní sortiment od firmy Hurt, Quidosimplex, Api
- montážní středisko v Hodoňovicích u Frýdku - Místku
- dlouholeté zkušenosti s úpravami automobilů
- bezplatné poradenství

Kontaktujte nás

Tel.: +420 606 737 239, +420 608 761 497

E-mail: upravyvozidel@seznam.cz

Web: www.upravyvozidel.cz

GPS: 49°38'14.12"N 18°21'17.05"E

LUDVÍK ALEŠ s.r.o. Hodoňovice 221, Baška 739 01

PENZION VYHLÍDKA



Ubytování pro vás na Třeboňsku

Devíti sezónami prověřené bezbariérové ubytovací zařízení uprostřed Třeboňské pánve, vhodné pro rodiny s dětmi, tělesně postižené a skupiny nabízí:

ubytování v cenách od 210 - 300 Kč za osobu a noc.

Penzion se nachází na klidném místě, v malé vesničce Lutová, s rozlehlou zahradou, uprostřed luk, lesů a rybníků.

tel.: 603 543 997

Informace na: www.lutova.zde.cz



Moje asistentka je pěkný pes...

POMOCNÉ TLAPKY o.p.s.
asistenční psi pro zdravotně postižené

Potřebujete přítele do nepohody? Co třeba čtyřnohého? Pomocné tlapky o.p.s. cvičí a zdarma předávají asistenční psy zdravotně postiženým již od roku 2001. Můžete tak získat nejen přítele do nepohody, ale také pomocníka, který Vám umožní nastoupit cestu k nezávislosti. Výcvik je "šitý na míru". Typ postižení, věk nebo bydliště nerozhodují.

Pomocné tlapky o.p.s.,
V. Kratochvíla 1073, 332 02 Starý Pízenec,
Tel.: 724 007 779, info@pomocnetlapky.cz
www.pomocnetlapky.cz



Maximální aktivita s váhou
od 9 kg a nosností až 140 kg!

Nový Avantgarde!



Avantgarde **CLT**

(dříve Avantgarde TI)

Cena: od **36.184,- Kč**
(cena platná do 30. června 2011)

Avantgarde **CV**

(dříve Avantgarde VR)

Cena: od **32.939,- Kč**
(cena platná do 30. června 2011)

Avantgarde **CS**

(dříve Avantgarde T)

Cena: od **29.645,- Kč**
(cena platná do 30. června 2011)

Vše o nové generaci na:
www.ottobock.cz

Předvedení zdarma
si objednejte na tel.:

+420 724 557 444

Otto Bock®

QUALITY FOR LIFE

Do 30. června 2011
AKCE
„Nový za cenu starého!“

Otto Bock ČR s.r.o.

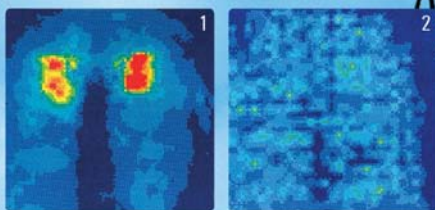
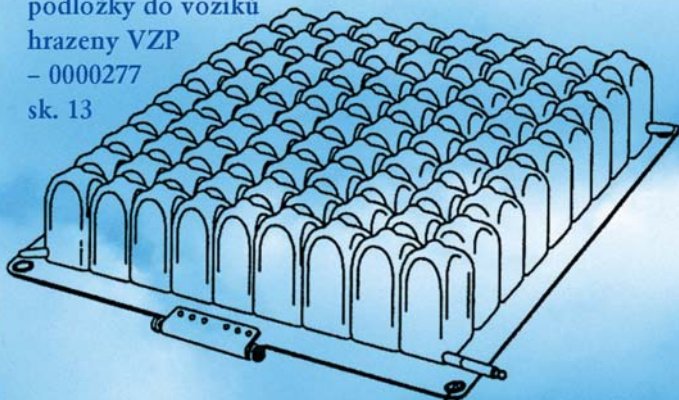
Protetická 460, 330 08 Zruč-Senec, Tel.: +420 377 825 044, Fax: +420 377 825 036, email@ottobock.cz, www.ottobock.cz

ROHO



antidekubitní podložky a matrace
zamezují vzniku proleženin a napomáhají při jejich léčbě.

podložky do vozíků
hrazeny VZP
- 0000277
sk. 13



Rozložení tlaku u osoby
sedící na molitanu (1)
a na antidekubitní
podložce ROHO (2)

Dovází: CZ.TECH Čelákovice, a.s.
Stankovského 1200/46, 250 88 Čelákovice
tel.: 326 993 844, fax: 326 993 845, e-mail: roho@cztech.cz
www.roho.cz



Individuální úpravy vozidel

- * Úpravy sedaček
- * Nájezdové rampy
- * Přesedací zařízení
- * Zvedací zařízení
- * Nakladače invalidních vozíků
- * Dětské otočné, výsuvné sedačky a další.



◀◀ **Novinka:**

sjednáváme zvýhodněné zákonné
a havarijní pojištění pro ZTP.
Bonus + sleva až 45 %.

Ricon Elektrohydraulické zdviže
A Wabtec company

**Výhradní zastoupení pro
Českou a Slovenskou Republiku**



INVACAR, s.r.o. Průmyslová 464, 387 11, Katovice
Tel.: 00420 383 388 186, 00420 383 326 027
Mobil: 00420 775 677 603, Fax: 00420 383 388 185
Info@invacar.cz
www.invacar.cz



ÚPRAVY AUTOMOBILŮ PRO TĚLESNĚ HANDICAPOVANÉ



Předváděcí jízdy

Vyrábíme a montujeme:

Elektrickou spojku - nově vyvinutá a vylepšená funkčnost - možnost individuálního nastavení. Brzdu a plyn, jeřábky, otočné sedačky, další úpravy dle přání zákazníka.

KOVOVÝROBA - soustružnické a frézařské práce, výroba dílů dle výkresové dokumentace.

TŘÍKOLKY a jiná vozítka

- s třístupňovou převodovkou, čtyřkolky (velmi stabilní), možnost doplnit i elektromotor. VZP může přispět 5 000,- Kč (kód 18964, obor 07), sociální odbor až 50 % zbytku ceny.



Informace:
META Plzeň s.r.o.
Hřbitovní 31, 312 00 Plzeň
tel: 377 686 725
E-mail: metaplzen@volny.cz
www.metaplzen.cz



Galerie UMÚN

Umělci malující ústy a nohama

Bruce G. Pardon, Austrálie



Bruce Peardon, malíř malující ústy, se narodil v Brisbane v Austrálii 28. února 1945. Po střední škole nastoupil k Australskému královskému námořnictvu. V roce 1962 utrpěl během autonehody zranění, jehož následkem byla kvadruplegie. Během rehabilitačního pobytu v Melbourne se seznámil se dvěma stejně postiženými muži, kteří ovládali techniku malby se

štetcem v ústech. Oba umělci se později stali stipendisty VDMFK (Světové asociace umělců malujících ústy a nohama). Bruce už dlouho před nehodou choval velký obdiv a lásku k umění, a proto jej tato technika malby velmi zaujala. Začal na sobě pracovat. Studoval výtvarné umění a opravdu to chtěl někam dotáhnout. V roce 1972 se stal stipendistou a vyhledávaným ilustrátorem. Napsal a ilustroval 3 knihy pro děti.

Bruce mnohokrát úspěšně vystavoval a jeho díla najdete v soukromých sbírkách po celém světě. Od roku 1992 zastával významný post ve VDMFK. Byl také milovníkem vážné hudby, přírody, kriketu a ragby. Společně se svou ženou vychoval syna Bena. Bruce zemřel 13. května 2001.



Hudební zátiší, olej

Zdroj: www.vdmfk.com
Přeložila Hana Klusová

Umělci v ČR: UMÚN – Nakladatelství umělců malujících ústy a nohama
Nad Školou 1289, 463 11 Liberec 30
tel. 485 161 712, umun@umun.cz, www.umun.cz

Benefiční koncert pro Tomáše

Dvacetiletý Tomáš Ležoň je od narození odkázaný na invalidní vozík. Přesto se věnuje sportu: hrál basketbal i ragby, střílel z luku. Nyní se ale nejvíce věnuje florbalu. „Chtěl bych s týmem letos získat pohár,“ prozradil své plány. „Bez sportu nemůžu být, sport – to je můj život.“

Jeho trenér Petr Koutný přitom nešetří chválou na adresu svého svěřence. „Je v reprezentačním týmu České republiky a v současnosti vede tabulku produktivity v lize jako nejlepší střelec i nejlepší nahrávač.“

Vozíček pro sport má Tomáš v pořádku. Ovšem vozík „civilní“, který používá převážnou část dne, je poškozený. „Má problém se vůbec dostat z našeho areálu. Nedokážu si představit, že by musel jet k lékaři nebo třeba jen do obchodu, protože s nefunkčním vozíkem by se tam prostě nedostal,“ říká zakladatelka občanského sdružení *ABAK počítačlo* Renáta Staňková.

Zdravotní pojišťovna hradí nový vozík co pět let. Tomáš by si ho tak mohl pořídit až za dva roky. Nebo by si ho mohl koupit sám za téměř 70 tisíc korun, ale tolik peněz nemá. „Tomášovi kamarádi vymysleli, že na naší střední škole, která má 1 400 studentů, uděláme benefiční koncert a výtežek mu věnujeme na zakoupení nového vozíku,“ dodala Renáta Staňková.

A tak se v předvánočním čase loňského roku uskutečnil na Střední škole prof. Z. Matějčka v Ostravě-Porubě benefiční koncert s názvem: „Aspoň jsem to zkusil, děkuji Tomáš“. V pestrém programu zde vystoupili nejen studenti této střední školy, ale také absolventi Wichterlova gymnázia z Poruby. A výsledek? Díky účinkujícím, spolužákům, pedagogům, pracovníkům školy, kamarádům, týmu vítkovických veteránů a mnoha anonymním dárcům se podařilo získat na Tomášův vozík téměř neuvěřitelnou sumu 52 000 korun.

Gratulujeme!

(di)



Občanské sdružení Felix připravuje zajímavé akce

Vyzkoušejte si literární talent, práci se sklem, jeďte na muzikál do zahraničí

Felix je neziskovka, která pořádá integrované akce všeho druhu – **kulturně-společenské, řemeslné, zážitkové, umělecké aj.** Ačkoliv Felix sídlí blízko Plzně, vyráží na různá místa v tuzemsku a chystá se i do zahraničí. Většina akcí je otevřená lidem s tělesným postižením, některé i lidem nevidomým či lidem s mentálním postižením.

Některé z proběhlých a připravovaných akcí

- **Víkendová dílna literární tvořivosti zaměřená na povídku.** Konala se v Lutové u Třeboně 18. až 20. února. Přijeli jste s nápady, hledali zdroje inspirace pro krátké prozaické útvary, utřídili jste si pojmy a získali jste kontakty na podobně naladěné lidi.
- Na jaře Felix chystá **Skleněnou Domaslav** (kurz práce se sklem), **Nábytkotvoření** (pro ty, co chtějí mít doma kus nábytku dotvořený vlastníma rukama), **výlet za hudbou za hranice** (chcete-li sdílet hudební zážitky s dalšími lidmi nebo

se nemáte jak dostat do Rakouska či Německa na zajímavý muzikál. Konkrétní termíny se objeví na webových stránkách.

- V Plzni proběhne 18. června **Recykl bazar**, kam můžete přijít prodávat či nakupovat. Všechno, co zde bude k mání, bude alespoň z části vyrobeno z materiálů, které by jinak skončily v odpadcích. Po bazaru vás čeká výjimečný kulturní zážitek – koncert **Kočka tahá dršky**. Uslyšíte a uvidíte akordeon v mnoha různých podobách.

- **Zážitkový kurz** pro dospělé proběhne 22.–26. července na Šumavě.

Felix však dělá i kurzy na přání (např. filcování, výroba vinutých perlí, aj.).

*Alena Horová
Felix, o.s.*

Kontakty a další informace:

Felix, o. s., Kozolupy 189, 330 32 Kozolupy, ředitelka Mgr. Alena Horová, felix@felix-os.cz, www.felix-os.cz, tel.: 777 828 318.



Výstava Rosky „Jsme, čím jsme“ v Galerii Mlejn

V prostorách ostravské bezbariérové **Galerie Mlejn** se 23. listopadu 2010 uskutečnila vernisáž výstavy prací osob s roztroušenou sklerózou s názvem **„Jsme, čím jsme.“** Výstava se konala pod záštitou ředitelky Krajského úřadu MSK JUDr. Evy Kafkové a MS Centra Neurolog. kliniky FNO pod vedením MUDr. Olgý Zapletalové.

Roska Ostrava tuto výstavu zrealizovala v rámci akce „50 dní pro RS.“ Cílem

bylo seznámit širokou veřejnost s tímto onemocněním a zároveň ukázat, že i při tomto handicapu se dají dělat krásné věci jako malované obrazy, fotografie, fotokoláže, drhané předměty, mandaly, výšivky, malované hedvábí apod. Seznam vystavovatelů se od roku 2005, kdy ve Mlejně Roska poprvé vystavovala, se rozšířil z původních 3 na rovných 8 vystavovatelek. Jmenovitě jsou to dámy Jana Grabařová, Zdeňka Kaplanová, Milada Krajíčková,

Šárka Matějová, Lenka Poustková, Františka Salingerová, Božena Šimková a Anna Valentová.

Další výstava se koná opět v listopadu, takže hurá do práce!

*Nada Nováková, Roska Ostrava,
Foto: archiv Roska Ostrava, Dušan
Stračánek*

*Obraz Kočkovité šelmy – Lenka Poustková
(hk)*



Vyhlášení nejlepší sportovci a trenéři Spastic Handicap za rok 2010

Ve středu 1. prosince 2010 se konalo slavnostní vyhlášení **Nejlepších sportovců, trenérů a osobností České federace Spastic Handicap za rok 2010**. Slavnostní večer proběhl v Top Hotelu Praha pod patronací Hlavního města Prahy. Programem provázeli Roman Suda a Michaela Krejčová, hudební doprovod zajistila skupina Děda Mládek Illegal Band.

Nejlepší sportovci TJ a SK do 23 let

- SK Kociánka Brno – *Fröhlich Marek*
- TJ Dětské středisko Březejc – *Folvarská Marie*
- TJ ZP Halma ÚSP Zbůch – *Pštros David*
- Handicap Sport Club Velké Meziříčí – *Charvátová Michaela*
- SK Jedlička Liberec – *Nevěčná Markéta*
- SC Jedličkova ústavu Praha – *Luxová Anna*
- TJ Léčebna Košumberk – *Petrák František*
- TJ zdravotně postižených Nola Teplice – *Havel Ondřej*
- SC Obchodní akademie Janské Lázně – *Prouza Miroslav*
- TJ Slavia Liberec – oddíl TPM – *Reineltová Anna*
- TJ Spastic Sport Praha – *Němečková Veronika*

Nejlepší družstvo roku

- Reprezentační družstvo boccii – tým BC1, BC2 ve složení: Cuřínová Kateřina, Fajkus Martin, Kořínek Michal, Serbus František, Smolík Ivoš

Atletická liga s OZP, nejlepší TJ/SK

1. TJ ZP Nola Teplice
2. TJ Léčebna Košumberk
3. SC Jedličkova ústavu Praha

Nejlepší tým ligy závěsného kuželníku

1. Slavia Liberec – TJ Slavia, oddíl TPM Liberec
2. Toucans – SC Obchodní akademie Janské lázně
3. Zelené údolí – TJ Slavia, oddíl TPM Liberec

Manažer roku

Lačný Marián, SK Jedlička Liberec

Trenér roku

Jirka Luboš – trenér reprezentace spastic-ky postižených cyklistů

Síň slávy

Svoboda Michal, SK Kociánka Brno

Výroční cena

Mgr. Ivan Martínek – za rozvoj marketingu České federace Spastic Handicap

Cena Amicissimus

PhDr. Jakub Bažant – za dlouhodobou medializaci sportu spastic-ky postižených
Mgr. Pavel Kořan – za dlouhodobou podporu sportu spastic-ky postižených

Cena MUDr. Zbyňka Novotného

Mgr. Roman Suda – za mimořádnou angažovanost na mezinárodním poli v oblasti zdravotních klasifikací

Nejlepší sportovci na 4. – 10. místě

Bouška Jiří – cyklistika, SC Jedličkova ústavu Praha
Bartoš Leoš – lukostřelba, TJ zdravotně postižených Nola Teplice
Musil Roman – atletika, TJ zdravotně postižených Nola Teplice
Kadetová Lenka – atletika, TJ zdravotně postižených Nola Teplice
Berná Eva – atletika, TJ zdravotně postižených Nola Teplice
Vejšková Anežka – atletika, TJ Léčebna Košumberk
Jeníčková Barbora – atletika, SC Jedličkova ústavu Praha

Nejlepší sportovci na 1., 2. a 3. místě

1. *Vondráček David*, cyklistika, TJ Spastic Sport Praha
2. *Drahonínský David*, lukostřelba, TJ Spastic Sport Praha
3. *Sidková Markéta*, lukostřelba, TJ zdravotně postižených Nola Teplice

Pavla Vrbová,
(pp),
foto: archiv SH



Nejlepší sportovci na 1., 2. a 3. místě: stojící David Vondráček, na vozíku David Drahonínský a Markéta Sidková.

SK Kontakt Ostrava se má čile k světu

Občanské sdružení už šest let provozuje plavání dětí a dospělých s postižením

V tomto krátkém článku bychom vám rádi krátce představili občanské sdružení **SK Kontakt Ostrava**, které v Ostravě už šest let provozuje plavání osob s různým typem postižení.

SK Kontakt Ostrava je sportovním klubem, který vznikl v roce 2004, a hlavním impulsem pro zahájení tohoto projektu v Moravskoslezském regionu byla úplná absence jakéhokoli komplexního programu výuky plavání osob s handicapem.

Děti, mládež i dospělí

Cílem sportovního klubu je zpřístupnění plavání jako jedné ze zdravotně nejprospěšnějších pohybových aktivit co největšímu počtu osob se zdravotním postižením na území Moravskoslezského kraje. Klientelu tvoří děti, mládež i dospělí z regionů Ostravy, Opavy, Frýdku-Místku, Havířova a Nového Jičína. K říjnu roku 2010 bylo do výuky zapojeno cca 20 plavců ve věkovém rozmezí 6 až 50 let. Zájem o plavání je ze strany handicapovaných plavců nebo rodičů dětí s postižením velký, ale problémem je získat dostatečný počet odborného personálu z řad entuziastů, kteří jsou ochotni se něco naučit a pravidelně se výuce plavání věnovat.

Kontakt bB

Sdružení navazuje na poslání a filozofii práce **občanského sdružení Kontakt bB** (Kontakt bez Bariér) v přístupu a pojetí činností s dětmi, mládeží i dospělými s handicapem. Díky spolupráci s tímto sdružením se v Ostravě plavání



vyučuje podle metodické řady „**Plavání tělesně postižených plavců**“ od autorů **Jana Nevřky a Martina Kováře, zakladatelů občanského sdružení KON-TAKT bB**. Sám Martin Kovář je čtyřnásobným paralympijským vítězem v plavání.

S plaváním se začínalo na bazéně Střední školy prof. Z. Matějčka v Ostravě-Porubě, který je ovšem z technických důvodů už několik let mimo provoz. Po jeho uzavření byl nový azyl nalezen v bazénu Vítkovické střední školy v Ostravě-Hrabůvce, kde plavání probíhá každou středu od 16 do 18 hod.

Kromě pravidelné plavecké výuky, pořádá SK Kontakt i vícedenní plavecká

soustředění s dvoufázovým tréninkem, jejichž cílem je nejen intenzivní plavecká výuka, ale také společné a pohodové setkání všech plavců a asistentů. Na závěr plavecké sezóny se plavci pravidelně schází na Dětském ranči u Hlučinské štěrkovny, kde se mj. věnují hipoterapii a večer probíhá oblíbené opékání párků.

Poděkování

Předseda občanského sdružení Petr Musálek děkuje všem členům z řad dobrovolníků, kteří svůj volný čas věnují ve prospěch zkvalitňování života osob s postižením. Právě díky nim občanské sdružení SK Kontakt Ostrava existuje už šest let!

Poděkování patří samozřejmě i všem, kteří na provoz sportovního klubu přispívají a bez jejichž finanční pomoci by ne-bylo možné plavecký program realizovat. Jsou to: Moravskoslezský kraj, Ing. Ladislav Dudek, Tenzona s. r. o., Ing. Lukáš Studnický, Nadační fond Veolia, Dalkia Česká republika, a. s., ArcelorMittal Ostrava.

Kontakt SK Kontakt Ostrava: Petr Musálek, tel. mob.: 725 258 433.

Saša Gebauer
Foto: archiv autora



Plave celá rodina...

Pohár města zůstal doma Florbalisté bojovali v Plzni



Kateřina Grusová z Kamat Team Jánské Lázně se snaží zabránit ve střele na branku Zdeňkovi Krupičkovi z SKH Meteor Plzeň.

V sobotu 5. února se v plzeňské sportovní hale TJ Lokomotiva konal turnaj **O pohár města Plzně** ve florbalu vozíčkářů. Pořadatelskému týmu SKH METEOR Plzeň se organizace turnaje podařila na výbornou. Účastníky turnaje čekala krásná prostorná hala s výborným zázemím a povrchem. Na zápasy dorazilo mnoho diváků a mezi nimi se objevili i přední extraligoví hokejisté HC Plzeň 1929 Tomáš Vlasák, Michal Dvořák a Dušan Salfický. Po delší odmlce se mezi mantinely sešly čtyři české týmy KAMAT Jánské Lázně, SKH METEOR Plzeň, ComAp Team Praha, Basset Most.

Týmy florbalové Fortuna ligy vozíčkářů se střetnou v tvrdém souboji ve **IV. ligovém kole**, které se bude konat v **Litvínově 19. a 20. 3. 2011** ve sportovní hale SPORTAS.

Srdečně vás zve pořádající tým Basset Most. **Bližší informace o florbalu vozíčkářů naleznete na www.fbh.cz.**



Vítězný tým SKH Meteor Plzeň. Zleva: Zdeňk Krupička, Petr Novák, Michal Kosík, Aleš Trnka, kapitán Martin Černý a Lukáš Hološ.

Lukostřelci soutěžili v hale

V sobotu 20. listopadu 2010 proběhly **1. závody v halové lukostřelbě handicapovaných sportovců** v tělocvičně ÚSP pro TPM Kociánka Brno. Hlavním pořadatelem byl Sportovní klub Kociánka Brno z pověření České federace Spastic Handicap a ve spolupráci s ÚSP pro TPM Kociánka, Jihomoravským krajem a za podpory marketingového partnera Spastic Handicap, a. s.

Výsledky jednotlivců

• **Sestava Elite, kladkový luk (18 m, 2 × 10 sad po 3 šípech, terč 40 cm redukovaný na 3 × 20 cm):**

1. David Drahonínský – 557 bodů
2. Leoš Bartoš – 552 bodů

• **Sestava Elite, reflexní luk (18 m, 2 × 10 sad po 3 šípech, terč 40 cm redukovaný na 3 × 20 cm):**

1. Václav Košťál – 519 bodů
2. Nikola Strakošová – 445 bodů

• **Sestava Standard (18 m, 2 × 10 sad po 3 šípech, terč 60 cm):**

1. Zdeňka Pišková – 437 bodů
2. Ladislav Maksoud – 429 bodů
3. Michal Štora – 267 bodů

• **Sestava Začátečnicků (10 m, 2 × 10 sad po 3 šípech, terč 80 cm):**

1. Lukáš Hlava – 564 bodů
2. Petr Svatoš – 462 bodů
3. Milada Kocábková – 394 bodů

Výsledky soutěže smíšených družstev (na 18 m)

Zvítězilo družstvo **TJ Nola Teplice** ve složení: Leoš Bartoš, Václav Košťál, Ladislav Maksoud, Nikola Strakošová.

*Pavla Vrbová,
ČFSH*



David Drahonínský a Leoš Bartoš

Cesta úspěchu: Od Pána prstenů na paralympiádu

Rozhovor s Markétou Sidkovou, lukostřelkyní a členkou Mezinárodního paralympijského výboru

Pokračování ze str. 1

Po ukončení základní školy jsem absolvovala gymnázium za vydatné pomoci rodiny, hlavně v oblasti přepravy. Nyní pátým rokem studuji na filozofické fakultě Ostravské univerzity, kde jsem v roce 2009 úspěšně zakončila státnicemi obor „Ruština ve sféře podnikání“ a bezprostředně poté jsem byla po zdárných přijímacích zkouškách přijata na dvouobor anglický jazyk a literatura a ruský jazyk a literatura. Proč jsem si vybrala Ostravu? Nechtělo se mi ji opustit, jsem tady zvyklá, mám zázemí v rodině a přátelích, trénuji tady a v neposlední řadě zohledňuji možnosti terapeutické a rehabilitační. Roli při výběru školy rovněž hrál její přístup k možnostem studia handicapovaných. Na Ostravské univerzitě měla tato oblast svůj vývoj, občas jsem musela hledat způsoby, jak se na přednášky dostat, vše probíhalo formou spolupráce s univerzitou a hlavně za pomoci ochotných spolužáků se silnými pažemi... Dnes je situace o dost veselější, ale zabralo to spoustu práce a trpělivosti nejen z mé strany.

• **Jak se mladé děvče na invalidním vozíku stane špičkovou sportovkyní – lukostřelkyní?**

Řekla bych, že jsem táhla k lukům a šířím už od malička. Když mi bylo asi 5 let, měla jsem místo klasického luku vrbové proutky a špagátek – i to pro mě byla super zábava. V patnácti jsem ale dostala ten pravý impuls – v kině mě okouzli Pán prstenů a Legolasův luk. Svěřila jsem se mamce a ta se postarala o zbytek. Domluvila se s paní Danou Masárovou z TJ Mariánské Hory na prvním tréninku. Trénuji po celou dobu na střelnici v Mariánských Horách. Na první trénink jsem šla 1. února 2002 a o měsíc později jsem zvítězila na mistrovství republiky handicapovaných lukostřelců.

Od podzimu roku 2007 mě trénuje Jan Dřevjaný, také odchovanec lukostřeleckého oddílu TJ Mariánské Hory a bývalý reprezentant ČR. Musím říct, že bez podpory rodiny ve všech směrech bych vrcholově lukostřelbu dělat nemohla. Po stránce finanční sice na to nejsme zcela sami, podporu dostávám z Centra individuálních sportů Ostrava, ale také z mateřského svazu handicapovaných sportovců. Lukostřelba je docela drahý sport, např. luk, který třeba osobně používám, stojí až sto tisíc korun. Moc si podpory všech vážím.



• **Jak často trénujete? A čeho se trénink týká?**

Samozřejmě – nic není zadarmo, trénuji čtyřikrát týdně pod vedením trenéra. Přes zimu, po chvilkové pauze, trénujeme volněji, ale pak už pokračujeme klasicky čtyřmi tréninky týdně. Čím více se blížíme venkovní střelbě a pak i významným soutěžím, tím více se zvyšuje počet tréninkových dní i vystřelených šípů. A pak k tomu přibude ještě posilovna, plavání a cvičení doma. A také hipoterapie, která je pro mě velmi přínosná – simuluje normální chůzi, posiluje svaly, které bych jinak nechala zahálet.

Jinak k mému sportovnímu růstu nepochybně přispívá rovněž účast na sportovních akcích, od roku 2003 až dosud jsem členem reprezentace ČR v lukostřelbě handicapovaných. Pravidelně se tak účastním republikových závodů (1. liga, mistrovství ČR, Zlatý Kylof v Ostravě) se zdravými, kde se většinou umístím do desátého místa.

• **Aktuálně máte za sebou řadu kvalitních lukostřeleckých výsledků. Kam nyní směřují vaše přípravy?**

V současné době vše směřuji k jedinému

cíli, a tím je paralympiáda v Londýně, kde bych chtěla uspět, avšak prvně se musím kvalifikovat a získat nominační místo. Proto je velmi důležitá už letošní sezóna. S trenérem Honzou Dřevjaným velmi pracujeme na vyladění psychické a sportovní pohody.

• **V souvislosti s paralympiádou v Pekingu se u vás kromě účasti samotné objevily další dvě zajímavé události. Nominace do Rady sportovců Mezinárodního paralympijského výboru a natáčení reklamního spotu.**

Po pravdě řečeno, kromě těch dvou událostí, které jste jmenovala, bylo pro mě ještě velmi významné, že jsem během zahajovacího ceremoniálu paralympijských her měla tu čest být vlajkonoškou české výpravy. Jinak v rámci paralympiády v Pekingu jsem kandidovala a byla nominována za Českou republiku do Rady sportovců, což je poradní orgán Mezinárodního paralympijského výboru. Původně jsem se domnívala, že jsem tam jen do počtu, ale nakonec jsem byla zvolena účastnicími se paralympioniky druhým nejvyšším počtem hlasů. Za „letní sporty“ je zvoleno 6 zástupců, které všechny

volí pouze akreditovaní sportovci paralympijských her. Mezi další zvolené patří španělská plavkyně Teresa Perales, čínská šermířka Yu Chui Yee, švýcarský atlet Heinz Frei, atlet z USA Robert Balk a francouzský plavec David Smetanine. Další 3 zástupce volí účastníci zimních paralympijských her, jelikož má tento orgán celkem 9 členů. Jsou zvoleni na období 4 let, do dalších her.

V souvislosti s reklamním spotem – Český paralympijský svaz si vybral mě a cyklistu Jiřího Ježka, abychom propagovali české paralympioniky. Spot vypadal tak, že mě dva Čiňané nesli na nosítkách a já střílím z luku šípy někam do dálky, avšak ve skutečnosti do terčovnice, aby šípy nemusel štáb neustále po lese hledat – není to moc velká sranda. Luk byl úplně obyčejný, ale docela silný, a protože se záběry několikrát opakovaly, měla jsem ruku rozedřenou úplně do krve. Musím ale říct, že mě to natáčení dost bavilo.

• Ještě bych se ráda vrátila k vaší roli v Radě sportovců, co konkrétně ve výboru děláte?

Jsme takovou spojnicí mezi sportovci a funkcionáři. Naší snahou je komunikovat

zejména mezi sportovci o tom, co sportovci považují za nutné vyřešit, a následně přednášet návrhy vyšším orgánům. S tím je samozřejmě spojeno i to, že se musím aktivně zajímat o dění kolem handicapovaných sportovců, vědět, co se kde děje, reagovat na podněty, číst odborné články. Zde mi významně pomáhá moje jazyková vybavenost. V Radě se setkáváme 2–3krát ročně, většinou při nějaké sportovní události, na kterou jsme pozvaní v souvislosti s pracovními povinnostmi. Protože to samozřejmě, jak by si někdo mohl myslet, není žádná zábava, ale skutečná práce. Více ale mezi sebou komunikujeme prostřednictvím e-mailové pošty. Jinak máme snahu vymyslet strategii, jak co neúčinněji propagovat sportovce s handicapem, ale nejen to. Monitorujeme např. při soutěžích, jak vypadá zázemí a co by se dalo do budoucna vylepšit. Také se na mě obrací sportovci, kteří mají nějaké potíže, protože problémů je mnohem více. A stejně jako jinde, většinou se týkají financí, kterých není nikdy dost.

• Vysokoškolské studium, špičkový sport, zdravotní komplikace – máte čas a chuť ještě nějaké další zájmy?

Chuť by byla velká, s časem je to přirozeně horší. Baví mě ale hodně věcí – například pletení košíků z pedigu (přírodní materiál, vnitřní část liany *Calamus rotang* – pozn. red.), ráda také maluji na sklo. Občas zajdu s přáteli do kina, na koncert, do přírody a mám spoustu dalších zájmů.

• Máte nějaké své životní krédo?

Nevzdávat se, stále hledat a nacházet životní sílu i v maličkostech.

*Rozmlouvala Blanka Falcňíková,
foto: archiv Markéty Sidkové*

Největší úspěchy Markéty Sidkové

- MS v lukostřelbě Madrid 2003 – 9. místo jednotlivci, 4. místo – družstva.
- Mezinárodní zvací turnaj v lukostřelbě Nové Město n. Metují 2003 – 1. místo.
- Paralympiáda Atény 2004 – 7. místo jednotlivci, 6. místo v družstvech.
- MS v lukostřelbě Massa Carrara 2005 – 2. místo – jednotlivci, 2. místo – družstva.
- ME v lukostřelbě Nymburk 2006 – 2. místo – družstva.
- Mezinárodní zvací turnaj v lukostřelbě Nové Město n. Metují 2007 – 3. místo.
- Mistryně republiky v lukostřelbě handicapovaných za svaz Spastic Handicap ve všech sezónách období 2002–2008, terčová lukostřelba (venkovní), 2009 a 2010 – 2. místo (sloučená kategorie s muži).
- Mistryně republiky v lukostřelbě handicapovaných Spastic Handicap v letech 2002–2009, halová lukostřelba.
- Mistrovství ČR Českého lukostřeleckého svazu, halová lukostřelba, Nymburk 2008, družstva ženy – 3. místo (tedy mistrovství republiky zdravých).
- Akademická mistryně ČR 2008, družstva – 2. místo (Brno) (tedy také závody zdravých sportovců).
- Mistryně republiky České asociace tělesně handicapovaných sportovců (ČATHS), srpen 2008, Nové Město nad Metují.
- Paralympiáda Peking 2008 – 3. místo družstva.
- Mistrovství ČR Českého lukostřeleckého svazu, halová lukostřelba, Brno 2009 – jednotlivci ženy – 2. místo a družstva ženy – 1. místo (tedy mistrovství republiky zdravých).
- MS v lukostřelbě Nymburk 2009 – 2. místo – jednotlivci, 2. místo – družstva.
- Mistrovství ČR Českého lukostřeleckého svazu, venkovní – terčová lukostřelba, Rokycany 2009 – družstva ženy – 3. místo (tedy mistrovství republiky zdravých).
- ME v lukostřelbě Vichy 2010 – 3. místo družstva.
- Mistrovství ČR Českého lukostřeleckého svazu, venkovní – terčová lukostřelba, Nové Město n. Metují 2010 – družstva ženy – 1. místo (mistrovství republiky zdravých).



Výkony a pocity, které za peníze nekoupíte

Zázračná baseballová liga



Speciálních baseballových je v USA 235 a slouží bezmála dvěma stům tisícům amerických dětí se zdravotním postižením.

Poznávání nových přátel, rozvíjení úcty a také léčení neduhů, ať už fyzických či psychických – to je **Miracle (Zázračná) liga**. Baseballová organizace pro děti se zdravotním postižením v USA.

„Naším cílem je vybudovat co nejvíce zařízení, na nichž mohou hrát baseball děti se speciálními potřebami,“ říká Diane Alfordová, výkonná ředitelka Miracle ligy. „Naše hřiště mají speciální gumový povrch. V současné době jich máme 235 a slouží bezmála dvěma stům tisícům dětí a mladých lidí. Oproti běžnému baseballu

máme pozměněná pravidla hry tak, že ke skórování pro tým se dostane každý hráč, což upevňuje jejich sebevědomí, přátelství a týmového ducha.“

Je o Miracle ligu zájem? „Je a obrovský. Registrujeme přibližně 400 e-mailů a telefonátů denně. Vždyť jen ve Spojených státech je deset milionů dětí a mladých lidí se zdravotním postižením a my máme pobočky ve 46 státech. Pomáháme všem při konzultacích, distribuci příruček, shánění prostředků na budování hřišť a při dobrovolnické činnosti.“

Jaké máte ohlasy a zpětnou vazbu? „Děti se zdravotním postižením tvoří speciální komunitu a Miracle liga jim umožňuje zapomenout na různá omezení. Stejně jako jejich bratři, sestry a přátelé si mohou zahrát baseball, který je v Americe velmi populární. Když dítě na vozíku prochází domácí mety, má obrovskou radost, stejně jako jeho rodiče – a takové pocity nelze koupit za žádné peníze. V tom vidíme největší hodnotu naší práce.“

Miracle liga byla založena v roce 1998 mládežnickou baseballovou organizací v Rockdale. Protože normální trávníky představovaly pro vozíčkáře určité nebezpečí, bylo zapotřebí sehnat prostředky na speciální hřiště – zcela rovná, s polstrovanými trávníky a bezbariérovými kryty i sociálním zařízeními.

První takový komplex byl dokončen v dubnu roku 2000 a při jeho otevření měla Miracle liga stovku hráčů. Dnes jsou jich statisíce a hlavním heslem této ligy je: Každé dítě má mít šanci zahrát si baseball.

Jiří Muladi



Ke skórování pro tým se dostane každý hráč. Upevňuje to jejich sebevědomí, přátelství a týmového ducha.

USA for handicap

Pojed'te na Lipno! Můžete tam sportovat v zimě i v létě

V rámci projektu **Lipno bez bariér** podpořeného Ministerstvem pro místní rozvoj ČR pořídil Skiareál Lipno speciální sportovní vybavení pro handicapované.

Na zimní sezónu se jedná o **monoski** se stabilizátory. K zapůjčení jsou 3 ks o velikostech 32, 36 a 40 cm. Jízda na monoski je možná buď samostatně (pro ty zkušenější), nebo s instruktorem. Je nutné si monoski i instruktora telefonicky zamluvit. Pro snadnější komunikaci na svahu jsou k dispozici handsfree sady.

V létě pak k výletům po oblíbené Jezerní stezce z Lipna nad Vltavou do Frymburka s přáteli nebo s doprovodem mohou postižení využít **tandemová dvoukola**. V nabídce máme také **handbiky**, které jsou uzpůsobené hlavně pro vozíčkáře. Postižení nebudou ochuzeni ani o oblíbený zážitek, jakým je projížďka na **elektročlunu** s jednoduchým ovládním po lipenské přehradě. Celoročně je k využití bazén se zdviží ve vodním ráji Aquaworld. Pro relaxaci a zábavu je k dispozici také trampolína.

V objektu areálu je **bezbariérová restaurace s WC a bezbariérové ubytování přímo v areálu bude možné od června 2011**. Infocentrum Lipno zajišťuje bezbariérové ubytování v okolí. Přehled bezb. ubytovacích kapacit a další podrobnější informace o cenách apod. najdete na stránkách www.lipnobezbarrer.cz.

*Bc. Pavla Kollarová,
vedoucí střediska obchodu
Lipno Servis, s. r. o.*



Pasivní jízda na monoski s instruktorem.

Foto: archív Pavla Kollarová



Lipenská přehrada

Foto: www.lipensko.org

Kontakt a další informace:

Lipno Servis, s. r. o., 382 78 Lipno nad Vltavou 307, tel.: 739 573 985, 380 731 448, infocentrum@lipnoservis.cz, www.lipnoservis.cz.

Bezbariérové a jiné vhodné ubytování

Ubytování vyhovující nárokům osob se zdravotní postižením nabízí tyto zařízení v Lipně nad Vltavou a jeho okolí:

Lipno nad Vltavou (v dosahu cca 5 min. od Skiareálu Lipno autem)

- **Apartmenty Ernesta Club** – bezbariérový příjezd, výtah, velmi prostorný apartmán s přechodovými lištami na pokojích, soc. zařízení není bezbariérové, možnost pouze s malým vozíkem a dopomocí.
- **Hotel Slunečná louka** – bezbariérový příjezd do objektu i do restaurace, v restauraci bezb. WC, 1× bezbariérový pokoj, na WC jsou madla, široké dveře, vana.
- **Apartment „U Macháčků“** – venkovní nájezd – malý prážek, prostorný apartmán, soc. zařízení není bezbariérové, ale je prostorné.
- **Apartmenty „Rohlík“** – příjezd do apartmánu – 3 schůdky, na apartmánech jsou přechodové lišty, jsou velmi prostorné, není bezbariérové soc. zařízení (pro malý vozík, s dopomocí).
- **Lipno Lake Resort** – 1× luxusní bezbariérový apartmán s bezbariérovým soc. zařízením.
- **Penzion „U Sojků“** – příjezd k apartmánu bezbariérový, 1× bezbariérový prostorný apartmán, WC a sprcha – velmi prostorné, široké vstupní dveře (i pro velký vozík), vana se sedákem, sprcha vedle vany, odtok na zemi, sprchovací židle, u WC madlo.

Přední Výtoň (Skiareál Lipno vzdálen 8 km, cca 10 min. autem)

- **Penzion Barborka** – jeden bezbariérový pokoj, na WC jsou madla, sprcha je vyvýšená (nutná asistence), restaurace je bezbariérová vč. WC.

Frymburk (vzdálenost 9 km, cca 10 min. autem)

- **Hotel Maxant** – 2× bezbariérový pokoj vč. bezbariérového soc. zařízení, bezb. přístup do restaurace a bezb. WC.
- **Wellness hotel Frymburk** – 2× bezbariérový pokoj, prostorný, přejezdové lišty, bezbariérové soc. zařízení, výtah, vlastní parkoviště s vjezdem do hotelu, vjezd do restaurace bezb. a bezb. WC, možnost využití wellness.
- **Hotel Vltava** – jeden bezbariérový pokoj (menší) – na bezb. soc. zařízení je vana, v objektu je výtah, do restaurace je bezb. příjezd, bezb. WC.
- **Penzion Florián** – jeden bezbariérový pokoj vč. bezb. soc. zařízení, příjezd do restaurace bezbariérový, bezb. WC.
- **Penzion Tereška** – jeden bezbariérový apartmán s balkonem včetně bezb. soc. zařízení.
- **Penzion U kostela** – jeden bezb. pokoj s bezb. soc. zařízením (přejezdové lišty), prostorný příjezd do restaurace je bezb., na restauraci není bezb. WC.
- **Penzion Bílá paní** – možnost ubytování s asistencí (příjezd do kopce), apartmán bez prahů, WC bezbariérové, sprchový kout je vyvýšený.

Další informace o ubytování:

Pokud máte zájem o bezbariérové ubytování, kontaktujte se svými požadavky Infocentrum Lipno (www.lipnobezbarrer.cz), které vám pomůže s výběrem i rezervací.

(pp)

Když je vítr naším kamarádem III.

S SKV Frýdek-Místek se mohou vozíčkáři věnovat paraglidingu!

Seriál reportáží od Radka Krupy pro ty, kdo milují adrenalinovou zábavu

Čekám, fotím a učím se

Do Annecy jsme přijeli především létat, slítávat a polétávat. Jelikož jsem trochu těžší váhové kategorie, musel jsem si počkat, až přijedou kamarádi, padáčkáři, kteří Jiřímu se mnou pomohou se startem. Čekání před branou mého snu bylo napínavé, ale nervozitu jsem zaháněl focením létání paraglidistů i rogalistů, a že jich každý den na nebi bylo požehnaně. Čekání bylo také skvělou příležitostí k nabírání zkušeností, seznámení se s chybami, které kluci s křídly dělali. Jirka je svými lektorskými očima snadno postřehl a upozorňoval mě na ně. Prostě škola v přírodě se zkušeným učitelem a skvělým vyprávěčem.

Nad Annecy jsou dvě startovní plochy. Jedna ve výšce 1000 m. n. m., a druhá o 200 m výš. Zvláště tu bližší k nebi by měli navštívit naši ekologové a ochránci přírody, aby se přesvědčili o tom, jak velmi dobře lze skloubit adrenalinový sport, turismus a ochranu přírody. I našim úředníkům by návštěva Annecy velmi prospěla. Ukázala by jim, jak lze zkvalitnit a oživit oblast, ve které se nabízejí možnosti pro turistický ruch a využití volného času. U nás se stále dohadujeme, proč je třeba vybudovat cyklostezku z jednoho města do druhého mimo silnici, v Annecy se při budování kruhové křižovatky, která zasahuje do cyklostezky, vybuduje přes pole asfaltová objížďka! A po vybudování kruháče bude cyklostezka nerušeně pokračovat tunelem pod křižovatkou.

Konečně do vzduchu!

Počasí bylo již letní, podmínky každý den stoprocentní a tak Michal, který má o 30 kg méně, se dočkal svého prvního letu. Beskydští padáčkáři přijeli ve středu a ihned se pustili do svahu, aby si vychutnali první slety. Ve čtvrtek nám půl dne přišlo a tak jsme volný čas využili k výletu do města, my s Michalem na handbiku a Jirkova company na kolečkových bruslích. Večer jsme promítali fotky a filmy a provedli teoretickou přípravou mého tandemového letu.

Součet mého metráčku, třicetikilového vozíku a osmdesátí kil tandem pilota napovídalo, že to nebude obyčejný let. I když je křídlo vyrobeno na takovou zátěž, přece jen Jiří takových pasažérů mnoho nevozil.

Páteční ráno bylo zase jako vymalova-



Nadpozemská lehkost Bytí v podání samostatného letu zkušeného francouzského vozíčkáře.

né, vzduch po dešti nádherně svěží a jemně napjatý. Pro bezpečný a dlouhý let jsme vybrali vrchní start. Tam se autem dostaneme asi 200 metrů pod plochu. Dále musí stačit energie a síla paží. Jako každý den, na startu je již asi 50 pilotů a stejný počet turistů. Startovací plocha je pokryta kobercem z plastového vlákna. A celé ploše velí jeden startér ze společnosti, která prodává padáky a další vybavení a pořádá taky kurzy. Toto místo má v pronájmu a dohlíží na startující piloty. Najednou zazní hlasitě STOP! Všichni se musí zastavit a z boční navýšené rampy startují rogalisté. První, druhý, třetí a už se zase rozbíhají vstříc propasti padáčkáři. A opět je ve vzduchu nad jezerem barevno.

Tak konečně je to tady! Zapnout teplovou bundu, přilbu, na ni přidělat kameru

a už mě na vozíku vezou na zelenou umělohmotnou plochu. Nervozita mi roztlučká srdce na maximum. Ale těším se. Bezmezně věřím Jirkovi. A po zkušenostech ze skoku z letadla, mám největší obavu jen z toho propadu do vzduchoprázdna po opuštění startovací hrany. Jirka je připraven, všichni kluci jsou kolem nás. Jirka si sám naposledy kontroluje všechny popruhy, spony, já si připravuji ještě foťák. Znovu si opakuji, kde se zapíná video a kterým nastavením mám fotit. Jirka dává pokyn. Tři kluci popadnou vozík a začnou se rozbíhat. Pokud bych se podíval za sebe, viděl bych, jak nás všichni na ploše sledují. Jsou to zkušení borci, viděli mou postavu, takže si museli spočítat, že to bude jeden z těch náročnějších startů.

Jirka ani nemusel udělat úrok do stra-



Ke startu tandemu s vozíčkáři jsou potřební alespoň dva pomocníci. Náladu před letem je uvolněná, ale uvnitř jsem plný nejistoty.

ny, aby vyrovnal padák, fouklo mu to přímo proti a tak křičí na kluky: „Jedem, jedem, makej, makej, makej!“ A najednou jsem na hraně, ještě krok a země je pod mnou!

Krása jedinečná a nesmírná, slzy v očích

Držím se křečovitě, ale žádný propad jsem neucítil. Neuvědomil jsem si, že nad námi plně nafouknutý padák už drží celou naši váhu. Letíme!!! Křičím nadšením a směju se na celé kolo. Později, na videu, které natáčela Nad'a přímo u startu, je slyšet, jak nám, tedy Jirkovi, všichni zateskali za parádní start.

A já fotím a natáčím tu nádhernou lehkost Bytí! Koukám na ostatní padáky, sleduji vše pod sebou, mávám na kamarády na startu při dalším průletu okolo.

Rychlost je opravdu dost vysoká. Jirka to později ohodnotil slovy: „Páni to byl ale fičák! Takovou rychlost jsem nečekal.“ Další pilot Matěj, doktor z Prahy, který byl pasován na dalšího kameramana a startoval společně s námi, nás nemůže dohnat. Je to nádhra! Konečně jsem se dočkal. I když mám brýle, přece jen mám slzy v očích. Nejspíše to z větru nebude. Koukám, kde máme kemp, kde jsou další známá místa, které jsme již stačili poznat. Vidím lodí na jezeře, jsou tak maličké! Děláme už asi šesté kolečko, další a další padáky se přidávají k našemu letu po „nebi“.

Jiří mi povídá, že půjdeme na přistání. Narovná náš okruh a my se vydáváme směrem k ploše na druhé straně doliny. Přelétáváme hlavní silnici vedoucí z Anne-

cy na sedlo pod Mont Blancem. A už děláme kolečko kolem přistávacího. Jiří povídá: „Počítej s tím, že to možná bude trošku s nárazem.“ Jako znamení souhlasu zvedám palec. Už jsme natočeni na směr přistání a dost rychle klezáme. Zem se přibližuje hodně rychle. Říkám si, že to asi bude rána. Ale dosedáváme velmi měkce, ani malinký náznak nárazu. Jirko ty jsi fakt jednička!

Jupí, jsem dole, jo, jo, jo! Podáváme si s Jirkou ruce. Vše proběhlo v pořádku a v totálním klidu. Jirka už balí padák a pak teprve přistává doktor Matěj. Všichni se smě-

jeme. Okamžitě píšu domů esemesky o nádherném a úspěšném letu. Jsem nadšený! Zároveň se ale okamžitě dostavuje lítost, že to bylo tak krátké.

Musím se tady vrátit, Ancecy! VRÁTÍM SE, SLIBUJI.

Udělal jsem spoustu fotek a až po přistání jsem si uvědomil, že jsem si kvůli tomu mohl let užít ještě víc... Fotky musím ale použít pro další propagaci, chci získat finance na nový vozík, duralový.

Budoucnost paraglidingu paraplegiků podpořila Nadace Charty 77

Vydali jsme se správným směrem. To je nám všem jasné už delší dobu. Dodává nám to novou energii pro práci v klubu. Jirka, který je naším novým patronem – doslova *patronem mezi nebem a zemí* –, je zárukou, že tato nová možnost, kdy je vítr naším kamarádem a my můžeme prožívat ještě donedávna pro vozíčkáře těžko uvěřitelná dobrodružství, bude službou nejen pro ty, kdo mají rádi adrenalinovou zábavu. Už například vidím to nadšení, štěstí v očích a úsměv od ucha k uchu dětí s postižením a jejich rodičů, kteří našich služeb využijí. Vždyť kdo by nechtěl létat?

Jsem velmi rád, že jsem Jiřího po letech opět potkal. Je to osudové spojení, jsem o tom přesvědčen. A mé přesvědčení o ojedinečnosti a skvělých možnostech paraglidingu vozíčkářů potvrdila i Nadace Charty 77 – Projekt Sport bez bariér. Na loňském červnovém zasedání rady schválila našemu klubu finanční pomoc při výrobě nového vozíčku-parakáry, který

bude z duralových trubek. Vylepšen bude na základě našich nových zkušeností právě z Ancecy.

V roce 2011 budeme s pilotem Jiřím Večerkem určitě připraveni na to, abychom pro rodiny s handicapovanými dětmi připravili nádherné a nezapomenutelné zážitky z „letu po nebi“. Budeme také připraveni splnit vozíčkářům sen o získání pilotního průkazu pro paraglidingové lety. Už se na to těšíme a doufáme, že vy taky!

Na viděnou v Ancecy!

Radek Krupa, SKV Frýdek-Místek, (pp).

(konec seriálu)



S důvěrou k pilotovi Jirkovi Večerkovvi koukám z výšky dolů. Vidím lodí na jezeře – jsou tak maličké! I když mám brýle, přece jen mám slzy v očích a od větru to není...

Pozvánka na pobyt:

Paragliding paraplegiků – – Vítr nezná slovo vozíčkář...

- **Program:** Tandemový paragliding pro vozíčkáře bude kombinován s návštěvou Ancecy, koupáním v jezeře, výlety po krásné dlouhé cyklostezce (bývalá železniční trať) na handbicích, kolech či kolečkových bruslích. Max. 2 seskoky pro vozíčkáře (dle počasí).
- **Místo konání:** Ancecy, Francie nebo Greifenburg, Rakousko.
- **Termín:** 20.–29. 5. 2011 (vyhrazujeme si právo změny termínu i místa = dle předpovědi počasí)
- **Ubytování:** kemp – ve stanech (<http://www.camping-lac-bleu.com/> = <http://www.fliegercamp.at/>), strava vlastní.
- **Určeno pro:** max. 4 vozíčkáři s doprovodem (NUTNÉ).
- **Doprava:** mikrobus pilota a hlavního organizátora Jiřího Večerka (www.xfly.cz).
- **Cena:** 7 900 Kč/vozíčkář (doprava, poplatky výjezdy na kopec, ubytování, seskok).
- **Uzávěrka přihlášek:** 31. 3. 2011, svůj zájem potvrďte: skvfm@skvfm.com.

Na výlety do Krkonoš mohou i vozíčkáři

„Důležitá je dobrá příprava a doprovod,“ říká ředitel Správy KRNAP Jan Hřebačka

Správa Krkonošského národního parku je organizací zabývající se hlavně ochranou přírody. Neznamená to, že jenom zakazuje chodit mimo cesty a trhat borůvky. Naopak, velmi důkladně pracuje se širokou veřejností, pro kterou buduje naučné stezky, staví informační panely, opravuje chodníky a organizuje nejrůznější akce. Bez podpory veřejnosti se totiž příroda dobře chránit nedá. Dosud opomíjenou skupinou, pro kterou se toho mnoho neudělalo však byli lidé na vozíku. I když je tato skupina nápadná, samotných vozíčkářů je poměrně málo. V České republice jich žije asi 33 000. Ale dalších 258 tisíc osob má další poruchy pohybového aparátu, dále máme asi 412 000 důchodců a 359 000 dětí ve věku do 4 let. Celkem tedy cca 1 062 000 osob (asi 1/10 obyvatel v ČR), které na pobyt a pohyb v přírodě mají podobné nároky a vyžadují snadno přístupné cesty. Samozřejmě, jako jsou mezi zdravými lidmi ti, které příroda a hory nezajímají a do lesa nechodí, jsou i v této skupině lidé spokojenější doma. Přesto ale těch turistů, kteří by do přírody rádi, zůstává pořád hodně. Proto vzniknul zvláštní projekt nazvaný **Krkonoše bez bariér**, který zpřístupňuje Krkonoše právě jim. O něm jsem si povídal s ředitelem Správy Krkonošského národního parku Ing. Janem Hřebačkou.



• **Pane řediteli, Krkonoše jsou vysoké hory a vozíčkáři je příliš nenavštěvují, i když Janské Lázně na úpatí Černé hory jsou skutečnými lázněmi zaměřenými mimo jiné na léčení poruch pohy-**



Informační tabule na trase z Pece pod Sněžkou do Obřího dolu. Trasa je sjízdná pro elektrické i mechanické vozíky s pomocí asistenta.

bového aparátu. Jsou pro vozíčkáře opravdu tak nedostupné?

Na první pohled jsou Krkonoše vysoké a strmé a pro někoho mohou vypadat nepřístupně. Ale na druhý pohled tady máme 700 kilometrů cest od těch úzkých a kamenitých stezek po široké svážnice s hladkým povrchem. Napadlo nás, že právě ty by pro vozíčkáře nemusely být velkou překážkou. Přesto je vozíčkáři nevyužívají. Ptali jsme se tedy přímo vozíčkářů, proč do Krkonoš nejezdí. Závěry těchto rozhovorů nás velmi překvapily. Vozíčkáři totiž vůbec o vhodných cestách nevědí! Normálně chodící člověk to má velmi jednoduché – chce jet do Krkonoš, koupí si v Praze běžnou mapu, podívá se kudy vede značená turistická cesta třeba na Sněžku a ví, že se dá nějak vyjít až na vršek. Cesta tam je a zdravému turistovi příliš nezáleží na tom, jestli jsou na ní schody nebo hladký asfalt. Vozíčkář se podívá do stejné mapy a také ví, že tam nějaká cesta vede. Ještě je schopen odhadnout, jak moc je ona cesta do kopce, ale ani v nejmenším netuší, jaký má povrch. Neví nic o jejích maximálních skloněch, odvodňovacích svodnicích, přístupnosti bud a dalších nezbytných informacích. Pro zdravého člověka je snadné objevovat neznámé cesty na horách. Pro člověka na vozíku to přináší velmi mnoho

úskalí a rizik. Do nich se nechce pouštět, a proto zůstane doma nebo jede jinam, kde to zná nebo ví, že se tam bude schopen pohybovat snadno. Napadlo nás, že by možná ze začátku stačilo zjistit, zda máme cesty, které by byly na vozíku sjízdné, a pokud ano, tak o nich vozíčkáře informovat. Ostatně k podobnému závěru dospěla jedna studentka z Prahy, když zkoumala cesty v Jizerských horách.

• Co toto zjištění pro projekt Krkonoše bez bariér znamenalo?

Znamenalo to, že jsme vytipovali prvních deset cest v Krkonoších tzv. TOP 10, které se nám zdály vhodné a dostatečně zajímavé pro vozíčkáře. Pak jsme je prověřovali, zda vhodné opravdu jsou. Sotva ale může zdravý člověk hodnotit cesty pro někoho na vozíku. To je nesmysl. Nechali jsme tedy samotné vozíčkáře, aby tyto cesty s naší pomocí projeli a sami je ohodnotili. Navázali jsme proto kontakty s Klubem vozíčkářů Trutnov a organizací Eshandicaphelp z Liberce, naplánovali testovací jízdy a vyrazili společně na hory.

• **To vypadá docela jednoduše, vezmete pár lidí na vozíku, vyjedete na výlet a řeknete si, zda to má smysl, aby tam jezdili také ostatní...**

Tak snadné to zase není. Bylo nutné objednat autobus, zajistit nájezdovou

rampu, doprovod a doufat v dobré počasí. Do normálního autobusu ale nenaložíte víc jak tři čtyři vozíky. Víc se jich tam nevejde. Cena pronajatého autobusu je však stejná, jako když do něj nastoupí 40 zdravotně znevýhodněných lidí. Testovací jízdy byly proto dost drahé. Bez prostředků z Fondu mikroprojektů bychom Krkonoše bez bariér neutáhli. Během vlastního projektu jsme ale museli řešit i jiné než organizační problémy. Například na první testovací jízdu z Vrbatovy boudy na pramen Labe skupinu zastihla silná bouřka. Během několika vteřin se strhnul prudký liják a všichni měli co dělat, aby se dostali rychle pod střechu. Počasí bylo i v ostatních případech rozhodujícím faktorem, který nám občas dlouho připravenou jízdu na poslední chvíli zhatil. Někdy se ukázalo, že na strmějších cestách je nutná pomoc více asistentů nejen proto, aby vozík pomohli vytlačit do kopce, ale aby jej také dobrzdili na cestě dolů z kopce. To se nedozvíte jinak, než že na to přijdete přímo v terénu. Tady musím poděkovat všem, kdo nám s projektem pomohli, bez nich bychom s tím měli ještě větší starosti. Tyto jízdy jsme samozřejmě chápali také jako vedené exkurze připravené pro vozíčkáře, při kterých se dozvěděli hodně zajímavého o samotných horách a Krkonošském národním parku.

• **Elektrický vozík ale vyjede i hodně příkrou cestu. Nebylo by tedy možné vytipovat trasy jenom pro ně?**

Pravdou je, že elektrický vozík jede sám. Na trhu je ale mnoho různých typů vozíků a některé jsou vhodné jenom do města, kde jsou povrchy cest téměř dokonalé. Vozíky, které mají širší pneumatiky a větší kola se zdály jako ideální na cesty v přírodě. Pokud se na cestě vyskytla překážka – odvodňovací svodnice, šterk a podobně, bylo pro elektrické vozíky podstatně těžší překážku překonat, než pro vozíky mechanické s asistencí. Ostatně vozíčkář by nikdy neměl na hory vyrazit sám a měl by mít někoho u sebe, kdo je schopný mu i fyzicky pomoci. Na jedné hodně strmé cestě nad Pecí pod Sněžkou se „električákům“ ve svahu začaly vařit kapaliny v bateriích, protože odběr elektřiny byl příliš velký. Vozík může mít defekt na pneumatice stejně jako horské kolo a pro samotného vozíčkáře to může být skutečný problém. Proto doporučujeme vždy a každému vozíčkáři na výlet zkušený a zdatný doprovod.

• **Co ještě zájemcům na vozíku doporučujete na výlety do národního parku? Kde se vaše doporučení dozvědí?**

Naše doporučení jsme po konzultaci s Horskou službou Krkonoše shrnuli do jednoduchého desatera rozumného vozíčkáře. Jsou tam pravidla podobná těm, která platí i pro běžné turisty, jako napří-

klad důkladné plánování trasy a její ověření na našich informačních centrech, která mají aktuální zprávy o povrchu cest, provozu na nich nebo opravách. Rozumný vozíčkář si včas zjistí, jaké bude počasí, počítá s tím, že na cestě mohou jezdit horská kola nebo lesní technika, dá někomu vědět, kam se vydá a kdy se asi vrátí. Nebude uhýbat z plánované trasy, nebude nikde zbytečně riskovat. Velmi důležité je také vybavení, které by měl výletník na vozíku mít s sebou. Sem patří samozřejmě léky, které užívá, kartička s popisem jeho zdravotního omezení a pokyny pro případ nouze, měl by mít s sebou nabitý a zapnutý mobilní telefon a v něm uložena čísla na Horskou službu. Nemělo by chybět teplé oblečení, deka nebo nánožník a nepromokavé pončo, se kterým máme dobré zkušenosti. Osvědčil se také fixační pás, která nedovolí vyjet vozíčkáři ze sedadla při strmějších sjezdech. Všechny tyto informace jsme uvedli ve zvláštním letáku nazvaném Krkonoše bez bariér, který je dostupný v našich i jiných informačních centrech Krkonošů a je v elektronické podobě i na našich domovských stránkách. Jsou v něm mimo jiné užitečná telefonní čísla a internetové odkazy a jsou zde zmíněny i některé trasy pro vozíčkáře v polských Krkonoších.

• **Jak ale takový vozíčkář pozná, které cesty jsou pro něj určené? Na trhu žádná speciální mapa není.**

S mapami začíná být problém obecně. Informací, které jsou v nich zachyceny je mnoho a mapy se stávají proto nečitelné a nepřehledné. Pravděpodobnost, že v třeba Kolíně sežene vozíčkář speciální mapu Krkonoš nebude velká. Zvolili jsme proto jinou cestu. Na našem mapovém serveru na domovských stránkách Krkonošského národního parku si můžete sestavit mapu

přesně takovou, kterou potřebujete. Skládá se z různých vrstev, které lze různě kombinovat. Můžete si tedy jednoduše a zadarmo vytisknout mapu, na které zřetelně turistická mapa se značenými cestami a „bezbariérovými trasami“. Nemusí na ní být už třeba cyklotrasy, které stejně nevyužijete. V terénu jsme pak umístili na rozcestnících plechové směrovky s logem vozíčkáře. V letáku, o kterém jsem už mluvil jsou pak doporučované trasy popsané včetně jejich obtížnosti. S těmito informacemi, které si vozíčkáři mohou sehnat v klidu doma a předem se dá naplánovat výlet do Krkonoš snadno.

• **To zní velmi slibně. Hory ale nejsou jenom cesty. Jak je to s bezbariérovostí chalup na cestách?**

Přístupnost chalup na vytipovaných TOP 10 trasách zjišťovala společnost No Limits. Bohužel zjistili, že s jejich bezbariérovostí to není nijak slavné. Jejich závěry můžete najít na oficiálních turistických stránkách Krkonošů (www.krkonoše.eu) v rozbalovací nabídce Pro hendikepované. Tam je souhrn všech užitečných informací a odkazů pro plánování tras. Bezbariérová nejsou ani všechny naše informační centra. Součástí druhé části projektu Krkonoše bez bariér je mimo jiné příprava dokumentace k jejich přestavbě a odstranění bariér. Do druhé části projektu také patří zmapování dalších tras, které by pro vozíčkáře mohly být zajímavé. Na nich se ale mohou už vyskytnout větší nerovnosti, a proto je zpracována dokumentace k jejich opravám.

• **Co tedy má udělat vozíčkář proto, aby mohl na výlet do Krkonoš?**

Jak jsem uvedl před chvílí – najít si na domovských stránkách Krkonošského národního parku odkaz na mapový server



Trasa z Horních Míseček na Vrbatovu a Labskou boudu je bez větších omezení vhodná pro mechanické i elektrické vozíky.

a podívat se, kudy vedou bezbariérové trasy. Pokud si nějakou vybere, může si vytisknout příslušný díl mapy. K tomu si vytiskne leták Krkonoše bez bariér. Ten si ale může vyzvednout na většině informačních center v Krkonoších. Podívá se, jak jsou přístupné chalupy na trase. Pak si zajistí doprovod a doporučené vybavení, svačinu a pití, někomu řekne, kam jede a kdy se vrátí, zjistí, zda nebude přšet a vyrazí. Není to složitější než pro chodící návštěvníky. Musí ale počítat s tím, že Krkonoše jsou hory a výlet na ně nikdy nebude tak snadný a nenáročný jako třeba návštěva centra velkých měst. I pro normálně pohyblivé návštěvníky jsou Krkonoše náročnější.

• Děkuji za rozhovor!

Rozmlouval Michal Skalka, vedoucí Pracoviště environmentálního vzdělávání a výchovy KRNAP, (pp)

Kontakt:

Správa Krkonošského národního parku, Dobrovského 3, 543 01 Vrchlabí, tel.: 499 456 111, podatelna@knap.cz, www.knap.cz.

Top 10 – doporučené a vyznačené cesty

■ Z Harrachova podél Mumlavy na Krakonošovu snídani.

Dobře schůdná asfaltová cesta podél říčky Mumlavy s tzv. Obřímí hrnci a 12 m vysokým vodopádem. Cesta je vhodná pro seniory a osoby pohybující se s holemi. Je sjízdná pro kočárky a je bez větších omezení vhodná též pro mechanické i elektrické vozíky. Z jakéhokoliv místa na trase se lze vrátit zpět.

■ Z Horních Míseček na Vrbatovu a Labskou boudu.

Tato trasa je poměrně náročná a má velké převýšení. Vede částečně po horské silnici, asfalt je na většině povrchů. Za pěkného počasí uvidíte krásné výhledy na Krkonoše. Cesta je vhodná pro seniory a osoby pohybující se s holemi. Je sjízdná pro kočárky a je bez větších omezení vhodná též pro mechanické i elektrické vozíky. Obsluha parkoviště na Horních Mísečkách může vydat povolení ke vjezdu motorovým vozidlem na Vrbatovu boudu pro držitele průkazu ZTP.

■ Z Benecka přes Rovinku na Třídomí.

Velmi jednoduchá a pohodlná cesta vede lesem, je téměř bez převýšení. Ze Třídomí jsou velmi hezké výhledy na Krkonoše. Cesta je ideální pro seniory a osoby pohybující se s holemi. Je sjízdná pro kočárky a je bez omezení vhodná též pro mechanické i elektrické vozíky. Alternativa trasy vede z Rovinek na Jano-

vu Horu, kde je farma s Huculskými koňmi.

■ Ze Špindlerova Mlýna do Labského dolu.

Tato trasa, která vede přímo po břehu řeky Labe, skýtá hezké výhledy na Krkonoše a na Malý Labský vodopád. Cesta je vhodná pro seniory a osoby pohybující se s holemi. Je sjízdná pro kočárky a elektrické vozíky. Při dobré kondici je vhodná též pro mechanické vozíky, především v závěru cesty je větší převýšení.

■ Ze Špindlerova Mlýna do Dolu Bílého Labe.

Klidná a nepříliš frekventovaná cesta podél horské říčky Bílé Labe s vodopády a kaskádami skýtá hezké výhledy na Kozí hřbety. Cesta je vhodná pro seniory a osoby pohybující se s holemi. Je sjízdná pro kočárky a bez problémů též pro mechanické i elektrické vozíky.

■ Z Mladých Buků přes Dolní Sejfy do Antonínova Údolí.

Klidná a nepříliš frekventovaná cesta Antonínovým údolím končí u přírodní památky Slunečná stráž. Délka trasy (sečteno tam i zpět) je 7 km a převýšení cca 200 m. Cesta je vhodná pro seniory a osoby pohybující se s holemi. Je sjízdná pro kočárky a bez problémů též pro elektrické vozíky, vzhledem ke mírnému, ale stálému stoupání cesty je pro osoby na mechanických vozících vhodná asistence. Místy je horší kvalita asfaltového povrchu.

■ Ze Špindlerovy boudy na Petrovu boudu.

Tato krátká výletní trasa je dobře schůdná. Držitelé průkazu ZTP dostanou zdarma povolení k vjezdu a parkování na parkovišti u Špindlerovy boudy u obsluhy závory na konci Špindlerova Mlýna. Cesta je vhodná pro seniory a osoby pohybující se s holemi. Je sjízdná pro kočárky a bez problémů též pro elektrické vozíky. Vzhledem ke stoupání cesty je pro osoby na mechanických vozících vhodná asistence.

■ Z Janských Lázní přes Rudolfovo údolí na Hoffmannovy Boudy.

Trasa začíná v Městečku Janské Lázně – toto příjemné lázeňské středisko ležící na úpatí Černé hory nabízí možnosti sportovního i kulturního vyžití i vozíčkářům. Krátká trasa sice vytrvale stoupá, ale je

schůdná pro seniory i osoby pohybující se s holemi. Je sjízdná pro kočárky a elektrické vozíky, při dobré kondici jí zvládnou i osoby na mechanických vozících.

■ Z Pece pod Sněžkou do Obřímí dolu.

Tato trasa je v pravém slova smyslu horskou túrou s krásnými výhledy na Krkonoše, Studniční horu a Sněžku. Trasa končí u kapličky v Obřímí dole na konci asfaltové cesty. Při dobré fyzické kondici je schůdná pro seniory a je sjízdná pro kočárky, s pomocí asistenta je sjízdná pro elektrické i mechanické vozíky. Parkoviště nemá slevu pro držitele průkazek ZTP.

■ Z Pomezních bud přes Malou Úpu do Spáleného Mlýna.

Tato trasa ve vyšší nadmořské výšce při pěkném počasí umožní malebné výhledy na nejvyšší horu Sněžku a umožní vnímat atmosféru přírody Krkonoš. Cesta je vhodná pouze pro zdatné turisty. Jen s opatrností je sjízdná pro kočárky a elektrické vozíky, pro mechanické vozíky jen při dobré kondici a s pomocí asistenta. Na trase jezdí i auta.

Užitečné internetové odkazy

- www.knap.cz/krkonoše-bez-barier-1 – informace o trasách TOP 10, elektronická verze letáku, link na informace o bezbariérovosti chalup na trasách nebo možnostech bezbariérového ubytování,
- www.krkonoše.eu – v rozbalovací nabídce Pro hendikepované informace o bezbariérovosti chalup na trasách nebo možnostech bezbariérového ubytování, bezbariérových trasách v polské části Krkonoš (Karkonoski Park Narodowy), link na TOP 10 trasy.

Michal Skalka, (pp)

Foto: archiv Michala Skalky



Na trase z Horních Míseček na Vrbatovu a Labskou boudu.

Zveme Vás do Horní Lhoty na pohodové setkání lidí s handicapem a jejich přátel

Ve dnech **25.–26. 6. 2011** se v Horní Lhotě koná tradiční **setkání lidí s handicapem, jejich rodinných příslušníků a kamarádů**.

Přijďte v sobotu ve 14 hodin do sportovního areálu v Horní Lhotě, ukončení pobytu plánujeme v neděli v dopoledních hodinách. Jako vždy Vás čeká skvělá zábava, sportovní zápolení a nějaké to překvapení. Nocleh je zajištěn v ubytovně, která je součástí areálu, připraveno bude i občerstvení. **Akce se koná za každého počasí!**

Těšíme se na Vás a věříme, že využijete možnost poznat nové přátele. Pište, volejte nebo se na akci přímo přihlaste.

Tomáš Vlk, Bolatice

Bližší informace a přihlášky:

Tomáš Vlk, tel. 725 763 361, e-mail: tomasvlk64@seznam.cz.



Fotografie z dřívějších setkání v H. Lhotě.
Foto: archiv Vozka

Víkend s přáteli v H. Lhotě!

První Přátelská místa u nás

Klientům s omezením
mají přinést
profesionální přístup
a dostupnost služeb

Titulem **Přátelské místo** se mohou pochlubit první české subjekty. V listopadu 2010 bylo předáno šest titulů Přátelské místo organizacím, které úspěšně ukončily certifikační proces. Získaly je **Botanická zahrada Praha, hotely Forrest v Praze, MAS v Sezimově Ústí a Srní**

v Srní, Krajský úřad Královéhradeckého kraje a Úřad Městské části Prahy 2.

Přátelská místa jsou projektem Českého červeného kříže. Cílem projektu je vytvořit národní síť certifikovaných poskytovatelů služeb, u kterých bude mít klient s nejrůznějšími typy omezení garanci profesionálního přístupu a dostupnosti služeb. Poskytovatelům udělený certifikát usnadní přístup ke klientům, umožní oslovit i zákazníky se specifickými potřebami a zvýší kvalifikaci personálu. Součástí certifikace je i posouzení přístupnosti prostor.

Klienti v praxi poznají standard nabízených služeb díky logu Přátelské místo. Jejich seznam najdou na webových stránkách projektu www.pratelskamista.cz.

*Zdroj: Helpnet.cz,
(hk)*

Bezbariérové chaty na Morávce - Beskydy



Tel. 721 744 810
abbungalovy@gmail.com
www.abbungalovy.com

A zase ty h..., promiňte, exkrementy!

Psi za to nemohou, to pejskaři...



Pejsci jsou nejlepšími přáteli těch lidí, co je mají. Pokud psa má rodina, která bydlí na vesnici, a psík běhá vesele po velké zahradě, tak je i mým přítelem a mám ho rád. Proč to nepřiznat. Hlavně proto, že je za plotem a já do jeho exkrementů nemám šanci vjet ani náhodou. A že na mne jako debil pořád štěká, jako by v životě vozíčkáře neviděl, to mi vadí ještě méně. Asi si chce pokecat.

Pro vozíčkáře všichni ti hafani, od těch nejmenších až po veliká telata, u nás na sídlišti v Řepích moc dobří přátelé nejsou, protože po..., co se kde dá. Hlavně ale v zimě chodníky, přitom travnatých ploch je tu doslova půl pr... Travnaté plochy jsou v zimě zasněžené a přes odhrnuté bariéry se tam, kde jsou psiska zvyklá se venčit, většinou nedostanou. Navíc by je studily packy. Hlavně mě jejich exkrementy nejvíce štve v zimě, když při velké oblevě, jako je letos v polovině ledna, sleze sníh. Podobné je to v těchto dnech – tedy na začátku jara. Po všech chodnicích jich nejsou desítky nebo stovky, ale například cestou z Vondroušovy ulice na polikliniku v Řepích jich na zemi, čestné skautské, trůní tisíce! Pro mě to jsou pořád jen ho..., některá doslova veliká jako cep. Je to neskutečnou neukázněností pejskařů, někteří jsou tak oprsklí, že když mi jeden z nich při napomenutí, jestli to nemám za něj náhodou sebrat já, zcela vážně řekl, že mohou být rád, že to nejsou exkrementy kočičí, které smrdí třikrát více než ty psy.

Když jedu k lékaři na polikliniku na mechanickém vozíku v období oblevy, je na chodníku tající mokřý sníh a ještě do

toho prší, nemám šanci mezi ho... klikovat, protože jednomu exkrementu se vyhnu a do dvou jiných vjedu a přejezu je, jak jsou rozšlapané od lidí. Radost ze života mám, až když sníh z chodníků zmizí a chodníky oschnou. To pak vletí na očistu sídliště takové velmi sympatické vozidlo, které chodníky po celém sídlišti vyčistí opravdu dočista a zanechá na chodníku jen malé mantinely z posypového materiálu, na který dojde řada později. Po takovém čistém chodníku je nejen radost chodit, ale mohu zase v pohodě a bez stresu na vozíku vyrazit z manželkou na odpolední delší turistickou vycházku. Když si normální člověk představí, že má exkrement sem tam na botě, které má dvě, tak já je mám kromě bot na všech čtyřech kolech svého „vraníka“ a doslova po celém jejich obvodu. Ještě že se invalidní vozíky nevyrobí jako šestikolky. Naštěstí těsně před domem máme trošku propadlý přechod, kde se drží voda. V něm si kola trošku propláchnu, protože psy určitě do vody nes..., protože by jim nastydla pr... Na posledních padesáti metrech k našemu domu si nabalím na kola šterkopísek, kterého jsou po chodnicích metrů, sem tam nějaké nové ho... a ještě k tomu sůl.

V asistenčním domě máme po vjezdu do domu u dopisních schráněk několik metrů čtverečních filcového koberce, kde se zbavím části nečistot. Jupí! Ale stejně si naberu další, které tam přede mnou „uložili“ jiní vozíčkáři. Je to vlastně prašť jako uhoď! Stejně musím zaparkovat před bytem a čekat, až na mne manželka vltne s velkým a mokřým hadrem. Pak prodělám závěrečnou očistu všech koleček na

vozíku, za poznámky, že mi to dneska určitě stačilo. Apeluji na větší zodpovědnost pejskařů, která se bez represe městského úřadu těžko změní k lepšímu!

Viděl jsem mnoho lidí nejrůznějšího věku, že když se jejich pes vykadí, jediné co udělají je, že koukají na všechny strany, jestli je někdo nevidí. Myslí si, že když zaplatí poplatek, tak jejich miláčci mohou pokálet cokoli a kdekoli. Pes do paneláku prostě nepatří! Toleroval bych nějaké menší psiska u starých lidí v důchodu, když jejich miláčci udělají pár bobků, a ne nějaké velké hafany, kteří udělají větší exkrement, než se občas podaří mě.

Doporučoval bych na velkých sídlišťích, kde jsou stovky psisek, udělat zkušebně psí záchody tak dvakrát dva metry, třeba z plastu u kraje chodníku, spárované a napojené na přílehlou kanalizaci. Kdyby psí WC bylo ještě navoněno pachem hárající feny, tak by psi z celého sídliště chodili na jedno místo. Častý déšť od jara do podzimu, zbytky sněhu při oblevě a koště v rukách několika málo čistotných pejskařů, by podstatně snížily četnost výkalů na chodnicích, které jsou nejvíce na očích všech lidí.

Loni na jaře jsem viděl v Řepích vězně, jak během několika dnů vyčistili hlavně neskutečně zaneřádané trávníky i chodníky od nejrůznějšího odpadu. Myslí plasty, papíry a vajíčky. Ale to by bylo na další psaní. Asi by se každý nepořádný pejskař divil, kdyby mu to nadělení, co skončí ve fukaru úklidové čtyry, nevysypal uklízeč do popelnice, ale vysypal mu ho v jeho obýváku na koberec. To by pak snad byli snaživější v uklízení po svých miláčcích na veřejném prostranství. Nebo chcete, aby začalo platit, že co Čech, to hovnivář, či prase? Zatím to na sídlišti po celých Řepích tak vypadá!



Josef Procházka

Foto: internet, www.billowed.com

Příběh odvahy, vůle a vytrvalosti

Fulvio Frisone je dnes uznávaným fyzikem



Z filmu *Syn lunny*: Fulvio jako chlapec se svou matkou, kterou fascinujícím způsobem zahrála herečka Lunetta Savinová.

Fulvio Frisone se narodil s mozkovou obrnou. První slova jeho matky, když se dozvěděla o jeho postižení, byla: „To je má smrt! Proč se to muselo stát právě mě?“ Dnes je tento Ital renomovaným jaderným fyzikem. Je upoután na invalidní vozík a zcela závislý na pomoci druhých lidí. Přesto se díky vlastní i matčině houževnatosti (maminka je nazývána „matka kuráž“) dokázal poprat s nepřízní osudu a letos se v lednu dožil 45 let.

Jeho matka Lucia ho charakterizuje slovy: „Nemá sice nohy, za to má mozek...“ Fulvio Frisone žije a pracuje na Sicílii, je odpovědným vědeckým pracovníkem nadace nesoucí jeho jméno. Zabývá se alternativními zdroji energie, ochranou životního prostředí, jadernou syntézou, ale také aplikací svých lékařských teorií v boji proti rakovině a dědičným chorobám. Je autorem několika odborných publikací.

Syn lunny (Figlio della luna)

V předvánočním čase uvedla Česká televize na ČT2 film *Syn lunny* inspirovaný právě životním osudem Fulvia. Film strhujícím způsobem líčí cestu matky a chlapce, který podle lékařské prognózy neměl být trvale schopen komunikovat se světem, a to ani psychicky, ani fyzicky. Přesto vystudoval univerzitu a stal se uznávaným jaderným fyzikem. Těžko si někdo, kdo něco takového nezažil, umí představit nekonečnou trpělivost, sílu a odvalu matky, která navzdory všemu

a všem dokázala svému synovi probojovat cestu k normálnímu životu.

Zdroj: <http://www.ceskatelevize.cz>,
<http://fulviofrisone.com>,
(hk)

Podle lékařů neměl být trvale schopen komunikovat se světem. Ani psychicky, ani fyzicky.



Fulvio letos v lednu oslavil 45 narozeniny



Profesor Fulvio Frisone s matkou Luciou.

Není nad legraci

Byla jsem v září 2010 na rehabilitaci v Pasece. Potkala jsem se tam s Katkou Gáborovou, která zde pracuje v kuchyni. Katka má hodně moc pěkných kostýmů, které jí šije babička. Byla by škoda je jen tak nechat ležet, proto jsme se domluvily, že je použijeme pro obveselení zdejších pacientů.

Za každou legraci jsou místní babičky a dědouškové vděční. Chodí tady např. paní se psem a modrou kočkou. Tehdy většina obyvatel Paseky neuvěřitelně pokřeje. Rozhlásila jsem tedy na oddělení, že za námi přijde japonská gejša, ať se jdou lidé podívat do společenské místnosti a také dolů do jídelny. Je pravda, že se nikomu nechťelo z lůžka moc vstát. V jídelně bylo ale hned více veselí, když gejša přišla. Je pravda, že neuměla tak drobně cupitat, jak chodí Japonky. Ale to nikomu nevadilo. Další na řadě byla černoška se třemi prsy, která své vnady dokázala přehodit pánům přes rameno! Pichlavý kaktus zajímal zase dámské osa-



zenstvo, zvláště jeho zajímavý výstupek pod pasem. Také přikvokala natřásající se slepice. To měl pan kuchař co dělat, aby chytl vajíčka. Jinak bychom neměli co snídat.

To vše byla samozřejmě Katka. Babičky i dědouškové se náramně bavili a veselá atmosféra byla cítit i po Katčině produkci. No nestálo to za to? Osazenstvo má na co vzpomínat! *Dagmara Sedláčková*

Dvojí sňatek na bezbariérové porubské radnici

Dvě netradiční svatby najednou. Dva manželské páry, z nichž vždy jeden z páru je vozíčkář. Pavel a Kateřina Ermisovi a Tomáš a Kateřina Vlkovi. Už dlouho jsou přátelé. Pavel Ermis se stejně jako Kateřina Vlková ocitl na vozíčku po autonehodě.

„Radnici v Ostravě-Porubě jsme si vybrali proto, že je bezbariérová a navíc je přibližně na půli cesty mezi našimi bydlišti,“ říká Pavel. Bydlí s manželkou Kateřinou v obci Sedlnice na území Moravské brány, dříve nazývané Kravaňsko, novomanželé Vlkovi v Bolaticích, které leží v jižní části Hlučínské pahorkatiny necelých 6 km severovýchodně od města Kravaň ve Slezsku. Datum svatby 21. 12. 2010 páry zvolily na základě doporučení numeroložky.

„My všichni doufáme, že naše manželství budou šťastná neohledně na datum svatby,“ vysvětluje s úsměvem Kateřina Vlková.

*Zdroj: Měsíčník porubské radnice
PRIO 1/2011,
(pp)*



Zleva: Tomáš a Kateřina Vlkovi, Pavel a Kateřina Ermisovi

Kdy máte nárok na invalidní důchod

S rostoucím věkem odchodu do důchodu přibývá lidí, kteří pobírají invalidní důchod – nyní se již jedná asi o půl milionu občanů. Jaké podmínky je třeba splnit, aby vám byl přiznán? Kdo o jeho přiznání rozhoduje? A jaká je jeho průměrná výše?

Ještě v roce 2009 se rozlišoval částečně invalidní a plně invalidní důchod. Od roku 2010 je již zákonem upraven pouze invalidní důchod. Mnoho občanů si myslí, že když má závažné zdravotní omezení, tak mají automaticky nárok na přiznání invalidního důchodu. Tak tomu však není. I pro přiznání invalidního důchodu je zapotřebí splnit zákonné podmínky.

Podmínky

Pro přiznání invalidního důchodu je zapotřebí splnit zákonné podmínky dle zákona č. 155/1995 Sb. Ze zákona máte nárok na invalidní důchod, když jste ještě nedosáhli věku 65 let a současně jste se stali:

- invalidními a získali potřebnou dobu pojištění, pokud jste nesplnili ke dni vzniku invalidity podmínky nároku na starobní důchod,
- invalidními následky pracovního úrazu. Jestliže jste starší 65 let, tak vám nemůže být invalidní důchod přiznán. V tomto případě budete pobírat klasický starobní důchod, i když jste invalidní.

Nárok na invalidní důchod vám zaniká dosažením věku 65 let, kdy začnete pobírat starobní důchod (*a to ve výši, v jaké náležel dosavadní invalidní důchod – pozn. red. Vozky*). V případě nepříznivého zdravotního stavu si musíte o invalidní důchod sami zažádat na místně příslušné Okresní správě sociálního zabezpečení (OSSZ).

Potřebná doba pojištění

I když jste uznáni invalidními, musíte pro přiznání invalidního důchodu splnit podmínku doby pojištění v posledních 10 letech před vznikem invalidity. Délka doby pojištění je odstupňována podle věku, a to:

- do 20 let méně než 1 rok
- od 20 do 22 let 1 rok
- od 22 do 24 let 2 roky
- od 24 do 26 let 3 roky
- od 26 do 28 let 4 roky nad 28 let 5 roků

U pojištěnce staršího 38 let se podmínka potřebné doby pojištění pro nárok na invalidní důchod považuje za splněnou, byla-li tato doba získána v období posledních dvaceti let před vznikem in-

validity. Doba pojištění je vymezena v § 5 zákona č. 155/1995 Sb., v platném znění. Mezi nejčastější případy patří: pracovní poměr, zaměstnání na dohodu o činnosti, OSVČ (musí být placeno sociální pojištění), péče o osobu závislou II., III. a IV. stupně, evidence na úřadu práce (po dobu, po kterou náleží podpora v nezaměstnanosti a dále nejvýše v rozsahu 3 let též po dobu, kdy podpora v nezaměstnanosti nenáležela s tím, že tato doba 3 let se zjišťuje zpětně ode dne vzniku nároku na důchod). Do potřebné doby pojištění se dále považuje například i doba studia na střední nebo vysoké škole, a to před dosažením 18 let věku, nejdříve však po ukončení povinné školní docházky a po dosažení věku 18 let po dobu prvních 6 let tohoto studia (před rokem 2010).

Invalidita I., II., III. stupně

Invalidní je občan, u něhož z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu nastal pokles pracovní schopnosti nejméně o 35 procent. Poklesem pracovní schopnosti se rozumí pokles schopnosti vykonávat výdělečnou činnost v důsledku omezení tělesných, smyslových a duševních schopností ve srovnání se stavem, který byl u občana před vznikem dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu. Výše invalidního důchodu závisí na stupni invalidního důchodu. Jestliže pracovní schopnost pojištěnce poklesla:

- nejméně o 35 procent, ale nejvíce o 49 procent, jedná se o invaliditu I. stupně,
- nejméně o 50 procent, ale nejvíce o 69 procent, jedná se o invaliditu II. stupně,
- nejméně o 70 procent, jedná se o invaliditu III. stupně.

Kdo posuzuje zdravotní stav

Zdravotní stav posoudí posudkový lékař OSSZ. Při určování poklesu pracovní schopnosti se vychází ze zdravotního stavu občana, doloženého výsledky funkčních vyšetření, přitom se bere v úvahu:

- zda jde o zdravotní postižení trvale ovlivňující pracovní schopnost,
- zda se jedná o stabilizovaný zdravotní stav,
- zda a jak je pojištěnec na své zdravotní postižení adaptován,
- schopnost requalifikace pojištěnce na jiný druh výdělečné činnosti, než vykonával,
- schopnost využití zachované pracovní schopnosti v příp. jejího poklesu nejméně o 35 procent a nejvíce o 69 procent,

- při poklesu pracovní schopnosti nejméně o 70 procent i to, zda je pojištěnec schopen výdělečné činnosti za mimořádných podmínek.

V praxi se běžně stává, že žadatel o invalidní důchod má zdravotní potíže, ale jeho zdravotní stav ještě neodpovídá nárokům na přiznání invalidního důchodu. Žádost tedy může být zamítnuta.

Invalidní důchod

Výše plného invalidního důchodu se skládá ze základní výměry, částky závislé na délce pojištění a výši dosahovaného příjmu. Výše základní výměry činí 2 170 Kč měsíčně. Výše jeho procentní výměry činí za každý celý rok doby pojištění:

- 0,5 procenta výpočtového základu měsíčně, jedná-li se o invalidní důchod pro invaliditu prvního stupně,
- 0,75 procenta výpočtového základu měsíčně, jedná-li se o invalidní důchod pro invaliditu druhého stupně,
- 1,5 procenta výpočtového základu měsíčně, jedná-li se o invalidní důchod pro invaliditu třetího stupně.

Invalidní důchod se počítá stejně jako řádný starobní důchod. Aby nedošlo k finančnímu znevýhodnění invalidního důchodu, tak se zohledňuje dopočtená doba (roky od vzniku nároku na invalidní důchod do dne dosažení důchodového věku).

Průměrná výše invalidního důchodu v r. 2010

V letošním roce činí průměrná výše invalidního důchodu **6 066 Kč** u invalidního důchodu prvního stupně, **6 155 Kč** u invalidního důchodu druhého stupně a **9 663 Kč** u invalidního důchodu třetího stupně. Invalidní důchody jsou tedy v průměru nižší než klasické starobní důchody.

Pramen: zákon č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, v platném znění

*Převzato z: Pacientské listy č. 20/2010, příloha Zdravotnických novin, 22.11.2010
Autor: Bc. Petr Gola*

Další informace o důchodech na webu ČSSZ:

[Http://www.cssz.cz](http://www.cssz.cz); odkaz Informace > Nejčastější dotazy > Nejčastější dotazy důchodové pojištění.

Připravil: (dz)

RIPAK

Rady, informace, příklady a konzultace

poradenství **BEZ BARIÉR**
Ostravské organizace vozičkářů

Osvědčení kvality MPSV o poskytované službě



Odstraňování architektonických bariér a rady ze života na vozíku

Kontaktní osoby:

Miroslav Filipčík a Tomáš Dvořák

• telefony:

596 914 660 (11–15 h, po–pá)

596 131 202 (9–11 h po–pá)

• e-mail: poradnaoov@seznam.cz

• http://bariery.xf.cz

• adresa pro korespondenci

Slavíkova 4409, 708 00 Ostrava 8

• osobní kontakt (nutná telefonická objednávka)

služba je určena pro pohybově postižené z Ostravy a okolí

Činnost projektu podporují:

Statutární město Ostrava, městské obvod Moravská Ostrava a Přívoz, Ostrava Jih, Poruba a Stará Bělá, Radvance Bartovice, Nadace rozvoje zdraví, Stavební firma Procházka s.r.o., Projektční kancelář Ing. Milan Blasbalg, Elektro práce Ivan Šustai, Vodohospodářské služby Ing. Martin Jaroš, Zprostředkování prodeje zdravotních pomůcek Tomáš Vlk.

OSTRAVA!!!

S foťákem „bezbariérovou“ Ostravou

Na Ostravsku dochází k průběžným rekonstrukcím autobusových zastávek MHD, bohužel ne vždy jsou provedeny dle platných předpisů.

O to více mne překvapil nálezy v celku nově provedeného zálivu pro autobusovou dopravu osazeným dokonce kasselským (bezbariérovým) obrubníkem.



Avšak jak vidíte na obrázcích, chybí nástupní plocha, jakýkoliv přístupový chodník odkudkoliv. Proč taky, vždyť tu nestaví žádný autobus.

Co dodat? Nejsou to náhodou vyhozené peníze? Ne všude se osazují kasselské obrubníky, důvodem je jejich cena.



A tady? Kdo ví, proč se to plánovalo? Kdo to zaplatil? Nebo že by výhled do budoucnosti?

foto, text: (mf)

Co možná nevíte

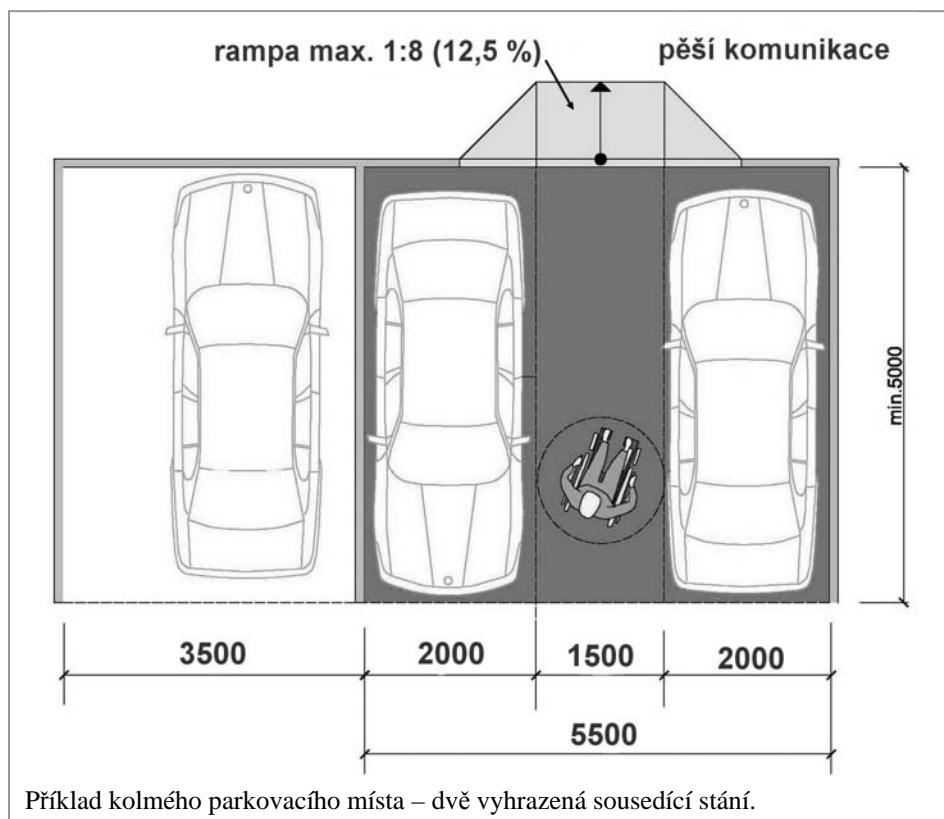
V tomto čísle Vozky vás chci seznámit s tím, jak by mělo dle právních předpisů vypadat vyhrazené parkovací místo označené symbolem vozíku.



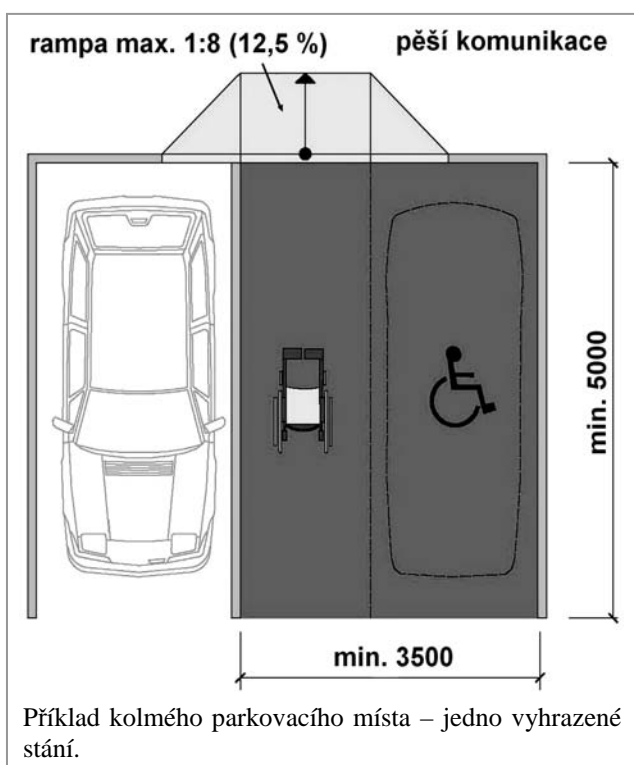
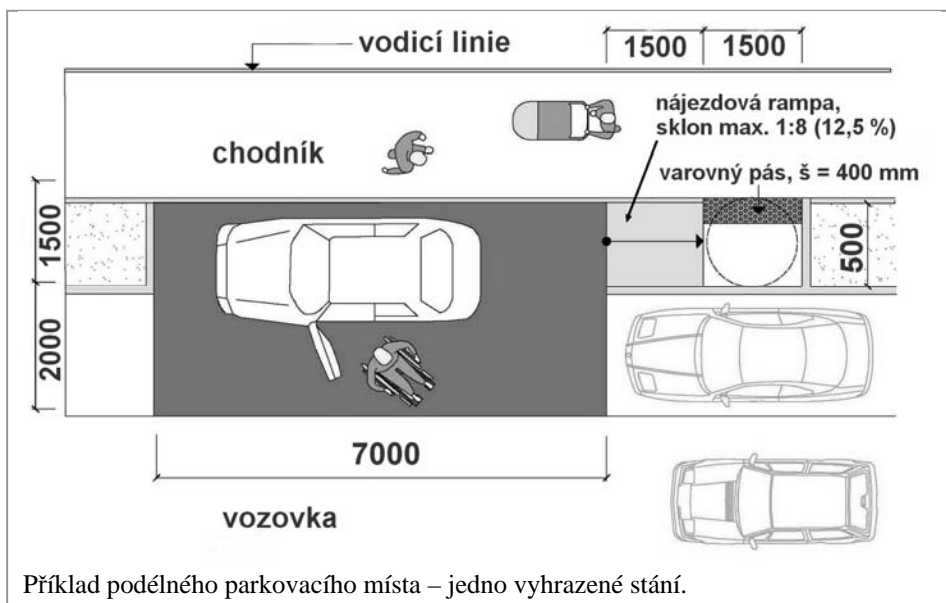
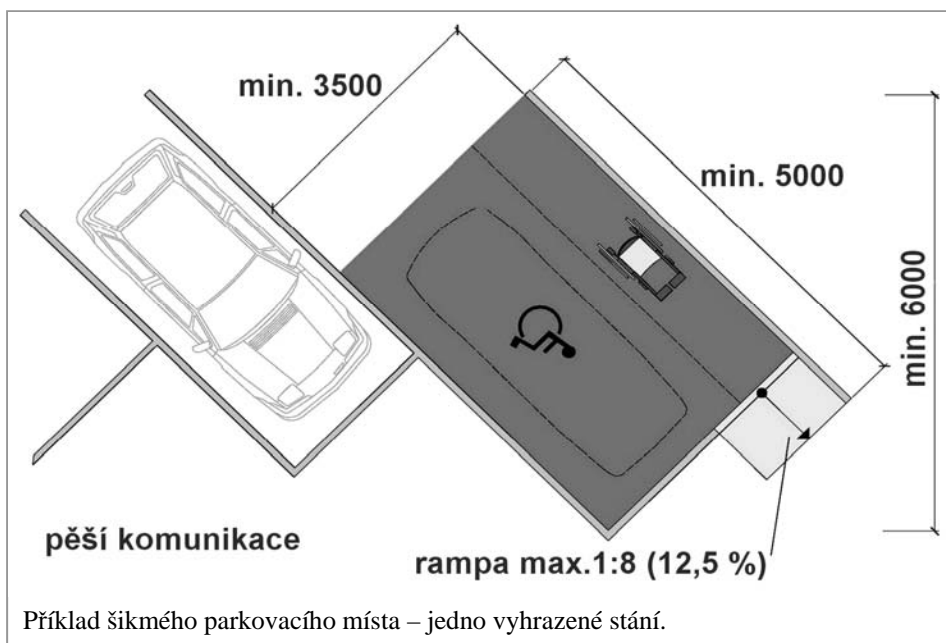
foto: archív Vozka

Vyhrazená stání pro vozidla musí mít šířku **nejméně 3 500 mm**, která zahrnuje **manipulační plochu šířky nejméně 1 200 mm**. Dvě sousedící stání mohou využívat jednu manipulační plochu. Stání smí mít **podélný sklon nejvýše v poměru 1:50 (2,0 %)** a **příčný sklon nejvýše v poměru 1:40 (2,5 %)**. Od vyhrazených stání musí být zajištěn **přímý bezbariérový přístup na komunikaci pro chodce** a tato stání musí být umístěna nejbližší vůči vchodu a východu s bezbariérovým přístupem.

V případech **podélného stání** (při chodníku) musí být **délka stání nejméně 7 000 mm**. Od vyhrazených stání musí být zajištěn **přímý bezbariérový přístup na komunikaci pro chodce** a tato stání musí být umístěna nejbližší vůči vchodu a východu s bezbariérovým přístupem.



Příklad kolmého parkovacího místa – dvě vyhrazená sousedící stání.



Obrázky vyhrazených parkovacích stání výhradně pro tuto rubriku poskytla paní Ing. Renata Zdařilová, Ph.D, za což děkujeme.

Připravil: Mirek Filipčík

A jaké Vy máte zkušenosti s vyhrazeným parkovacím stáním?

Napište nám o tom. Do Vašeho Vozky!

**Redakce:
Pavel Plohák,**

P.Plohak@seznam.cz.

COŽE?

Cizí slova



• **Vyšetření na CT (hovorově cétěčko).** Na vyšetření CT se dostanete většinou po úrazech hlavy, kostí lebky nebo páteře. Díky němu může lékař nahlédnout i do dutiny břišní a všech orgánů v ní. Je vodítkem při ověřování nádorů, ale kromě onkologa vás na něj může poslat i ortoped, neurolog nebo chirurg.

Co vás čeká, pokud na tohle vyšetření půjdete? Vyšetření na CT je bezbolestné a je vhodné pro všechny pacienty, kteří by mohli jít na rentgen. Připravte se na to, že potrvá asi deset až dvacet minut.

Jak to funguje: Princip je podobný jako u rentgenu, jen nevznikne jeden snímek, ale mnoho snímků, které ukážou orgán daleko lépe než rentgen. Díky němu se zobrazuje požadovaná oblast jakoby nařezaná na tenké plátky, takže lze odhalit i opravdu malé záněty, nádory či krváčení, navíc přesně udá místo, kde jsou.

Příprava: K vyšetření je většinou zapotřebí přijít nalačno, malé množství tekutin (kromě kávy a alkoholu) můžete ještě 4 hodiny před vyšetřením. Velmi záleží na tom, jakou část těla je zapotřebí pomocí CT vyšetřit. Podle toho se rozhodne, zda bude zapotřebí aplikovat kontrastní látku a zda ji podat nitrožilně nebo ji budete muset vypít. Kontrastní látka může způsobit alergickou reakci – proto se preventivně podávají utišující léky. Jestliže je dostanete, neměli byste po vyšetření řídit motorová vozidla. O přípravě na CT by vám měl víc povědět ošetřující lékař.

Vyšetření: Vyšetření probíhá většinou vleže na zádech, ruce máte zapaženy za hlavou nebo podél těla. Budete se muset svléknout do spodního prádla a odložit vše kovové. Nechcete-li se svléknout, vezměte si na sebe tričko nebo tílko ze stoprocentní bavlny, které byste si mohli ponechat.

Při samotném vyšetření budete v kontaktu s obsluhou pomocí odpisovatele – uslyšíte tedy pokyny k zadržení dechu. Stůl, na kterém budete ležet, zajíždí do prstence CT přístroje a ten se nad vámi otáčí – vy se nesmíte hýbat, někdy vás proto personál připoutá popruhem na hlavě a končetinách.

(dz)

VSP

Vy se ptáte...,

...vé-es-péčko
odpovídá.

Vozkova sociální poradna



739 776 104 (po 17. h)



veronika.malacova@centrum.cz

Potřebujete poradit? Nevíte si rady se změnami zákonů? Nevíte, jak správně sepsat odvolání? Jak komunikovat s úřady? Hledáte pomoc a nevíte, na jakou organizaci se obrátit? Kontaktujte Vozkova sociální poradnu v oblasti sociálních služeb a pracovně právních vztahů!

Služba je poskytována osobám se zdravotním postižením, jejich rodinným příslušníkům a osobám, které se touto problematikou zabývají, popř. pečují o osobu se zdravotním postižením.

VSP zajišťuje:

- sociálně-právní a pracovně-právní poradenství,
- pomoc při jednání s úřady,
- poskytování informací v oblasti zaměstňování osob se ZP,
- pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí,
- zprostředkování kontaktu s navazujícími službami (poskytujícími odbornou pomoc).

Službu poskytuje Bc. Veronika Maláčová.

Jak VSP kontaktovat:

■ **Vozkova sociální poradna**, Bc. Veronika Maláčová, Louny, tel.: 739 776 104 (po 17. hod.), e-mail: veronika.malacova@centrum.cz.

■ **Písemné dotazy zasílejte na adresu:** Redakce Vozka, Petr Dzido, Tylova 4, 700 30 Ostrava 30. Korespondence bude přeposlána do poradny.

Nejzajímavější dotazy budou otištěny v magazínu Vozka.

Otázky a odpovědi



Mám zdravotně postiženou maminku a zajímalo by mne, zda by mohla čerpat nějaké příspěvky od státu. Vzhledem k tomu, že maminku často přepravujeme k lékaři apod., chtěla bych vědět zda je možné získat finance na dopravu.

Stát poskytuje tzv. dávky sociální péče pro osoby se zdravotním postižením, které upravuje vyhláška MPSV č. 182/92 Sb.

Ve vašem případě byste mohli využít zejména některé z následujících příspěvků:

- **Příspěvek na zakoupení a celkovou opravu motorového vozidla** se poskytne občanu s těžkou vadou nosného nebo pohybového ústrojí dle přílohy č. 5, který bude vozidlo používat pro svou přepravu a není umístěn k celoročnímu pobytu ve zdravotnickém nebo obdobném zařízení a je odkázán na individuální dopravu; dále rodiči nezaopatřeného dítěte, jde-li o dítě starší tří let a s těžkou vadou nosného nebo pohybového ústrojí nebo je úplně či prakticky nevidomé popř. mentálně postižené s průkazkou ZTP/P. Podmínkou je, že rodič bude motorové vozidlo používat pro dopravu tohoto dítěte nebo rodič dítě pravidelně navštěvuje při umístění dítěte k celoročnímu pobytu ve zdravotnickém a obdobném zařízení. Příspěvek může být poskytnut jen jednomu z rodičů.

Příspěvek je poskytován na pět let a jednou v období deseti let po sobě jdoucích lze příspěvek poskytnout před uplynutím pěti let od vyplacení předchozího příspěvku, dojde-li k poškození, zničení nebo odcizení vozidla a je-li prokázáno zavinění druhou stranou. Podmínkou je také nutnost opravy a povinné pojištění automobilu. Osoba se zároveň musí zavázat, že vyplacený příspěvek či jeho poměrnou část vrátí v případě, že:

- auto přestane být jeho vlastnictvím nebo přestane být používáno pro jeho přepravu před uplynutím pěti let od vyplacení,
- nebo v případě, že:

- do dvou měsíců od zakoupení vozidla nepřestane být vlastníkem původního automobilu (výjimku tvoří jednostopá vozidla) nebo do šesti měsíců nepoužije příspěvek na úpravu vozidla.

Příspěvek není vymáhán v případě úmrtí do pěti let ode dne vyplacení. **Výše příspěvku na zakoupení motorového vozidla činí nejvýše 100 000 Kč**, výše příspěvku na celkovou opravu motorového vozidla činí **nejvýše 60 000 Kč** s ohledem na majetkové poměry žadatele a osob jemu blízkých žijících ve společné domácnosti.

Součet příspěvků na zakoupení motorového vozidla, příspěvků na celkovou opravu motorového vozidla a příspěvků na zvláštní úpravu motorového vozidla nesmí v období deseti let po sobě jdoucích přesáhnout částku **200 000 Kč**. Od vyplacených částek se při určování součtu odečítají částky, které žadatel vrátil v uvedeném období.

- **Příspěvek na zvláštní úpravu motorového vozidla** se poskytuje občanu, který sám řídí motorové vozidlo, s těžkou vadou nosného nebo pohybového ústrojí, která je uvedena v příloze č. 5. Příspěvek se poskytne v plné výši takové úpravy za podmínky, že **součet vyplacených příspěvků** na zakoupení, celkovou opravu a zvláštní úpravu motorového vozidla **v posledních 10 letech** nepřesáhl částku **200 000 Kč**. I v tomto případě platí stejný závazek jako při poskytnutí příspěvku na zakoupení a celkovou úpravu vozidla.

- **Příspěvek na provoz motorového vozidla** se poskytuje osobě, která je vlastníkem nebo provozovatelem motorového vozidla a zároveň je držitelem průkazky ZTP nebo ZTP/P popř. vozidlo používá pro přepravu osoby blízké s průkazkou ZTP nebo ZTP/P (výjimku tvoří osoby postižené úplnou nebo praktickou hluchotou). Příspěvek se také poskytuje rodičům nezaopatřeného dítěte z důvodu léčby akutní fáze zhoubného nádoru či hemoblastosy ve fakultní nemocnici. Na rok 2011 činí výše příspěvku na provoz motorového vozidla **pro občany s průkazkou ZTP/P 3 360 Kč u jednostopého vozidla a 7 920 Kč u ostatních vozidel a pro**

občany s průkazkou ZTP 1 150 Kč u jednostranného vozidla a 3 000 Kč u ostatních vozidel. Výše uvedeným občanům se příspěvek na provoz motorového vozidla vyplaceného na rok 2011 zvýší, jestliže v roce 2011 ujedou ze závažných důvodů více než 7 000 km.

• **Příspěvek na individuální dopravu** je určen osobám, které se pravidelně individuálně přepravují a nevlastní motorové vozidlo. Nesmí se také jednat o osobu, která je přepravována vozidlem, na jehož provoz je přiznán příspěvek. Příspěvek se poskytuje na období kalendářního roku ve výši 6 000 Kč, pokud je příspěvek přiznán v průběhu roku, je poskytována jeho poměrná část.

Podrobnější informace o těchto příspěvcích naleznete na webových stránkách Ministerstva práce a sociálních věcí www.mpsv.cz v sekci „zdravotní postižení – dávky sociální péče pro osoby se zdravotním postižením“. Požádat o příspěvky si můžete na místně příslušném sociálním odboru.

Jsem invalidní ve III. stupni a chtěl bych se zeptat, jaké podmínky musím splnit, pokud bych si chtěl požádat o příspěvek na zakoupení motorového vozidla. Ještě podotýkám, že mám auto, které v současné době již nevyhovuje mému zdravotnímu stavu, a chtěl bych si pořídit nové.

Nárok na příspěvek na zakoupení motorového vozidla má osoba, která do dvou měsíců ode dne zakoupení motorového vozidla přestane být vlastníkem původního motorového vozidla. Tzn. že auto můžete zakoupit a prodej vašeho původního automobilu můžete uskutečnit ještě dva měsíce poté. Další možností je také přenechat původní automobil darem na základě darovací smlouvy.

Jaké podmínky musím splnit, abych získal označení vozidla, které používá nebo kterým se přepravuje osoba s těžkým zdravotním postižením?

Jedná se o symbol invalidního vozíčku v modrém poli, který je umístěn za oknem automobilu, tzv. **označení 01**. Toto speciální označení může získat pouze držitel průkazky ZTP nebo ZTP/P. O průkazku si lze požádat na místně příslušném sociálním odboru, který ji vydává na základě posouzení lékaře správy sociálního zabezpečení.

Výhody spojené s označením 01 upravuje zákon o provozu na pozemních komunikacích č. 361/2000 Sb. v platném znění. Např. držitel označení si nemusí v České republice kupovat dálniční známku (v zahraničí tato výhoda neplatí). To je ovšem možné pouze v případě, že je ve voze přepravována osoba, které bylo označení vydáno nebo že cesta po dálnici se koná v souvislosti s přepravou této osoby. Majitel automobilu s označením 01 si může na místně příslušném odboru dopravy požádat o vyhrazené parkovací místo v místě bydliště. Je také možné stát na zákazu stání, zákaz zastavení ovšem platí stejně jako pro ostatní účastníky provozu.

Vozidlo s označením 01 je považováno za dopravní obsluhu v případech, kdy dodatková tabulka „Mimo dopravní obsluhu“ nebo „Jen dopravní obsluha“ vymezuje platnost dopravní značky, pod kterou je tabulka umístěna (např. zákaz vjezdu motorových vozidel).

Další důležitou výhodou je také možnost využít parkovací místa určená pro zdravotně postižené vyjma parkovacích míst, která jsou označena poznávací značkou jiného vozu.

Nevíte co a jak? Listujte ve Vozkovi!

Vlastním průkaz ZTP/P a chtěl bych vědět, zda nejsem osvobozen od poplatku za případný přepis automobilu.

Držitelé průkazky ZTP a ZTP/P jsou osvobozeni od poplatku za zápis do registru vozidel. Osvobození od tohoto poplatku se vztahuje pouze na osobní automobil, nikoliv na čtyřkolku (vychází ze zákona č. 56/2001 Sb., přílohy č.1). Stejně tak jsou tyto osoby osvobozeny od poplatku za vydání řidičského průkazky. Držitelé průkazky ZTP nebo ZTP/P při přepisu auta také neplatí ekologickou daň.

Jsem vozičkář a chtěl bych získat řidičské oprávnění. Existují u nás nějaké autoškoly, kde by bylo možné i v mém případě řidičský průkaz získat?

Důležité je vycházet z místa vašeho bydliště. Po celé ČR jsou některé autoškoly speciálně upravené pro zdravotně handicapované osoby. Jako příklad mohu uvést:

• **Autoškola PEML, 535 01 Přelouč**, Pražská 12, tel.: 466 953 333, 602 368 877, 775 368 888, e-mail: ppe-ml@volny.cz; www.peml.cz.

• **Firma Jenčovský, 301 49 Plzeň**, Denisovo nábřeží 4, tel.: 604 233 164, 377 523 987, m.jencovsky@jenca.cz, www.jenca.cz.

• **CANO CAR, s. r. o., 625 00 Brno** Bohunice, Kamenice 1a, tel.: 547 192 393, 547 192 394, canocar@iol.cz.

• **Autoškola MODAL, 170 00 Praha 7-Holešovice**, Janovského ul. č. 27, tel.: 220 870 685, 603 833 956, e-mail: modal@tiscali.cz, www.autoskola-modal.cz.

Seznam autoškol pro zdravotně handicapované naleznete např. na web. stránkách Centra Paraple: www.paraple.cz, v sekci **Informace pro vozičkáře – autoškoly**.

Poradny Národní rady zdravotně postižených v ČR

Poradna pro osoby se zdravotním postižením • Poradny pro uživatele sociálních služeb

1. Poradna pro osoby se zdravotním postižením

Posláním poradny pro osoby se zdravotním postižením je prostřednictvím odborného sociálního poradenství dosáhnout zvýšení soběstačnosti osob se zdravotním postižením při jejich integraci do společnosti.

Cílem poradny je poskytovat rady, informace, pomoc a podporu osobám se zdravotním postižením, které se ocitly v nepříznivé životní situaci a které nejsou schopny tuto situaci řešit vlastními silami ani za pomoci blízkého okolí.

Komu je poradna určena?

Na poradnu pro osoby se zdravotním postižením se mohou obrátit osoby se zdravotním postižením bez ohledu na druh a rozsah zdravotního postižení, jejich rodinní příslušníci a osoby z blízkého sociálního okolí osob se zdravotním postižením v rámci celé ČR, které se dostaly do obtížné životní situace a nedovedou ji řešit vlastními silami.

Co poradna nabízí?

Poradna pro osoby se zdravotním posti-

žením nabízí bezplatné, nezávislé, diskrétní a nestranné odborné sociální poradenství v následujících oblastech:

- sociálně právní poradenství
- právní poradenství (bytová problematika, občanské, rodinné a pracovní právo)
- speciálně pedagogické poradenství poradenství v oblasti odstraňování bariér a bezbariérových úprav bytů a bytových domů
- poradenství týkající se rehabilitačních, kompenzačních a reedukačních pomůcek
- konzultační a informační činnost

- zprostředkování další odborné pomoci a spolupráce s pomáhajícími organizacemi
- pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí klienta
- přednášková činnost

Kontakty:

- **Adresa:** Partyzánská 7, 170 00 Praha 7, tel.: 266 753 427, e-mail: poradna@nrzp.cz,
- **vedoucí poradny:** Bc. Jitka Vrcholová, DiS. – sociální pracovníce a tlumočnice do znakového jazyka, tel: 266 753 431, mob: 736 105 585, e-mail: j.vrchoto-va@nrzp.cz,
- **poradci:** JUDr. Věra Dreslerová, tel.: 266 753 422, JUDr. Pavel Jungr, tel.: 266 753 422, Petra Štěrbová, DiS., tel.: 266 753 422,
- **poradci na infolince:** Mgr. Monika Heczková, tel.: 266 753 427, Mgr. Jana Smolíková, tel.: 266 753 427,
- **Poradenství k problematice architektonických bariér:** Ing. Dagmar Lanzová, tel.: 266 753 433.

Poradna se nachází nedaleko stanice metra, tramvají, autobusů vč. bezbariérové autobusové linky Nádraží Holešovice. V areálu před poradnou se nachází parkoviště vč. vyhrazených parkovacích míst pro osoby se zdravotním postižením. Poradna je umístěna ve 3. podlaží. Vstup do budovy i její interiér je bezbariérový. V objektu se nachází bezbariérové WC.

Konzultační hodiny:

Po 9–12 h, 13–16:30; út 9–12, 13–16; st 9–12, 13–17; čt 9–12, 13–16; pá 9–11.

Pravidla poradny pro osoby se zdravotním postižením

- Poradna zajišťuje bezplatné odborné sociální poradenství pro osoby se zdravotním postižením, jejich rodinné příslušníky ev. blízké.
- Poradenská činnost je zaměřena na poradenství v oblasti sociálněprávní, právní (v občanskoprávní oblasti, v problematice bydlení, pracovních vztahů a v oblasti rodinného práva), speciálněpedagogické poradenství, poradenství v oblasti odstraňování bariér a bezbariérových úprav bytů a bytových domů a poradenství týkající se rehabilitačních, kompenzačních a reedukačních pomůcek.
- V případech, které se týkají trestního práva, je možno poskytnout poradenství pouze poškozeným osobám.
- Poradna poskytuje poradenství formou telefonických, písemných i e-mailových dotazů a odpovědí a dále konzultací při osobní návštěvě tazatele.
- Osobní návštěvu doporučujeme klientům předem telefonicky dohodnout.
- V případě osobní konzultace je její čas limitován jednou hodinou. V případě potřeby je možné konzultaci opakovat.
- Ve smyslu zákona o advokacii, občan-

ského zákona a dalších předpisů souvisejících nemůže poradna v žádném případě suplovat činnost advokátní kanceláře.

- Poradna neposkytuje ani právní zastoupení na základě plné moci.
- Poradci jsou ve všech případech vedeni snahou pomoci klientovi a věnovat mu patřičnou odbornou pozornost a v době co možno nejkratší přispět k řešení jeho problému.

2. Poradny pro uživatele sociálních služeb

Projekt Poradenství pro uživatele sociálních služeb je určen všem stávajícím i potenciálním uživatelům sociálních služeb – nejen občanům se zdravotním postižením! Také poskytuje podporu rodinám a osobám pečujících o osoby se zdravotním postižením a seniory.

Na poradce se může obrátit každý, kdo potřebuje sociální službu a bude s poskytovatelem uzavírat příslušnou smlouvu!

Služby krajských poraden

Na pracovištích poraden odborně připravení poradci:

- pomohou při výběru vhodné sociální služby v daném regionu,
- pomohou připravit se na jednání s poskytovatelem služby,
- poradí s textem smlouvy o poskytování služby,
- upozorní na případná úskalí vyplývající z uzavírané smlouvy,
- doporučí vhodný postup při sledování plnění podmínek smlouvy,
- zodpoví další otázky týkající se sociálních služeb.

Krajské poradny

Poradny jsou v každém krajském městě a jsou součástí Regionálních pracovišť NRZP ČR pro konkrétní kraj.

- **Poradna Brno:** Cejl 892/32 602 00 Brno, tel.: 542 214 110-1, Skype: poradnabrno, e-mail: brno@poradnaprouzivatele.cz,
- **Poradna České Budějovice:** Staroměstská 2608, 370 04 České Budějovice, mob: 736 751 217, e-mail: ceskebudejovice@poradnaprouzivatele.cz,
- **Poradna Hradec Králové:** Pospíšilova 365/9, 500 03 Hradec Králové, tel.: 495 538 867, e-mail: hradeckralove@poradnaprouzivatele.cz,
- **Poradna Jihlava:** Havlíčkova 44, 586 01 Jihlava, tel.: 567 586 129, mob.: 736 751 210, e-mail: jihlava@poradnaprouzivatele.cz,
- **Poradna Karlovy Vary:** Krymská 1742, 360 01 Karlovy Vary 1, mob.: 736 751 209, 737 108 238, e-mail: karlovyvary@poradnaprouzivatele.cz,
- **Poradna Liberec:** Zahradní 415/10, 460 01 Liberec, tel.: 485 104 044, mob.: 731 653 005, e-mail: liberec@poradnaprouzivatele.cz,

• **Poradna Olomouc:** tř. Kosmonautů 989/8, 772 00 Olomouc, tel.: 585 242 865, mob.: dočasně mimo provoz, e-mail: olomouc@poradnaprouzivatele.cz,

• **Poradna Ostrava:** Ostrčilova 2691/4, 702 00 Ostrava, tel.: 596 110 282, e-mail: ostrava@poradnaprouzivatele.cz,

• **Poradna Pardubice:** B. Němcové 2625, 530 02 Pardubice, tel.: 466 952 423, mob.: 732 546 915, e-mail: pardubice@poradnaprouzivatele.cz,

• **Poradna Plzeň:** nám. Republiky 202/28, 301 00 Plzeň, tel.: 377 224 879, mob.: 736 751 204, e-mail: plzen@poradnaprouzivatele.cz,

• **Poradna Praha:** DiS., Partyzánská 7, 170 00 Praha 7, tel.: 266 753 427, mob.: 739 771 700, e-mail: praha7@poradnaprouzivatele.cz,

• **Poradna Ústí nad Labem:** Mírové náměstí 37, 400 01 Ústí nad Labem, tel.: 475 208 661, e-mail: ustinadlabem@poradnaprouzivatele.cz,

• **Poradna Zlín:** Gahurova 5265, 760 01 Zlín, tel.: 575 570 700, mob.: 776 224 751, e-mail: zlin@poradnaprouzivatele.cz.

Dokumenty na webových stránkách poradny

Z webových stránek poradny www.poradnaprouzivatele.cz si zájemce může stáhnout dokumenty týkající se sociálních služeb, ale i souvisejících oblastí. Legislativní dokumenty, koncepce a hodnocení, zprávy a hodnocení vám umožní získat a rozšiřovat přehled o současné situaci a trendech v oblasti sociálních služeb. Můžete se zde také seznámit s vybranými vzory „Smluv o poskytování sociálních služeb“.

Uvedeny jsou zde i odkazy na zajímavé internetové stránky, které se týkají oblasti zdravotního postižení a především sociálních služeb.

V další části jsou představeny odborné publikace z oblasti sociálních služeb a sociálního zabezpečení, jež jsou k dostání na našem trhu. Vybrané texty budou k dispozici pro stažení.

Kontakty:

- Informace o projektu Poradna pro uživatele sociálních služeb, krajských poradnách a dokumenty ke stažení jsou k dispozici na webových stránkách www.poradnaprouzivatele.cz.
- Koordinátor projektu: Mgr. Radka Švecová, NRZP ČR, Partyzánská 1/7, 170 00 Praha 7, tel.: 736 751 208, 266 753 426, e-mail: r.svecova@nrzp.cz,
- Zástupce koordinátora projektu: Jiří Vencel, NRZP ČR, Partyzánská 1/7 170 00 Praha 7, tel.: 774 454 434, 266 753 424, Mail: j.vencel@nrzp.cz.

Zdroj: www.nrzp.cz,
www.poradnaprouzivatele.cz.

Zpracoval: Petr Dzido

PROGRAM

Poradenství
a informace



Liga vozíčkářů, Bzenecká 23, 628 00 Brno

bezplatná linka: **800 100 250**

e-mail:

poradna@ligavozic.cz www.ligavozic.cz

Dotazy z Poradny pro život s postižením

Vybraný dotaz se tentokrát týká **příspěvku na úpravu bytu** a podrobného popisu postupu jednání se stavebním úřadem a úřadem obce s rozšířenou působností.



Jsem odkázána na invalidní vozík. Bydlím v bytovém domě, který patří částečně družstvu a částečně osobám, které mají byty v osobním vlastnictví. V tomto domě máme výtah pouze vždy do mezipatra, z tohoto důvodu mi vyšel vstříci sociální odbor obce s rozšířenou působností, kam spadám, a zcela zaplatil sedačkovou plošinu překonávající schody od výtahu k bytu. Bohužel ani vchod do objektu není bezbariérový, jsou tu tři schodišťové stupně. Dosud mi s jejich překonáním pomáhal manžel. Nový elektrický vozík je ovšem těžší a schody před objektem překonat nelze. Můj dotaz tedy zní, zda je možné se i v této záležitosti obrátit na sociální odbor, tedy zda mi může finančně pomoci a za jakých podmínek. Také upozorňuji, že chodník před domem není v majetku družstva, ale obce. Jak mám tedy postupovat?

V prvé řadě je nutné si ujasnit, jaké je nejvhodnější řešení pro překonání tří schodišťových stupňů při vstupu do objektu. Pořízení schodišťové plošiny je pro překonání pouze tří stupňů neefektivní a příliš nákladné. Pokud nám dispozice samotného vstupu a prostoru před ním umožní navrhnout rampu, bude tato varianta jistě lepší. Ovšem navrhovaná rampa již není zařízením ale stavební úpravou vstupu. V tomto případě budete žádat o tzv. **příspěvek na úpravu bytu**, který zahrnuje i stavební úpravy spojené s úpravou vstupu do objektu. Výše příspěvku na úpravu bytu se určí se zřetelem

na příjmy a majetkové poměry občana a jeho rodiny, a to **do výše 70 % prokázaných nákladů**, účtovaných fyzickými nebo právníckými osobami za materiál a práce spojené s nezbytnými výdaji, včetně projektových prací, **nejvýše však 50 000 Kč (nebo 100 000 Kč u příspěvku na stavební úpravy spojené s instalací výtahu)**.

To znamená, že pokud bude rampa a její montáž stát 65 000 Kč, může vám sociální odbor dle vaší situace přispět nejvýše 45 500 Kč, což je 70 % z celkové ceny. Zbýlých 19 500 Kč budete muset hradit z vlastních zdrojů. Pokud je tento doplatek pro vás příliš vysoký, pak doporučuji obrátit se na některou z nadací s žádostí o dofinancování potřebné částky. Dále příslušná vyhláška řeší podmínky tohoto příspěvku. A sice to, že **příspěvek je nutné vyúčtovat do tří let od zahájení řízení, příspěvek nebo jeho poměrnou část je nutné vrátit v případě, že byt vyměníte či prodáte, nebo dojde-li k jiné záměně užívacího nebo vlastnického práva k bytu před uplynutím deseti let od jeho poskytnutí. Dále je nutné vrátit poměrnou část příspěvku v případě, že plánované úpravy se neuskuteční v rozsahu podle schválené dokumentace a vyplacený příspěvek přesáhl 70 % skutečně vynaložených nákladů. Příspěvek se naopak nevrací v případě úmrtí osoby, která o něj žádala.**

Jelikož je navržena rampa stavbou, je nutné ji řešit také s příslušným stavebním úřadem. Pokud si nejsme jisti, zda stavba vyžaduje jakékoliv povolení, rozhodně doporučuji se na příslušný stavební úřad obrátit a zjistit vše potřebné. Zde vám jistě sdělí, jak postupovat a které dokumenty či vyjádření a smlouvy dodat k žádosti.

Váš případ je poněkud složitějšího rázu a to hlavně z důvodu, že navrhovaná rampa bude částečně zasahovat do objek-

tu bytového domu a částečně na chodník, který je v majetku obce. Je tedy na obci, zda povolí tuto stavbu na svém pozemku. Tuto skutečnost si doporučuji předem ověřit.

Vzhledem k tomu, že se bude měnit účel části pozemku sloužící jako chodník, bude zřejmě nutné, aby **stavba byla odsouhlasena v rámci územního řízení**. K žádosti o vydání územního rozhodnutí bude vyžadováno dodání projektové dokumentace navrhované rampy v rozsahu dle stavebního zákona. Dále pak smlouva o právu stavby s majitelem části chodníku, tedy s obcí. Bude-li příslušný majetkový odbor obce souhlasit s navrhovanou stavbou, sepišete spolu tzv. **smlouvu o právu stavby**, ve které si obec, v tomto případě majetkový odbor, zadá podmínky této stavby.

Dále bude nutné **zajistit stanovisko správce komunikace (chodníku)**, a přihlídnout při realizaci stavby i k jeho podmínkám.

Protože rampa zasahuje do vchodu samotného domu, **je nutné sepsat smlouvu o právu stavby také s majitelem tohoto objektu**. Ve vašem případě se jedná jednak o družstvo, ale také o všechny ostatní vlastníky jednotlivých bytů v osobním vlastnictví. Zde je však možné oslovit jen jejich část, a to s přihlídnutím k zákonu č. 72/1994 Sb., který stanoví, že **jde-li o modernizaci, rekonstrukci, stavební úpravy a opravy společných částí domu, jimiž se nemění vnitřní uspořádání domu a zároveň velikost spoluvlastnických podílů na společných částech domu, postačuje souhlas tříčtvrtinové většiny všech vlastníků jednotek**. Smlouvu o právu stavby tedy můžete sepsat pouze s tříčtvrtinovou většinou všech vlastníků.

Dále může být vyžadováno také stanovisko hasičského záchranného sboru, případně odboru památkové péče. Zdali i tato stanoviska budete muset dodat, záleží na konkrétní situaci. Ve vašem případě bude potřeba zjistit, jestli pod chodníkem neprobíhají některé technické sítě. Pokud ano, budou vyžadována stanoviska i od správců jednotlivých sítí. Žádosti o stanoviska ke stavbě je nutné řešit vždy písemně s příložením výkresové dokumentace navrhovaného objektu.

Vzhledem k tomu, že navrhovaná rampa je jednoduchou stavbou, je možné, aby stavební úřad již v územním rozhodnutí stanovil na žádost, že k jejímu provedení nebude vyžadovat ohlášení nebo stavební povolení. V tomto případě stavební úřad již v rámci územního rozhodnutí stanoví podmínky v potřebném rozsahu pro provedení stavby.

Pokud jste si jisti, že sami nebudete moci vše zařídit, je tu možnost obrátit se

na jakoukoliv projekční kancelář zabývající se pozemními stavbami a dohodnout se s nimi na tom, že, kromě vypracování potřebné dokumentace za vás také „vyběhají“ vše potřebné na patřičných úřadech. Vzhledem ke zkušenostem musím, bohužel, konstatovat, že stavba tak malého rozsahu není pro projekční kancelář nijak zajímavá.

Nebude-li vám cokoliv v této oblasti srozumitelné, velice rádi vám poradíme, případně se společně pokusíme nalézt nejhodnější řešení bezbariérových úprav. Obracet se na nás můžete v rámci programu S Ligou proti bariérám, který je zaveden při organizaci Liga vozíčkářů.

Ing. Kateřina Poláčková,
odborná konzultantka Ligy vozíčkářů
na odstraňování bariér,
katerina.polackova@ligavozic.cz
www.ligavozic.cz

Aktuálně z legislativy

Sociální příplatek pro osoby se zdravotním postižením v roce 2011

V rámci úsporných opatření navrholi zákonodárci od roku 2011 mimo jiné úplné zrušení sociálního příplatku v rámci dávek státní sociální podpory. Balíček úsporných opatření byl nakonec schválen a podepsán prezidentem s pozměňovacím návrhem, který se týkal **ponechání sociálního příplatku pro rodiny se zdravotně postiženým dítětem či rodičem**, a to prozatím do konce roku 2012.

Rodinám se zdravými dětmi či rodiči bude sociální příplatek vyplacen naposledy za měsíc prosinec 2010. O zániku nároku od 1. 1. 2011 zašle úřad práce rodině sdělení.

Nárok na sociální příplatek mají tedy nadále dle zákona o státní sociální podpoře č. 117/1995 Sb. rodič/e pečující alespoň o jedno **nezaopatřené dítě, které je dlouhodobě nemocné, dlouhodobě zdravotně postižené nebo dlouhodobě těžce zdravotně postižené, anebo je-li alespoň jeden z rodičů pečujících o nezaopatřené dítě dlouhodobě těžce zdravotně postižené nebo je nezaopatřeným dítětem, které je dlouhodobě zdravotně postižené nebo dlouhodobě nemocné.**

Ve výše uvedených případech sociální příplatek náleží i po 31. prosinci 2010 podle právní úpravy platné přede dnem 1. ledna 2011, nejpozději však do 31. prosince 2012.

Výše příspěvku na provoz motorového vozidla v roce 2011

Dle informací ze dne 22. 12. 2010 poskytnutých v rámci telefonického rozhovoru s JUDr. Rážovou z legislativního odboru Ministerstva práce a sociálních věcí se bude **v roce 2011 a 2012 poskytovat příspěvek na provoz motorového vozidla i nadále ve snížené výši** (tedy ve stejné výši jako v roce 2010).

Do konce roku 2009 platilo dle vyhlášky č. 182/1991 Sb., § 36, že se příspěvek na provoz motorového vozidla poskytoval občanu, který byl vlastníkem či pro-

vozovatelem motorového vozidla a vlastnil průkaz mimořádných výhod ZTP či ZTP/P, případně také osobě blízké, která takto zdravotně postiženou osobu pravidelně dopravovala. Dále byl příspěvek poskytnut také rodiči nezaopatřeného dítěte, které bylo léčeno na klinice fakultní nemocnice pro onemocnění zhoubným nádorem nebo hemoblastosou, a to v době akutní fáze onemocnění.

Na rok 2010 platil nový § 36 a, který vyšší příspěvku snižoval následujícím způsobem: u osob s priznaným průkazem mimořádných výhod

a) ZTP/P činila výše příspěvku **3 360 Kč** u jednostopého vozidla a **7 920 Kč** u ostatních vozidel,

b) ZTP činila výše příspěvku **1 150 Kč** u jednostopého vozidla **3 000 Kč** u ostatních vozidel

(Poznámka – pro rodiče dětí se zhoubných nádorem či hemoblastosou se příspěvek v roce 2010 nijak nesnižoval, platil tedy stav z roku 2009.)

Pokud nově došlo ze závažných důvodů k najetí více než **7 000 km za kalendářní rok**, zvedala se výše příspěvku za každých dalších započatých 500 km o

a) 400 Kč u ZTP/P,

b) 200 Kč u ZTP.

Na rok 2010 se tedy snížil počet nutných najetých kilometrů pro zvýšení příspěvku.

Lucie Marková, Dis.,
vedoucí programu Poradenství
a informace.

Bezplatná linka: 800 100 250

Na lidi s handicapem si úředníci umí došlápnout



Veřejný ochránce práv Pavel Varvařovský tvrdí, že úřady leckdy **neoprávněně zkoumají majetek a příjmy lidí s tělesným**

postižením. Třeba v případě, kdy žádají příspěvek na kompenzační pomůcku, jakou je elektrický vozík. „Nemá to oporu v zákoně,“ zdůrazňuje ombudsman. Podle předpisu mají postižení dostávat podporu na tyto pomůcky automaticky. „V praxi však musejí dokládat svůj majetek a příjem, jako by banku žádali o hypotéku,“ doplňuje právník Kanceláře veřejného ochránce práv Jiří Hrubý.

Na ombudsmana se obrátili neslyšící manželé, kteří žádali o příspěvek na speciální počítač. Ten by jim umožnil telefonovat a využívat on-line tlumočnický servis. Jaká

však byla praxe? Úředníci si nejdříve vyžádali od smluvního lékaře posouzení zdravotního stavu manželů. „To je v rozporu se zákonem o sociálním zabezpečení, neboť žadatel je zdravotně postižený držitel průkazu,“ uvedl ombudsman v tiskové zprávě. Žadatel i jeho žena pak museli poskytnout údaje o příjmech, doložit, kolik mají na bankovním účtu, zodpovědět úředníkům dotazy na vlastnictví domu, bytu, chat, garáží a podobně. Zhruba 18 tisíc korun sice následně dostali, ovšem dotazy úředníků se jim zdály přehnané, a tak se obrátili na ombudsmana, který jim dal za pravdu.

Právníci kanceláře poté zjišťovali, zda stejně postupují i další úřady v jiných městech a jiných krajích, což se až na výjimky potvrdilo. Ve zkoumaném případě obhajovalo postup úředníků i ministerstvo práce a sociálních věcí, které sice plánuje zákon změnit, ale až na konci roku 2014. Takový termín je podle ombudsmana nepřijatelný. „Chápu, že to nejde ze dne na den, jenže

stávající praxe je špatná a šla by napravit výkladem, metodickým ponaučením úřadům. Nemusí se čekat na zákon,“ dodal Pavel Varvařovský.

Pro lidi s handicapem je situace o to těžší, že se proti rozhodnutí úředníků nemohou bránit u soudu. Pokud by požadované údaje o svém majetku a příjmech neposkytli, o příspěvek by přišli.

Oproti tomu nikdo z úředníků a veřejných činitelů nikdy nemusel dokládat původ a nabytí jejich majetků, přičemž korupční skandály rostou v naší republice jako houby po dešti. Proto když už nikdo jiný, aspoň hanba by je měla opravdu fackovat. **Nebo si snad někdo myslí, že vážné ekonomické problémy způsobili lidé s postižením a že se to musí řešit jejich šikanou,** zatímco zloději a podvodníci ve velkém mají pořád volné pole působnosti?

Zdroj: ČTK, ČT24,
Jiří Muladi

Komentář

Schodek a úřednické poklesky aneb Lacině triky slušnosti zbavené



Řečeno sportovní hantýrkou, loňský boj o zachování sociálního příplatku a nesníženého příspěvku na péči skončil plíchnou. Národní rada osob se zdravotním postižením v čele s Václavem Krásou dokázala pod časovým tlakem obhájit svůj návrh a donutila vládu, aby ustoupila od záměru zlikvidovat sociální příplatek. Ten byl součástí úsporných opatření majících zbrzdít hlubokou hospodářskou krizi a s ní související díry ve státním rozpočtu na letošní rok. Ministerstvo práce si pak prosadilo snížení příspěvku na péči.

Přirovnání k remíze jsem nezvolil náhodou. Samotný ministr práce Drábek totiž argumentoval Krásovi ve stylu „když vy jste si něco uhájili, máme i my právo prosadit svůj požadavek“. Což se bohužel i stalo.

Když pomínu nehoráznost takového postoje, stejně má věc háček. Drábek si totiž nechal eso v rukávu a díky němu v pomyslném souboji nakonec vyhrál. Jde o prodloužení snížení příspěvku na provoz automobilu. Původně ho ministerstvo zkrátilo jen na rok 2010 a závazně ujistilo Národní radu, že v dalším roce se dávka zakotvená ve vyhlášce 182/1991 vrátí na svou původní úroveň. Leč byl to falešný příslib: loni v říjnu se znenadání objevil návrh novely vyhlášky, který obsahoval jedinou změnu: náhradu číslovky 2010 za 2011.

Národní rada měla jen minimum času na to, aby se pokusila tuhle neférovost odstranit. Vyzvala proto uživatele příspěvku k psaní dopisů přímo ministru. Lidé tuhle výzvu neoslyšeli a zasypali jeho úřad stovkami stížností. Kýžený efekt však nepřinesly: příspěvek na provoz vozidla je snížen na letošek a dokonce i na rok 2012. Pro desetitisíce lidí s těžkým postižením, kteří jezdí či jsou dopravováni autem do práce, za vzděláním a k lékařům, to znamená další komplikaci v každodenním životě. Zdůrazňuji, že jde o **závažnou** komplikaci, nikoli o banální prkotinu.

Hezky česky od stolu

Nedá se říct, že by se úřednice, které návrh „osekávací“ vyhlášky spolu s odů-

vodněním pustily do světa, o vozíčkáře či třeba těžké epileptiky nezajímaly. Ovšem zaměřily se na ně hezky česky. Tedy od stolu. „Nejsou informace o tom, že by změna výše příspěvku pro rok 2010 vyvolala u osob se zdravotním postižením problémy se zabezpečováním jejich dopravy,“ stojí v *Závěrečné zprávě hodnocení dopadů regulace*. Kdyby se po těch informacích autorky textu pídily, určitě by jich od stovek lidí s těžkým postižením získaly spoustu. Ale kdo poznatky, které se mu nehodí, nehledá, pochopitelně žádné nenajde...

Zato se odbornice ohánějí jiným zjištěním. „Konzultace proběhly s pracovníky vybraných obecních úřadů obcí s rozšířenou působností. Z konzultací vyplývá, že tito preferují úspornou variantu, která zachovává snížení příspěvku,“ konstatuje zmíněná zpráva. Ejhle, tak nějaké diskuse přec jen byly! Ovšem ne s těmi, jichž se snížení dávky týká, nýbrž s úředníky, kteří ji poskytují. A já si bláhově myslel, že úřady existují hlavně pro lidi, nikoli samy pro sebe.

Přínos celkový a zamlčený

Je evidentní, že záměrem textu nebylo shromáždit důležitá fakta, nestranně je zhodnotit a pak stanovit návrh přijatelný jak pro stát, tak pro lidi s postižením. Autorky účelově vybraly jen některé údaje, zejména stoupající výdaje státu u příspěvků na automobil, a jiné skutečnosti hodily pod stůl. A nezastíraly, že chtěly svou analýzou hlavně připravit půdu pro obhajobu snížení příspěvku: úsporné varianty podle nich „sice částečně snižují kupní sílu obyvatelstva, ale dávají předpoklady pro to, aby bylo dosaženo očekávaného snížení schodku státního rozpočtu za rok 2011. Celkovým přínosem je snížení mandatorních výdajů v roce 2011 o cca 600 mil. korun“. Musím dodat: Zamlčeným celkovým přínosem je zhoršení kvality života tisíců lidí, kteří se bez automobilu prostě neobejdou.

Vláda letos chystá reformu v oblasti sociálních dávek. Její součástí bude i zrušení příspěvku na provoz auta a vytvoření nové dávky: příspěvku na mobilitu. Chci věřit, že Drábekovo ministerstvo své návrhy prodiskutuje se zástupci zdravotně postižených lidí předem a že jeho úředníci už nebudou ministru či vládě servírovat účelově zpracované podklady.

Laciné kouzlení se závažnými fakty

by rozhodně nemělo patřit ke zvyklostem úředníků či politiků rozhodujících o podmínkách pro lidi s těžkým postižením. Vidíte, pane ministře?

Napsáno pro časopis Vozka

Miloš Pelikán,

*redaktor Abilympijského zpravodaje
a Vozíčkáře*

Příspěvek na provoz motorového vozidla

Základní fakta

- Jde o jednorázový příspěvek poskytovaný za kalendářní rok.
- Dávka se přiznává dospělým zdravotně postiženým osobám, které jsou držitelé průkazu ZTP či ZTP/P. Poskytuje se vlastníku či provozovateli motorového vozidla, kterého určí osoba, jež má být dopravována.
- Příspěvek dospělým osobám se loni pohyboval v rozmezí od 1 150 do 7 920 korun – v závislosti na rozsahu a druhu postižení a také na typu motorového vozidla. Původní, předloňské rozpětí bylo od 2 300 do 9 900 korun.
- Pokud občan ujedne ze závažných důvodů více než 7 tisíc kilometrů za rok, výše příspěvku se zvyšuje. Za závažné důvody se považuje zejména doprava do zaměstnání nebo zdravotnického zařízení a doprava dítěte do internátní školy nebo do ústavu sociální péče pro zdravotně postiženou mládež. Původní hranice pro zvýšení příspěvku byla 9 tisíc kilometrů.
- Příspěvek se poskytuje i rodičům nezaopatřeného dítěte, které je léčeno na klinice fakultní nemocnice pro onemocnění zhoubným nádorem nebo hemoblastózou. Těmto příjemcům nebyl snížen.
- Dle sdělení MPSV jde z hlediska státu o finančně nejnáročnější příspěvek ze systému dávek souvisejících se zdravotním postižením, zároveň s příspěvkem na péči.



OHLEDNUTÍ

Boženy Šimkové

Tajemství

Kouzlo zdraví jinak. Ve dnech 3.–4. 12. 2010 se na výstavišti Černá louka v pavilonu A v Ostravě konal již druhý ročník výstavy Kouzlo zdraví jinak. Proč jinak? Zdraví je stav naší mysli a základní myšlenkou k uspořádání této výstavy bylo připravit pro návštěvníky kaleidoskop pohledů na biologické, duševní, sociální a duchovní zdraví a z různých úhlů pohledů, představit cesty k dosažení duchovního rozvoje, klidu, optimismu, krásy, zdraví a harmonie.

Výstavu jsem navštívila s rodinou a přáteli. Každý si našel to „své“. A že bylo z čeho vybírat! Mne zaujala přednáška Mgr. Alžběty Šorfové (www.cestyksobe.cz) „Práce na sobě s transformačními energiemi“ a poutavá přednáška režiséra Igora Chauna o jeho pobytu v Amazonii, která zcela změnila jeho pohled na život.

Už vím, že láska je nápoj, který teče shůry. A my můžeme ten nápoj pít. A jakýmsi zázrakem, který souvisí se samotným smyslem našeho bytí, můžeme lásku dokonce i množit, rozšiřovat. Můžeme láskou naplnit sebe, celý svět. Láska je lék. Láska je nádech a výdech pradávných plíc. Igor Chaun

Ještě k tomu názvu Kouzlo zdraví jinak. Lékaři nás léčí, ale kouzlo, tajemství uzdravení je v nás samotných. Naše tělo je takovou neviditelnou mapou vzpomínek uložených v našem podvědomí.

Můžeme to přirovnat k čištění počítače. Nepotřebné soubory dáme do koše. Jsme spokojeni s vyčištěnou plochou, úklidem, přehledností, reorganizací do té doby, než budeme potřebovat soubor, který je už v koši. Otevřeme si koš, najdeme potřebné a použijeme tam, kde zrovna potřebujeme. Takto intelektuálně vyhodnocuje situaci naše vědomá mysl. Koš jsme totiž nevysypali. Převážná část vzpomínek je prostoupená bolestí. Jejím úložištěm, skladištěm je naše podvědomí. Události, problémy prožité dávno jsou stále v nás. A budou tak dlouho, pokud je nerozpustíme. Myslíme si, že jsou vyřešené. Mnohokrát v životě se ale navrací. Říkáme, že se na ně díváme s nadhledem. Stačí se pak různými metodami dostat do svého nitra, do srdíčka a tyto jizvy nebo rány očistit, uvolnit, propustit. Tím se zlepší i zdravotní stav. Vnitřní napětí stahuje svaly, vzniká křečovitost. Poradí

nám zkušební terapeuti. Navedou nás a pak můžeme pokračovat i sami. Je to jen na každém jedinci, zda má zájem s touto jemnohmotnou úrovní sebe samého spolupracovat. Není to něco někde mimo nás. Je to neoddělitelná součást každého z nás. Zvykli jsme si na mantinely, které jsme si sami vytvořili a ve kterých je nám dobře. A my nemáme odvahu je posouvat dál a dál, až zmizí. Nevíme, co nás za mantinely čeká. Bojíme se svého vlastního světla. Dnes už vím, že nás čeká hojnost za hranicí lidského chápání. A o tom kouzlo zdraví jinak je.

Pavilon A na Černé louce jsem navštívila už vícekrát při návštěvě jiných výstav. Letos se dal bezbariérový výtah k cestě na WC použít vozíčkářem pouze se speciálním klíčem. A ty byly pouze tři. Na mě klíč nezůstal, tak mi muž musel nejdříve sejít po schodech k pokladnám v přízemí, tam najít paní s klíčkem a poté bylo možné vyjet výtahem tam, kde bylo třeba. No představte si, že bych neměla doprovod! Své rozladění s takového „systému“ jsem dala patřičně najevo.

Novoroční předsevzetí

Dala jsem si novoroční předsevzetí, že v novém roce 2011 budu mít po celý rok ráda Boženu Šimkovou. Budu ji chválit a povzbuzovat a nebudu ji ubližovat žádným podceňováním. Také ji budu věřit. A když něco zkazí, tak ji to hned odpustím a nebudu ji to potom už připomínat. Budu ji hýčkat, aby se cítila báječně, nevláčela s sebou žádné pocity viny, křivdy a výčitky a mohla tak mít opravdově ráda všechny další lidi.

Když se s někým setkáš, pamatuj si, že je to svaté setkání. Jak ho uvidíš, tak uvidíš sebe. Jak s ním budeš zacházet, tak budeš zacházet se sebou. Jak o něm budeš smýšlet, tak budeš smýšlet o sobě. Nikdy na to nezapomeň, neboť v něm nalezněš sebe, nebo ztratíš sebe.

K pramenům řeky Vltavy

Výchozím místem byla pro nás šumavská Kvilda. Parkovacích míst se značkou vozíčku je tady skutečně málo. Našli jsme dvě. Byla převážně obsazená „nevozíčkáři“. Po delším hledání místa jsme úspěšně zaparkovali a vydali se vstříc krásám Šumavy, tentokrát k pramenům řeky Vltavy. Po asfaltové cestě dlouhé 7 km (jeden směr), která vede ma-

lebnou krajinou. Zpočátku jsme jeli mezi loukami, na kterých se pásli koně, později nás obklopil les. Pozvolné stoupání střídalo stejně pozvolné klesání. Cesta velmi vhodná pro električák nebo pro mechaničák se zdatným doprovodem. Jela jsem na své dosluhující elektrice a muž na kole.

Čím blíže jsme se blížili k cíli, tím smutnější byl pohled do okolí. Byli jsme překvapeni, jak jsou tyto šumavské lesy poškozené vývraty a hlavně zničené kůrovcem. Bylo mi z toho smutno. Vzpomněla jsem si na svou návštěvu Šumavy před třemi lety. Tam, kde tehdy byla na obzoru zeleň, je nyní šedobílo, nádherná krajina umírá. Přejeli jsme po můstku přes Teplou Vltavu a mírným stoupáním pokračovali k Černé hoře, pod kterou Vltava jako soutok mnoha jiných pramínek vyvěrá. Dnes je prameniště upraveno pro veřejnost a o zdejší přírodě a historii informují přehledné informační tabule. Přímou k vytékajícím pramenům se vozíčkář nedostane. Sociální zázemí v této oblasti je nedostatečné, je třeba improvizovat a komunikovat s majiteli penzionů.



Foto: archiv Boženy Šimkové

Mladí lidé s postižením mohou bydlet „sami za sebe“

Jedličkův ústav nabízí účast v programu Samostatné bydlení

Program **Samostatné bydlení** je projekt, který je určen pro mladé lidi od 18 let s tělesným postižením, kteří mají chuť zkusit si nezávislejší způsob života a být tzv. „sami za sebe.“ Jde o **zkušební (nácvikové) bydlení v rámci domova pro osoby se zdravotním postižením v Jedličkově ústavu.**

Projektu se mohou účastnit nejen klienti JÚŠ. Délka pobytu je stanovena na 10 měsíců (školní rok), ale po dohodě je možné zajistit pobyt i v kratším termínu. Ubytování bude realizováno v jedno, případně dvougaronkách se základním vybavením a s příslušenstvím. Kapacita ubytování je 10 míst.

Klienti mohou využívat služeb JÚŠ

Organizátoři projektu chtějí klienty motivovat ke smysluplnému využití svého času a k vytvoření si programu činnosti. Mohou rovněž využívat služby zařízení JÚŠ jako je **stravování, ergoterapie, fyzioterapie, konzultace u lékařů JÚŠ, kroužky (dřevařský, keramický, koší-**



Kuchyně dvougaronky.

kářský, textilní), plavání v bazénu, popř. další vzdělávání. Klienti také mohou využít služeb organizací působících v areálu Jedličkova ústavu:

- **Asistence o.s.**, www.asistence.org, pomáhá s hledáním zaměstnání nebo brigády.
- **Občanské sdružení Borůvka**, www.osboruvka.cz, zprostředkuje pracovní místo v tréninkové kavárně **Ta Kavárna** (www.takavarna.cz) nebo pracovní místo v obchůdku sdružení.
- **Dílny tvořivosti o. s.**, www.dilnytvořivosti.cz, zajišťují programy zaměřené na rozvíjení samostatnosti, pracovních a sociálních dovedností.
- **Sportovní klub JÚ**, www.scjupraha.eu, nabízí možnost věnovat se např. atletice, boccii, cyklistice, lukostřelbě nebo curlingu.

Co si mohou vyzkoušet?

Účastníci projektu si vyzkouší každodenní úkony jako je příprava jídla, nakupování, obsluhování elektrospotřebičů – pračky, mixéru, mikrovlnné trouby, vysavače, naučí se hospodařit s finančními prostředky, udržování pořádku, psaní vlastních žádostí na úřady, vyhledávání informací nebo jednání a vyřizování si svých záležitostí. Nacvičí si cestování městskou dopravou apod.

Získají větší samostatnost a nezávislost na svém okolí. Ujasní si své další směřování.

Co potřebují?

Před podáním žádosti do programu proběhne se zájemcem osobní schůzka v JÚŠ. Společně zmapujeme jeho konkrétní očekávání, motivaci pro vstup, potřeby a míru předpokládané podpory ze strany průvodce. **Kontraindikací pro vstup do programu je zdravotní stav.** Zájemce



Jednogaronka samostatného bydlení.



Samostatné bydlení: domov pro osoby se zdrav. postižením v Jedličkově ústavu – vstup z ulice Na Topolce.

dokládá k žádosti **lékařský nález od praktického lékaře a další lékařské zprávy, které nesmí být starší jednoho roku.**

O vstupu do programu rozhoduje přijímací poradna Jedličkova ústavu, jejímiž členy jsou: ředitel JÚŠ, praktický lékař JÚŠ, vedoucí léčebné rehabilitace, psycholog a sociální pracovník. S klientem je před nástupem do programu sepsána **smlouva o poskytnutí sociální služby.** Cena za pobyt (bydlení, stravu, péči) se řídí zákonem o sociálních službách. Během pobytu je klient doprovázen určitým zaměstnancem JÚŠ, tzn. průvodcem – sociálním pracovníkem.

Upozornění: Program Samostatné bydlení není určen k řešení bytové situace klienta!

Kontakt

- Mgr. Marta Kůnová, sociální pracovníce JÚŠ, m.kunova@jus.cz, tel.: 241 083 567, www.jus.cz. Další informace na www.jus.cz/samostatnebydleni.

Zdroj: www.Helpnet.cz,
www.jus.cz/samostatnebydleni.

Zpracovala: Hana Klusová



Koupelna jednogaronky.

Ergoterapie pro zdraví i pro radost

Zdobení velikonočních vajíček

Velikonoce jsou nejdůležitější křesťanské svátky a k Velikonocům patří neodmyslitelně vajíčka. I v rodinách, kde se vajíčka příliš nezdobí, se v těchto svátečních dnech určitě častěji vyskytují v různých podobě na jídelníčku. V tomto vydání magazínu Vozka vám přinášíme několik tipů, jak si s velikonočními vajíčky trochu pohrát. Ono pohrát v tomto případě myslím doslova, neboť cílem naší rubriky je nejen seznámit vás s možnostmi, jak si trochu potrénovat jemnou motoriku, ale abyste se také něco dozvěděli a hlavě se pobavili.

Zdobí se vejce vařená, která jsou určena k rychlé spotřebě, či vyfouknutá – ty pak můžeme uschovat a příští rok opět použít k výzdobě bytu. Dnes už na trhu lze zakoupit kromě klasických vajec kuřecích i větší a pro zdobení pohodlnější vejce kachní nebo dokonce pštrosí. Pro ty si ale musíte sáhnout hlouběji do peněženky.



Co použít na barvení

K barvení vajíček se dají koupit speciální barvy na vejce nebo je možné je barvit pomocí přírodních prostředků:

- **žlutohnědá barva** – odvar z hnědých cibulových slupek,
- **zelená barva** – odvar ze špenátu, z mladých kopřiv,
- **červená barva** – šťáva z červené řepy.

Ke zdobení vajíček lze kromě jiného použít např. samolepicí obtisky, vlastnoručně vyrobené ornamenty z papíru nebo z jiných prostředků (bavlnky, třpytky, kůže apod.), dále můžeme podle vlastní fantazie tvořit ornamenty malované tuší (musíte mít odmaštěné vejce) či ornamenty z barevného vosku (barevnou voskovku



rozehřejeme s trochou včelího vosku a naším špendlíkovou hlavičkou na vejce). Zdobení se vůbec neobávejte, malujte, co srdce touží a co vám vaše možnosti dovolí. Domnívám se ale, že stejně jako já zjistíte, že většinou při zdobení méně je více. Velmi roztomile například vypadají drobná červená kvítka na zeleném základu nebo košík plný různobarevně puntíkovaných vajíček. Vystřihněte z barevných papírů nejrůznější drobné tvary, které pak lepidlem na papír pečlivě přilepte na vejce. Můžete také prostě jen vajíčko postupně natírat lepidlem (tekutým, např. Herkules) a postupně vejce omotat barevnými bavlnkami. Nebo takto ozdobte jen část vejce, nejčastěji se takto zdobí nejširší část.

Pokud nechcete pracovat se skutečnými vajíčky, můžete si koupit polystyrenová vajíčka (např. v OBI nebo ve výtvarných potřebách, v květinářstvích) a ta pomalovat pomocí temperových barev, napíchnout na špejli a dozdobit barevnou mašličkou. Na velikonočních trzích je možno též koupit malovaná vajíčka ze dřeva. Nejsou tak lehká jako skutečné kraslice, zato se vám při pádu na zem nerozbijí.



Několik praktických rad, jak správně zacházet s vajíčky

- Nekupujte naprasklá vejce, rychleji se kazí a mohou být zanesená nežádoucími mikroorganismy.
- Vajíčka uchovávejte v chladničce uložená špičkou dolů. Proč? Protože skořápka vajec je pórovitá. Množství a rozložení pórů je u různých vajec různé. U vajec čerstvě snesených je část pórů ucpána slizovitou blánou. Tento povlak se snadno setře. Zejména tupý konec vejce je hodně pórovitý a tvoří vlastně jakési „plíce“ vejce. Tudy je vdechován kyslík, ten se



uvnitř vejce mění na kysličník uhličitý, který vejce zase vydechuje.

- Skořápky vajíček jsou porézní a mohou pohlcovat všechny pachy, proto vajíčka raději skladujte zakrytá.
- Čerstvá vajíčka poznáte, vložíte-li je do osolené studené vody. Čerstvá klesnou ke dnu, stará plavou na povrchu.
- Vajíčka se skvrnitou skořápkou bývají napadená plísní. Prosvítíme-li je, uvidíme uvnitř temné skvrny. Tato vajíčka nepoužívejte.
- Před vařením vajíčka omyjte.
- Vajíčka natvrdo vařte 7–8 minut.
- Syrová vajíčka nepožívejte. Hrozí riziko nákazy salmonelou.
- Vajíčka při vaření neprasknou, když je na tupém konci propíchnete tenkou jehlou.
- Uvařené prasklé vajíčko oloupete nejlépe pod vodou.
- Uvařené oloupané vajíčko déle vydrží, uložte-li ho v chladničce do hrnku s osolenou studenou vodou.

Zdroj: www.i-creative.cz,
www.vasevelikonoce.cz, www.topzena.cz
a další.

Připravila: Blanka Falcňíková

Symbol vejce

Vejce je symbolem nového života (už od pohanských dob), plodnosti, úrodnosti, života a vzkříšení (protože obsahuje zárodek života), životní síly, narození, nesmrtelnosti, slunce, návratu jara, bezpečí (díky skořápce) a zárodečného chaosu, ze kterého vznikl svět. Vejce se také přirovnává k hrobu, který skrývá život (symbolické spojení s Ježíšovým zmrtvýchvstáním).

Vaříme s Vozkou

Rychle a jednoduše



Pokrmu, jejichž příprava vozičkáři nezabere moc práce a námahy. Uvítáme, když svými recepty přispějete i Vy!

Tentokrát na levnou a rychlou notičku

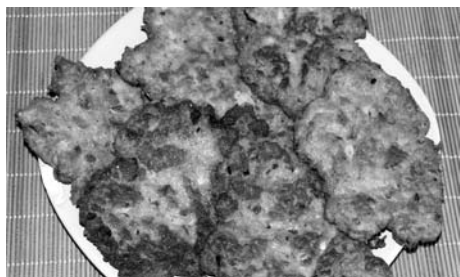
Připravili jsme pro vás tři recepty, které nevyžadují vysokou kuchařskou zdatnost, spíše jsou pro ty, kteří mají rádi dobré, rychlé a k tomu ještě i levné jídlo.

„Bramboráky“ ze suchého chleba

Tento recept je pro toho, komu i přes řadu úsporných opatření občas zbude doma kousek staršího chleba. V receptu je ale možné použít i chleba netvrďý, nedoporučuji ale chleba čerstvý, měl by mít aspoň několik dní.

Suroviny: Budete potřebovat chleba, uzeninu, vejce, koření (vegeta, kmín, majoránka, pepř), cibuli, česnek.

Postup práce: Vložíme do vody suchý chléb, a když se rozmočí, vymačkáme z něj vodu. Dáme do mísy, přidáme vajíčko, vegetu, uzeninu, kmín, majoránku, pepř, česnek (tolik, kolik ho dáváte do bramboráku) a trochu hladké mouky. Přidáme i na drobně nakrájenou cibuli, v chlebových pláčkách je velmi dobrá. Už nesolíme, protože vegeta je slaná dost. Smažíme na rozpáleném oleji dozlatova.



Nejlevnější plněné papriky

Suroviny: Bílé papriky, 300–400 g salámu Gothaj (mám ověřeno, že se velmi dobře rozpéká se sýrem), 300–400 g sýra, a to podle vaší chuti či nadutosti peněžen-

ky (s eidamem je to levnější verze, osobně kombinuji blaťácké zlato s goudou), olej. Vhodný asi může být i jiný měkký salám, ale to jsem zatím nezkoušela.

Postup práce: Nastrouháme nahrubo sýr i salám. Salám je dobré před strouháním vložit na chvíli do mrazáku, ale jen na malou chvíli – lépe se pak strouhá. Smícháme a plníme papriky, kterým jsme předtím seřízli vršek se stopkou a odstranili jádřince. Doporučuji po naplnění znovu přikrýt odkrojeným koncem papriky, aby nevytekla náplň. Pečeme v troubě při 200 stupních, dokud papriky nezměknou a nevytvářejí se jim puchýřky. Lze konzumovat s uvařenými brambory, ale vynikající jsou i s chlebem. A malé tajemství – výtečné i studené.



Fazolové lusky na slanině

Suroviny: 400 g mražených fazolových lusků (nekrájených), 150 g krájené anglické slaniny, dva stroužky česneku, sůl, zelený pepř.

Postup: Nechejte v misce povolit fazolky, nevařte, nespaujte. Nakrájejte na nudličky slaninu, prolisujte česnek. Rozmrzlé fazolky trochu prosolte. Na pánvičku vložte slaninu, promíchejte ji s česnekem a restujte do křupava. Pozor – nespalte, aby nebyla hořká! Raději trochu méně než více. Přidejte fazolky, důkladně promíchejte a společně zahřívejte 5–8 minut, fazolky získají chuť slaniny a česneku. Na talíři pak okořeňte čerstvě mletým zeleným pepřem. Hodí se jako příloha k masu, ale i jako večere s pečivem.

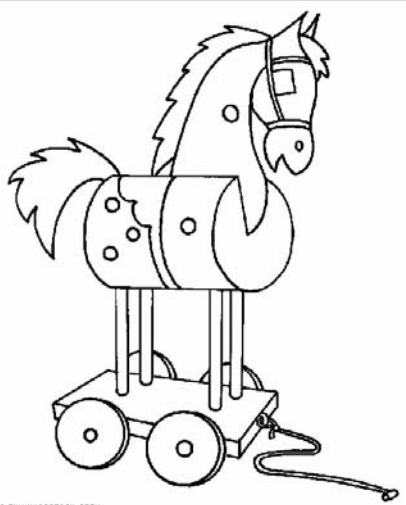


Dobrou chuť přeje Blanka!

Poznámky v žákovské knížce

- Když jsem vašeho syna vyvolala k tabuli, opáčil mi: „Piš pět, svačím!“.
- Váš syn mi dnes začal tykat, skákal mi do výkladu a chtěl vidět můj diplom.
- Váš syn při hodině hraje mariáš, hlásí dvacet, i když nemá krále a ještě se hádá.
- Přinesl do hodiny prášek na pečení a předstíral prodej drog. Odmítal vše vydat a nyní i přiznat.
- Simuloval zvonění školního zvonku budíkem, a když se mu na to přišlo, ještě tvrdil, že ho o to školník požádal.
- Přinesla do školy Dymogam (zápalná tableta proti hmyzu) a vykoupila celý učitelský sbor.
- Při písemné práci chtěl odejít na záchod a vymlouval se, že se pose-re.
- Strká si lentilky do nosu a hraje všemi barvami.
- Při měření ve fyzice používá vlastní měřicí přístroj a prohlašuje, že školní voltmetry nestojí za nic.
- Směje se mi za zády do očí.
- Vyvolán prohlásil, že nebude odpovídat bez advokáta.
- Pravidelně chodí do školy nepravidelně.
- Sebral třídní knihu, nechce ji vrátit a žádá výkupné.
- Při hodině dějepisu zapálil lavici a naváděl zbytek třídy, aby mě upálili.
- Vědomosti vaší dcery se rovnají nule; pro postup do vyššího ročníku je třeba, aby je minimálně zdvojnásobila.
- Nechává se od spolužáků osahávat a nehlásí to učiteli.
- Smrká mi do výkladu.
- Běhá po zdi.
- Strká ptáka do topeni! (poznámka žákovi, který nastražil do radiátoru chcíplého kosa).
- Tahá děvčata za mléčné vaky.
- Vyhrožuje mi smrtí!
- Straší děvčata ptákem (Sovou pálenou).
- Při hodině pleská mokrým pytlíkem o lavici.
- Při slohové práci „Nejhezčí zážitek z prázdnin“ popsal soulož.
- Znehodnotil nástěnný výtisk Mendělejevovy soustavy prvků vymyšleným prvkem – Spermium.

Kvíz



Koně, koníci, koníčky

- Když se v roce 1874 konal poprvé koňský dostih Velká pardubická, zúčastnilo se 14 koní se svými jezdci. Žokej Josef Váňa tam tehdy ještě nebyl (jinak by ho jistě vyhrál), ale v poslední době se jeho jméno objevilo na 1. místě listiny vítězů několikrát –
 - 5krát
 - 6krát
 - 7krát
- Lidové označení „koník“ se běžně užívá pro
 - sklapovačku
 - sešívačku
 - šněrovačku
- Na dětský loutkový film Ferda Mravenec si jistě vzpomenete: jak ten šikulka spravil cvrčkovi rádio, pro malé broučky postavil houpačky a kolotoč, nebo si ochočil luční kobylku – koníka. Předlohou mu byly komiksy a knížky Ondřeje Sekory. Kdo vytvořil tento film?
 - Karel Zeman
 - Jiří Trnka
 - Hermína Týrlová
- Mořský koník – hospodářský význam této malé rybky není velký, přesto se někde chovají. Uplatnění nacházejí v
 - gastronomii
 - akvaristice
 - Portugalsku – na tradiční podmořský dostih
- V r. 1993 se konal 1. ročník Ostravského koníka, v loňském roce pro-

běhl již 17. a byl zároveň Mistrovstvím ČR. Vždy zde účastníci vedou boje o vítězství. Kdo sem přijíždí měřit své síly ?

- mladí žokejové
 - šachisté
 - žakovská atletická družstva
- „Tichý blázen“ – toto označení zná určitě každý filatelista – tedy ten, který si jako svůj koníček vybral sbírání známek. I nefilatelisté však znají pojem modrý mauritius. Jakou hodnotu měla tato známka v r. 1847, když byla na ostrově Mauritius vydána?
 - 1 pence
 - 2 pence
 - 3 pence
 - Také sbírání různých modýlků aut, lodí, letadel atp. je docela rozšířený koníček. Dálkově řízený model, a to zejména automobilu, je ideální volbou pro hravého vozíčkáře s duší dítěte a bez ohledu na věk. Jaká je zkratka takovéto kategorie modelů:
 - RN (radio navigate)
 - RC (radio controled)
 - IN (infrared navigate)
 - Hodně lidí přistupuje k vaření jako k činnosti, která je nutná k fungování rodiny. Když si však člověk vybere vaření jako koníček, při přípravě jídla se baví. Při vymýšlení různých variant a zpestření pokrmů použije možná také kapary (kapary jsou nerozvinuté květy, pupata kaparových keřů rostoucích ve Středomoří). V jakém nálevu si je může koupit?
 - slaném
 - kyselém
 - sladkokyselém
 - Některé ženy uvádějí jako svůj nejmilejší koníček různé ruční práce. Při které činnosti se vytvářejí

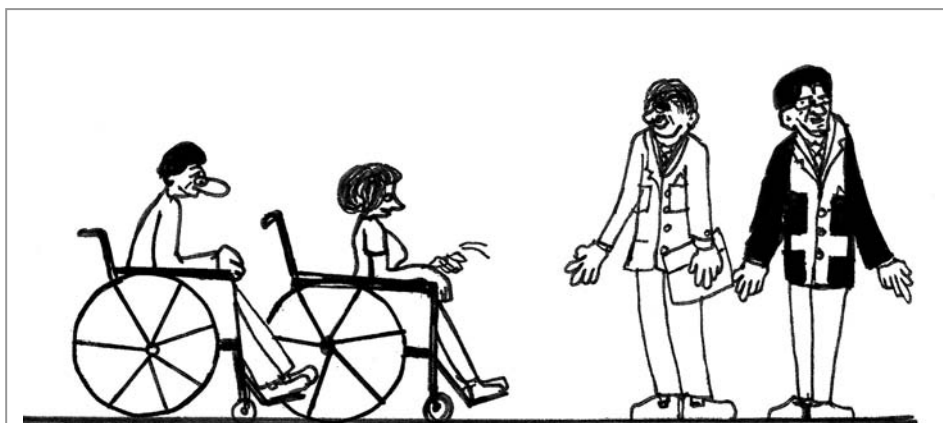
mj. krátké a dlouhé sloupky?

- pletení
 - háčkování
 - vyšívání
- V každém čísle magazínu Vozka je rubrika Cestování. Ti, kteří si jako koníčka vybrali poznávání nových míst, tyto stránky určitě velmi rádi pročítají. Najdou tam nabídky na bezbariérové ubytování, pozvánky na prohlídku přístupných pozoruhodností přírodních nebo architektonických. Nepřekvapí ani příspěvky čtenářů z pobytu v daleké Austrálii či švýcarských Alpách. Moje otázka však bude z Česka. Kam pojedete, když budete chtít strávit několik dní na chalupě v Bratřicích?
 - na Vysočinu
 - do Podkrkonoší
 - na jižní Moravu
 - Rybaření je hezký koníček, ale provozuje se i závodně. Který z těchto názvů neoznačuje základní techniku?
 - plavaná
 - položená
 - nahozená
 - Všude není houbaření tak rozšířené, ale v Česku je to velmi oblíbený koníček. Která naše houba se rozhodla bojovat proti alkoholismu? Jinak jedlá se mění po požití alkoholického nápoje v jedovatou.
 - hnojník inkoustový
 - líha nahloučená
 - sírovec žlutooranžový

Správné odpovědi: 1c, 2b, 3c, 4b, 5b, 6b, 7b, 8a, 9b, 10a, 11c, 12a

Sestavila: Milena Zahumenská

Trénink mozku - - prevence Alzheimerovy choroby



Jen ať si naši ministři škrtají jak chtějí. My je pak na oplátku v příštích volbách vyškrtneme taky, Pepo!

Milan Linhart

Kalendář akcí pro rok 2011

Sportovního klubu vozíčkářů Frýdek-Místek

Květen

Cykloturistický jednodenní pojezd

- Skvělá možnost projít a projet si uzavřený Vojenský prostor pěšky nebo na kole. Volný průjezd povolen jen v tomto jednom dni v roce! Trasa od 5 do 60 km, v rámci Akce Bílý kámen (www.akcebilykamen.cz).
- Místo konání: Vojenský újezd Libavá.
- **Termín: 1. 5. 2011.**
- Počet účastníků: neomezený.
- **Uzávěrka přihlášek: 15. 4. 2011.**
- Cena zájezdu: 250 Kč (platí pro 8 účastníků v mikrobuse), doprava vlastní.
- Svůj zájem potvrďte na e-mail: mmedduza@seznam.cz.

Pomlázka jinak – Májový víkend

- Víkendový pobyt se sportovním a zábavným programem pro ZTP a zdravé děti. Majitelé 4kolek si mohou vyjet do vojenského prostoru Libavá (jen na vlastní nebezpečí – není oficiálně povoleno), cyklovýlety po okolí.
- Místo konání: základna Salesiánů –

Hodoňovice? Hledáme nové místo.

- **Termín: 6.–8. 5. 2010.**
- Doprava: vlastní.
- Určeno pro: rodiny s ZTP a zdravými dětmi.
- Počet účastníků: 40.
- Cena pobytu: 550 Kč.
- **Uzávěrka přihlášek: 15. 4. 2011.**
- Svůj zájem potvrďte na e-mail: mmedduza@seznam.cz.

Paragliding paraplegiků – Vítr nezná slovo vozíčkář...

- Týden netradiční aktivní „třeba rodinné“ dovolené můžete prožít u jezera Lac du Annecy přímo v srdci Savojských Alp. Pro orientaci: Annecy je vzdušnou čarou vzdáleno 50 km od Ženevy a 20 km východněji od něj se nachází alpské středisko Albertville.
- Program: Tandemový paragliding pro vozíčkáře bude kombinován s návštěvou Annecy, koupáním v jezeře, výlety po krásné dlouhé cyklostezce (bývalá železniční trať) na handbicích, kolech či kolečkových bruslích. Max. 2 seskoky pro vozíčkáře (dle počasí).
- Místo konání: Annecy, Francie nebo Greifenburg, Rakousko.
- **Termín: 20.–29. 5. 2011** (vyhrazuje-

me si právo změny termínu i místa dle předpovědi počasí).

- Ubytování: kemp – ve stanech (<http://www.camping-lac-bleu.com/> = <http://www.fliegercamp.at/>), strava vlastní.
- Určeno pro: max. 4 vozíčkáře s doprovodem (NUTNÉ).
- Doprava: mikrobuse pilota a hlavního organizátora Jiřího Večerka (www.xfly.cz).
- Cena: 7 900 Kč/vozíčkář (doprava, poplatky výjezdy na kopec + ubytování + seskok).
- **Uzávěrka přihlášek: 31. 3. 2011.**
- Svůj zájem potvrďte na e-mail: skvfm@skvfm.com.

Červen

Dětský den

- Jednodenní sportovní a zábavný program pro ZTP a zdravé děti.
- Místo konání: Hodoňovice – Hostinec u Čendy.
- **Termín: 4. 6. 2011, 15–19 h.**
- Cena pobytu: talíř buchet (či jiné dobroty) na rodinu.
- Doprava: vlastní.
- Určeno pro: rodiny s ZTP dětmi.



Se sportovním klubem frýdecko-místeckých vozíčkářů se vydejte na jednodenní akce či pobyty v tuzemsku i zahraničí.

- Počet účastníků: neomezený.
- **Uzávěrka přihlášek: neurčena.**
- Svůj zájem potvrďte na e-mail: mmedduza@seznam.cz.

Červenec

Přejezd Podunajské cyklostezky

- Týden aktivní dovolené na kolech. Podunajská cyklostezka patří k nejděším a nejznámějším v Evropě. Hlavní část vede územím čtyř států – Německa, Rakouska, Slovenska a Maďarska, odsud se pak dá pokračovat až k Černému moři. Unikátnost této stezky spočívá v její malé obtížnosti a rozmanitosti okolí, dalo by se říct, že i proti proudu je to po rovině. Stezka je maximálně vhodná pro rodiny s dětmi (i malými).
- Přeprava ZTP dětí ve vlastních cyklovozičkách, tříkolkách nebo na tažných tyčích a handbicích. Možnost zapůjčení několika cyklovoziček a tažných tyčí. Budou zajištěni dobrovolníci pro pomoc při celém pobytu. Vhodné i pro netréované cyklisty!
- Místo konání: Passau-Tulln (celkem 300 km, 50–70 km/den).
- **Termín: 2.–6. 7. 2011.**
- Určeno pro: rodiny s ZTP dětmi i zdravými, ZTP mládež, vozíčkáře na handbiku.
- Počet účastníků: max. 40 osob.
- Doprava: BUS a možná i mikrobus.
- Ubytování: chatky – ubytovny, sociální zařízení společné.
- Cena: asi 3 000 Kč/os. (dětí do 6 let 2 000 Kč).
- **Uzávěrka přihlášek: 5. 4. 2011, nutno složit zálohu 1 500 Kč/účastníka.**
- Svůj zájem potvrďte na e-mail: skvfm@skvfm.com.

Prázdniny v Mukačevu

- Charitativní týdenní pobyt v ukrajinském Mukačevu. Pár dní „jiných prázdnin“ pro ukrajinské děti z Dětského domova v Mukačevu. Účast majitelů 4kolek velmi nutná, potřebná a vítaná! Poslední dva dny pobytu výjezd na 4kolkách do okolních Karpat – návštěva Koločavy.
- Místo konání: Mukačevo, Ukrajina.
- **Termín: 18.–24. 7. 2011.**
- Ubytování: prostory DD, při výletu škola v Koločavě(?)
- Počet účastníků: 20 osob – vlastní doprava, stravování v domově.
- Cena pobytu: pro majitele 4kolek se pokusíme získat finance na PHM.
- **Uzávěrka přihlášek: 15. 5. 2011.**
- Svůj zájem potvrďte na e-mail: skvfm@skvfm.com.

Srpen

Cykloprázdniny

- Víkendový cykloturistický pobyt na Jižní Moravě, kdy být cyklistou není nutnost.
- Místo konání: Lednice a okolí.
- **Termín: 19.–21. 8. 2011.**
- Počet účastníků: 40 osob (8 osob – mládež – do mikrobuse s cyklovletem pro 30 kol + ostatní vlastní doprava).
- Cena pobytu: v detailní pozvánce bude teprve určena.
- **Uzávěrka přihlášek: do 15. 6. 2011.**
- Svůj zájem potvrďte na e-mail: mmedduza@seznam.cz.

Září

Sejdeme se na Hoře

- Turistický výšlap na další kopeček MS Beskyd. Povrchem trasy je asfalt a turistický chodník.
- Místo konání: Pustevny – Radhošť.
- **Termín: 3. 9. 2011.**
- Počet účastníků: libovolný počet.
- Určeno pro: rodiny s ZTP dětmi, vozíčkáře, pro všechny zájemce o pohyb na čerstvém vzduchu.
- Doprava: vlastní.
- **Uzávěrka přihlášek: 15. 8. 2011.**
- Svůj zájem potvrďte na e-mail: mmedduza@seznam.cz.

Objevení hradu Helfštýn – pasování nových členů klubu

- Netradiční přijímání nových členů do klubu.
- Místo konání: hrad Helfštýn.
- **Termín: 16. 9. 2011.**
- Počet účastníků: 50 účastníků.



- Určeno pro: noví členové + přátelé klubu.
- Doprava: vlastní.
- **Uzávěrka přihlášek: 15. 8. 2011**
- Svůj zájem potvrďte na e-mail: mmedduza@seznam.cz.

Říjen

Víkend s dráčkem Mráčkem a opékáním vepřika

- Víkendový pobyt na již známém místě s celodenním programem se zaměřením na dračiska, draky, dráčky.
- Místo konání: Hodoňovice – základna Salesiánů dona Boska.
- **Termín: 7.–9. 10. 2011.**
- Počet účastníků: 40 osob.
- Určeno pro: rodiny s ZTP a zdravými dětmi.
- Doprava: vlastní.
- Ubytování: pokoje po 6–8, soc. zařízení společné.
- Cena: 550 Kč, děti do 6 let 300 Kč.
- **Uzávěrka přihlášek: 15. 9. 2011.**
- Svůj zájem potvrďte na e-mail: mmedduza@seznam.cz.

Prosinec

Mikulášská nadílka

- Promítání pohádky pro děti + nadílka od „zlého“ čerta, spol. večer.
- Místo konání: Hostinec u Čendy, Hodoňovice.
- **Termín: 4. 12. 2011.**
- Cena: dárek v hodnotě 50 Kč za každého člena rodiny.
- Počet účastníků: 30 ZTP + zdravých dětí + rodiny.
 - Určeno pro: rodiny s ZTP a zdravými dětmi.
 - **Uzávěrka přihlášek: 15. 11. 2011.**
 - Svůj zájem potvrďte na e-mail: mmedduza@seznam.cz.

Poznámka:

Termíny akcí bychom chtěli dodržet, ale je možná změna, proto si je raději kontrolujte s detailními pozvánkami, které vám posíláme před každou akcí mailem. **Děkujeme za pochopení.**

Naši činnost podporují:

Nadace Charty 77, Nadace OKD, Nadace Vodafone Česká republika, Nadace O2, 3W Projekt, AB Style, Arcimpex, Ferrit, Lékárna Pharmax a další sponzoři.

*Radek Krupa, SKV FM
Foto: archív SKV F.-M.*

KALENDÁRIUM 2011

CO, KDY, KDE

Datum	Akce, místo	Pramen – str.	Pořádá, informace
OPAKUJÍCÍ SE AKCE			
celoročně	Rehabilitační 14denní pobyty pro ZP děti s rodiči, areál Jedličkova ústavu, Praha	Vozka 07/1-62	JÚŠ, Praha, 241 083 100, www.jus.cz, B. Vlasáková, 241 083 517, vlasakova@jus.cz.
do června 2011	Koncerty České komorní filharmonie. Kongres. sál, hotel Crowne Plaza Prague. Vozíčkáři + doprovody – „volňásky“	Vozka 10/4-3	Jarka Franková, Pražská org. vozíčkářů, 224 827 210; 736 485 859.
2x týdně	Plavání jako sport i rehabilitace, bazén SOU pro těles. postiž. mládež, 17. Listopadu, Ostrava-Poruba	Vozka 05/3-48	KONTAKT bB, Petr Musálek, 724 220 417
pondělky	„Pondělky bez handicapu“ – bezplatné uvolňovací masáže pro děti s postižením, Ostrava-Mar. Hory.	Vozka 10/4-30, 11/1-34	Masérna na dlani Mariánky, 732 885 182, info@masernanadlani.cz
úterky	Basketbal – tréninky, hala SŠED (Stř. škola elektr. a dřevozprac.), Frýdek-Místek, (je zde i bazén).	SKV FM	SKV FM, Zdeněk Šnajder, 607 531 417, zdeneksnajder@centrum.cz
úterky, čtvrtky	Florbal na mech. vozíčkách – tréninky, hala Středního odbor. učiliště pro handicap. mládež, 17. listopadu, Ostrava-Poruba	Vozka 05/3-31; 06/4,5-22	Abak Pepino Ostrava, www.fbcostrava.cz, 603 362 127, Petr.Koutny@fbcostrava.cz
středy	ELIM - Klub seniorů, ELIM, 28. října 148, Ostrava	Slez.diakonie	CPKP, Maňásková Dagmar, 596 138 006
čtvrtky	Vozíčkářské ragby, tělocvična VSŽ, Ostrava-Mar. Hory, tréninky pro členy SKO a zájemce o pohyb.	SKO	SKO – Sportovní klub Ostrava, M. Hüner, 595 781 901
čtvrtky 17-19 h	Klub Prosaz – Klub pro těles. postiž. a přátele, Komunitní centrum sv. Prokopa, Praha 5	Vozka 10/4-74	Sdružení Prosaz, www.prosaz.cz
třetí čtvrtěk v měsíci	Integrační klub BRÁNA – setkání v klubu pro mladé od 15 do 35 let se zdrav. postiž., Syllabova 19, Ostrava-Zábřeh	CRSP	Centrum pro rodinu a sociální péči, brana@pro-rodiny.cz, 552 301 408, 774 244 081
první pátek v měsíci	Integrační klub BRÁNA – setkání v klubu pro děti od 7 do 15 let se zdrav. postižením, Syllabova 19, Ostrava-Zábřeh	CRSP	Centrum pro rodinu a sociální péči, brana@pro-rodiny.cz, 552 301 408, 774 244 081
JEDNORÁZOVÉ AKCE			
26. 3. od 19 h	Ples vozíčkářů, Společenský sál Střední školy Z. Matějčka, Ostrava-Poruba.	Vozka 11/1-4	Michal Mindek, 606 456 696
1. 4.-6. 11.	Kurzy – PC, anglič., digitální foto, poznávací, relaxační, výtvarné techniky, tvorba web. stránek, sportovní.	Vozka 11/1-22	Sdružení EXODUS, Třemošná, 377 856 539
2. 4.	Karneval 2011 aneb Roztancujme bariéry, Regionální centrum Olomouc, Jeremenkova 40 B.	Vozka 11/1-37	Regionální centrum Olomouc, 587 331 111, 724 444 317, 587 331 800
2. 4. od 20 h	18. ples Harmonie, Grandhotel Pupp, Karlovy Vary	Vozka 11/1-37	CZP Karlovarského kraje, 602 340 549
19. 4.-21. 4.	NON-HANDICAP – specializovaná výstava pro zdravotně postižené, Výstaviště Praha-Holešovice.	Vozka 11/1-29	Incheba Expo Praha, www.incheba.cz/non-handicap
24. 4.-9. 11.	Akce v Olomouci: 24. 4. 16 h – bowling. turnaj, Atlant; 5. 5. – benefič. golf. turnaj SPOLU; 27. 5. – Jazz Tibet, večírek Dobrého místa; 3. 9. 10 h – Handicap rally, atlet. stadion; 3. 9. 19 h – koncert k 20. výr. JITRO, Sklub; 9. 11. – Bílé tóny.	www.dobremis toprozivot.cz	O. s. Dobré místo pro život, Olomouc, 603 489 941, www.dobremistoprozivot.cz, info@dobremistoprozivot.cz.
1. 5.	Cykloturistický jednodenní pojezd, Vojenský újezd Libavá, v rámci Akce Bílý kámen. Uzávěr. přihl. 15. 4.	Vozka 11/1-71	SKV Frýdek-Místek, mmedduza@seznam.cz.
6.-8. 5.	Pomlázka jinak – sportovně-zábavný pobyt pro ZTP a zdravé děti. Základna Salesiánů Hodoňovice. Uzáv. přihl. 15. 4.	Vozka 11/1-71	SKV Frýdek-Místek, skvfm@skvfm.com.
20.-29. 5. (možnost změny)	Vítr nezná slovo vozíčkář – Paragliding paraplegiků, pobyt s tandemovým paraglidingem, Annecy, Francie nebo Greifenburg, Rakousko. Uzávěr. přihl. 31. 3.	Vozka 11/1-49, 71	SKV Frýdek-Místek, skvfm@skvfm.com.
25. 5. od 15 h	Roztroušená skleróza nemusí být handicapem – odborný seminář, sál zastupitelstva Krajského úřadu MSK.	Vozka 11/1-37	Roska Ostrava roska, 728 348 058.
27.-28. 5.	19. národní abilympiáda – soutěž dovedností dospělých se zdrav. postižením. ČEZ Aréna, Pardubice. Přihl. do 1. 4.	Vozka 10/4-73	Česká abilympijská asociace, 466 304 366
4. 6., 15-19 h	Dětský den, pro rodiny s ZTP dětmi, Hodoňovice – Hostinec u Čendy	Vozka 11/1-71	SKV Frýdek-Místek, skvfm@skvfm.com.
18. 6.	Recykl bazar s koncertem Kočka tahá dršky, Plzeň	Vozka 11/1-40	Felix, o. s., Kozolupy, 777 828 318
25.-26. 6. od 14 h	Setkání lidí s handicapem a jejich přátel, Horní Lhota, sportovní areál.	Vozka 11/1-53	Tomáš Vlč, 725 763 361.
2.-6. 7.	Přejezd Podunajské stezky – cyklo pobyt pro rodiny s ZTP dětmi i zdravými, ZTP mládež a vozíčkáře na handbiku. Uzáv. přihl. 5. 4.	Vozka 10/3-56, 72	SKV Frýdek-Místek, skvfm@skvfm.com
18.-24. 7.	Prázdniny v Mukačevu, Ukrajina, pro ukrajin. děti z Děts. domova + naši majitelé 4kolek. Uzávěr. přihlášek 15. 5.	Vozka 11/1-72	SKV Frýdek-Místek, skvfm@skvfm.com.
22.-26. 7.	Zážitkový kurz pro dospělé, Šumava	Vozka 11/1-40	Felix, o. s., Kozolupy, 777 828 318
19.-21. 8.	Víkendový cykloturistický pobyt, Lednice a okolí, Jižní Morava. Uzávěr. přihl. 15. 6.	Vozka 11/1-72	SKV Frýdek-Místek, skvfm@skvfm.com.

Informace jsou přebírány z uvedených zdrojů a kromě akcí OOV není záruka jejich aktualizace

Magazín VOZKA je vydáván a financován také za podpory a z prostředků:

- Ministerstva zdravotnictví ČR,
- Statutárního města Ostravy,
- Nakladatelství UMÚN s. r. o.,
- Městského obvodu Mor. Ostrava a Přívoz

OSTRAVA!!!

INZERCE

Soukromou inzerci si můžete podat také na web. stránky OOV: www.vozickari-ostrava.cz

PRODEJ

• Prodám antidekubitní nafukovací sedačku na vozík, zn. ROHO, 4komorová, vel. 45 × 45 cm, výška dle nafouknutí 6–10 cm. Tel. 739 318 099.

• Prodám výsuvné nájezdové lyžiny pro invalidní vozíky v délce 170–330 cm. Cena dohodou. Tel. 602 792 694.

• Prodám polohovací postel na kolečkách a s hrazdou. El. ovládání (6 funkcí). Pořiz. cena 35 tis. Kč, nyní na 10 tis. Kč. Dále prodám antidekubitní nafukovací postelovou matraci s kompresorem. Cena 2 tis. Kč. Tel. 725 602 734, Dřevohostice.

• Prodám repasovaný tříkolový elektrický skútr Calypso de luxe. Nosnost 116 kg, max. rychlost 12 km/h, málo použitý. Cena dohodou. Zájemci volejte na tel.: 573 397 788.

• Prodám vozík Benecykl Kozlík pro děti s pohybovým handicapem. Větší verze, nosnost do asi 50 kg. Lze jej použít variabilně: buď zapojit za bicykl nebo použít jako sportovní kočárek. Doplnky:

bouda, batůžek, pláštěnka, tažná tyč za kolo. Jako nový, málo používaný. Více



na: www.benecykl.cz. Pův. cena 22 tis. Kč, nyní dohodou. Štěpánka Karásková, tel. 723 722 518.

• Prodám Renault Megane Scenic kombi. Vyr. ve Francii 2004. Automat, ruční ovl. nožní brzdy, benzín, 1,6 l, 83 kW, 6,3 l/100 km, 32 tis. km. Šedozel. metalíza, velký naklád. prostor., el. ovl. oken a zpět. zrc., klima, dálk. zam., autorádio s CD, zimní pneu. Servisováno, garážováno. Cena 190 tis. Kč. Alena Zrůnková, ka.zrunek@tiscali.cz, mob.: 604 480 168.



• Nabízím oděvy navržené speciálně pro vozíčkáře s různými skrytými úpravami pro snadnější oblékání. Na vyžádání zašlu katalog s nafocenými detaily oděvů. Adresa: PŠT PROVOZ, kpt. Jaroše 335, Trutnov 541 01, nebo e-mail: pst.provoz@seznam.cz.

KOUPĚ

• Kdo daruje nebo levně prodá mech. inval. vozík široký alespoň 50 cm s plnými nejlépe širokými koly. Ostrava a okolí, tel. 732 577 019.

SEZNÁMENÍ

• Pohledný nekuřák, veselý pohodový a tolerantní abstinents s postižením jedné nohy s protézou a zatím berlí (2 roky) hledá ženu ještě s jiskrou. Hudba, kultura, kutilství, zahrádka, příroda, sport. Dobré, když věřící. Moravskoslezský a Olomoucký kraj. Mobil: 720 565 614 – i sms.

VZKAZY

• **Žádáme odesílatele částky v hotovosti 200,- Kč, kterou dne 20. 10. 2010**

Přihláška k odběru magazínu VOZKA

Přihlásit se můžete

• telefonicky:

- tel. redakce: 596 783 174, 10-17 h,
- tel. vydavatele, Ostravské organizace vozíčkářů: 596 786 353 (8-13 h)

• e-mailem: dzidopetr@volny.cz (redakce)

• z webových stránek: přihláškou staženou z www.vozickari-ostrava.cz

• dopisem: adr. Redakce Vozka, Petr Dzido, Tylova 4, 700 30 Ostrava 30

Při přihlášení uveďte: Vaši celou adresu a telefonní číslo.

Roční předplatné: minimální spodní hranice 100,- Kč/rok/4 čísla.

Při přihlášení v průběhu roku: částka podle počtu nevydaných čísel.

Číslo účtu pro platbu: 37 37 04 983 / 0300, specifický symbol: 201, variabilní symbol: VAŠE TELEF. ČÍSLO, zpráva pro příjemce: „VOZKA - rok předplatného“

Na požádání Vám můžeme zaslat poslední již vydané číslo (pokud je skladem).

VOZKA

kaleidoskop informací pro vozíčkáře

s platebními znaky pošty 701 394 2051 zaslal předtištěnou poštovní poukázkou typu „C“ Ostravské organizaci vozíčkářů, aby redakci Vozky sdělil své jméno a adresu (a telef. číslo a účel platby), které na doručovací části poukázky nevyplnil (a pošta poukázku přesto přijala...). Pokud peníze zaslal např. na předplatné Vozky, **nevíme o koho se jedná a jeho předplatné nemůžeme zaevidovat!**

Redakce, tel. 596 783 174

VOZKA

Severomoravský magazín pro vozíčkáře a jejich přátele

Rady, inspirace a motivace pro život na vozíčku

Vydává: Ostravská organizace vozíčkářů, o. s., Horymírova 3054/121, 700 30 Ostrava 30, www.vozickari-ostrava.cz, tel. 596 786 353, IČO: 66933579, b. ú.: ČSOB a. s., 373704983/0300 ■ Redakce 1 - objednávky, inzerce (šéfredaktor, grafika, sazba, hospodaření, marketink): Ing. Petr Dzido (dz), Tylova 4, 700 30 Ostrava 30, tel. 596 783 174 (10-18 h); dzidopetr@volny.cz ■ Redakce 2 - vedoucí vydání, styk s dopisovateli, redaktor, korektor: Pavel Plohák (pp), mob. 737 238 933, P.Plohak@seznam.cz, Dolní 87, 700 30 Ostrava 30 ■ Redaktoři: Blanka Falcníková (bf), Hana Klusová (hk), Ing. Jiří Muladi (dj) ■ Stálí dopisovatelé: Miroslav Filipčík (mf), Božena Šimková (bš), Milena Zahumenská, Josef Procházka, DiS. Veronika Malačová, Radek Krupa, Mgr. Milan Linhart, Dagmar Sedláčková ■ Technická spolupráce: Tomáš Dvořák, Radan Freiberg, Šárka Nosková, Marie Bářnová ■ Náklad 1 460 ks ■ Vychází 4x ročně v Ostravě ■ Cena předplatného: minimálně 100 Kč/rok ■ Registrace: MKČR E 12818 ■ Tiskne Repronis, Ostrava ■ Distribuci pro předplatitele provádí v zastoupení vydavatele Česká pošta, s. p., Postservis, Poděbradská 39, 190 00 Praha 9, tel. 284 011 810, -811, -813. Smluvní vztah mezi vydavatelem a předplatitelem se řídí Všeobecnými obchod. podmínkami pro předplatitele ■ Články (podepsané i zkratkou) nemusí být shodné s názory redakce a vydavatele ■ Vyhrazujeme si právo redakčně upravit externí příspěvky, nevyžádané rukopisy a snímky nevracíme ■ Vydáno za finanční podpory: Ministerstva zdravotnictví ČR, Statutárního města Ostrava, Nakladatelství UMÚN, s. r. o., Městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz aj.

Magazín VOZKA je adresně distribuován do všech krajů ČR: lidem s těžkým tělesným handicapem (TTH) - rodičům dětí s TTH, organizacím poskytujícím služby TTH lidem; Centřům a poradnám pro TTH občany, na kontaktní pracoviště rehabilitačních ústavů, do školských zařízení pro výuku dětí a mládeže s TTH, dále veřejnosprávním institucím, zabývajícím se problematikou občanů s TTH, firmám, poskytujícím služby občanům s TTH, do hlavních knihoven ČR aj.

Ocenění redakce: Výroční cena ministra zdravotnictví ČR za práci ve prospěch zdravotně postižených, Stříbrný kamínek Ostravské radnice a Asociace Trigon za nápaditou zpravodajskou a publicistickou činnost, Cena novinářů redakce zpravodaje Ostravská radnice a Centra pro komunitní plánování Moravskoslezského kraje za šíření informací o životě seniorů a zdravotně postižených.



Schodišťová plošina
ASCENDOR PLG7



Schodišťová sedačka
Thyssen Flow



Stropní zvedák
FREEWAY Xtra



MEDEOS s. r. o. Domažlická 1256/1, 130 00 Praha 3
pobočka: Františkánská 1333, 686 01 Uherské Hradiště

tel: 732 107 020, 773 599 955, fax: 572 501 576
medeos@medeos.cz

www.medeos.cz

SIMPLY CLEVER



MOBILITA BEZ LIMITU

Nabídka nových vozů pro osoby se zdravotním postižením

Máte zájem o nákup nového vozu?
Jste osobou se zdravotním postižením?
Jste držitelem průkazky ZTP-ZTP/P?

Máme zde nabídku právě pro Vás!



Škoda Octavia Prima Edition

Běžná prodejní cena včetně DPH bez zvýhodnění
Sleva pro handicapované ve výši až 13%
Příspěvek státu na zakoupení motorového vozidla až
Odpočet DPH pro handicapované při přiznání příspěvku
Cena po odpočtech pro kupujícího

1.2 TSI/77kW

334.900,- Kč
43.537,- Kč
100.000,- Kč
48.561,- Kč
142.802,- Kč

OBCHODNÍ CENTRA

OC BRNO

AGROTEC a.s., Olomoucká 176, 627 00, Brno, Tel: 736 490 250
e-mail: brno@carclub.cz

OC ČESKÉ BUDĚJOVICE

CB Auto a.s., Dr. Milady Horákové 1477, 370 05, České Budějovice, Tel: 731 648 586
e-mail: budejovice@carclub.cz

OC DĚČÍN

Gerhard Horejsek a spol., s.r.o., Oblouková 1416/9, 405 02, Děčín, Tel: 412 589 929
e-mail: decin@carclub.cz

OC CHLUMEC NAD CIDLINOU

HAVEX AUTO, Pražská 782/VI, 503 51, Chlumeck nad Cidlinou, Tel: 733 587 791
e-mail: chlumeck@carclub.cz

OC OSTRAVA

AUTO Heller, Cihelní 481/49, 702 00, Ostrava, Tel: 739 672 768
e-mail: ostrava@carclub.cz

OC PLZEŇ

Porsche Plzeň, Podnikatelská 1, 301 00, Plzeň - Borská pole, Tel: 377 432 644
e-mail: plzen@carclub.cz

OC PRAHA

Autosalon Klokočka Centrum a.s., Karlovská 660, 160 00, Praha 6 - Řepy
Tel: 739 306 710 e-mail: praha@carclub.cz

OC ZLÍN

Samohýl Motor Zlín a.s., tř. Tomáše Bati 642, 763 02, Zlín, Tel: 577 616 207
e-mail: zlin@carclub.cz

www.carclub.cz, www.skoda-auto.cz, tel: 739 306 714



Národní rada osob se zdravotním postižením ČR PROGRAM JE PODPOROVÁN NRZP

ŠkodaAuto Handy 

Jan Píbal - JP SERVIS
Na Městečku 137
387 51 Štěkeň

provoz: +420 383 393 249
mobil: +420 606 613 239

url: www.jpservis.eu
e-mail: info@jpservis.eu



KOMPLETNÍ ÚPRAVY AUTOMOBILŮ PRO TĚLESNĚ POSTIŽENÉ OSOBY
PŘEPRAVA A SERVIS UPRAVOVANÝCH VOZIDEL ZAJIŠŤOVANÁ PO CELÉ ČR
14 LET PROFESIONÁLNÍ PRÁCE V OBORU

Jsme schopni zabezpečit či navrhnout a realizovat jakékoli
úpravy vozu (jsou-li možné na daném typu vozu) dle přání
majitele tak, aby ovládání a užívání bylo co nejpohodlnější.

MOTOmed®

různé typy variabilních přístrojů MOTOMed® pro pasivní a aktivní
pohybovou léčbu umožňují pomocí motoru čelit následkům nedostatečného pohybu



viva1



gracile



letto2 ruce/nohy

novinka



viva2

Indikace:

Skleróza multiplex, mozková mrtvice, příčné ochrnutí,
spastické ochrnutí, neurologická onemocnění ...

- uvolňují křeče a omezují je
- napomáhají větší pohyblivosti
- podporují trávení a látkovou výměnu
- podporují krevní oběh a funkci srdce
- působí příznivě na nohy (jsou teplé a nebolí)

Příspěvek na pořízení MOTOMedu do výše 50% hodnoty přístroje mohou fyzické osoby získat od odboru sociálních věcí.
Vyžádejte si nezávazné informace od výhradního dovozce:

REPO-RECK spol. s r.o., Jablůnka 239, 756 23 Jablůnka nad Bečvou

tel. 571452291, fax: 571420855, mobil: 603214000,
e-mail: kontakt@motomed.cz, www.motomed.cz