



TÉMA PRO DISKUSI:
Parazité a roztr. skleróza

ZDRAVOTECHNIKA:
Elektrická tříkolka Rid-e

CESTOVÁNÍ:
Safari v zoo Hradec Králové

RADY, INSPIRACE A MOTIVACE • WWW.VOZKA.ORG

2/2015

Egypt: Potápěčský ráj

VOZKA

Colours bez bariér
s novinkami

17. června 2015

MAGAZÍN O ŽIVOTĚ A PRO ŽIVOT NA VOZÍKU

Ročník XVIII.



MUDr. František Hamza vtiskl „své“ léčebně moderního ducha – str. 19



- **NEGATIVNÍ DOZVUKY DRÁBKOVY REFORMY**
- **SPECIÁLNÍ PROGRAM NA ROZTROUŠENOU SKLERÓZU V SANATORIÍCH KLIMKOVICE**
- **NA ZAHRANIČNÍ DOVOLENOU DO HOTELŮ PŘÁTELSKÝCH PRO VOZÍČKÁŘE**

Foto: Jiří Muladi



 Individuální úpravy vozidel pro ZTP
 Montáž u zákazníka nebo zápůjčkové vozidlo
 Kvalita, bezpečnost a bezproblémový provoz
 Individuální přístup a řešení na míru

PROTEC
metal
www.protec-metal.cz
info@protec-metal.cz
 +420 734 750 344
 +420 777 788 903

Úpravy aut pro invalidy



Ruční ovládání všech druhů,
 mechanická i elektronická.
 Komplexní řešení přepravy.
 Plošiny, rampy, otočné sedačky.

Osvědčení od MD ČR a SR.
 Montážní střediska v ČR a SR.



IROA-HDC s.r.o.

Lodžská 808,

181 00 Praha 8

Telefon: 233 552 309, 283 852 945

e-mail: iroa@volny.cz

internet: www.iroa.cz





Rovné příležitosti pro OZP

Vláda ČR schválila v květnu 6. národní plán podpory rovných příležitostí pro osoby se zdravotním postižením na období 2015–2020. Cílem plánu je pokračovat v podpoře integrace osob se zdravotním postižením, kde zůstává nepříznivá situace v oblasti zaměstnávání. Ukazuje se jako potřebné provést celkovou revizi systému podpory zaměstnanosti této skupiny osob. Kromě toho je potřeba pokračovat v odstraňování bariér u veřejných budov i dopravních staveb a věnovat se uplatňování principu inkluzivního vzdělávání u dětí, žáků a studentů se zdravotním postižením. V neposlední řadě je nutné konečně nalézt transparentní a efektivního způsobu financování sociálních služeb.

Přibývá problémů s důchody

Za první tři měsíce roku se na ombudsmanku obrátilo 2 128 lidí s podnětem k šetření či žádostí o pomoc při řešení složitých životních situací. Výrazně přibývalo stížností v oblasti problematiky invalidních a starobních důchodů a sociálních dávek, a to o 15 % více než v roce 2014 (346 osob). V 52 případech z oblasti sociálního zabezpečení zjistil úřad nesprávný postup. Ve všech případech došlo k nápravě.

Nákupy – zdroj financí

Nakoupíte cokoli ve svém oblíbeném e-shopu a ten z vámi zaplacené částky věnuje předem známou část neziskové organizaci, kterou si vyberete. S tímto pozoruhodným konceptem přichází portál **Givt.cz**, který pro něj získal v tuto chvíli již téměř 200 obchodů, přičemž si nakupující mohou vybírat momentálně z 221 organizací, které chtějí nechat obdarovat.

Portál GIVT představuje zajímavou možnost, jak mohou neziskové organizace získat peníze na svoji činnost. Další informace na www.givt.cz.

Nestihli jste konferenci INSCO?

Patnáctý ročník konference INSCO o technologiích pro osoby se specifickými potřebami navštívilo 331 účastníků. Kdo se konference 28. března v Kongresovém

centru Praha nemohl zúčastnit, má nyní možnost zhlédnout videozáznamy přednášek: <http://www.helpnet.cz/aktualne/videozaznamy-prednasek>.

Práce pro OZP a 1 000 pracovních pozic

Pracovní portál **Práce pro OZP** navštívilo již 15 000 návštěvníků a část z nich si zde našla práci. Doposud bylo na portálu uveřejněno přes 1 000 volných pracovních pozic. Nabídky práce všech oborů jsou pravidelně aktualizovány. Nabízené pozice jsou rozděleny podle regionů, a to včetně práce z domova. Nejčastěji nabízené pozice se týkají práce v administrativě a úklidu. Možnosti inzerovat na portálu [ozpprace.cz](http://www.ozpprace.cz) využilo již přes 50 firem se sídlem v České republice a další stále přibývají. Další informace na <http://www.ozpprace.cz>.

Workcamp pro všechny

Mezinárodní dobrovolnické projekty, které jsou otevřené lidem se znevýhodněním, představuje a pomoc nabízí INEX – Sdružení dobrovolných aktivit. Projekty jsou otevřené lidem s postižením, z dětských domovů, ze sociálně znevýhodněného prostředí či dlouhodobě nezaměstnaným. Podrobnosti k projektům: <http://inexsda.cz/cs/clanek/w4all>.

Institut CEMI podporuje studenty s postižením

V sobotu 21. a 28. února 2015 proběhlo slavnostní zahájení studia na institutu CEMI. Při této příležitosti byly předány certifikáty osmi držitelům stipendia pro handicapované, jež byli vybráni na základě jejich osobního příběhu a motivace ke studiu. Stipendijní program bude pokračovat i letos. Noví zájemci o stipendium mají možnost své žádosti zaslat až do 31. srpna 2015. Pro stipendisty zahajující své studium v říjnu 2014 a únoru 2015 byla na stipendijní program vyčleněna celková částka 928 373 korun, přičemž v letošním roce je plánován podobný rozpočet.

Institut CEMI se snaží usnadnit život těm, pro které není vzdělání jednoduše dosažitelné. Poskytuje jedinečnou šanci zdravotně handicapovaným lidem a vybraným uchazečům formou stipendia umožňuje online studium MBA či LLM. Žadatel musí sepsat vlastní životní příběh, v němž uvede, jak mu studium pomůže v další kariéře a jakým způsobem získaný profesní titul využije pro pomoc dalším zdravotně postiženým. Stipendium se poskytuje v rozmezí od 50 do 100 % ceny studia a uděluje se na základě individuálního posouzení dvakrát ročně. Více na www.cemi.cz.

(bf)

Obsah čísla

ZPRAVODAJSTVÍ	1–7
SOCIÁLNÍ SLUŽBY.....	8–14
MOTORISMUS	11, 46–47
ZAMĚSTNÁVÁNÍ	13
VZDĚLÁVÁNÍ.....	15
ZDRAVOTECHNIKA	16–18
ZDRAVOTNICTVÍ	19–33
KULTURA	34–36
SPORT	37–38
CESTOVÁNÍ, POBYTY	39–45
LIDÉ, VZTAHY	47–51
LITERÁRNÍ DÍLNA.....	51
VĚDA A TECHNIKA	52
HISTORIE	53
PORADNA	54–57
VOLNÝ ČAS	58–61
INZERCE, VZKAZY, TIRÁŽ	62

VAŘÍME	58
ERGOTERAPIE PRO RADOST.....	59
KVÍZ	60

Přílohy

BAREVNÁ REKLAMNÍ PŘÍLOHA

Víte, že...

už v roce 805 našeho letopočtu založil Chalífa Hárún Ar-Rašíd nemocnici v Bagdádu?

Od 9. do 13. století pak stavěli a udržovali nemocnice po celé islámské říši – od Španělska po Indii, rovněž další vládcí. Kvalifikovaní lékaři uzdravovali nemocné, ale také prováděli výzkum a školili nové lékaře. V nemocnicích, kde se ujímali bohatých i chudých lidí všech náboženství, už tehdy sloužila různá oddělení – interní, oční, infekční, ortopedické, chirurgie i oddělení pro duševně choré. Každé ráno lékaři doprovázeni svými žáky prohlíželi pacienty na způsob dnešní vizity, přičemž jim předepisovali dietu i léky. Historici považují tyto nemocnice za jeden z největších úspěchů tehdejší středověké islámské společnosti.

Zdroj: <http://www.spirit.cz>

Z myšlenek moudrých

*Dnes mi doma vypadl
na 20 minut internet,
tak jsem šel do obýváku
popovídat si s rodinou.
Jsou to celkem milí lidé.*

Neznámý autor

Editorial

Ti na člověka
nejdou?

V minulém čísle našeho magazínu jsme se obsáhleji věnovali roztroušené skleróze a zejména v souvislosti s parazity se na toto téma rozproudila až nečekaně velká diskuse. Její podstatu, hlasy „pro“ i „proti“, přinášíme nyní jako téma čísla.

Faktem je, že oficiální místa se k výskytu parazitů u lidí v ČR buď nevyjadřují, nebo s určitou hysterií a vyhrožováním soudy poukazují na šarlatánství a placebo efekt. Přitom jediné, co se lze od odborníků tzv. hlavního proudu dozvědět se sto-percentní jistotou, je to, že roztroušenou sklerózu neumí vyléčit.

Jaksi jim ale nedochází to zásadní: kdyby roztroušenou sklerózu vyléčit uměli, nikdo by se nepídil po alternativních způsobech léčby. Člověka nemocného touto chorobou totiž vůbec nezajímá vzdělání doktorů, ani jejich obhajoba odborných názorů, ale jen a jen vyléčení.

Navíc parazitologie je u nás opravdu pole neorané. I veterináři jsou dál – mají léky pro čtyřnohé miláčky, psi bobky posílají na vyšetření a podle toho pak dávají anthelmintika. Ale co lidé – chovatelé psů a koček – majících červy? Kolikrát se odčervují? Nebo se snad máme domnívat, že parazitům je vzorem hláška z filmu Na samotě u lesa: To jsou blechy psí, ty na člověka nejdou?

Ke všemu jsou ještě parazitů spousta druhů a často jsou příčinou nepoznaných, popř. mylně stanovených diagnóz. Seriózní lékaři například netají, že plasmodia, chlamydie a borrelie jsou „novodobým morem“. Že je dokonce nedokážou vždycky zjistit a jen zřídka kdy vyléčit.

Moskevská praktická lékařka, kandidátka lékařských věd, Olga Ivanovna Jeliševová kupříkladu tvrdí: „V našem organismu probíhá zákeřná bitva bez pravidel, ne na život, ale na smrt. Vrazi nejsou jen nemilosrdní, jsou i chytří. Skvěle se přizpůsobili k boji, nevedou otevřenou válku. Tiše a postupně podkopávají imunitní systém svého hostitele, aby ho později zcela ovládli.“

Ale nejlepší stejně bude, když si každý na toto téma udělá vlastní názor, popř. dokonce prostuduje další zdroje...

Jiří Muladi

Podpořte
svého Vozku!

Magazín VOZKA vychází nepřetržitě od r. 1998. Jeho cena se za tu dobu měnila pouze jednou, a to v roce 2012 – cena ročního předplatného (4 čísla) se zvýšila ze 100 Kč na 160 Kč. Přesto je cena magazínu stále dotovaná.

Jelikož náklady na výrobu magazínu neustále narůstají (zpracování, cena tisku, distribuce atd.), nabízíme možnost **soukromým dárcům i firmám** podílet se na financování oblíbeného celostátního magazínu pro lidi s těžkým tělesným postižením, zejména vozíčkáře, ale i méně pohyblivé seniory a lidi s lehčími formami postižení.

Uvítáme každou finanční částku, kterou se rozhodnete podpořit vydávání magazínu VOZKA. Uveďte do zprávy pro příjemce kromě slova DAR i jméno a adresu, my Vám zašleme potvrzení o přijetí daru.

Děkuje Vaše redakce VOZKY

Způsob
podpory

■ Poštovní poukázkou typu A

Adresa majitele účtu: Ostravská organizace vozíčkářů o. s., Horymírova 3054/121, 700 30 Ostrava – Zábřeh

Ve prospěch účtu – č. účtu/kód banky: 256261415/0300

Zpráva pro příjemce: DAR – jméno a adresa

■ Bezhotovostní převod
na účet

Číslo účtu/kód banky:
256261415/0300

Popis: DAR – jméno a adresa

Novým šéfredaktorem
Vozky je Pavel Plohák

Petr Dzido omezil své angažmá
v magazínu pro vozíčkáře



Zleva: Petr Dzido, Pavel Plohák

Novým vedoucím projektu Vozka a šéfredaktorem tohoto časopisu pro vozíčkáře se v lednu stal dlouholetý redaktor a vedoucí vydání Vozky Pavel Plohák.

Dosavadní šéfredaktor a zakladatel Vozky Petr Dzido byl po 17 letech nucen ze zdravotních důvodů omezit svou práci. I nadále však bude členem redakčního kolektivu, v němž se bude věnovat sazbě tištěného Vozky, inzerci, správě webových stránek a části administrativních prací.

Redakce

Začíná vycházet
průvodce životními
situacemi

Publikace **Určitě si poradíte** bude postupně vycházet v jednotlivých krajích České republiky v knižní i v elektronické podobě, premiéru má v Kraji Vysočina.

Každý se někdy dostane do situace, kdy se v důsledku nemoci, úrazu nebo stáří musí postarat o sebe nebo své blízké. V takových případech všichni hledáme služby a rady, které nám péči usnadní. Hledáme stejné cesty, které už před námi hledali jiní, hledáme odpovědi na podobné otázky, hledáme, kdo nám pomůže, na co máme nárok apod.

„Z vlastní zkušenosti víme, že lidé s handicapem často shánějí informace, kde se dá. Někdo má štěstí a podrobně o všem ví třeba už z nemocnice. Někdo se vše potřebné dozví v rehabilitačním ústavu, někde jsou skvělí zaměstnanci na úřadě práce. Mnozí naši klienti se ale teprve u nás dozvědí, jak získat to, co by jim ulehčilo život. Proto průvodce vítáme a jeho vydání jsme podpořili,“ říká ředitelka Konta Bariéry Božena Jirků.

Zájemce se dozví, na co vše může od Konta Bariéry příspěvek získat, jak o poskytnutí příspěvku požádat. Vše doplňuje výčet možností, jak naopak pomoci Kontu Bariéry a jeho prostřednictvím lidem s handicapem.

Helpnet.cz

**Veletrhy
MEDICAL FAIR Brno
a REHAPROTEX
nakonec
v podzimním termínu**



Veletrhy Brno (www.bvv.cz)

Jak už jsme informovali na webových stránkách Vozky, po dohodě s partnery se veletrh rehabilitačních, kompenzačních a protetických pomůcek **REHAPROTEX** a veletrh zdravotnické techniky a zdraví **MEDICAL FAIR Brno** přesunuly z května 2015 do termínu **21.–24. října 2015**.

Tyto veletrhy budou součástí zdravotnických dnů Medical Summit Brno s plánovanou řadou odborných kongresů, sympozií a seminářů s mezinárodní účastí.

Termín uzávěrky přihlášek je 30. června 2015, závazná přihláška pro vystavovatele je k dispozici na <http://www.bv.cz/rehaprotex/prihlaska-rehaprotex/>.

Jelikož jsme v prvním letošním čísle Vozky (na str. 24) uvedli avízo o konání obou akcí s původně určeným květnovým termínem, omlouváme se tímto čtenářům Vozky i svým reklamním partnerům, ale o změně se rozhodlo až na konci března, kdy už první letošní číslo mířilo ke svým čtenářům.

Kontakt a další informace: Veletrhy Brno, a. s., Výstaviště 405/1, 603 00 Brno, tel.: 541 151 111 (spojovatelka, kontakt pro dotazy), info@bvv.cz, <http://www.bvv.cz/>.

(red)



Ilustr. foto: archiv Vozka

**Konto Bariéry
výrazně zvýšilo příspěvky
na vozíky a jiné pomůcky**

Konto Bariéry zvýšilo příspěvky, kterými pomáhá lidem s postižením financovat mechanické vozíky, zdravotní kočárky a sluchadla. Reagovalo tak na rostoucí ceny rehabilitačních a kompenzačních pomůcek a jejich příslušenství. Průměrně tak měsíčně mezi lidmi s postižením rozdělí víc než milion korun.

Členové Rady Konta Bariéry se shodli na tom, že pojišťovny, jejichž příspěvek tvoří základ financování pomůcek, sice přispívají vysokými částkami, přesto zbývají vysoké doplatky. „To, že můžeme více přispívat na vozíky nebo sluchadla, je především díky důvěře a přízni našich dárců. Jejich pomoc je pravidelná, každý měsíc pošle příspěvek na Konto Bariéry více než 40 tisíc lidí,“ říká ředitelka Konta Bariéry Božena Jirků.

Jak to vypadá v praxi

Na dražší mechanické vozíky v ceně nad 50 tisíc korun nyní Konto Bariéry přispívá 20 000 Kč místo původních 13 000 Kč. U levnějších vozíků se příspěvek zvýšil na 15 000 Kč, což je i výše příspěvku na zdravotní kočárky. Příspěvek na sluchadla se zvýšil na 8 000 Kč na jedno ucho, tj. 16 000 Kč na obě z původních 12 000 Kč. Cena jednoho sluchadla se může vyšplhat až na 25 000 Kč. Zdravotní pojišťovny přispívají částkou 5 900 Kč na jedno ucho.

Vysoké jsou i ceny mechanických vozíků, tzv. aktivních, tedy lépe ovladatelných (z lehčích materiálů, popř. doplněných nezbytným příslušenstvím jako nastavitelné opěrky zad, područky atd.). Lidé na vozíku mnohdy tráví celý den, jejich kvalita a hmotnost je tedy zásadní. Cena takových vozíků hravě překročí 50 000 Kč.

Na Konto Bariéry se každý měsíc obrátí se žádostí o příspěvek na 80 žadatelů. Až na výjimky jsou všechny žádosti podpořeny. Škála pomoci je velmi široká, přispívá se na bezbariérové úpravy bytů, přestavby automobilů na ruční řízení nebo na elektrické vozíky.

Žádost o příspěvek ke stáhnutí:

<http://www.kontobariery.cz/Projekty/Konto-Bariery/Potrebuji-pomoci.aspx>.

Více informací na:

<http://www.kontobariery.cz/>, nadace77@bbariery.cz, tel: 224 214 452, 224 230 216, 224 225 092.

Zdroj: www.helpnet.cz (hk)

**Očima
Moniky Henčlové**

Asistenční pes

Rozhodně si netroufám vysvětlovat vám, co je asistenční pes a co všechno má zvládat. Chtěla bych se jen pochlubit svými moudrými holčičkami. Jedna je francouzský bišonek a druhá je barevný boloňský psík. Sice jsou malé, ale velmi chytré.

Tak třeba: když už sotva mluvím a aby mě asistenti slyšeli, mlaskám na ně. Mým psím holčičkám byl ten zvuk vždycky ukradený, ale až do jednoho dne... Asistentka vařila guláš podle mých pokynů a míchala jak o život. Já na ni aktivně mlaskala, ona však byla zaujata tím gulášem. Vedle mě seděla na židli bišončí holčička, koukla jsem se na ni a zoufale se zeptala, co mám dělat. S klidným a něžným pohledem to vyřešila a prostě štěkla. Asistentce z leknutí vyletěla vařečka, couvla o metr a vyděšeně se na mě podívala. No hurá, konečně si mě všimla! Upravila mi můj posed na vozíku, pohlažením poděkovala bišonce za upozornění a dál se věnovala guláši. Chování mé bišončí holčičky je přece typická asistentce, no ne?

Ta černá však zajišťovala psí chování. Když asistentce vyletěla vařečka z hrnce až na zem a začala se věnovat mě, ta malá, černá, psí obhajovatelka rodu neváhala, vrhla se k vařečce a poctivě ji olízala. Samozřejmě nelenila, vařečku si jazyčkem otočila a neváhala olízat také podlahu... I toto je projevem asistence, vždyť pečuje o pořádek v mém bytě!

Zkrátka mám šikovné asistenční psy, i když v miniformátu.



Máte asistenčního psa?

Napište nám krátký text (příp. + foto) o tom, jak Vám pomáhá.

**Redakce: Pavel Plohák,
737 238 933, P.Plohak@seznam.cz**

Černá kronika

Trable, dramata a kuriozity

Vozíčkáři upadlo kolečko z vozíku, pomohla až policie

Na tísňovou linku zavolala jedno letošní lednové odpoledne žena z Pardubic. Žádala o pomoc pro svého příbuzného, kterému upadlo kolečko z ortopedického vozíku, a vzhledem k jeho váze (90 kg) mu sama nedokázala pomoci. Operační středisko na místo vyslalo hlídku i velitele směny pohotovostního a eskortního oddělení, kteří invalidního muže naložili do auta a odvezli do místa jeho bydliště. Smutné na celé události bylo to, že okolo procházela spousta lidí, ale nikdo nenabídl pomoc.

Ať si v base popřemýšlí

Případy týrání patří mezi ty nejvážnější trestné činy. V tomto případě byla oběť žena se zdravotním postižením. Policií byl obviněn její osmapadesátiletý druh, který byl koncem minulého roku odsouzen. Do vězení však nenastoupil a skrýval se, po muži bylo vyhlášeno celostátní pátrání. Letos v únoru ho policie našla, došla si pro něj do jednoho domu na Chrudimsku. Násilník skončil v poutech a poté i ve věznici.

Psychické i fyzické týrání trvalo již od roku 2004. Násilně se k ženě choval téměř denně, většinou byl posilněn alkoholem. Psychicky vyhrožoval i zabitím, fyzicky ženu mlátil, tahal za vlasy a škrtil.

Asistentka mi ukradla peníze, tvrdí ochrnutý mladík

Vozíčkář Artur Hubl (18) letos v únoru oznámil na policii, že mu jeho občasná asistentka měla odcizit z platební karty čtyři tisíce korun, když jí pověřil, aby mu z ní vybrala peníze. Dal jí kartu a sdělil jí i PIN. Potřeboval prý vybrat tisíc korun z bankomatu, ke kterému se kvůli schodům nemohl dostat.

„Bankovku mi přinesla, druhý den jsem ale zjistil, že kromě toho následoval ještě jeden výběr ve výši čtyř tisíc korun,“ řekl Novinkám mladík. Dívku zkontaktoval, podle jeho slov se mu ale vysmála a řekla mu, že do výše škody pěti tisíc korun nejde o trestný čin.



Artur Hubl

Foto: archiv A. Hubla

Žena u výslechu řekla, že nic nevzala a mladík se jí nařčením mstí za to, že nereagovala na jeho milostné návrhy. Mladík se teď bojí, že policisté uvěří tvrzení, že jde o pomstu a on sám bude obviněn.

Chtěl se přizívit na postižených

Od hostů jedné plzeňské restaurace vybíral 47letý cizinec peníze, které měly sloužit k vybudování mezinárodního centra pro neslyšící a tělesně postižené. Jeho jednání se však hostům a zaměstnancům pohostinství zdálo velmi podezřelé. Muž si totiž vybrané peníze strkal rovnou do kapsy kalhot. Proto vše oznámili na tísňovou linku policie. Výlupek chvilku nato putoval s policejní hlídkou na služebnu obvodního oddělení Plzeň-střed. Do té doby se mu od důvěřivých občanů podařilo vybrat 419 korun. S ohledem na výši finančních prostředků, které podvodem z poškozených vylákal, bylo jeho jednání kvalifikováno jen jako přestupek.

Drama v metru: Vozíčkář sjel do kolejí

Cestující ve washingtonském metru zažili na nástupišti drama, když letos v květnu sjel vozíčkář (54) do kolejí. Dva muži našťastí zachovali chladnou hlavu a neohroženě invalidu zachránili. Na záchranu nešťastníka měli přibližně pět minut, za které měl dorazit nejbližší vlak. Podle listu USA Today jim ale stačila necelá půlminuta, během níž vyprostili muže i jeho vozík. Vozíčkář byl převezen do nemocnice se zraněním obličeje.

V Kolíně nad Rýnem evakovali na 20 000 lidí, mezi nimi stovky invalidů



Evakuace ve čtvrti Riedl

Foto: Wolfgang Rattay, Reuters

Na 20 000 lidí evakovali koncem května v Kolíně nad Rýnem, když tam při stavbě našli nevybuchlou bombu. Bylo mezi nimi i 1 100 obyvatel domova pro invalidy a důchodce ve čtvrti Riehl. Ředitel zdravotní péče v domově Otto Ludorff uvedl, že evakuace byla pro obyvatele

vyčerpávající psychicky i fyzicky, protože je jim v průměru 86 let. Odpoledne se podařilo bombu zneškodnit. Podle médií šlo o tunovou americkou bombu z 2. světové války.

Pět let za brutální útok

Policisté z Trenčína obvinili 29letého muže z Ilavy z ublížení na zdraví. Před restaurací v Dubnici nad Váhem fyzicky napadl invalidního důchodce a způsobil mu vážné zranění. Násilník v březnu po předcházející hádce shodil na zem 32letého postiženého muže, který má problémy se srdcem, a když se pokoušel vstát, kopl ho do hrudníku. Postižený narazil hlavou na asfalt, utrpěl vážné zranění hlavy, spodiny lebeční a odřeniny zad. Už sedmkrát soudně trestanému muži hrozí trest odnětí svobody až na pět let.

Stařenka oslavila 100 let velkolepě díky Facebooku



Britka Winnie Blagdenová na své velké párty Foto: BBC

Ošetřovatelka 99leté Britky Winnie Blagdenové se obávala, že stařenka bude mít smutné sté narozeniny. Žije totiž sama a nemá vůbec nikoho. Po výzvě BBC na Facebooku dostala tisíce gratulací. Na velkou narozeninovou párty přišly desítky hostů. O jejím příběhu informovaly internetové stránky BBC.

Ošetřovatelé, kteří se o stařenku starají, se dozvěděli, že má Winnie slavit sté narozeniny. Zároveň také věděli, že poté, co jí zemřel manžel George, nebude mít s kým toto velké jubileum oslavit. O jejím příběhu se dozvěděla reportérka z BBC Radio Sheffield a vyvěsila na Facebook výzvu. Její ohlas zaskočil všechny, hlavně nic netušící stařenku. Do sídla rádia pro stařenku dorazily více jak dvě stovky dáreků, stovka květin a kolem šestnácti tisíc gratulací například až z Tchaj-wanu či Singapuru. Zaměstnanci BBC pak veškeré dary a pohledy předali stoleté dámě. Součástí jubilea byla i velká narozeninová párty s desítkami hostů, výlet limuzínou, pobyt v hotelu, večere či velký dort.

„Vůbec nevím, proč je z toho takový poprask, ale všem moc a moc děkuju, bylo to krásné,“ nechala se slyšet Winnie Blagdenová.

Zdroj: Aktuálně.cz, Novinky.cz, DPA, PČR, TASR, ČTK

(bf)

Napsali jste nám



Solidarita? Neznám...

V České republice se zvedne vlna solidarity vždy, když se stane nějaká katastrofa – např. přijde povodeň či něco vyhoří...

Ale co když někdo „vyhořel“ a nemá sílu jít dál? Když nenašel pochopení nikde a skoro u nikoho... Chápe jej jen psycholog, psychiatr, pochopí ho v psychiatrické léčebně. Já chci JEN své „doma“ – chci se v noci vyspat, chci mít někde „své“ místo, kde mě nebude nikdo obtěžovat, kde prostě budu mít své soukromí.

Jsem vozíčkářka, takže potřebuju bezbariérové bydlení – pronájem. Jsem i psych. „kripl“. Špatně vidím i slyším. Na základě znaleckého posudku jsem v roce 2009 byla zbavena svéprávnosti, kdy o mně, když „normálně“ myslím, rozhoduje opatrovník. Jsem nyní v zoufalé situaci...

Někdy to dojde tak daleko, že musím být umístěna do psychiatrické léčebny.

Píšu poezii, mám napsanu svou autobiografii, ale nemám peníze na vydávání knih.

Pokud mi někdo bude chtít pomoci, kontakt na mě je v redakci Vozky. Děkuji...

Autorka si nepřála zveřejnit své jméno

Konec slyšení

A je tu jaro, skoro léto.... Je nejvyšší čas provětrat skříň, šatny, sklepy a garáže. Ani netušíte, kolik zajímavých věcí najdete. Vám už asi budou k ničemu, ale existuje spousta lidí, kterým by ty věci nějak pomohly.

Také jsem vyklidila prostory a našla kolečkové křeslo, které sama už neužiju, ale někdo jiný určitě ano. A tak jsem napsala inzerát a za vozík nechtěla moc. Během krátké doby přijela paní, která ještě jakžtakž chodí, ale kvůli postupující nemoci už to není nic moc. Díky vozíku se může jet podívat i na místa, na která už si netroufla. To byl ale hřejivý pocit. Vyklidila jsem sklep, někomu dalšímu udělala radost a mně bylo krásně u srdce.

Ráda bych vám všem tento postup doporučila. Ze svého bytu si nedělejte skladiště a raději všechny ty věci pošlete o dům dál. U zdravotnických potřeb to platí dvojnásob. Teď mám například šestnáct balíčků (po deseti kusech) inkontinenčních podložek. Je fajn mít pod sebou něco, co vsákne tekutiny, ale nepošle je o patro níž. Chráním si tak třeba matraci na posteli, ale také gauč nebo kolečkové křeslo.

Sami víte, že jako OZP lepíte díru dí-

rou. Proč si tedy neusnadnit a nezpříjemnit život? Pořád je to přece život!

Monika Henčlová

Rychlík Opava–Praha a cestování vozíčkářů

■ Pan František Šenk z Opavy nám přeposlal svou korespondenci se zástupci ČD ohledně nového spoje – přímého vlakového spojení mezi Opavou a Prahou. (Redakčně kráceno)

Dobrý den,
uvítal jsem zavedení přímého vlakového spojení mezi Opavou a Prahou v červnu. Prosím o zodpovězení otázek, které z tiskové zprávy nevyplývají:

- 1) Od kdy bude vlak jezdit?
- 2) Jak bude řešena přeprava vozíčkářů, mezi něž patřím?
- 3) Jaký typ soupravy bude na této trase jezdit, bude nutno použít v mém případě zvedák nebo lze najet do vlaku přímo – v úrovni nástupiště?

Odpověď ČD:

Dobrý den, pane Šenku.

Přímý spoj z Opavy do Prahy vyjede poprvé v **pondělí 15. června**. Tento spoj jezdí v současnosti jako IC Sprinter mezi Bohumínem a Prahou a od 15. června bude ze Svinova jezdit nově do Opavy. **V současnosti není v této vlakové soupravě řazen vůz uzpůsobený pro přepravu osob se ztíženou možností pohybu.** Rádi bychom tuto možnost nabídli, ale v současnosti bohužel nedisponujeme takovým množstvím vozů. **Zvažujeme možnost případného nasazení od nového jízdního řádu.**

Pane Šenku, je nám líto, že přímé spojení z Opavy nevyhoví všem cestujícím, pro Vaši cestu do hlavního města můžete využít bezbariérových spojů z Opavy do Ostravy-Svinova a dále pak spojů SC, EC/IC, Ex. Děkujeme za pochopení.

S přátelským pozdravem
Kateřina Šubová, tisková mluvčí ČD

Dobrý den,

ČD mě opět zklamaly – už roky používám občas spojení Opava–Praha s přestupem v Ostravě-Svinově. Opustil jsem jízdy Pendolinem, protože se sice musí zavčas objednávat zvedací plošina, pak ale s napětím čekáte, zda u vlaku bude...

V Opavě (do Elefantu) jsem s dopomocí zajel vždy bez problémů. Začal jsem – k mé plné spokojenosti ze Svinova jezdit Leo Expresem, kde je nasedání mnohem snazší než u ČD.

Takže u vás opět nic, hodně let za běžným světem – vlakem jsem jezdil bez problémů v Evropě i v Austrálii.... Za pochopení neděkujte, já jsem to nepochopil.

Rád se od vás dozvím časem něco povzbudivějšího.

S pozdravem František Šenk

■ K podobnému tématu nám poslal svou korespondenci s ČD i pan Pavel Carbol z Pusté Polomi. (Redakčně kráceno)

Vážený,

dne 6.dubna 2015 proběhla médii zpráva (s videem), kde předvádíte, potažmo zkoušíte i s vozíčkáři speciálně upravený vagon pro vozíčkáře. Na rovinu řeknu, že mě samotného to velmi překvapilo, ale zároveň i zklamalo. Když jsem totiž vašim příslušným zaměstnancům položil dotaz, zda konečně nasadíte i tyto speciální vagony do souprav jedoucích z Ostravy na Prahu a zpět, odpověděli mi, že o tom zatím neuvažují...

Odpověď ČD:

Vážený pane,

velmi nás těší, že pro Vaše jízdy využíváte služeb naší společnosti. K dané problematice uvádíme následující vyjádření.

Naši zákazníci mají možnost si z naší nabídky vybrat spojení, které jim na základě vyhlášených podmínek nejvíce vyhovuje. Vzhledem k souběhu vlaků IC s vlaky SC byly multifunkční vozy z vlaků IC přesunuty do dalších regionů, tak aby i další vozíčkáři měli možnost využít jízdu vlakem. Ve vlacích SC Vám plně platí jízdné ZTP (ZTP/P) s povinnou místenkou. V případě, že chcete jet vlakem IC, máte možnost prostřednictvím formuláře (na stránkách www.cd.cz) o tuto jízdu požádat. **Po posouzení technologických možností a možností vozového parku ČD Vám přeprava bude nebo nebude schválena.** O výsledku našeho rozhodnutí budete vždy včas informován.

V tomto případě se domníváme, že se nejedná o diskriminaci handicapovaných osob. Samozřejmě, pokud s těmito podmínkami nejste spokojeni, máte právo se svou stížností, požadavkem nebo žádostí obrátit na další subjekty. Pro Vaši informaci uvádíme, že pravidelně jednáme se zástupci NRZP ČR, kdy projednáváme oboustranné připomínky a požadavky.

S přáním příjemného dne

Dana Šlajerová,

KOD – oddělení kvality a kontroly,
Generální ředitelství ČD, a.s.

Česká asociace paraplegiků – CZEPA

Semináře o principech správného sezení na vozíku v regionech ČR
VozejkMap oceněn Cenou Nadace Vodafone Rafael

Semináře mají úspěch

Zdeňka Faltýnková, spinální specialista z České asociace paraplegiků – CZEPA, pořádá ve spolupráci s firmou Medicco i v tomto roce semináře principů správného sezení – výběr a nastavení vozíku. Letos jej uspořádala již v RÚ Kladruby ve středních Čechách, na Obchodní akademii Olgy Havlové v Janských Lázních na Trutnovsku a ve Zlíně. Všechny byly hojně navštěvované.

Účastníci seminářů se seznámili s aktuálně nabízenými pomůckami (sedacími polštáři, mechanickými či elektrickými vozíky a sportovním vybavením). Mnozí využili také možnost měření rozložení tlaku pod sedacími partiemi pomocí přístroje CONFORMat Systém. Díky této diagnostice lze objektivně zhodnotit stávající sedací polštář a případně doporučit vhodnější komplexní řešení pro správné nastavení vozíku včetně výběru typu zádové opěrky. Úzkou souvislost má výběr typu sedacího polštáře jako jedno ze základních preventivních opatření před vznikem dekubitů – prosezenin. Zdálnivě jednoduchá a přenosná poduška s mnoha senzory se umístí na sedací polštář, klient se posadí tak, jak je zvyklý, a díky propojení s počítačem příslušný software vyhodnotí bodové rozložení tlaku pod sedacími partiemi či zády.

Víte, že i sedací polštář má svou životnost? Hojení dekubitů můžete významně ovlivnit vhodným sedacím polštářem. Znáte nějaké odlehčovací techniky pro prevenci dekubitů? Potěžkali jste si už opěrku zad k mechanickému vozíku v karbonovém provedení? Nechte zkouknout svůj sed odborníky, možná budete překvapeni, jak moc ho můžete vhodně zvolenými pomůckami zkorigovat.

O dalších seminářích se dozvíte na webové stránce www.czepa.cz.

Rafael pro VozejkMap

Letošní ročník celostátní konference INspo, která se konala 28. března v pražském Kongresovém centru, přinesl mnoho zajímavostí a aktualit z oblasti informačních a komunikačních technologií, které významně pomáhají lidem s různým handicapem. Novinkou konference bylo také předání **Ceny Nadace Vodafone Rafael**. Je oceněním za využití informačních a komunikačních technologií inovativním způsobem, s dopadem na zlep-



Zdeňka Faltýnková na semináři v Janských lázních

Foto: Petr Alina

šení kvality života lidí se zdravotním postižením.

Cenu Nadace Vodafone Rafael získala Česká asociace paraplegiků – CZEPA za projekt **VozejkMap**, mapu bezbariérových míst s navigací. Nadace Vodafone ji udělila poprvé, společně s finančním darem 300 000 Kč. Ředitel Nadace Vodafone Ondřej Zapletal ji předal zástupci České asociace paraplegiků – CZEPA, administrátorovi portálu VozejkMap Stanislavu Kubíkovi.



Foto z předání ceny Inspo 2015

Foto: INspo

Autorem fyzické podoby ceny je přední český sklářský akademický sochař Marian Karel. Ručně broušený skleněný válec z optického skla, v půli rozříznutý platinovou vrstvou, vytvořil sklářský výtvarník Jan Frydrych. Designový artefakt zrcadlí oku logo Ceny Nadace Vodafone Rafael, vypískované na vnějším plášti

válce. Dokonale čistý, lesklý tvar vyznačuje nový rozměr a podle barvy pozadí předmětu nečekaně promítá i další barevná pojetí.

„Velmi si považujeme této ceny. Každým rokem aplikaci inovujeme a hledáme nové nápady, jak VozejkMap dále rozvíjet. Aplikace doprovází vozíčkáře nejen na cestách, ale má sloužit také k tomu, aby vytáhla ven také ty, kdo si ještě kvůli špatným zkušenostem s bariérami na cesty vůbec netroufají,“ říká ředitelka České asociace paraplegiků – CZEPA ředitelka Alena Jančíková, která je sama vozíčkářka.

Přesvědčte se o tom i vy, že aplikace VozejkMap otevírá dveře k novým cílům bezbariérového cestování. Databáze nyní poskytuje více jak 7 800 ověřených bezbariérových míst a je tak skvělým pomocníkem pro vaše letní cestování do neznámých končin. Můžete si místa předem vytipovat na portálu www.vozejkmap.cz nebo používat aplikaci VozejkMap, kterou zde najdete zdarma ke stažení do svého mobilního zařízení (chytrého telefonu, tabletu atd.). Pak budete ke šťastnému cíli vaší poutě navigování GPS navigací.

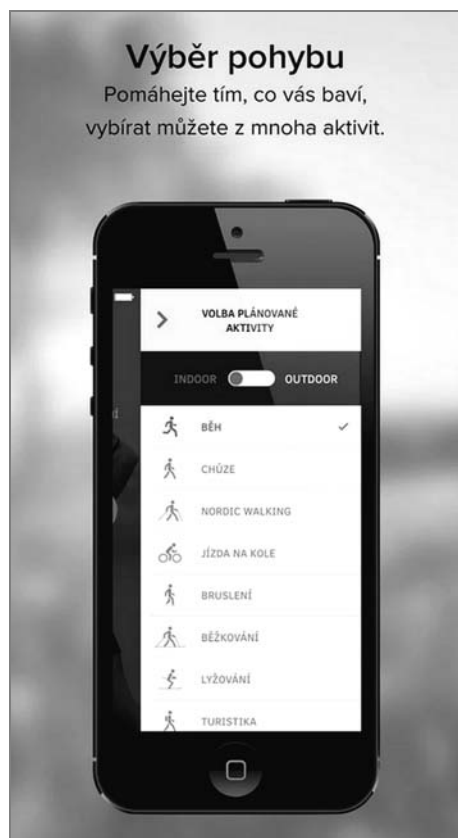
Vložili jste už vaše osvědčená bezbariérová místa do VozejkMap? Podělte se o ně s ostatními a nabídněte si z pestré nabídky míst od ostatních uživatelů. Cestování vám přinese pohled do vámi oblíbených známých končin i na své problémy z úplně nové perspektivy.

Mobilní aplikace **EPP – Pomáhej pohybem** přináší podporu od Nadace ČEZ

Mobilní aplikace EPP – Pomáhej pohybem je nástroj, díky kterému má uživatel možnost vlastním aktivním pohybem určovat, které projekty a v jaké výši má Nadace ČEZ finančně podpořit.

Aplikace zaznamenává pohyb uživatele (např. chůzi, běh, jízdu na kole, lyžování, ale třeba i interiérové aktivity typu běhu na běžícím pásu) a kromě běžných údajů o rychlosti, čase, tempu či vzdálenosti také generuje body. Tyto body může uživatel kdykoli věnovat některému z aktuálně nabízených projektů neziskových organizací, škol nebo obcí. Pokud uživatelé aplikace svým pohybem nashromáždí za daný čas určitý počet bodů, Nadace ČEZ projekt podpoří konkrétní dopředu stanovenou částkou. Aktuální a již úspěšně podpořené projekty včetně cílových částek a stavu bodů lze sledovat na www.pomahajpohybem.cz nebo na www.nadacecez.cz. Mezi ukončenými byly např. i projekty Sportovního klubu vozíčkářů Praha nebo Pomocných tlapek, aktuálně (v době uzávěrky Vozky č. 2) probíhá projekt Výtah pro Kaňku, známou neziskovku z Tábora.

pohybu atd. Stažení aplikace, její používání i generování bodů je zdarma, k jejímu používání není nutné datové připojení – to vyžaduje aplikace pouze v případě, kdy chce uživatel přiřadit získané body některému z aktuálně nabízených projektů nebo k načtení stránky s novinkami.



Aplikace může fungovat i jako klasický **sport tracker**. Generuje také statistiky osobních výkonů tříděné po dnech, typech



Ondra a jeho spolužáci

Foto: Nadace ČEZ

O Nadaci ČEZ

Nadace ČEZ vznikla v roce 2002 jako jedna z prvních firemních nadací v České republice. Každoročně podporuje řadu projektů, které reagují na aktuální potřeby společnosti. *Oranžové schody* pomáhají integrovat žáky a studenty se zdravotním postižením, *Oranžová hřiště* dávají dětem i dospělým bezpečný prostor pro sport a hry, *Oranžové učebny* podporují výuku technických předmětů na základních a středních školách, *Podpora regionů* dává příležitost rozvoji komunitního života. *Oranžové kolo* zapojuje do pomoci potřebným veřejnost, osvětlené *Oranžové přechody* zvyšují bezpečnost chodců a *Stromy* přinášejí do měst a obcí novou zeleň. Více na www.nadacecez.cz.

Aplikace je optimalizována pro mobilní telefony s operačními systémy Apple iOS od verze 7 a Android od verze 4.0. Používání aplikace je buď anonymní, nebo s registrací prostřednictvím e-mailu či účtu na Facebooku.

Podpořené projekty

Jako první dosáhl cílové částky útulek pro psy **DogPoint**, vzápětí ho následovala bruntálská dílna **Polárka**. Pro **Ranou péči** běželi i závodníci Run Tour v Olomouci.

Úspěšný byl i **Letní tábor pro handicapované děti**, **Psychiatrická nemocnice v Beřkovicích** a **Záchranná stanice pro volně žijící zvířata**. Zatím nejvyšší podporu získala **základní škola v Líbeznicích na instalaci plošiny pro páťáka Ondru** (obr.).

Tým Nadace ČEZ zařazuje stále nové projekty a další čekají. S EPP pomáhá několik desítek tisíc přispěvatelů.

Tým Nadace ČEZ

Realizaci projektu VOZKA podporuje Nadace ČEZ



Autobus Rudolf

respektuje potřeby žáků a studentů s handicapem

Jedličkův ústav a školy (JÚŠ) funguje od roku 1913 a pomohl už tisícům dětí s handicapem zajistit kvalitní vzdělání včetně přípravy na budoucí povolání. Kromě samotného studia však JÚŠ organizuje také řadu aktivit a výletů, ke kterým byl do letošního února využíván téměř 20 let starý autobus Karosa. To už je ale minulost. Nyní zde mají – díky iniciativě Nadace Jedličkova ústavu – k dispozici novou Scania OmniExpress 360.

Ředitel JÚŠ Petr Hrubý k tomu říká: „Při cestách na výlety, dlouhodobé pobyty i naučné exkurze musíme a hlavně chceme respektovat potřeby všech žáků. Proto je nutný autobus s plošinou umožňující současnou přepravu většího počtu lidí, kteří využívají ke svému pohybu vozík. S Karosou HD 12 jsme najezdili mnoho skvělých kilometrů, ale zub času se na ní podepsal natolik, že poslední dobou jsme ji už raději nevyužívali k zahraničním výjezdům. V současnosti se navíc vyrábějí čím dál tím těžší elektrické vozíky a naše původní plošina s nosností 120 kg s nimi měla občas velký problém.“

Pomohla Nadace Jedličkova ústavu

O nákup nového autobusu se obrovskou měrou zasadila **Nadace Jedličkova ústavu**. Ta zorganizovala veřejnou sbírku, díky níž se povedlo vybrat 4 942 755,40 Kč a zajistit tak financování nového vozidla. To muselo splňovat velice náročné požadavky.

„Samozřejmostí byla plošina pro vozíčkáře, dále jsme potřebovali vysoké nákladové prostory a zarovnané podlahy,“ vysvětluje Petr Hrubý. „Přibližně polovina sedadel musela být snadno vyjímatelná pro nastavení různých konfigurací a na všech jsme požadovali bezpečnostní pásy.“



Autobus se jmenuje Rudolf na počest prof. Rudolfa Jedličky, zakladatele JÚŠ

Foto: <http://nadaceju.cz/>



Slavnostní křest autobusu

Foto: <http://nadaceju.cz/>



Autobus je vybaven zdvižnou plošinou pro vozíčkáře

Foto: <http://nadaceju.cz/>

Autobus Scania OmniExpress 360 je osazený třináctilitrovým motorem Euro 6 bez EGR o výkonu 410 k. Má celkovou kapacitu 24 standardních sedadel, 20 vyměnitelných sedadel a šest míst pro vozíky. Pro nastupování vozíčkářů je pak vůz vybaven elektrickým výtahem Mega Lift. Dodávka takto specifického autobusu je vůbec první v dvacetileté historii společ-

nosti Scania Czech Republic.

Na všechny plánované cesty pak autobus vyrazí pod jménem **Rudolf**. Studenti Jedličkova ústavu a škol vybrali toto jméno na počest prof. Rudolfa Jedličky, zakladatele ústavu. Autobus byl slavnostně pokřtěn 30. 4. 2015 v areálu „Jedle“.

(di)

Čtvrtstoletí Nadace Jedličkova ústavu

Mimořádná akce, sbírka na bezbariérový autobus pro studenty Jedličkova ústavu a škol, byla slavnostně zahájena na 47. Mezinárodním filmovém festivalu Karlovy Vary v roce 2012. Nadace Jedličkova ústavu zde byla neziskovým partnerem.

„V průběhu tří let jsme na podporu sbírky uspořádali asi dvacet nejruznějších společenských, sportovních nebo kulturních akcí,“ říká výkonná ředitelka této nadace Irena Fodorová. „Jedním z největších počínů byla Mikulášská ve Státní opeře, kterou uspořádala skupina The Tap Tap a která vynesla kolem půl milionu korun.“

Sbírka trvala do letošního dubna a vynesla téměř pět milionů korun, přičemž zbylou částku do ceny autobusu, jež je osm milionů korun, doplatila nadace.

„Za projektem stojí obrovské množství práce a úsilí mnoha lidí, ať už zaměstnanců, partnerů nebo dobrovolníků. Ačkoliv se za ty tři roky ne vždy všechno podařilo, teď už se můžeme jen radovat a na to horší zapomenout. Především ale doufám, že budou mít radost děti z Jedličkova ústavu a škol, jimž je autobus určen,“ usmívá se Irena Fodorová.

• V jakých projektech se Nadace Jedličkova ústavu právě angažuje?

V souladu s naším statutem jde o několik oblastí. V první řadě se zabýváme podporou žáků a studentů z Jedličkova ústavu a škol. Jedná se například o individuální příspěvky pro děti a studenty ze sociálně slabých rodin. Druhou oblastí jsou projekty napojené na sociální a pracovní rehabilitaci, které dětem a absolventům umožňují rychlejší zapojení do společnosti. Třetí oblastí je bezbariérová doprava, která zajišťuje převoz dětí do školy, ze školy na kroužky a podobně. Dále spolufinancujeme volnočasové aktivity studentů. Ať už se jedná o lyžařské tábory, vodácké tábory, prodloužené víkendy nebo zájezdy a podobně. Finančně nejnáročnější jsou však pro nás projekty osobní asistence. Služby osobních asistentů jsou pro mnohé děti zcela nezbytné a neobejdou se bez nich.

• Na které akce lidé nejvíce přispívají?

„Pokud je dárcé dobře seznámen s projektem a je zajištěna jeho transparentnost, je obecně ochoten přispět. Faktem je, že ze začátku jsou lidé opatrní a více si vybírají. Vidíme to třeba na kasičkových sbírkách, kdy před patnácti lety se do kasiček



Irena Fodorová Foto: archiv IF

přispívalo mnohem více penězi. Dnes lidé využívají DMS a nově přicházejí do popředí online platby i darovací portály. Přitom něco hmatatelného má ale u dárců přednost. Příkladem jsou dary na vozíčky. Další projekty, jako jsou osobní asistence, sociální rehabilitace apod., se vysvětlují mnohem obtížněji – a přesto jsou to velice potřebné projekty.

• Jaké máte plány pro nejbližší období?

Tento rok nám přinesl dva významné mezníky. Jedním z nich je ukončení sbírky na autobus a tím druhým jsou oslavy pětadvacátého výročí od založení nadace. Jsme druhou nejstarší nadací v České republice, a to je něco, co nás zavazuje. Přitom stále realizujeme asi šedesát aktuálních projektů, pro které musíme získat podporu.

Nadace Jedličkova ústavu se hlásí k humanitnímu odkazu profesora doktora Rudolfa Jedličky, zakladatele Jedličkova ústavu, který prosazoval ideu plnohodnotného života osob s handicapem.

Nadaci lze podpořit zasláním dárcovské sms zprávy ve tvaru DMS PROJEDLICKU na číslo 8777 nebo příspěvkem na transparentní účet 350350/5500.

(di)

Realizaci projektu VOZKA podporuje Nadace Jedličkova ústavu



www.apicz.com

Automobily bez bariér.

- Ruční ovládání pedálů
- Bezbariérová vozidla
- Úpravy sedadel
- Nakládání invalidního vozíku
- Ostatní individuální úpravy

SVOBODA POHYBU



API CZ s.r.o. | Slapy 136 | CZ-391 76 Slapy u Tábora
T: +420 606 070 992 | E: info@apicz.com

Negativní dozvuky Drábkovy reformy

Nevyhovující přístupnost ÚP pro ostravské vozíčkáře

Od svých šesti let je Jiří Mikolajek (53) postižen dětskou mozkovou obrnou. Přestože skončil na vozíku, na světě kolem sebe nezahojkl, je společenský, zábavný a agilní. Být slušný na lidi a doufat, že lidé budou slušní také – to je jeho celoživotní krédo.

V ostravských ulicích je celkem snadno poznatelný podle přílby a praporku, který vlaje na jeho „električáku“ Meyra Optimus 2.

„Je to Mercedes mezi vozíky,“ konstatuje Jiří. „Má sice o něco větší rádius otáčení, ale téměř žádná díra na cestě pro něj není problémem a s patnácti kilometry za hodinu je to vynikající exteriérový vozík. Mám ho už tři roky, na základě standardní žádosti a doplatku 97 000 korun, který mi zasponorovala firma WinDuo Ostrava – mimochodem, jen zpětné zrcátko stojí dva tisíce.“



„Mercedes mezi vozíky“ takové překážky v pohodě zvládá, ale pro jiné vozíky to může být problém

Štvou ho politické čachry

Jiří Mikolajek pracuje přes dvacet let jako účetní, je dobrovolným dárce krve, pravidelně cvičí (jak říká, svět je pak přívětivější), má rád sport, humor (třeba Foresta Gump) a technické novinky.

„Fascinuje mě, co všechno dokáže člověk vymyslet, jak to funguje a slouží lidem. Například kochleární implantáty do ucha a vlastně veškerá protetika... Akorát to má vadu, že je to drahé a řada lidí si to nemůže dovolit. A vůbec, přestože to vy-padá, že se neustále chechtám, je pár věcí, které mě fakt štvou. Především



Stísněné podmínky zadního vchodu už leccos signalizují

politické čachry, jejichž výsledkem pak je, že nejsou peníze pro ty nejpotřebnější.“

Na nedávnou éru ministra Drábka má Jiří Mikolajek (jako spousta jiných lidí) nepříjemné vzpomínky.

„Pobíral jsem příspěvek na péči ve výši 4 000 korun, a když jsem si dal žádost na jeho zvýšení, zkroutil to na částku 800 korun. Přitom nikoho jsem nezajímá jako člověk, úředníci se řídili pouze tím, co stálo na papíře. To byla Drábkova sociální reforma v praxi.“

Připomeňme si: v souvislosti s touto reformou od 1. ledna 2012 přešla veškerá dávková agenda z obecních úřadů na úřady práce. A aby změn a zmatků nebylo málo, prosadilo ministerstvo i další změnu – přechod z používaných softwarových programů na výplatu dávek na nové soft-

wary, které vyvíjely firmy z okolí Drábkova ministerstva. Ukázalo se ale, že nefungují. V prohlášeních samotných pracovníků z úřadů práce se pak objevovaly pojmy jako: „Naše agenda je naprosto



Maminka s kočárkem chce vystoupit? Tady půjde o milimetry...



Hlavním vchodem se vozíčkář do budovy nedostane



Výtahem se lze do patra dostat – ale z výťahu už ne

v troskách“, „Nejsme schopni řádně naplnovat naše zákonné cíle“, nebo „Naplnily se nejhorší scénáře“.

Vozíčkáře vyřizují na chodbě

„Každý ostravský vozíčkář se s negativními dozvuky Drábkovy reformy potýká vždy, když se snaží cokoli vyřídit kolem dávek na úřadu práce,“ dodává Jiří Mikolajek. „Dříve bylo pracoviště sociálního odboru v moderní bezbariérové budově – i se sociálním zařízením – na ulici 30. dubna a patřilo pod magistrát. Po přeložení oddělení sociálních služeb, příspěvku na péči a dávek pro osoby se zdravotním postižením pod ÚP na ulici Pivovarskou jsou podmínky pro vozíčkáře naprosto nevyhovující, takže úřednice musí záležitosti s vozíčkáři řešit mimo kancelář. Ano, jsou sice ochotné, ale tohle přece není normální. A přestože magistrát s tím nemá už vůbec nic společného, informoval jsem o tom primátora, který přece musí mít v Ostravě nějaké slovo. Tak jsem zvědav, jak to nakonec dopadne.“



A zpátky jediné vycouvat



Ostatně, ani tv ulice nejsou nic moc

Aktuální fotoreportáž dokládá pravdivost slov Jiřího Mikolajka. O příp. (ne)řešení celé situace budeme čtenáře Vozky informovat.

(di)

Obecně prospěšná společnost NIPI bezbariérové prostředí nabízí místa konzultantů

NIPI bezbariérové prostředí, o.p.s., je společností zřízenou ze strany občanského sdružení zdravotně postižených občanů NIPI ČR, o. s. (Národní institut pro integraci osob s omezenou schopností pohybu a orientace České republiky, právní forma spolek), za účelem správy celostátní sítě konzultačních středisek. Předmětem činnosti konzultačních středisek je poskytování odborných konzultací a vydávání metodických stanovisek pro oblast bezbariérového užívání staveb.

Konzultace a stanoviska jsou vydávána ve smyslu vyhlášky č. 398/2009 Sb., o obecných technických požadavcích zabezpečujících užívání staveb osobami s omezenou schopností pohybu a orientace. Při svých aktivitách se zaměřujeme primárně na odborné konzultace připravovaných investičních stavebních projektů, dále na oblast kontroly stavu dodržování právních předpisů při investiční výstavbě u již zkolaudovaných staveb, v případě jejich nedodržení pak na podávání podnětů na postup státních orgánů. Podporujeme tak tvorbu prostředí, která mohou využívat všechny skupiny obyvatel, a napomáháme odstranění architektonických, technických, informačních a psychologických bariér.

ny se zdravotním postižením, kteří jsou z důvodu svého funkčního postižení ohroženi v důsledku bariérového prostředí sociální exkluzí.



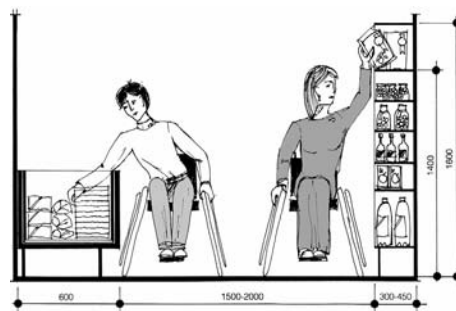
Ilustr. foto: Solus-Veer / Corbis

Odborní konzultanti

V současné době organizace doplňuje stav odborných konzultantů především v **Královhradeckém, Zlínském a Středočeském kraji**. Odborný konzultant musí splňovat následující kritéria: vysokoškolské vzdělání stavebního směru, příp. středoškolské vzdělání stavebního směru s praxí v oboru minimálně 10 let, velmi dobrou orientaci v projektových dokumentacích, znalost práce na PC a schopnost přijímat projektové dokumentace v elektronické podobě. **Jedná se o nabídku mimopracovního poměru osobám se zdravotním postižením v právním rámci dohody o provedení práce.**

Případní zájemci o spolupráci se mohou obracet pro bližší informace na ředitelku společnosti paní Barboru Suchou, tel. 731 485 767, ops-reditel@nipi.cz.

Bc. Barbora Suchá
Výběr foto a obr.: Vozka



Ilustr. obr.: Průchod mezi regály a jejich dostupnost osobám na vozíku (Daniela Filipiová, Projektujeme bez bariér)

Cílem našich aktivit je podpořit naplnění **veřejného zájmu** na úseku stavebního zákona – [ust. § 132 odst. 3. písm. e) stavebního zákona] a jeho právního okolí. Tyto aktivity přímo podpoří zvýšení kvality rozhodovacího procesu orgánů státní správy, včetně dodržování legislativy, při povolování staveb užívaných veřejností tak, aby byly respektovány principy bezbariérové přístupnosti zakotvené v právním řádu ČR. Tím je přímo podpořen princip vyrovnávání příležitostí pro obča-

S podporou NADACE AGEL

Jeden nešťastný skok do vody na přehradě Olešná upoutal Milana Chomiče na ortopedický vozík. S novým vozíčkem, na který mu nyní přispěla také NADACE AGEL částkou 60 tisíc korun, se hodlá podívat i do náročnějšího horského terénu.



Zleva: výkonná ředitelka NADACE AGEL Denisa Rísová, Milan Chomič a předsedkyně dozorčí rady NADACE AGEL Dušana Chreneková

Ačkoliv si těžký úraz vyžádal dlouhodobou hospitalizaci v nemocnici a poté následný půlroční pobyt v rehabilitačním zařízení, pan Milan se kvůli vzniklé situaci nezhroutil.



Milan Chomič

„Především díky podpoře své rodiny jsem vše překonal a vzal si z úrazu také ponaučení. Více jsem se začal věnovat rodině a přestal se pořád za něčím honit,“ konstatuje otec desetiletého dítěte Milan Chomič, který již patnáct let pracuje ve Vítkovické nemocnici na oddělení IT.

Ve volném čase se pan Milan věnuje kromě grafiky také sportu – hraje ragby pro vozíčkáře a se svou rodinou jezdí na nejrůznější výlety. „S novým vozíčkem, s pevným odlehčeným rámem a speciální úpravou kol, se dostanu i na hory,“ doplňuje s tím, že bez podpory nadace by musel vybírat z méně komfortních vozíků, se kterými by nebylo možné vést tak aktivní život.

„Z ohlasů lidí, kteří se na nás obracejí, víme, že získat vhodný vozík není pro invalidního člověka často vůbec jednoduché. Když už vozíčkář pro sebe najde vhodný vozík, narazí na problém s financováním. Pojišťovny totiž hradí pouze základní výbavu, která ale málokdy vyhovuje všem potřebám uživatelů. Rádi jsme proto panu Milanovi přispěli a pomohli mu zkvalitnit jeho život,“ říká předsedkyně dozorčí rady NADACE AGEL PhDr. Dušana Chreneková, MBA.

NADACE AGEL sídlí v Prostějově a potřebným lidem i právníckým osobám pomáhá již od roku 2011. Jen v letošním roce nadace rozdala téměř 800 tisíc korun.

(di)

Nikol Vlochová: Děkuji za krásný dárek k osmnáctinám

Česká daviscupová reprezentace se v březnu utkala s Austrálií. Podporovat náš tým do ostravské ČEZ Arény přijela i Nikol Vlochová, pro kterou je fan-dění tenisu srdeční záležitostí. Shodou okolností to bylo den po jejích osmnáctých narozeninách – a co ji čekalo?

„Nic netušící – nervózní a přichystaná fandit našim klukům – jsem po vstupu do ČEZ Arény uviděla můj největší vzor, jednoho z nejlepších českých i světových tenistů Radka Štěpánka, přicházejícího ke mně a k mé rodině,“ uvádí Nikol. „Byla jsem v šoku a říkám si: To snad není možné... Všichni mi až doteď vše tajili. Společně jsme se s Radkem Štěpánkem pozdravili a přesunuli se dovnitř ČEZ Arény, kde se už hrál první zápas. Najednou přichází paní ředitelka Denisa Rísová z NADACE AGEL, společně s novináři.

Byla jsem v dalším šoku. Opravdu jsem nevěděla, co mě čeká. Všichni na mě koukali a čekali na mé reakce. Pak vidím, jak Radek s paní ředitelkou rozbalují nějakou bílou obdélníkovou plochu (symbolický šek). Radek ji v sekundě otočí ke mně a mně se zastaví dech, když říká: „Tady Ti věnuji, Niki, penízky na nový vozík, aby Tě záda nebolela a lépe se Ti sedělo.“ Neměla jsem slov a nevěděla, co říct... I když jsem moc chtěla, nedokázala jsem... Jen jsem stále děkovala za nejkrásnější dárek k mým 18. narozeninám. A pak jsme si už šli sednout a sledovat zápasy.

Chci ještě jednou poděkovat panu Radku Štěpánkovi a paní ředitelce NADACE AGEL Denise Rísové za toto obrovské a krásné překvapení!“



Nikol Vlochová při přebírání šeku

(di)

Kontakt: Nadace AGEL, Mathonova 291/1, 796 01 Prostějov, tel.: 582 315 920, e-mail: sekretariat@nag.agel.cz, <http://nadace.agel.cz/>.

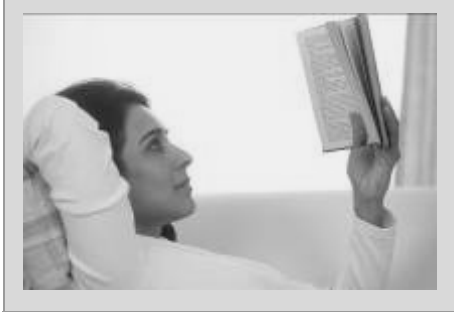
Účelem nadace je prostřednictvím své činnosti nabídnout pomoc těm, kteří ji nejvíc potřebují, a zároveň podpořit zájem o přirozenou lidskou pomoc směřovanou k lidem v tíživé životní situaci.

**NADACE AGEL podporuje
i projekt VOZKA**



NAŠE TIPY

Knihy, CD, DVD, internet



Příručka pro OZP v roce 2015



Z důvodu velkého zájmu z řad odborné i laické veřejnosti se MPSV ČR rozhodlo pro již II. aktualizované vydání. Cílem příručky je usnadnit lidem s handicapem orientaci v složitém sociálním systému, a to zejména ve vztahu k posuzování zdravotního stavu či k podmínkám nároku na příspěvek na péči s ohledem na některé dílčí změny v letošním roce. Obsahuje také informace o trhu práce či další praktické rady a tipy v sociální oblasti.

Publikace přináší odpovědi na řadu důležitých otázek: kdo a za jakých podmínek má nárok na příspěvek na péči, jaká je jeho výše, kde může o dávky žádat, kdo o příspěvku rozhoduje, kde se vyplácí, jaké dokumenty a tiskopisy žadatel potřebuje a mnoho dalšího. Dozvíte se i kdy, proč a jak se změnilo posuzování zdravotního stavu u lidí se zdravotním postižením a jak náš resort chrání a podporuje zaměstnávání lidí se zdravotním handicapem.

Nechybí zde ani informace o dávkách státní sociální podpory, invalidních důchodech nebo dávkách pomoci v hmotné nouzi.

Ke stažení: http://www.mpsv.cz/files/c_lanky/20854/Prirucka_OZP_2015.pdf.

Praktický právní průvodce pro neziskové organizace



Vít Petr, 160 str., 249 Kč, Grada.

Praktická a srozumitelně napsaná publikace pro neziskové organizace na našem trhu je určena pracovníkům těchto organizací, zejména členům jejich orgánů, vedoucím pracovníkům, fundraiserům, PR pracovníkům a marketérům. Autor, který je zkušeným

právníkem v oblasti neziskového sektoru, se v knize věnuje hlavním oblastem, jež neziskovky po právní stránce řeší: právní úpravě neziskových organizací, zejména právním formám, pravomocem a odpovědností, zakládání neziskových organizací a jejich orgánů, dále právní úpravě fundraisingových nástrojů a nakonec hlavním právním vztahům a smlouvám se zaměstnanci, dobrovolníky, dárci, sponzory a třetími stranami. Výklad doprovází příklady a v případě smluv i jednoduché vzory.

Stríčky z Evropy



Mára Jiří, 160 str., 250 Kč.

Těm, kteří s vozíčkářem Jirkou a jeho rodinou procestovali všechny světadíly, nemusíme Márovou představovat. Tentokrát vás jejich příběhy pozvou k cestám po našem domovském kontinentu, po Evropě. Jirka je rok a půl životně závislý na plicním ventilátoru, který za něj dýchá. Přesto statečně bojuje a s pomocí své rodiny a přátel se snaží žít plnohodnotný a zajímavý život. Spolu s jeho rodinou mají to štěstí, že se podařilo z jeho velkého koníčka – cestování – udělat zábavu i práci současně. A tak řeší třeba to, kam se vydat vlastními silami na výlet jen kousek za hranicemi vlasti? Na co si dát pozor a kde vás čeká vřelé přijetí a otevřená náruč? Nejen to, ale i veselé příběhy, legrační cestovatelské přehmaty nebo zkušenosti k zamyšlení najdete v deváté knize z pera Jirky Máry staršího. Stríčky z Evropy přináší nejen inspiraci, ale i praktické rady pro turisty, kteří chtějí poznat krásy a rozmanitosti evropských zemí, i ty, kteří cestují s handicapem i bez něj a chtějí se po Jirkových stopách vydat osobně nebo prostřednictvím jejich příběhů.

Více zde: <http://www.jirkamara.cz/knihy/stričky-z-evropy/>.

Příručka o svalové dystrofii



Vydala Asociace muskulárních dystrofií v ČR.

Po dlouhé době se podařilo vydat brožuru, která alespoň rámcově popisuje problematiku muskulární dystrofie. Především laici a široká veřejnost se dozví, jak těžké je toto onemocnění a jaké problémy s sebou přináší. Poděkování patří zvláště studentce Zuzaně Valerové, odborným lékařům a všem ostatním, kteří se na jejím vzniku

podíleli.

Její vytištění zajistilo o.s. MDA RIDE. Ke stažení: <http://www.amd-mda.cz/dokument/98/prirucka-o-svalove-dystrofii>.

Nikdy není pozdě na šťastné dětství



Jak překonat minulost. Furman Ben, 120 str., 199 Kč, Portál.

Knihla byla zahrnuta mezi 100 mistrovských děl psychoterapie, dočkala se překladů do mnoha jazyků a stala se bestsellerem. Na základě četby dopisů s zkušeností se svými klienty i z různých literárních zdrojů autor došel k následujícím zjištěním: Važte si toho, jakým způsobem jste překonali těžkosti svého života. Vnímejte své problémy jako zkoušky, které vás mohou dostat dále. Všimněte si zdrojů, které jsou ve vás a kolem vás. Zaměřte pozornost na znamení, která ukazují, že jste na správné cestě. Uvědomte si, co od života očekáváte. Důvěřujte, že si zasloužíte dobrou budoucnost!

Lidé, kteří se nevzdali. Přidáte se k nim?



Ocitli se v těžké situaci, ale nevzdali se – MPSV ČR vydalo publikaci s příběhy lidí, kterým pomohl Evropský sociální fond (ESF).

Když se postaví most, všimnou si toho všichni. Jak ale vypadá investice do lidí? Publikace se snaží na tuto otázku odpovědět. Obsahuje 25 autentických příběhů lidí, kterým účast v projektech financovaných ESF změnila život k lepšímu.

Zdroj – MPSV ČR: (<http://www.esfcr.cz/file/8981/>).

Technika Mindfulness



Jak se vyvarovat duševní prokrastinace pomocí všímavosti a bdělé pozornosti. Hassonová Gill, 240 str., 299 Kč, Grada.

Bojujete občas s nedostatkem motivace a silné vůle? Jste pořád ve stresu? Pochybujete o sobě? Technika mindfulness je schopnost být duchem přítomný tady a teď. Je to stav, ve kterém je člověk pozorný a všímavý k tomu, co se děje v přítomném okamžiku. Všímavost má celou řadu příznivých účinků na lidskou psychiku

(bf)

Elektrická tříkolka Rid-e

Štika na trhu s vozíky pro lidi s handicapem

Motocyklový závodník Ivo Kaštan má řadu kamarádů, kteří po nehodě na motorce skončili na vozíku. Když uvažoval, jak vrátit své kamarády zpátky na kola i do života, zjistil, že na trhu chybí cenově dostupný prostředek, jenž by byl dostatečně obratný, výkonný a bezpečný ve městě i ve volné přírodě. To byl impuls ke vzniku Rid-e.

Rid-e je elektrický ortopedický vozík, který jezdí rychlostí 25 km/h dle české legislativy (na uzavřených cestách však jezdí až padesátikilometrovou rychlostí) a dojezd na jedno nabití baterie má 80 kilometrů.

„Ve finále však už máme vývoj baterie, která bude mít dvojnásobnou kapacitu, takže se dojezd posune až na 130 km,“ říká Tomáš Skryja z týmu Ivo Kaštana. „Vozík Rid-e je vhodný do města na pěší zóny nebo třeba na nákupy, ale může i na cyklostezky a dobře zvládá také volný terén a nezpevněné cesty.“

Elektronika na úrovni

Z pohledu legislativy se jedná o **jízdní kolo s pomocným motorem** a tak není třeba řídičské oprávnění, ovšem do 18 let je povinná ochranná přilba. Veškeré ovládací prvky jsou umístěny na řídítkách a ovládají se pouze rukama.

Vozidlo má vhodně dimenzovanou přední odpruženou vidlici, ve které je namontováno desetipalcové kolo. V něm je bezuhlíkový elektrický motor o výkonu 800 W a zároveň velmi účinná mechanická bubnová brzda. Vypělá elektronika umožňuje plynulou rychlost od 0,5 až do



25 km/h. Elektronika umožňuje i zpětný chod a digitální přístroj dává obsluze přesné informace o stavu akumulátoru, ujeté vzdálenosti a další údaje, které lze přenést i do mobilních zařízení se systémem Android, kde se může plánovat trasa a dojezd. Vozidlo má maximálně dimenzované osvětlení – tlumené i dálkové světlo, ukazatele směru, brzdové světlo a houkačku.

Nejdůležitějším prvkem je akumulátor. Základní model má baterii typu Li-On o váze 6 kg, která je spolu s řídicí elektronikou a nabíječkou umístěna pod sedadlem.

„Máme taky úspěšně otestovanou hybridní verzi, namontovali jsme v zadní části vozíku benzínový generátor Subaru o váze 8,5 kg a výkonu 1000 W, který umožňuje dobíjení akumulátoru i za jízdy. S tímto systémem je dojezd vozidla až 250 km,“ upřesňuje Tomáš Skryja.

Dvě verze

Tříkolka s obchodním názvem Rid-e se vyrábí ve dvou verzích. U **verze A** si zákazník dodá svůj mechanický ortopedický vozík, popř. si koupí vozík dle výběru ve firmě IK Bike s.r.o., k němuž budou připojeny pohonné a ovládací prvky. Celá sestava je spojena pomocí šroubů bez nutnosti sváření, takže umožňuje univerzální použití na všechny vozíky.

Verze B je kompletní vozidlo. Díky vhodnému dimenzování lze vozík opatřit nosičem zavazadel, ale i např. držákem lehkého mechanického vozíku. Zákazník si rovněž může zvolit typ a provedení zadních kol i pneumatik, stejně jako řídicí jednotky a sedačky. Délka soupravy Rid-e je 170 cm, výška 130 cm (dle typu použité sedačky), šířka 73 cm a hmotnost 80 kg.

Cena základní varianty pohonu s vozíkem Kury RID-E je přibližně 110 000 Kč.

Kontakt a další informace: IK Bike s.r.o., Oslavice 224, 594 01 Velké Meziříčí. tel. 608 96 70 90, www.ikbike.cz.



Ivo Kaštan předvedl Rid-e i Lukáši Šemberovi, bývalému motocyklovému závodníkovi (vlevo)

(di)

Technické pomůcky výrobního družstva nevidomých Spektra

Podpora komunikace a diagnostika u dětí s kombinovaným postižením

Výrobní družstvo nevidomých Spektra bylo založeno v roce 1989 a specializuje se na moderní kompenzační pomůcky pro klienty se zrakovým, tělesným, sluchovým či kombinovaným postižením. Družstvo trvale zaměstnává přes 50 % zdravotně handicapovaných pracovníků a může svým odběratelům poskytovat náhradní plnění podle zákona 435/04 Sb. Nabídka pro klienty s tělesným postižením je orientována na zpřístupnění počítače, diagnostiku, případně využití počítače ke komunikaci s okolím. O této nabídce bychom rádi informovali čtenáře *Vozky*.

U dětí s mentálním postižením je narušená či omezená komunikační schopnost poměrně častým jevem. V kombinaci s tělesným postižením může být zpětná vazba dítěte velmi slabá, popř. žádná. Jednou z možností je využít ke komunikaci a diagnostice **oční fixaci**. Na pořízení pomůcek a programů přispívá Úřad práce ČR podle zákona 329/2011 Sb.

Diagnostický program DiagView

Program umí na druhém počítači v síti (PC, notebook, tablet, mobilní telefon) zobrazit a v reálném čase sledovat místo, kam a jak dlouho se uživatel dívá. Sleduje tak trasu pohybu očí po obrazovce. S použitím diagnostiky lze posoudit, zda dítě rozumí pokynům asistenta (například „podívejte se na obrázek maminky“). Dále



nabízí možnost zjistit, jak dlouho a jakým objektům na obrazovce se dítě věnuje. Diagnostiku lze uložit, nahrát jako video a později si ji opakovaně prohlédnout a analyzovat.

Soubor her Look to Learn

Program **Look to Learn** je určený zejména pro děti s těžkým tělesným či kombinovaným postižením. Jedná se o soubor her, které se ovládají pomocí oční navigace **Tobii PCEye Go**, kterou jsme představili v minulém čísle *Vozky*. Zábavnou formou se tak děti naučí nezbytné dovednosti, které jsou nutné pro pozdější ovládnutí počítače očima a využití počítače jako komunikační pomůcky.

Komunikační program Grid

Počítačový program **Grid** umožňuje dětem, které v důsledku zdravotního postižení vůbec nekomunikují mluvenou řečí, popř. mluví jen ve velmi omezené míře, používat počítač jako pomůcku pro komunikaci s okolím. Pro dorozumívání se používají předem připravené tabulky ze symbolů, obrázků, slov nebo písmen. Tabulky lze sestavovat a vytvářet doma podle potřeb uživatele. Dítě si pohledem vybere symbol z komunikační tabulky a počítač jej nahlas přečte hlasem.

Ukázkové video naleznete na našich internetových stránkách <http://spektra.eu/cs/komunikace/komunikace-pohledem/pceyego/>.

Pokud máte zájem o **více informací** nebo přímo o **vyzkoušení a zápůjčku** zařízení, obraťte se na nás. Rádi vám pomůžeme s výběrem vhodné pomůcky a vyřízení žádosti o příspěvek na nákup pomůcky.

Do příštího čísla pro vás připravujeme alternativní způsoby ovládnutí domácnosti z počítače a další možnosti zpřístupnění počítače.

Romana Šejvlová, Spektra, v.d.n.,
Zátišská 1914/1, 143 00 Praha 4,
tel.: 736 625 556, 241 763 416
sejvlova.romana@spektra.eu
<http://spektra.eu/cs/>

(reklama)



Využití metody oční fixace ke komunikaci s dětmi, které jinak nekomunikují, je formou pro dítě zábavnou

Lehký električák jako cestovní doplněk k mechaničáku

Pro vozíčkáře, který toho venku na mechaničáku moc nenajezdí a netrénuje tak ruce, hlásí se mu pokročilý věk a problémy s tím spojené, ale přesto si chce někdy vyrazit na delší výlet, je jízda na mechaničáku stále větší dřina. Handbike zase zabere v autě hodně místa. Sice má „milión“ převodů, překonat na něm stoupání ale také není žádná legrace.

Pořídil jsem si proto k mechaničáku vozík elektrický, který se mi vejde do kombíku, nezabere moc místa a v případě potřeby jde naložit jednoduše i vlastními silami a bez nutnosti montáže jeřábku do kufru. Tedy nic drahého, velkého či těžkého – jakýsi pohodlnější „mechaničák s pohonem“.

Za dobrou cenu jsem si koupil původním majitelem velmi málo používaný **lehký skládací elektrický vozík Rapido**, který je vhodný na asfaltové a zpevněné turistické cesty i na upravený trávník. Nemá sice odpružení, ale to nemá ani mechaničák. Avšak přesednout na něj z mechaničáku, pohnout joystickem a rozjet se bez sebemenší námahy – jaký to požitek...!

Pro ty z vás, co se pohybujete na mechaničáku a rádi byste se vydávali na delší výlety po slušně upravených cestách, může být lehký skládací električák vhodnou volbou. Do auta, jehož podlaha kufru je ve stejné úrovni jako nárazník, se dá naložit vlastním pohonem po skládacích nájezdových ližinách. Ty se do kufru auta dají uložit na sobě podélně nebo napříč.

Pomocí rychloupínáků se z vozíku dají sejmout opěradlo a bočnice, sedadlo je pouze nasunuté a podnožky se demontují jako u mechaničáku. V případě nutnosti by vozík (po vyjmutí dvou akumu-

látorů) nějaký silnější pomocník naložil i ručně (bez ližin). Akumulátory se vytáhnou pouhým vysunutím. Pak můžete vozík složit i na šířku.



Elektrický vozík zn. Rapido



Parametry vozíku Rapido:
Hmotnost 60 kg, dojezd 30 km (podle



Obr. 1: Nejprve vytáhnou, rozloží a nainstalují ližiny.



Obr. 2: Spodní pojízdnou část rozloženého električáku vyjedu po ližinách na vozovku. Ovládám ji kniplem v nasunutých bočnicích.

terénu), rychlost 6 km/h, šířka 68 cm, nastavitelná výška opěrek, nastavitelný sklon opěradla. Cena nového vozíku: 57 000 Kč. Více na např.: <http://www.acumob.cz/rapido.html/>.

Vozíků této třídy je na trhu několik a jistě se dají sehnat i použité a zachovalé.

Přední kolečka s nafukovacími plášti jsem vyměnil za kolečka s plnými plášti. Pro případ, že bych píchnul zadní pneu, vozím s sebou sprej – provizorní zalepení defektu a nafoukání kola v jednom.

Manipulaci s vozíky při přesedání popisují na obr. 1–4.

Petr Dzido



Obr. 3: Postupně nasadím druhou bočnici, sedák a zadní opěradlo.



Obr. 4: Přesednu z mechaničáku na električák a nasunu podnožky.

Představujeme:

Hamzova odborná léčebna pro děti a dospělé

Osobnost zakladatele



Hamzovu léčebnu založil v roce 1901 profesor MUDr. František Hamza jako první středoevropský léčebný ústav pro tuberkulózní děti. Bylo to ve skromných podmínkách, v soukromé vile postavené pod poutním kostelem na Chlumku v obci Luže. Pacientů ale přibývalo, proto začal MUDr. Hamza stavět objekty léčebného areálu podle velkoryse vymyšleného projektu – na prostorném svahu mezi Mariánským chrámem na Chlumku a zříceninou hradu Košumberk. Vybudoval ústav domácího typu, v němž navíc byla zajištěna sociální rovnost dětí i přesto, že pro společnost počátku minulého století byly charakteristické výrazné sociální rozdíly. Všechny děti bez ohledu na majetek a postavení rodičů nosily stejný oděv – tmavé plátěné šaty bez rukávů, tzv. „empíry“.

František Hamza (1868–1930) se narodil v Kletečném u Humpolce jako druhý ze čtrnácti dětí. Po gymnáziu odešel studovat lékařskou fakultu do Prahy, kde se už v té době zabýval problematikou dětské tuberkulózy. Po promoci v roce 1897 se oženil s Julií Závodskou a odešel jako praktický lékař do Luže. Místo zvolil zcela záměrně, protože klimaticky odpovídalo jeho plánu na zřízení dětské protituberkulózní léčebny. Základem léčby byla hygienicko-dietetická terapie zaměřená na posílení tělesné soustavy. Ale nejen to – zde je jeden z jeho citátů:

„O ušlechtilou duševní zábavu, o mravní výchovu po čas pobytu, po případě o zopakování školních učebních předmětů u těch pacientů, kteří budou si přát i u jichž choroba tomu neodporuje, postará

se svědomitě správa ústavu.“

Zároveň MUDr. Hamza zavedl zcela nové postupy léčby, dnes známé pod pojmy **ergoterapie a pohybová terapie**. K tomu jeho citát:

„Mnohé ošetřovance vyškoluje ústav přímo pro příští životní povolání. Kuchyně cvičí hospodyňky, dětská oddělení ošetřovatelky a ošetřovatele, zahrada zahradníky, košíkářská dílna košíkáře, truhlářská dílna truhláře, knihvazárna kniháře. Nejsou už ojedinělé toho příklady. I mezi ústavními zaměstnanci jsou mnozí, kdož bývali ústavními ošetřovanci.“



Dobové foto dětí v ústavních oděvech

MUDr. František Hamza svá poznání vycházející z praktických zkušeností a studií zobecnil a publikoval v řadě přednášek i vědeckých prací. Vedl nesčetné zdravotnické kurzy, psal odborné lékařské knihy, z jeho iniciativy vznikly další dětské protituberkulózní léčebny: v Dolním Smokovci, Šumperku, Cvikově a v dalších místech. Stal se spoluzakladatelem Masarykovy ligy proti tuberkulóze, jejímž úkolem bylo zřizování ústavů sociální péče. Zasadil se o vytvoření instituce školních lékařů a studentských zdravotních ústavů. Jeho aktivity překročily rámec medicíny a zasáhly i do veřejné a kulturní oblasti. Snažil se o zvelebení městečka Luže, byl jeho starostou (1902–1909), založil novou českou moderní školu, sirotčinec, podílel se na vybudování nového hřbitova, starobince, feriálních osad, byl členem mnoha spolků a dobročinných organizací. Roku 1919 byl MUDr. Hamza dosazen do funkce sekčního šéfa oboru sociální patologie na nově zřízeném Ministerstvu zdravotnictví a tělesné výchovy v Praze. Po odchodu z ministerstva v roce 1922 přijal nově otevřené místo profesora sociálního lékařství na brněnské univerzitě. Byl tak první zakládající profesor tohoto lékařského oboru u nás.

(di)



Spinální rehabilitační jednotka Hamzovy léčebny Foto: archiv Hamzovy léčebny

Hamzova léčebna je rehabilitační ústav, který poskytuje:

- následnou léčebnou rehabilitační péči lůžkovou i ambulantní pro děti a dospělé z celé ČR
- cílenou rehabilitaci pacientů po cévní příhodě mozku
- program rehabilitačního ošetřovatelství LOOP
- léčbu dětských a dospělých pacientů po míšním poškození

Od roku 1962 se zde začaly léčit nemoci pohybového ústrojí. Léčebna se postupně rozrůstala až do současné doby, dnes má celkem devět pavilonů. Poskytuje služby ambulantní i lůžkové pro dětské i dospělé pacienty s onemocněním či postižením pohybové soustavy a slouží k rehabilitaci pooperačních či poúrazových stavů.

K cenným bohatstvím léčebny patří vlastní lesopark s rozlohou 13 ha spolu se zdravými blízkými lesy a naučnou stezkou se vzácnými dřevinami.

Kontakt: Hamzova odborná léčebna pro děti a dospělé, 538 54 Luže-Košumberk 80, web vč. virtuální prohlídky: <http://www.hamzova-lecebna.cz/>, tel.: 469 648 147; info@hamzova-lecebna.cz.

Rozhovor s ředitelem Hamzovy léčebny MUDr. Václavem Volejníkem

• **Léčebna trvá a poskytuje léčbu už více než sto let. Přežila dvě války, několik změn režimů, vznik i rozpad republiky – což je v české kotlině bezpochyby něco mimořádného. Jak vnímáte jejího zakladatele, prof. MUDr. Františka Hamzu?**

Je mým velkým vzorem. Díky své genialitě vtiskl léčebně mnoho moderních ►

prvků stavebně i provozně. Vtiskl jí však i moderního ducha, který se tu udržuje dodnes. Mám tím na mysli pečlivý přístup k pacientům, požadavky na moderní léčebné postupy i sledování zájmů a spokojenosti pacienta při pobytu v léčebně. Číst historické materiály z jeho doby, to je doslova vzdělávání o moderním přístupu k lůžkové léčbě, a to i přes stoleté stáří těchto textů. Jen krátké poznámky na vysvětlenou: Dodnes s povděkem léčebna používá podzemní technické průchozí spojovací chodby mezi jednotlivými pavilony. V chodbách je umístěna veškerá potřebná technologie, instalace apod. Dodnes v léčebně pracuje škola, kterou MUDr. Hamza založil již v roce 1908, tehdy jako první ústavní zařízení tohoto typu ve střední Evropě, s cílem zajistit školní výuku pro své dětské pacienty.



Malí pacienti se zabaví hrou Foto: (di)

Věřím, že léčebna nedělá svému zakladateli hanbu a že i v moderní době naplňuje jeho ideje. Snažíme se, aby se pacienti u nás cítili jako v domácím prostředí. Aby strava byla chutná, léčebný personál vstřícný a přívětivý a aby léčebný pobyt u nás byl efektivní a smysluplný.



MUDr. Václav Volejník Foto: (di)

• Můžete léčebnu stručně představit?

Jsme nadregionální rehabilitační ústav. Hlavní náplní je poskytování lůžkové i ambulantní léčebné rehabilitační péče pro děti, dorost a dospělé s pohybovým postižením, a to především z oblasti neurologických a ortopedických onemocnění, ať už vrozených nebo získaných, včetně stavů poúrazových a pooperačních. Počtem 505 lůžek je Hamzova léčebna největším zařízením svého druhu v ČR. Dětská

péče je zde zaměřena na léčbu dětí s dětskou mozkovou obrnou, ovšem velmi úspěšně řešíme i stavy po rozsáhlých popáleninách u dětí, stavy po úrazech a operacích hybného systému, jakož i mozku a míchy. Hamzova léčebna je jediné zařízení v ČR určené vyhláškou ministerstva zdravotnictví, které provádí i léčbu dětí s míšním poškozením v rámci vlastní spinální rehabilitační jednotky. Navíc zajišťujeme ortopedicko-protetickou péči u všech pacientů, což je zásadní forma ucelené péče.

• Vyvinuli jste i originální léčebné metody...

Tou první je tzv. KODYVERT, košumberská dynamická vertikalizace. Pomocí speciální trupové ortézy a celkového závěsu je umožněno dítěti, aby se vzpřímlilo a postavilo v případě, že to přes zajištěnou léčbu samo nesvede. Pomáháme tak dítěti pocítit a poznat polohu těla v prostoru. Cílem je zároveň zapnout potřebné svaly, naučit dítě stát a později i chodit. Zatím, s ohledem na použité pomůcky, je tato metoda aplikována u vybraných dětí s váhou jen do 50 kg. Provedené klinické hodnocení jasně prokázalo, že metoda má nezastupitelné místo v komplexní terapii pacientů s centrální koordinační a tonusovou poruchou.



Zařízení pro léčebnou metodu KODYVERT Foto: archiv Hamzovy léčebny

Druhou novinkou je KINECT, tzv. robotická koule. Sestrojili ji studenti SPŠE a VOŠ Pardubice spojením běžně dostupných herních technologií, které doplnili speciálním programem. Po prvotní kalibraci pacienta software umožňuje efektivně zpracovávat a ukládat naměřená data pro zpětnou kontrolu hybnosti.

Rehabilitační software spolu s hardwarem KINECT tvoří ucelený rehabilitační nástroj za velmi příznivou pořizovací cenu. V budoucnu, díky podpoře síťové komunikace, se dá předpokládat i rozšíře-

ní do domovů pacientů s okamžitou online kontrolou lékaře.



Přístroj KINECT, tzv. robotická koule

Foto: archiv Hamzovy léčebny

• Máte můj obdiv za vše, co děláte pro ostatní... To není z mé hlavy, taková slova občas zazní v různých sdělovacích prostředcích v případě, že přímo odpovídáte na dotazy diváků a posluchačů. To Vás určitě těší. A co Vás jako ředitele naopak netěší?

Myslím, že nejtěžší je hledat optimální cestu v práci, která je denně určena více než pěti stům pacientů a ještě vyššímu počtu zaměstnanců. Ne vždy lze vyřešit vše. Někdy musí ředitel myslet na zájem většiny, na budoucnost. Ne vždy je pochopen, protože každý máme jinou míru informací. Ale jsem rád, že léčebna je stále plná pacientů, kteří až na výjimky jsou spokojeni a líbí se jim u nás. Pobyt v léčebně není jen cvičení svalů a uvolňování kloubů. Do naší léčby patří rozvoj těla i duše... Náš park a arboretum k tomu mají také přispět. A samozřejmě mne těší, že pracovníci léčebny dělají svou práci rádi. Děkuji jim za to.

Jiří Muladi

Unikátní Hamzův park a arboretum

Městečko Luže se rozkládá pod hradem Košumberkem na Chrudimsku. Nad ním, jako z daleka viditelná krajová dominanta, stojí barokní kostel Panny Marie na Chlumku (s bezbariérovým přístupem). Zde kolem roku 1907 zakoupil doktor František Hamza rozsáhlé pozemky a začal budovat pavilónovou léčebnu i rozlehlý lesopark. Jeho dominantou byla stromořadí, oboustranné aleje podél navržených přímých hlavních komunikací. Liniové výsadby, které využívají perspektivu, dodávají areálu jakoby větší rozměr.

V alejích se uplatňují především lípy. Vedle volné výsadby dřevin (včetně cizokrajných nebo zahradních odrůd, kultivarů) se vysazovaly i zvláštní monokulturové hájky, modřínové a březové, v nichž probíhala výuka hospitalizovaných dětí.

Torza hájků se dochovala dodnes, stejně jako řada dřevin vysazených kolem roku 1910. Dominantou byly především evropské dřeviny a jejich kultivary, mezi nimiž hrály prim rozmanité odrůdy buku lesního; dodnes tu roste snad nejmohutnější exemplář buku lesního cv. *Asplenifolia*, trůní tu poměrně starý „Rohanův“ buk a další.



Arboretum, stejně tak jako léčebna, leží pod zříceninou Košumberského hradu

Foto: (di)

Český botanik a dlouholetý odborný garant Hamzova arboreta RNDr. Václav Větvíčka říká:

„Svého času jsem srovnal dr. Hamzu se zakladatelem Průhonického parku Silva Taroukou. Ale zatímco Průhonický park byl prestižní záležitostí a měl možnosti výběru dřevin téměř neomezené, byl park pod Košumberkem odkázán v krátké době jen na výběr dostupných dřevin. Přesto se poměrně rychle podařilo vybudovat dřílo, jež si nezadá s žádným proslulejším arboretum, a to jak co do sadových úprav a řešení prostoru, tak co do sortimentu dřevin. Zakladatel léčebny prof. Hamza si uvědomoval, že lékař léčí nejen svou profesí, znalostmi a zkušenostmi, ale že neméně důležité je i prostředí takové léčebny a jeho zapojení do krajiny. To může působit zpětně na pacienta nejen jako podpůrný prostředek, nýbrž často jako rozhodující psychologický prvek.

Ke skutečným dendrologickým perlám Hamzova arboreta patří již zmíněné letité buky lesní a to jak v původní podobě, tak v rozmanitých formách a odrůdách. Velmi krásné jsou především tzv. měděné buky, spontánně vzniklá odchyłka v 18. století kdesi na jižních svazích Alp. Zahradník a dendrolog by tu našel i rozmanité lahůdky: např. jeden z nejstarších vilínů virginských u nás, liliovníky, platanové stromořadí, ořešáky černé a další dřeviny doplňované od druhé poloviny 20. století novými taxony (metasekvoje čínská, jinan dvoulaločný apod.).

Zhruba před deseti lety se pod Košumberkem stalo tradičním vysazovat u příležitosti Dne stromů a dřeva, tj. kolem 20. října, nové dřeviny z různých kontinent-

tů. Tak zde byly vysazeny cedry atlaské i libanonské, jedle ojíňená, balzámová a obrovská, korkovník amurský, břek durýňský, zeravinec alias hyba a mnoho dalších.“

Parkem, který využívají nejen pacienti léčebny, ale i turisté, jsou vedeny naučné trasy s doprovodnými tabulemi pěstovaných dřevin. V současné době zde roste 1 204 stromů – 129 druhů, z toho 39 odrůd jehličnanů a 90 druhů listnatých dřevin.

(di)

Pohled na svět z koňského hřbetu

Pojem „hipoterapie“ pochází z řeckých slov *hippos* (kůň) a *therapy* (léčba). Jízda na koni se jako léčebná procedura v České republice provozuje od druhé poloviny osmdesátých let. Mezi její první propagátory patřila někdejší rehabilitační pracovnice Hamzovy léčebny Helena Lewitová. V roce 1991 byla z iniciativy MUDr. Lií Frantalové a MUDr. Václava Volejníka, CSc., založena Česká hiporehabilitační společnost a v roce 1994 bylo její sídlo z Luže přemístěno do Prahy. Léčebna se stala jedním z prvních zařízení, která začala tuto rehabilitační metodu aktivně používat.

Hipoterapie využívá po tisíce let známý fakt, že jízda na koni napomáhá ke vzpřímenému držení trupu a rozvíjí řadu dalších schopností člověka – prokazatelně tak pomáhá, zvláště u dětí, správnému tělesnému vývoji. Důležitý je u ní i pozitivní vliv na psychiku. Mít za kamaráda velké silné zvíře, které je přátelské, teplé a povozí dítě v parku, to je silný emocionální náboj. Děti mají z takového cvičení velkou radost.

„Léčebna nemá mimo Kooperativu žádného sponzora pro tuto metodu. Občas přijdou drobné dary od jednotlivých osob, ale samotné ministerstvo zdravotnictví zřejmě nemá konkrétní možnosti, jak nás podpořit. Hlavní rozpor je v tom, že nejde o metodu v tzv. Seznamu zdravotních výkonů, který je určitým normativem pro naši práci pro úhradu od zdravotních pojišťoven. Nelze proto ani diskutovat o skutečné ceně hipoterapie, která je, bohužel, dost vysoká,“ říká Václav Volejník.

„Kůň je živý tvor, potřebuje trvalou péči, dokonce i stálou výchovu. V dnešním technickém světě se hledá vždy metoda nejlevnější a nejméně náročná na provedení, ale zohledňovat především toto hledisko u hipoterapie prostě není možné. Nicméně, díky pomoci Nadace Kooperativy, která nám věnovala na provoz a rozvoj hipoterapie půl milionu ko-

run, se letos konečně dočkáme opravy a přeměny naší jízdárny v moderní bezbariérové zařízení. Upraveny budou i venkovní trasy, kudy koně chodí,“ dodává MUDr. Volejník.

Hiporehabilitace je v léčebně poskytována na čtyřech koních: dvou huculských a dvou kladrubských a to se specializačními zkouškami a osvědčením České hiporehabilitační společnosti. Tato terapie je využívána na základě doporučení lékaře hospitalizovanými dětskými pacienty na pobytu typu *rooming-in* i dospělými pacienty ostatních oddělení.



Foto: archiv Hamzovy léčebny

Pohyb hřbetu koně je přenašán na jezdce-pacienta ve třech osách (frontální, sagitální a horizontální) i při naprosté pasivitě pacienta. Nejčastějšími diagnózami pacientů jsou dětská mozková obrna, cévní mozková příhoda, míšní léze, roztroušená skleróza, poúrazové stavy, bolesti zad, skoliózy, kyfózy a svalové dysbalance. Jde o léčbu nadstandardní, tedy za příplatek.



Foto: (di)

Jízdy na koních probíhají za dozoru hipologa a určeného, věci znalého fyzioterapeuta v prostorách kryté jízdárny ▶

nebo v příjemném prostředí lesoparku přímo v areálu léčebny. Součástí týmu jsou další dva zkušení cvičitelé koní pro hiporehabilitaci a pět fyzioterapeutů se specializačním kurzem v hipoterapii.

V roce 2014 zde absolvovalo hipoterapii 178 dětí a 133 dospělých pacientů.

(di)

Úspěchy

TJ Léčebna Košumbersk

Sportovní oddíl sdružující téměř tisíc zdravotně handicapovaných sportovců od dětského věku až po dospělé z celé ČR – to je TJ Léčebna Košumbersk. Organizačně patří pod SPASTIC HANDICAP – Českou federaci sportovců s centrálními poruchami hybnosti. Jejimi členy se mohou stát nejen pacienti s pohybovými problémy, kteří se pravidelně léčí v Hamzově léčebně, ale i jejich rodiče, přátelé a příznivci sportu zdravotně postižených. Oddílové příspěvky jsou dobrovolné s ohledem na tíživou finanční situaci v rodinách zdravotně handicapovaných.

TJ Léčebna Košumbersk se zabývá především těmito sporty: atletika, boccia, curling, cyklistika, dráhové kuželky, lukostřelba, plavání, stolní tenis, šachy a závažný kuželník. Kromě pravidelných tréninků pořádá vlastní soutěže, účastní se republikových závodů a podporuje své sportovce i po skončení léčby.

Pomáhá také nejlepším sportovcům zúčastňovat se závodů v ČR i v zahraničí. Snaží se jim zajistit optimální tréninkové podmínky, potřebné speciální pomůcky a ochotné sponzory. Tato snaha je pak oceněna i tím, že její sportovci vozí z téměř všech závodů diplomy a medaile. Hlavním mottem TJ Léčebny Košumbersk je ale pomoci najít zdravotně handicapovaným sebeuplatnění a dát jim šanci v něčem vyniknout.

Příkladem je těžce postižený Aleš Bidlas, mistr ČR v boccie, který byl účastníkem Paralympiády v Sydney v roce 2000 a ME v Teplicích v roce 2001. Výtečný je také vozíčkář Jiří Vokurka, který je i s obyčejným vozíkem vítězem své kategorie ve sprintech a na středních tratích v České republice, ale i další sportovci.

Paralympijských her v Londýně se za TJ zúčastnili boccisté Radek Procházka a Leoš Lacina. Pro Českou republiku nakonec vybojovali vysoce ceněnou stříbrnou medaili v soutěži párů.

Příběh Radka Procházky

„Od osmi let jsem na vozíku po úraze páteře. Při rehabilitaci v Hamzově léčebně v Luži, kam jsem jezdil každý rok, jsem

se v roce 2002 seznámil s hrou zvaná boccia a velmi záhy jsem začal závodit za TJ Léčebna Košumbersk na národních turnajích. Dnes jsem několikanásobným mistrem České republiky, úřadujícím mistrem Evropy, stříbrným medailistou z londýnských paralympijských her a bronzovým medailistou z paralympijských her v Pekingu. Reprezentuji tak nejen Českou republiku, ale též Léčebnu Košumbersk. Právě díky léčebně jsem se mohl na všechny tyto závody dostatečně připravit, neboť mi tady vždy vyšli vstříc s možností tréninku a rehabilitace. Léčebna Košumbersk mi ale nedala jen boccii – strávil jsem v ní podstatnou část svého života a našel spoustu přátel, se kterými se vídám dodnes. Čas v léčebně jsem trávil jak se spolupacienty, tak i s personálem. Vzhledem k tomu, že jsem tady pobýval i v době, kdy jsem v rámci studia na střední škole musel absolvovat rovněž povinnou praxi, umožnila mi léčebna Košumbersk vykonat v zařízení i odbornou praxi. Seznámil jsem se tak nejen s chodem léčebny jako pacient, ale též i jako její zaměstnanec...

Do léčebny se vracím vždy rád, jelikož je to místo, které mi po úraze dalo nový životní směr.“



Radek Procházka

Foto: <http://pardubicky.denik.cz>

Počet protéz narůstá

Ortopedická protetika Hamzovy léčebny (HL) zajišťuje odbornou ortopedicko-protetickou péči pro pacienty z celé ČR již od roku 1981. Mezi její hlavní činnosti patří zajištění výroby zakázkových zdravotních prostředků na základě vystaveného poukazu od odborného lékaře. Do produktového portfolia ortopedické protetiky patří rehabilitační, kompenzační či pooperační ortézy.

V posledních letech dochází k významnému posunu v oblasti technologií a inovací. Pomůcky jsou vyráběné z odlehčených materiálů, což napomáhá pacientům obnovit a zlepšit jejich mobilitu a zařazení ve společnosti.

Ortopedická protetika HL patří k významnějším výrobcům trupových ortéz v ČR. Ročně tady ošetří více než 5 000 pacientů. Úzce spolupracují s lékaři v oboru ortopedické protetiky, ortopedie, rehabilitace nebo neurologie a s fyzioterapeuty. Vysoký standard poskytovaných služeb a vyráběných pomůcek zajišťují lékař s ortopedicko-protetickou specializací a tým ortotiků-protetiků certifikovaných od největších dodavatelů komponentů v ČR.

Ortopedická protetika HL v poslední době zaznamenává nárůst počtu vyrobených protéz. V roce 2013 tady vyrobili celkem 2 776 protéz, v loňském roce pak 3 075. Pacientovi při pobytu na lůžku v HL pomůcku nejen vyrobí, ale také ho zacvičí v užívání pomůcky pod dohledem fyzioterapeuta a lékaře. Cílem místní protetiky je soběstačnost pacienta v domácím prostředí.

Sortiment vyráběných pomůcek:

- trupové ortézy,
- končetinové ortézy,
- protézy horních a dolních končetin,
- ortopedické vložky,
- ortézy stabilizační pro sed,
- úpravy a opravy ortéz a protéz.

Pomůcky vyrobené místní protetikou jsou plně hrazené zdravotními pojišťovnami, pouze u ortopedických vložek je spoluúčast pacienta na platbě. Na základě indikace odborného lékaře je možno zhotovit pomůcku za platbu v hotovosti. V roce 2004 tady zavedli a používají systém řízení jakosti ISO 9001.

Na Ortopedické protetice HL je k dispozici **tenzometrická deska**, která zajišťuje diagnostiku pohybového aparátu a napomáhá včas a rychle odhalit špatné postavení nohy. Tenzometrická deska snímá při vyšetření nohy tlaky z chodidel a pomocí senzorů převádí signál do digitální podoby. Touto metodou je možné určit, jak se noha a celkový pohybový aparát chová nejen ve stoji, ale i v jednotlivých fázích pohybového cyklu.

(di)

Kaleidoskop zajímavostí z Hamzovy léčebny

■ **Léčebná rehabilitační péče** je zajišťována v devíti pavilónech. Ubytování v lůžkových odděleních je převážně hotelového typu – v jednolůžkových, dvoulůžkových a třílůžkových pokojích se

sociálním zařízením a nadstandardním vybavením. Všechna oddělení jsou bezbariérově přístupná.

■ **Systém sledování spokojenosti pacientů** v Hamzově léčebně probíhá v současné době ve spolupráci s Pardubickou univerzitou, fakultou zdravotnických studií v rámci Projektu „Vyhodnocování spokojenosti pacientů v následné a dlouhodobé péči“. Tento projekt podporuje vizi Hamzovy léčebny poskytovat kvalitní a bezpečnou péči svým pacientům.

Hodnocení spokojenosti je zaměřeno na podávání informací a edukaci pacientů, na oblast stravování, respektování osobnosti pacienta a zajištění jeho soukromí, na vnímání prostředí v léčebně, na přístup k pacientovi ze strany zdravotnických pracovníků a v neposlední řadě spokojenost pacientů s celkovou léčbou a péčí. Sběr dotazníků probíhá jednorázově jednou za rok, vyplňování dotazníků je anonymní a dobrovolné. Výsledky Anketu spokojenosti pacientů za rok 2014 byly velmi pozitivní a povzbudivé. Pacienti pozitivně hodnotili kvalitu poskytované péče, přístup zdravotnických pracovníků i celkové prostředí a čistotu v léčebně.



Pro děti je v Hamzově léčebně školka i školka *Foto: (di)*

■ **Nápad ke zhotovení bandáže na hlavu s úchytem na čele** pro nasazení štětce, tužky nebo ukazovátka vznikl z potřeby komunikovat s chlapcem, který pro svou diagnózu nebyl schopen hovořit, ale velmi dobře rozuměl. Původním cílem bylo ukazování písmen pohybem hlavy, protože horní i dolní končetiny nebylo možné využít. Po několika funkčních úpravách začala pomůcka sloužit a vychovatelka ji s chlapcem začala využívat k volnočasové aktivitě – ke kreslení. Odtud byl krůček k malbě štětcem. Malba hlavou se stala pro těžce pohybově omezeného dospívajícího chlapce náplní života.



První budova Ústavu pro skrofulózní děti postavená pod Chlumkem v roce 1901



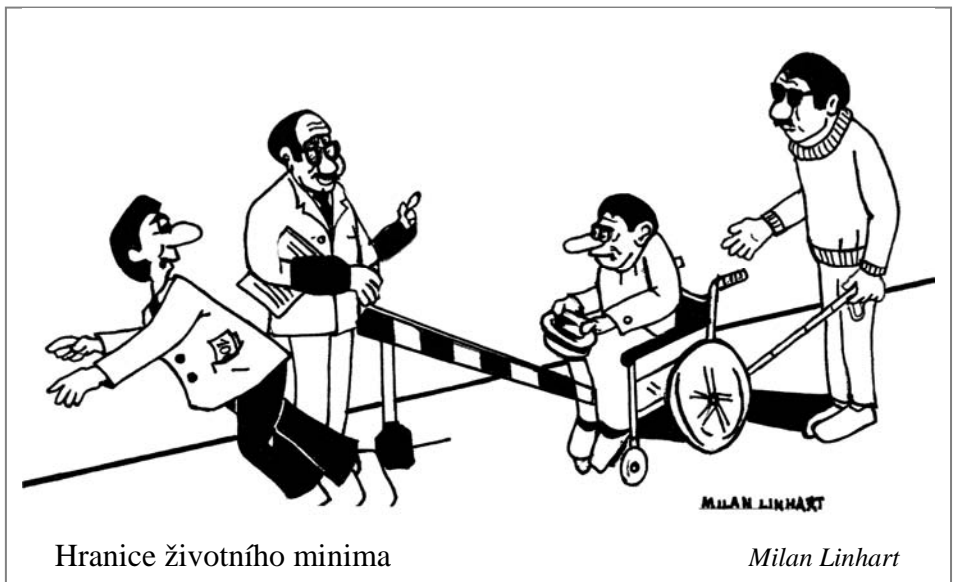
■ **Duchovní a pastorační službu** v Hamzově odborné léčebně zajišťuje kaplanka Mgr. Dagmar Hrubantová, která říká: „Jako kaplanka jsem připravena být každému nablízku, pokud o to požádá. Moje služba není omezena jen na náboženskou oblast nebo jen pro věřící. Jsem k dispozici každému, kdo je nejistý, osamělý, potřebuje pomoc nebo jen blízkého člověka. Pokud budete chtít, mohu jít kousek s Vámi a spolu s Vámi se pokoušet najít

další cesty pro život. Je to služba přítomností a je pro všechny, je bezplatná a je vázána mlčenlivostí.“

■ **Naplňování práv pacientů:** Každý pacient (doprovod pacienta) je při přijetí do léčebny seznámen s domácím řádem oddělení a právy pacientů, o tomto seznámení je učiněn zápis do dokumentace pacienta. Pokud pacientovi jeho postižení brání v prostudování dokumentů, je sestra povinna mu toto zajistit. Zdravotnický personál kdykoli a ochotně odpoví pacientovi (doprovodu pacienta, rodinným příslušníkům) na dotazy týkající se jeho práv a povinností. V léčebně jsou respektovány důvěrnost informací, lidská důstojnost a bezpečí.

■ **Z potomků Františka Hamzy** žijí ještě vnuk Jan a vnučka Jitka. Udržují s léčebnou řadu let velmi dobré vztahy. Pan Jan Hamza je navíc předsedou nadačního sdružení ve prospěch léčebny, které se jmenuje Děti z Košumberka. Další vnuk žije v Zurichu.

Připravil Jiří Muladi



Hranice životního minima

Milan Linhart

Téma pro diskuzi: Parazitě a roztroušená skleróza

Mimořádný příběh s roztroušenou sklerózou

Než začnu popisovat svůj příběh, chci poděkovat ing. Bláhové a hlavně MUDr. Řezníčkové za záchranu života.

Končil jsem velmi náročná studia, která byla skvělým předpokladem pro vědeckou kariéru, a měl jsem sen – podívat se do jihovýchodní Asie. Šel jsem na imunologii a nechal se od velmi zkušeného imunologa proočkovat proti chorobám, které se v dané oblasti vyskytují. Pro pozdější problémy jsou významné tyto vakcíny: obrna – živá vakcína, vzteklinu – izolovaná z opičích orgánů. Toto se událo v březnu až květnu 2011. Shodou okolností jsem se nedostal do Asie a procestoval léto po Evropě.

V září 2011 se dostavily urologické problémy a začal se mi zhoršovat zrak. Začal jsem soustavně běhat po doktorech. Prošel jsem všemožná oddělení a všechny testy byly negativní. Antibiotika zabrala dočasně na močové ústrojí, ale zrak se stále zhoršoval. Dalším významným faktorem byly čekací lhůty na vyšetření. V únoru 2011 se objevily první problémy, ale až v červenci 2012 proběhla magnetická rezonance. Ta jako první vyšetření dala pozitivní výsledek. V tu dobu jsem měl částečně ochrnutou skoro celou levou polovinu těla, skoro jsem neviděl, močový trakt v troskách. Dovolím si o sobě tvrdit, že se ze mě stala živá mrtvola. Následovala lumbální punkce a sdělení, že se jedná o autoimunitní onemocnění – roztroušenou sklerózu. Diagnóza, o níž se všude píše, že je to nevléčitelná choroba, která se v současné době šíří jako epidemie. Její příčina není známa a u každého pacienta se chová jinak. Okamžitě jsem dostal pulzní dávku kortikoidů. Dva týdny poté se problémy vrátily, dostal jsem další dávku. Vysoké dávky kortikoidů mi rozvolnily páteřní svaly. Bylo pro mě bolestivé i ležet. Bolesti zad mne zbavil chiropraktik pan Javanský z Mělníka.

V září 2012 jsem byl přijat do RS centra, kde jsem dostal interferony. Ty mají za úkol zpomalit průběh onemocnění a dát mi pár let (možná i desítek) aktivního života navíc. Tato metoda u určitého procenta pacientů zabere. V mém případě měla naprosto destruktivní efekt. Po kortikoidech jsem ožil a mohl se začít trochu

hýbat, interferony mi sebraly skoro veškerou sílu do života. Můj svět se zredukoval na práci a postel. Byl jsem schopný jen dojít do práce, s vypětím sil splnit úkoly, po cestě domů nakoupit a padnout do postele. Při všech činnostech mě provázela neskutečná tělesná slabost a trvalé močové problémy.

Zhoršovat stav pomaleji?

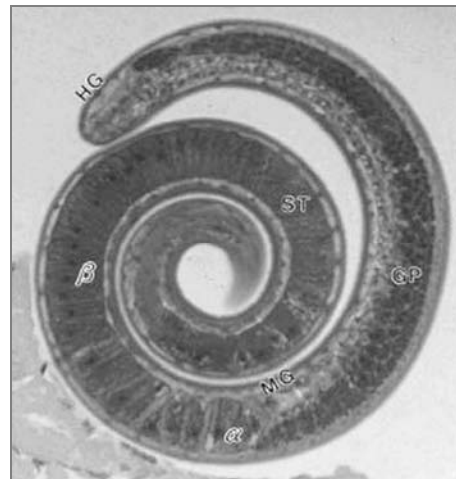
Na obranu lékařů musím říct, že se skutečně snažili přijít na příčinu mých potíží, v rámci jejich specializace. Nikdo si ale nedal práci spojit příznaky RS se symptomy z oblasti své specializace. V kombinaci s dlouhými objednávkami lhůtami to byl vražedný postup. Většinou každý lékař nakonec všechny problémy svedl na RS.

Jeden kamarád mne stále nutil napsat ing. Bláhové. K tomuto kroku jsem se rozhodl začátkem října 2012. Ing. Bláhová mi vysvětlila podstatu RS z jejího pohledu a doporučila mi MUDr. Řezníčkovou. Dalším impulsem pro alternativní léčbu byla upřímná slova mé ošetřující lékařky z RS centra: „Nejste tu od toho, aby se váš stav zlepšoval, ale od toho, aby se váš stav zhoršoval pomaleji. Proto vám dáváme léky.“ Poté mi byly zvýšeny dávky léků proti bolestem. Nic jiného nemohla ani udělat.

NÁZOR „PRO“

Dne 22. 10. jsem navštívil MUDr. Řezníčkovou, která mě otestovala na Salvii. Našla ve mně skoro vše, co se dalo hledat, ale hlavně nebezpečné viry: pomalé viry, priony = BSE a CJD, obrny, FSME, reťoviry, opičí viry, ebolu atd. Dále parazity: vlasovce, motolice, tasemnice, svalovce, strunovce, améby, bakterie a plísně. Nervová soustava kompletně promořená smrtícími viry a mozeček utlačován motolicemi, játra a ledviny zasažené všemožnou mikrobiologií a parazity, svalovcový rozesev ve vnitřních orgánech. V těle jsem neměl jediný čistý orgán. Dosáhl jsem smutného rekordu: nejvíce nalezených zátěží u jednoho člověka...

MUDr. Řezníčková naplánovala celou detoxikační kúru včetně antihelmintik.



Svalovec stočený. Velikost několik milimetrů

K první velké úlevě došlo po druhé dávce odčervovačel. Ve stolici jsem našel velké červy, 7 až 9 cm dlouhé. Pokračoval jsem systematicky dál pomocí MMS, antihelmintik a informatik na mozek, míchu a další oblasti nervového systému. Celou léčbu podpořily byliny podle starých a historicky ověřených návodů. Nakonec se jako nejhorším a nejodolnějším patogenem ukázaly priony, které mě opustily až v květnu 2013.

Systém vyléčení neuznává

Dne 1. 6. 2013 mi MUDr. Řezníčková řekla, že nemám v sobě žádnou patologickou mikrobiologii. V RS centru pouze konstatovali zlepšení a že to odpovídá stabilizaci. Dostal jsem žádanku na rezonanci, ta proběhla 29. 6. Výsledek jsem si nechal vypálit na CD a také si nechal udělat srovnávací posudek v jiné nemocnici na neurologickém oddělení: podstatný úbytek nálezů, žádná infekční ložiska. Začátkem září jsem navštívil RS-centrum, a tam jsem se dozvěděl hodnocení té samé rezonance: NEPATRNÉ zlepšení. Výrobce léku uvádí, že tento lék NEDOKÁŽE snížit počet nálezů na mozku a míše, ale zpomaluje VZNIK nových. Tato oficiální informace ostře kontrastuje s vyhodnoceními rezonance na obou neurologiích. Ošetřující lékařka se mě pokusila ujistit, že to dokázal ten lék a nesmí se přestat v aplikaci a laboratorní výsledky krve naznačují, že tělo lék nepřijímá. Nemohu

se ubránit myšlenkám na dílo G. Orwella: systém popsáný v knize 1984. Jednou „Velký bratr“ pravil, že příčiny roztroušené sklerózy jsou neznámé a nemoc neléčitelná. **Potom celý systém dělá vše pro to, aby se ochránil status, pacienti systém nezajímají. Zlepšení je nemožné, vyléčení je nemožné přiznat.**

Boj se systémem v pravidlech, které si určil systém sám, je nemožné vyhrát. Objektivně zlepšený pacient je přesvědčo-

ván, že je stále nemocen a musí brát drahé léky, které jeho stav ale stejně nemohou zlepšit! Důležité ale je, jak se každý cítí, jak dokáže nakládat s informacemi. Pro sebe jsem vyléčen, všechny záznamy mám, potvrzují zlepšení po všech stránkách. Svě nabyté zkušenosti předávám dál jako detoxikační poradce a pomáhám klientce, která 13 let „hnije“ zaživa. Její pokrok za dva měsíce je naprosto neuvěřitelný. Neobešla se bez chodítka, teď chodí

jen o jedné berlí. A stále pokračujeme. Doufám, že moje zkušenost a příběh pomůže dalším lidem.

Přeji všem postiženým RS, autismem, Parkinsonem, celiakií, lupénkou, astmatem a dalšími strašlivými chorobami – nepropadejte na mysl, získejte naději a pokuste se utéct ze smrtících pastí, do nichž jste upadli.

Mgr. Karel Vostruha

Dobře skrytí parazité

Ing. Hana Bláhová: Specializují se na nervová onemocnění typu roztroušená skleróza, parkinsonismus, epilepsie a deprese.

Na parazity jsem přišla tak, že jsem si dělala sáhodlouhé tabulky se všemi možnými viry, bakteriemi, parazity a neživými zátěžemi, které jsem v lidech s těmito onemocněními našla, a snažila se najít společného jmenovatele. Nakonec jsem eliminovala asi šest skupin patogenů, které měli VŠICHNI mí klienti. Postupně jsem je ale redukovala. Buď proto, že se daly relativně snadno odstranit, ale na zdravotní stav mých klientů to nemělo zásadní vliv, přičemž dalším podezřelým byla borrelie, která je většinou lékařů považována za možného hlavního pachatele. Ovšem nedávalo mi to smysl – proč by borrelie, která je tak častá, že ji má v národě skoro každý, spouštěla RS nebo depresi jen u někoho? Nesedělo to ani u virů. Hledala jsem takového mikroba nebo parazita, který by nebyl vyloženě exotický, nicméně přesto ještě dosti výlučný a byl společný lidem se stejnou diagnózou.

Při zaměření pozornosti na parazity jsem pak dospěla k mnoha šokujícím poznatkům, které nejsou běžné populaci známy.

Za první: Nevěděla jsem, že larvy parazitů cestují po těle a jejich činnost se tak neomezuje jen na střevo, jak jsem si dřív myslela. Také jsem žila v domněn, že žaludeční kyseliny všechno živé, co bychom případně spolkli, zahubí. Není to tak – larvy jsou velmi odolné a mohou putovat po celém těle, i do mozku.

Za druhé: Nastudovala jsem si, kteří parazité u nás žijí a jak se chovají, a testovala jsem podrobně širokou škálu všech běžných parazitů ke VŠEM orgánům svých klientů a nejenom těch nervově nemocných. Užasla jsem, že neexistuje člověk, který by nějakého parazita neměl, včetně mne.

Třetí šok pro mne byl, když jsem opakovaně měřila souvislost parazitární zátěže s AUTOIMUNITOU! Autoimunitní

proces nemusí probíhat na všech tkáních, ale i izolovaně, např. jen v mozku, jen na štítné žláze apod. Naměřila jsem autoimunitu především v těch tkáních, kde byl přítomen parazit; kde nebyl, autoimunita neprobíhala.

V praxi se ukazuje, že imunitní systém „nadřazuje“ v pořadí důležitosti parazity. Pokud začneme odstraňovat nejprve je, tělo se mnohem ochotněji vypořádává s virovou a bakteriální zátěží. Obrátíme-li postup, jde to ztuhá a trvá to dlouho. Je to dáno i tím, že parazité jsou sami zamořeni našimi viry a bakteriemi, a pokud si necháme v těle „živý rezervoár“, je detoxikace drobnějších zátěží sisyfovská.

Pochopila jsem, že přístroj Salvia vidí „skrz“ měkké tkáně parazitů a odečítá i bakterie a viry uvnitř jejich těl, a proto jsem stále u sebe i u klientů měřila některé virové a bakteriální zátěže, přestože jsme je předtím čistili třeba celé měsíce. Milým překvapením bylo, jak rychle se lidé začali uzdravovat, když jsme začali s odčervovací kúrou, především když jim lékař předepsal antihelmintika. Zlepšovali se skokem, a já byla zvyklá při detoxikaci na velmi pozvolné zlepšování.

Proč o parazitech nevíme?

V tomto směru nás totiž nikdo nevzdělával. Ani škola, ani rodiče, ani lékaři. Nejvíce v obraze jsou doktoři přírodních věd a veterináři. Pro ně tato skutečnost není překvapením. Lékaři ale často vůbec nedávají do souvislosti ani do očí bijící symptomy.

NÁZOR „PRO“

Už jsem zažila, že na stížnost pacienta, že bezdůvodně hubne a svědí ho konečník, slavný lékař odpověděl: To máte borrelii v žaludku a plísň v tlustém střevě. Jedna obvodní lékařka mi řekla, že lékaři mají instrukce, aby při banálních onemocněních (bolesti hlavy, břicha, průjmů, zácpy, nechutenství, prudké hubnutí, nevolnost a zvracení) přednostně zvažovali parazitární nákazu. V praxi se



Ing. Hana Bláhová

s tím ale nesetkáte. To nejběžnější z mikrobiologie, co lékaři stále dokola uvádějí jako příčinu potíží, je streptokok, stafylokok, chřipkové viry a ještě tak borrelie. U bakterií si tak zdůvodní nasazení antibiotik a je vyřízeno. Tadáž lékařka si rovněž postěžovala, že za celou její mnohaletou praxi se ještě nesetkala s laboratoří, která by uměla parazity najít, přestože občas vzorky na rozbor posílá a podle symptomů pacientů parazity tuší. Testy se vracejí negativní, což lékaře časem odradí, aby to ještě zkoušeli.

Našich parazitologických laboratoří je málo. Nejsou tak dobře vybaveny jako pracoviště bakteriologů a virologů, neškolí se tolik pracovníků pro tato oddělení, protože lékaři o jejich práci jeví menší zájem. Laboranti proto nemají dostatečnou praxi a někdy jde i o lidský faktor – pečlivost a rychlost. Vzniká tak začarovaný kruh. Dalším úskalím jsou samotné testy. Test ELISA, který se nejčastěji používá ke stanovení protilátek, je levný a chybový. Lékaři to vědí. Selhává i u průkazu borrelie. Kolektiv lékařů vedený MUDr. Bartoňkem, z pražské kliniky zaměřené na borrelii, přiznává, že je falešně negativní z 50 až 70 procent. A na těchto testech závisí zdraví tisíců lidí... Takže všude tam, kde hledáme protilátky, a ne přímo parazita, může dojít k chybě.

Podle MUDr. Miroslava Mikuleckého, CSc, z kliniky infektologie a geografické ►

medicíny v Bratislavě, organismus nemusí z nějakého důvodu protilátky tvořit – buď má sníženou imunitu, popř. malý počet jedinců nemusí vyvolat imunitní odpověď. MUDr. Mikulecký je odborníkem na helminty, především na toxocar. Ptala jsem se ho, co si myslí o spolehlivosti testu Elisa. Vyjádřil pochybnosti, neboť už se stalo, že dvě různé laboratoře dospěly k opačným výsledkům. Ve stolici se vajíčka také nemusí najít, pokud už jsou paraziti rozsetí po těle. Parazit nemusí být momentálně ve střevě. Proto by se správně mělo dělat několik odběrů stolice po delších časových odstupech, a to se v praxi neprovádí.

Parazitě roznášejí viry a bakterie

Nejzávažnější nákazy – Echinococcus a Hymenolepis – můžeme dostat od psů. V ČR jsou evidovány 2 miliony psů. Připočtete ty neevidované. Jsme státem s největším počtem psů na počet obyvatel. V tomto směru trumfneme i Angličany. Přitom jsme národem, který není zvyklý po svých čtyřnohých přátelích uklízet. Rozšlapané a větrem rozvířené psí výkaly pak dýcháme, naše děti si hrají ve znečištěných pískovištích. Nepořádní Češi jen sklízí, co zaseli.

Přemýšlela jsem, proč se nenajdou pro-

tilátky proti parazitům ani v případě, že pacient donese lékaři úlovek a fyzický důkaz. Jedno z možných vysvětlení by mohlo být i to, že organismus netvoří (nebo tvoří jen velmi neochotně) protilátky proti VROZENÝM infekcím. Je naivní se domnívat, že parazit se neprožere placentou, když je schopen se dostat přes střešní stěnu. Všechno, co má v těle matka, může mít i dítě. Rodinní příslušníci mívají podobné parazitární zatížení. Potom proti těmto prastarým zátěžím tělo nebojuje. Často to mohou být letité spící cysty, které začnou ožít až po prvních tabletkách antihelmintik. Jejich metabolismus je sice snížený, nikoliv však nulový. Toxiny z těchto cyst přispívají k chronickým záhadným chorobám. Sérologická vyšetření selhávají. A protože s parazity po generace nebojujeme, přibývají.

Dále se stále jasněji prokazuje, že parazité roznášejí viry a bakterie po těle. Samička parazita předává svou virovou a bakteriální výbavu larvám a vajíčkům, tak jako lidská matka předá potomkům viry, bakterie a parazity. Pokoušet se proto o zbavení virů a bakterií bez předchozího odčervení, je marná práce. A naopak, znova a znova žasnou, že i u velmi starých lidí se dá dosáhnout toho, že jejich orgány zbavené parazitů vykazují ideální hodnoty. Možná krátkodobě, ale přece. V orgánu, který jste čers-

tvě zbavili parazita, neměříte ŽÁDNOU BAKTERII, ŽÁDNÝ VIRUS, i kdyby měsíc před tím orgán vykazoval dvacetipoložkovou mikrobiální zátěž. Nezapomenu na pětadesátiletého muže, kterému jsme kvalitním zapperem odstranili parazity ze slinivky a já jsem pak několikrát po sobě, s opakovanou kalibrací, naměřila jeho slinivku v normě. Bránil se: „Ale já mám náběh na cukrovku!“ Říkám mu: „V této chvíli ne.“

Podezření na parazity můžete mít například při poruchách vidění: dvojitě a rozmazané vidění, nebo zamlžené vidění je jeden z prvních příznaků roztroušené sklerózy. Pocit cizího tělíska v oku. Tečky a šmouhy, které přibývají.

Proti bílému pozadí můžete možná vidět okrouhlé pravidelné skvrnky, tmavé se světlým středem, jakoby pospojované řetízkem. Je známa oční forma larvální toxokarózy, ale v oku najdete všechno možné. Mohou tu žít larvy všech druhů parazitů, všechny bakterie a viry, které je možno nalézt jinde v těle. A očar nic nenajde. Očarce jedné mé klientky jsem poslala článek o larvální toxokaróze od MUDr. Mikuleckého – řekla, že o tom v životě neslyšela.

Poznámka redakce: Jedná se o výtah stejnojmenného materiálu ing. Hany Bláhové.

MUDr. Petr Lukeš: Na parazitologii tady myslí málokdo

Oblíbený pediatr, specialista na čínskou medicínu Petr Lukeš odešel do důchodu, ale práce má přesto nad hlavu. Řada lidí se vyhýbá klasické medicíně, nechce brát léky, které v jejich těle sice léčí nějaký problém, ale jiný způsobují. A tak vyhledávají alternativní metody.

„Měl jsem nejmenší nemocnost na celé Moravě, to mám potvrzené ze Všeobecné zdravotní pojišťovny i Pojišťovny ministerstva vnitra. Nejmenší počet chroniků, nejmenší počet nemocnění z braní antibiotik a tak dál,“ konstatuje MUDr. Petr Lukeš.

• **Jaké jsou dnes mezi populací nejrozšířenější choroby?**

Plísně, ty nám snižují imunitu. A taky paraziti. O parazitech toho moc nevíme, spíš tušíme. Světová zdravotnická organizace uvádí, že dětská populace je z 80 procent zamořená roupama. Léky likvidují pouze dospělé jedince, nikoli vývojová stadia, vajíčka, larvy. Ty v nás pak dělají ten binec – spolu s plísněmi snižují imunitu. Není ale jen dětský roup a dětská škrkavka, jsou i kočičí a psí rupy a škrkav-

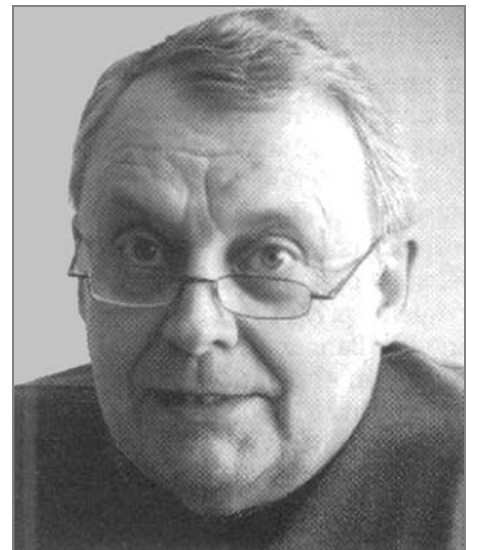
ky. Ty se u lidí vyvinou jen do larválního stádia, takže děti mohou mít ty larvičky v sobě třeba rok. Ony se tam salaší, a když mají příhodné podmínky, začnou se hýbat, dělat paseku a děcka začnou kašlat nebo mít potíže s čuráním, protože se larvy hodně usazují v močových cestách. Nebo se děti pomočují – to dělají ty krevničky, pak se usazují v játrech a plicích a bohužel i v mozku. Přes lymfatický systém se dostávají do nosohltanu – do středouší, do mozkové tkáně. Vznikají také parazitární zápaly mozkových blan a ono se vůbec nepříjde na to, proč. I polypy v dutinách se objevují u dětské populace.

NÁZOR „PRO“

Takže ať si lidé doma chovají kočičky, pejsky a další zvířátka, ale měli by se pravidelně odčervovat, stejně jako jejich miláčci. Navíc – plísni je také celá řada a nikdo je neumí najít.

• **Která plíseň je nejčastější?**

Moučná – Candida albicans. Ta se objevuje již za 3–12 hodin na pečivu, které



MUDr. Petr Lukeš

necháme uloženo v igelitu. Tato plíseň způsobuje moučnivku na sliznicích dutiny ústní, hlavně u dětí, a u žen na přirození. Plísně na burácích pak produkují nejhorší jedy – aflatoxiny. Dále podporují plísně antibiotika, která se berou opakovaně a dlouhodobě. Jde o zákeřné potvory, protože nám nedělají teploty, pouze je

nám slabo a divně, ovšem snadno pak chytáme běžné infekce. Plísň se totiž navazují na receptory T-lymfocytů, což jsou naši buněční zabíječi v první linii obranyschopnosti. Ty ztratí svou důležitou funkci makrofágů a viry a bakterie mají volný vstup do těla. A potom se divíte, že jste opakovaně nemocní.

• Jak se hrozbou plísni a parazitů vyrovnávají lékaři?

Ono se to těžko diagnostikuje. Lékař by se o to měl zajímat, měl by to znát, ale ono je lepší klepat do počítače, než zpovídat pacienta. To už lékaři zapoměli. A hlavně – doktor teď už spoléhá jenom na laboratoř. Co dostane z laboratoře, to je posvěcené, co nedostane z laboratoře, nad tím pokrčí rameny a řekne – nevím. Bohužel, například spousta onkologických onemocnění nejsou skutečná onkologická onemocnění. Imitující onkologický nález vám třeba udělá plíseň, která se jmenuje aspergillus. Ta se lokalizuje do našich mateřských znamének a pod ním jsou schovaní paraziti. Jak se do znaménka šprtne, rozesejí se. Nebo třeba takový měchožil zhoubný, to je lahůdka: ten imituje nádor v břichu a on to vlastně není nádor. Onkologové pak začnou s chemoterapií, človíček chřadne a nakonec ho

zabije parazit, nikoli rakovina.

• Lze se divit lidem, kteří mají s lékaři špatnou zkušenost a nevěří jim?

To je hrot ledovce, není to zas tak časté. Člověk by měl ale zavzpomínat, kde kdy pobýval. Teď se vyvíjejí přístroje, které detekují frekvence těch různých parazitů. Je to přístroj založený na vegetativně rezonančním testu, kdy se zjistí, kolik vibrací dává škrkavka, kolik roup, tasemnice a podobně.

• Což ovšem lékaři nedělají...

Dělají to alternativci, a hlavně inženýři. To je jejich obor. Doktoři tomu ale stejně nevěří. Antibiotika jsou leckdy bez efektu, navíc třeba rozboru zjistí, že dítě nemá zánětlivé markery. Jenže červíci leží v plicích dětí tři týdny a ty jsou z toho strhané, mají překrvené dýchací cesty. Když uděláte rentgen, najde se tam zastínění, které skutečně ukazuje na pneumonii. Musíte si to dát dohromady a říci si – toto už má potřetí, vždycky tři neděle se čtrnáctidenní nebo i delší pauzou a pak to znovu začne. Pro parazity je typické, že začnou klást vajíčka v době novoluní – týden před dozráním Měsíce a týden po. Já měl za týden třeba pět svých registrovaných dětí a patnáct nepříslušných, se kterými se přišli rodiče poradit – nešlo by

mu zvednout imunitu a podobně. Když pak dávám přípravky na škrkavky a rupy, matky se diví, že dostaly léky proti parazitům. Samozřejmě – pomáhal jsem si ještě laserem na akupunkturální body, které mají vliv na zvýšení imunity.

• Je to tak, že parazitů máme čím dál víc i proto, že se více cestuje po světě?

Přesně. Například spousta parazitů je z Turecka. Třeba motolice ze skopového jdou přímo do slinivky břišní. Když to zasáhne sekretorickou část, je z toho diabetes, když extretorickou, přijdou záněty. A když to trvá moc dlouho, může se to zvrhnout až do rakoviny slinivky. Na parazitologii tady vůbec myslí málokdo. Ono je to těžko detekovatelné, tak se tomu každý spíš vyhne. Vždyť než se parazit namnoží, trvá to někdy rok i déle. Paraziti jsou chytrá stvoření, která nechtějí naštvat svého hostitele. Oni s ním jsou pořád v symbióze a až se teprve hodně namnoží, tak se obvykle roznosí po těle a pak to bouchne. A pak se všichni diví, proč je tolik chorob, nad nimiž si doktoři lámou hlavu. Zapomínají právě na oblast parazitologie.

(di)

Paraziti z opačného konce

Vědci zkoumají léčbu dosud nevyléčitelných chorob i „z opačného konce“. Zdá se, že infekce helminty potlačuje nežádoucí aktivaci imunitního systému, který se „vyhecuje“ a začne útočit na vlastní buňky. Záhadou zůstává, jak mohou střevní červíci tak masívně ovlivňovat imunitní systém, neboť jeho poruchy jsou tím, co je společné alergiím, roztroušené skleróze, autismu, Crohnově chorobě a dalším autoimunitním nemocem.

V každém případě vědci z univerzity v Nottinghamu ve Velké Británii zahájili déle trvající studii, při které sledují vliv

střevních červíků na roztroušenou sklerózu. Mají za to, že tyto paraziti mohou potlačovat přehnanou reakci imunitního systému.

NÁZORY „PRO“ I „PROTI“

Jayne Spink, ředitel výzkumu, k tomu řekl: „Zní to jako science fiction, ale jedna menší studie nám už dříve ukázala, že lidé s roztroušenou sklerózou, kteří byli infikováni těmito parazity, měli méně atak.“

A jak to vidí český molekulární biolog a parazitolog Julius Lukeš?

„Právě jako parazitologovi mi vždy byl záhadou téměř hysterický strach řady lidí z parazitů. Mnozí z nás jsou schopni se klidně denně řídit stopadesátikilometrovou rychlostí, ovšem představa, že bychom v sobě nosili bílé slepé červíky, nás úplně vykolejí. Doufejme, že jak lékaři, tak pacienti tuto fobii překonají a začnou využívat střevní helminty jako nečekané, ale možná velmi užitečné pomocníky. Osobně navíc doufám, že se dožijí doby, kdy se bude stále narůstající obezita léčit řízenými infekcemi tasemnic.“

(di)

Prof. Jan Krejsek: Nevím, jak nazvat tyto „léčitele“

Prof. RNDr. Jan Krejsek, CSc., klinický imunolog na Ústavu klinické imunologie a alergologie LF UK v Hradci Králové a Fakultní nemocnici v Hradci Králové k tématu parazitů a RS říká:

„Obsah zprávy Mgr. Vostruhy mne jako imunologa doslova pobouřil. Ne tím, že popisuje smutný osud člověka, který trpí roztroušenou sklerózou mozkomíšni

a hledá všechny způsoby, které ulehčí jeho osud. To je mi lidsky velmi blízké. Podporuji všechny možnosti, které mohou nemocnému člověku pomoci. Mohou být i mimo proud současné medicíny. Musí však vždy vycházet ze znalosti určitých principů fungování živých systémů, které jsou objektivně existující a nelze je pominout. Mgr. Vostruha zpochybil principy

léčby roztroušené sklerózy, které vycházejí z medicíny opřené o důkazy. Tyto důkazy o patogenезi roztroušené sklerózy jsou opřeny o desítky roků trvající výzkum mechanismů vedoucí k roztroušené skleróze. Tyto výzkumy využívají zvířecí model a spojují nejmodernější nálezy nejen v imunologii, ale i v různých odvětvích molekulární biologie. Všechny ►

léčebné postupy, které jsou po stanovení diagnózy nemocným s roztroušenou sklerózou u nás, ale i jinde v rozvinutém světě poskytovány, musely být opakovaně ověřeny v rozsáhlých klinických pokusech. Pouze ty léky, které dokázaly zlepšit stav nemocných, mohou být indikovány lékaři neurology, kteří se specializují na diagnostiku a léčbu této nemoci. Jako imunolog se musím znovu a znovu přesvědčovat, že přes stále hlubší poznání patogeneze roztroušené sklerózy jsme opakovaně překvapováni novými poznatky, které zlepšují naši znalost. Všichni si uvědomujeme, že na základě dosavadních poznatků nelze zatím žádného nemocného s roztroušenou sklerózou vyléčit. Naštěstí, na rozdíl od situace před 10 až 15 lety, je možné u většiny nemocných dosáhnout zastavení progresu a často i zlepšení klinického stavu, které se rovná prakticky zdraví. To my pamětníci považujeme za obrovský úspěch, protože v minulosti lékaři mohli jenom přihlížet postupnému zhoršování stavu nemocných. Tato moje tvrzení jsou nezávislá. Nejsem lékař neurolog, který podle Mgr. Vostruhy má prospěch z toho, že léčí nemocné s roztroušenou sklerózou drahými léky. To je nemravné a nepřijatelné osočování těchto lékařů, které by mělo být doloženo, anebo by měla být požadována na Mgr. Vostruhovi omluva.

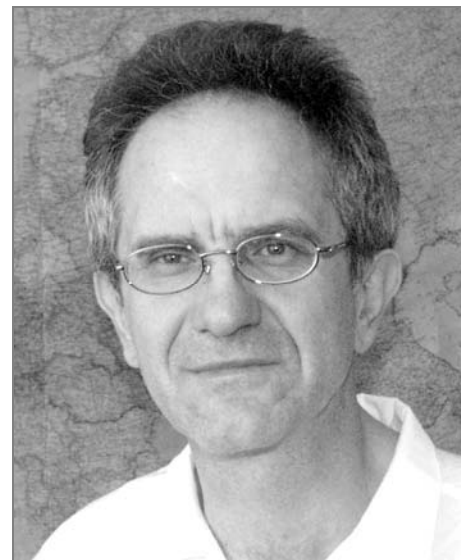
Za, s odpuštěním, „zmatený blábol“ lze považovat podstatnou část sdělení Mgr. Vostruhy, který s odvoláním na dvě mně neznámé odbornice (ing. Bláhovou a MUDr. Řezníčkovou) a z vlastní zkušenosti tvrdí, že roztroušená skleróza u něho byla způsobena celým výčtem nejružnějších infekčních agens. Neznám technologii označovanou jako *Salvia*, se kterou MUDr. Řezníčková u něho diagnostikovala – cituji –, „pomalé viry, priony = BSE a CJD, obrny, FSME, retroviry, opičí viry, ebolu atd. a dále parazity, vlasovce, motolice, tasemnice, svalovce, strunovce, améby, ale i bakterie a plísňe“. Mnohé z těchto infekcí jsou jednoznačně smrtící a po krátké inkubaci (např. ebola) člověka zabijí. Nemohu do detailu komentovat jednotlivá infekční agens – tedy co do jejich infekčnosti. Řada z nich je svým výskytem jasně omezena pouze na tropické oblasti a do našich klimatických podmínek mohou být pouze importována při cestě do těchto oblastí. Nelze čekat přenos na jiného člověka po návratu k nám, protože ke svému vývoji potřebuje zvířecí mezipřijítele, kteří se u nás nemohou vyskytnout. Je absurdní vůbec uvažovat o možnosti souběhu výše uvedených infekcí u jednoho člověka. Každopádně je to neslučitelné s chronicky probíhající nemocí, jakou je roztroušená skleróza.

Mgr. Vostruha tvrdí, že biologická te-

rapie prostřednictvím interferonu u něho nebyla účinná, naopak odkazuje na řadu vedlejších účinků, které tato terapie má. Připomínám, že tyto negativní vedlejší účinky jsou dobře známy a léčený pacient je na ně upozorněn. V žádném případě však nemohu přijmout jeho informaci, že po aplikaci „detoxikační kúry a antihelminetik“ došlo u něho k vyléčení roztroušené sklerózy. Je dobře známo, že u většiny pacientů s roztroušenou sklerózou probíhá onemocnění ve vlnách zhoršení, které jsou i spontánně bez léčby následovány obdobím, kdy se nemoc prakticky neprojevuje a pacient se cítí zdravý. Přál bych Mgr. Vostruhovi, aby se výše popsanými diagnostickými a léčebnými postupy skutečně uzdravil. Obávám se však, že pokud skutečně trpí roztroušenou sklerózou, může jeho současný dobrý zdravotní stav znamenat pouze přirozenou remisi nemoci.

NÁZOR „PROTI“

Mgr. Vostruha je velmi aktivní v předávání svých „pozitivních“ zkušeností dalším nemocným s RS. Doufám jenom, že jeho poradenská detoxikační práce je prováděna zdarma bez nároku na jakýkoliv honorář. Přál bych mu také, aby svou činnost nikoho nepoškodil. V opačném případě se vystavuje nebezpečí soudního postihu. Podle mého soudu zralé na žalobu jsou v dopise dále uvedené komentáře ing. Bláhové o příčinách roztroušené sklerózy. Podle mého přesvědčení jsou naprosto nepodložena objektivními důkazy a jsou v tomto ohledu mimořádně zavádějící. Myslí-li „obrnou“ onemocnění způsobené virem poliomyelitidy, pak si dovoluji upozornit, že již cca deset let není používána živá Sabinova vakcína, ale používá se v rámci hexavakcíny jí zmiňovaná Salkova neživá vakcína. Podle všech epidemiologických přehledů je virová obrna vymýcena nejenom u nás, ale ve většině rozvinutého světa právě očkováním. Ing. Bláhová by si měla uvědomit, že nelze směřovat infekční obrnu s „dětskou mozkovou obrnou“, jejíž příčina je zcela jiná. Upozorňuji ing. Bláhovou, že mezi „lentiviry“ jsou zařazeny pro člověka patogenní HIV-1, 2, které jak je obecně známo způsobují smrtelné onemocnění AIDS. Je třeba oddělit „priony“ od „jiných retrovirů“. Jsou to zcela odlišné organismy. Neexistují žádné evropské typy plasmodií, původců malárie. Rovněž infekce parazitickými vlasovci je možná pouze v tropických nebo subtropických oblastech. Nález tasemnic v mozku je zcela unikátní a opět mimo realitu našich zeměpisných podmínek. O patogenetickém působení améb v našem prostoru se ví a jsou to zcela raritní záležitosti, které



Prof. RNDr. Jan Krejsek, CSc.

se akutně projeví vážným onemocněním.

Úroveň diagnostiky parazitárních infekcí u nás je srovnatelná se všemi rozvinutými zeměmi. Bohužel jsme svědky zde popisované situace, kdy „oborníci“ bez jakékoliv kvalifikace za použití neadekvátních metod diagnostikují celé spektrum parazitů. Situace je natolik alarmující, že lékařští parazitologové se na svém odborném semináři letos vyjádřili k této situaci a snaží se o nápravu.

Tvrzení uvedené v dopise Mgr. Vostruhy a podložené jeho odkazy na práci ing. Bláhové a MUDr. Řezníčkové, že roztroušená skleróza je způsobena celým spektrem prionových, virových, bakteriálních a především parazitárních infekčních agens, je z mého odborného pohledu klinického imunologa naprosto nepřijatelná a nepodložena žádnými důkazy. Jsem přesvědčen, že popisované diagnostické a léčebné postupy nemohou pozitivně ovlivnit průběh onemocnění roztroušenou sklerózou, mohou podle mého názoru způsobit zhoršení stavu. Naopak, odmítání biologické terapie indikované speciality, neurology v centrech pro léčbu roztroušené sklerózy, může mít negativní dopady na další průběh nemoci. Za nejsmutnější stránku celého tohoto příběhu považuji skutečnost, že je zde zneužívána bolest vážně nemocných s roztroušenou sklerózou, kteří pochopitelně hledají jakýkoliv způsob, jak si zlepšit svůj zdravotní stav. Zde je jim nabízeno za úplatu vysvětlení jejich nemoci a předpokládám, že rovněž za úplatu i „terapeutické zásahy“. Jestliže jsme před několika měsíci nazvali ty, kteří zneužívají slabosti stáří a prodávají starým lidem zbytečné věci, šmejdy, pak nevím, jak nazvat tyto „léčitele“.

Jsem kdykoliv připraven obhájit své názory v odborné diskusi s kýmkoliv, kdo mne k ní vyzve.

Připravil: Jiří Muladi

Kongres ESCIF v Brně se nadmíru vydařil

MUDr. Lia Vašíčková



Desátý kongres European Spinal Cord Injury Federation v Brně je minulostí. Na třídní jednání (20.–22. 5.) se sjelo 85 delegátů s doprovodem (mezi nimi bylo 38 vozíčkářů) z 18 evropských zemí, jeden zástupce dorazil až z daleké Indie. Tématem kongresu bylo zaměstnávání lidí po spinálním traumatu.

ParaCENTRUM Fenix Brno je řadným členem ESCIF od roku 2009. ESCIF (www.escif.org) sdružuje 29 národních organizací lidí po získaném onemocnění míchy (poškození míchy úrazem či neúrazové) ze 24 států Evropy. Její počátky se datují do podzimu roku 2005, kdy se ve švýcarském Nottwilu sešli zástupci 12 organizací lidí s mobilitou na vozíku ze 12 evropských zemí s cílem prohodit možnosti založení celoevropské organizace. Některé jednotlivé organizace spolu již spolupracovaly, ale na tomto setkání se hovořilo o provázanosti spolupráce s cílem rozšíření a ujednocení znalostí, péče a kvality života lidí žijících po spinálním traumatu.

Již na jaře 2006 se opět v Nottwilu setkali zástupci národních organizací lidí žijících po spinálním traumatu ze 16 evropských zemí. Výsledkem setkání bylo založení European Spinal Cord Injury Federation, delegáti schválili stanovy federace, zvolili první výbor a práce ESCIF začala. Od jejího založení se každoročně koná kongres, který řeší palčivé otázky v oblasti spinální problematiky. Od vstupu do ESCIF se zástupci ParaCENTRA Fenix zúčastnili všech kongresů a na většině z nich aktivně přednášeli.

Datum kongresu bylo stanoveno na 20.–22. května 2015. Od jara 2013 jsme postupně objížděli hotely, abychom našli ten, kde je možno ubytovat 30–40 lidí s mobilitou na vozíku, kteří nejsou sportovci. Úkol se jevil jako nadlidský, protože podle norem má každý hotel jeden až dva bezbariérové pokoje, problémem jsou i bariérové koupelny. Díky pochopení vedení hotelu Maximus Resort, kde byli ochotni z každého pokoje s ubytovaným vozíčkářem odstranit v koupelně stěnu ze silného skla, jsme nakonec ubytování vyřešili.



Předsednický stůl: zprava: Jane Horsewell, předsedkyně ESCIF a současně zástupce národní organizace Rygmarvsskadede i Danmark, Lasse Vesterinen, zástupce finského velvyslanectví v Praze, Vojtěch Vašíček, předseda ParaCENTRA Fenix

Projekt Výzev se nebojíme

Získávání mezinárodních zkušeností velmi obohatilo naši práci a v červenci 2012 jsme začali realizovat mezinárodní projekt **Výzev se nebojíme**, jehož tématem je zaměstnávání lidí po spinálním traumatu. Tento projekt je podpořen z fondů EU a jeho účastníky jsou i partnerské organizace z Dánska, Nizozemska, Slovenska a Slovinska. Nefinančním partnerem je Nadace Konta Bariery. Projekt má celkem devět klíčových aktivit, jednou z nich bylo uspořádání kongresu ESCIF.

Datum kongresu bylo stanoveno na 20.–22. května 2015. Od jara 2013 jsme postupně objížděli hotely, abychom našli ten, kde je možno ubytovat 30–40 lidí s mobilitou na vozíku, kteří nejsou sportovci. Úkol se jevil jako nadlidský, protože podle norem má každý hotel jeden až dva bezbariérové pokoje, problémem jsou i bariérové koupelny. Díky pochopení vedení hotelu Maximus Resort, kde byli ochotni z každého pokoje s ubytovaným vozíčkářem odstranit v koupelně stěnu ze silného skla, jsme nakonec ubytování vyřešili.

řem odstranit v koupelně stěnu ze silného skla, jsme nakonec ubytování vyřešili.

On-line přenos

Záštitu nad kongresem převzala první dáma České republiky Ivana Zemanová, ministryně práce a sociálních věcí Michaela Marksová, náměstek hejtmana Jihomoravského kraje Stanislav Juránek a náměstek primátora statutárního města Brna Matěj Hollan.

On-line přenos kongresového jednání sledovalo 250 anglicky hovořících lidí v celé Evropě a 50 česky hovořících lidí u nás. Slavnostnímu zahájení byl přítomen zástupce finského velvyslanectví Lasse Vesterinen, zástupci MPSV ČR, Generálního ředitelství Úřadu práce ČR a Magistrátu města Brna.

Odlíšnosti nastavení soc. systémů

Téma zaměstnávání lidí po spinálním traumatu ukázalo na různá nastavení ►



Oficiální kongresové foto účastníků

sociálních systémů v jednotlivých evropských zemích a rozdílné možnosti i v oblasti zaměstnávání lidí. Ne v každé zemi dostane člověk s mobilitou na vozíku po spinálním traumatu automaticky invalidní důchod. V mnoha zemích se předpokládá, že se lidé do pracovního procesu zapojí dle svých možností – na chráněném pracovišti, na částečný úvazek, popř. i na úvazek plný.

Jako velkým problémem se u nás ukazuje jednak zastavení sociálního šetření v době, kdy člověk je na prvopobytu v rehabilitačním ústavu, jednak i nepřipravenost lidí na zapojení se do pracovního procesu. Vrací se domů do nepřipraveného prostředí a musí řešit zcela jiné věci. A to i v situaci, kdy v rehabilitačním ústavu jsou vysoce specializovaní odborníci (lékaři, sestry, fyzioterapeuti, ergoterapeuti i sociální pracovníci), kteří mohou podat reálný obraz stupně postižení jednotlivce; podstatně podrobnější, než může podat pracovníce, která dojde za pacientem na sociální šetření. Není výjimkou, že vyřízení sociálních záležitostí a zajištění bezbariérovosti trvá i devět měsíců od návratu do domácího prostředí. Ukazuje se, že čím déle zůstává člověk doma, tím hůře se daří jej navrátit do pracovního procesu. Tím se uzavírá bludný kruh.

Benefity práce člověka s disabilitou jsou jednoznačné: zvýšený finanční příjem, sociální integrace, sebeocenení, z kterého vyplývá zvýšení sebevědomí, méně zdravotních komplikací, vyšší kvalita života a změna v postojích v plánování života a budoucnosti. To všechno jsou odpovědi z dotazníkových šetření v cílové skupině. Velice závažné je zjištění publikované ve větším počtu vědeckých studií, že pracující člověk s disabilitou se dožívá vyššího věku než nepracující člověk s disabilitou.

Závěrečná zpráva přinese konkrétní doporučení

Kongres byl velmi úspěšný, účastníci odjíždějí velmi spokojeni. Díky nasazení celého realizačního týmu byli všichni včas na letišti ve Vídni a také ti, kteří odlétali z Brna.

ParaCENTRUM Fenix nyní čeká velický úkol: podrobně analyzovat a rozpracovat všechny zjištěné skutečnosti. Budou součástí závěrečné zprávy projektu, předložíme je i na MPSV ČR a MZ ČR. Dalším výsledkem kongresu je dojednané zapojení Fenixu do dvou mezinárodních studií.

Všechny přednášky, které na kongresu zazněly, budou postupně k dispozici na www.pcfenix.cz (www.escif.org), kde najdete i fotografie.

MUDr. Lia Vašíčková je členkou rady ParaCENTRA Fenix

Prestižní Cena Olgy Havlové pro Olgu Joklovou



Olga Joklová při přebírání ceny Olgy Havlové Foto: www.vdv.cz – Zdeněk Chrapek

„Žije se mi těžce,“ říká třicetiletá Olga Joklová z Jihlavy. „Před čtyřmi lety mě zasáhlo kritické zúžení jícnu, tři roky jsem přijímala pouze mixovanou stravu a poslední rok mám přímo do břicha zavedenou hadičku, takže jsem zcela závislá na umělé výživě. Spotřebuji spoustu obvazů na rány po celém těle, chodí se mi špatně na záchod, nemám skoro žádné vlasy, vypadávají mi zuby, srůstají mi prsty na nohou i na ruku, už se sama vůbec neobstarám a jsem naprosto závislá na svojí mamce,“ líčí Olga svůj každodenní boj.

„Naštěstí mohu používat počítač a telefon, takže jsem se světem spojena internetem. I tak se snažíme s mamkou žít normální život, chodíme na koncerty a cestujeme, ale je pravda, že v poslední době už nemám takovou fyzickou, jako jsem měla před zúžením jícnu,“ dodává.

Olga Joklová mladší trpí vrozeným genetickým onemocněním epidermolysis bullosa congenita nazývaném nemoc motýlích křídel. Narodila se v roce 1985, kdy ještě u nás neexistovala diagnostika této nemoci ani klinické centrum. Lékaři řekli její matce, že nedožije večera. Ovšem navzdory těžké formě postižení, které způsobuje Olze každodenní bolest a další velké komplikace se základními životními úkony, je společně se svou matkou již několik let aktivní spolupracovnicí charitativní organizace Debra ČR.

Jako dobrovolnice šíří osvětu o nemoci motýlích křídel a pomáhá pacientům, kterých je v ČR přibližně 300.

Rozdává radost

Za osvětovou činnost a pomoc druhým získala Olga Joklová mladší letošní **Cenu Olgy Havlové**. Porotci vybírali ze šesti kandidátů a podle ředitelky Výboru dobré vůle – Nadace Olgy Havlové Mileny Černé byla právě Olga jasným favoritem. „Má pověst člověka, který spíše rozdává radost, než aby vzbuzoval soucit. To není úplně běžné u lidí, kteří mají handicap. Když jsme s ní dělali interview, zjistili jsme, že se jedná o člověka neobyčejně vzácného.“

Cenu si Olga Joklová převzala 25. května na slavnostním vyhlášení v zaplněném sále Kongresového centra České národní banky za potlesku několika stovek lidí. Domů do Jihlavy z něj cestovaly dcera a matka Joklovoy sanitkou, Olga vlezle.

„I tak pro ni byla ale cesta vyčerpávající. Je jí líto, že už nemůže vystupovat a zpívat na charitativních koncertech, má velký nálezy na plicích. Chce ale dál pomáhat, cítí velkou odpovědnost za ostatní. Vzájemně jsme si znovu poděkovaly. Děkujeme si každý den,“ prozradila Olga Joklová starší. „A nelitujte nás,“ dodala. „Lidé řeší spoustu kravin, kterým my se smějeme...“

(di)

Sanatoria Klimkovice jsou špičkovým centrem pro neurorehabilitaci

Speciální program na roztroušenou sklerózu

Děti s roztroušenou sklerózou najdou nově specializovanou péči v Sanatoriích Klimkovice. To je jedno z poselství, které zaznělo na semináři „Světový den roztroušené sklerózy v Ostravě“, který uspořádala pacientská organizace lidí s roztroušenou sklerózou Roska Ostrava ve spolupráci s klimkovickými lázněmi.

„Program semináře jsme sestavovali podle toho, jaké informace členové Rosky nejvíce vyhledávají a potřebují,“ vysvětlila Naděžda Nováková, předsedkyně Rosky Ostrava (po Praze a Brně největší regionální organizace). Celá Roska má 1 500 členů.

„Sanatoria Klimkovice se poslední čtyři roky profilují jako špičkové centrum pro neurorehabilitaci. Věnují se tady i dospělým klientům s roztroušenou sklerózou, pro které mají řadu rehabilitačních metod a postupů. Zároveň se ve své dětské léčebně specializují na neurorehabilitaci dětských pacientů. Je tedy logické, že nyní lékaři a fyzioterapeuti spojili dosud

nabyté zkušenosti a vytvořili program pro děti s touto diagnózou,“ řekl primář Sanatorií Klimkovice Tomáš Bauko.

Cílená rehabilitace

V České republice trpí tímto vážným onemocněním centrálního nervového systému na dvě stovky dětí, přičemž dosud neexistovalo specializované rehabilitační pracoviště, které by se jim věnovalo. Příčina nemoci není známa a dodnes se na ni nepodařilo najít žádný lék. Cílená rehabilitace ale umí zmírňovat její příznaky, udržuje a v některých případech i zvyšuje soběstačnost pacienta.

Odborně vedená fyzioterapie, která využívá plasticity mozku, může v počátečním stadiu choroby přispívat i k obnovení porušených funkcí. Sanatoria Klimkovice už dnes nabízí řadu kombinovaných programů, z nichž se vybírá podle konkrétních potíží pacienta.

„Terapeutický program **RS kondice** je zaměřen na zlepšení celkové kondice pacienta, kdy intenzita aktivního cvičení



Elektrický chodník – ilustr. foto

je vyšší než u klasické lázeňské léčby. Program **RS stabilita** je určen lidem, kteří chtějí zlepšit stabilitu a jistotu chůze a **RS kogni** je určen pro klienty, jejichž dominantním problémem je zhoršení koncentrace a paměti. Pro zlepšování stability pacientů s roztroušenou sklerózou klimkovické lázně využívají tzv. **roboticky asistované rehabilitace**, při nácvičku chůze poslouží speciální trenažéry chůze spiderwalk a woodway,“ vysvětlila vedoucí fyzioterapie Romana Holáňová.

(di)

Ostravští vozíčkáři pomáhají studentům

Na Ostravské univerzitě v Ostravě každoročně ukončí své tříleté bakalářské studium noví fyzioterapeuti a ergoterapeuti. Součástí jejich výuky jsou různé odborné kurzy, mezi něž patří již více let i dubnový dvoudenní kurz o sezení ve vozíku, zvláště pro fyzioterapeuty a zvláště pro ergoterapeuty.

Kurz má teoretickou část a druhý den odpoledne i část praktickou. Studenti mají za úkol aplikovat získané znalosti a dovednosti na vyšetření člověka s mobilitou na vozíku – posoudit jeho sezení, vozík a jeho nastavení, kvalitu sedacího polštáře – a navrhnout případné úpravy, které by lépe řešily jeho klinické potřeby zjištěné při vyšetření. Všichni studenti se s pacienty na vozíku setkali v rámci své stáže na některém z klinických pracovišť, ale s konceptem řešení sedu ve vozíku se při kurzech setkávají vždy poprvé. Je to nový úhel pohledu v rámci jejich oboru.

Již tradičně ve výuce pomáhají ostravští vozíčkáři. Ve svém volném čase jsou ochotni se účastnit praktické části jako klienti-modeloví pacienti. V rámci běžného studia student s pacientem rehabilituje podle daných plánů, ale obvykle



Druhý kurz zleva: Dalibor Žurek, Kateřina Slavíková, Vráťa Hudeček, Tomáš Dvořák a Jan Kratochvíl

nebývá čas na bližší rozhovor.

Jako vyučující kurzu chci všem letošním klientům-modelům z celého srdce poděkovat. Oni přinášejí do kurzu nový rozměr a svými zkušenostmi a aktivním životním přístupem obohacují studenty nejen v oblasti sezení ve vozíku. Tak pomáhají nejen novým terapeutům, ale i novým klientům na vozíku, protože díky jim ti „noví“ již budou mít terapeuta, který zná a ví...

Letos se prvního kurzu zúčastnili jako modeloví pacienti pánové Ondřej Procházka, Tomáš Dvořák, Dalibor Žurek a paní Kateřina Slavíková. V druhém pak Ondřeje Procházku vystřídal Vráťa Hudeček a připojil se k nám i Jan Kratochvíl z Opavy.

Dámo a pánové, veliký dík nejen za mě, ale i za studenty!

MUDr. Lia Vašíčková

RÚ Kladruby:

Zlepšování kvality péče – Nutriční podpora rehabilitace

Management **Rehabilitačního ústavu Kladruby (RÚ)** prokázal odvahu a otevřenost ukázat veřejnosti přednosti, ale i nedostatky tohoto zařízení již v roce 2008. V tomto roce se připojil k těm, kteří systematicky pracují na zlepšování kvality a využívají výzkum založený na metodice měření osmi základních dimenzí kvality zdravotní péče (graf 2), používaný ve vyspělých zdravotnických systémech ve světě. Spolehlivé a objektivní srovnání výsledků musí být získáno za použití shodné výzkumné metody, musí splnit náročné metodické požadavky, což projekt **Kvalita očima pacientů (KOP)**, používaný v RÚ, splňuje. Právě při sledování výsledků na časové ose mezi rokem 2008 a 2014 je patrné zlepšení (graf 1, graf 2). V celkové spokojenosti překonal RÚ, hranici standardu dobré péče (80 %), již po osmé.

Práva pacientů a kvalita péče

Management zdravotních služeb se stává v současné době velmi aktuálním tématem. Právům pacientů a zvyšování kvality péče se věnuje velká pozornost. Po mnoho století neměli pacienti žádná práva. Byli plně závislí na lékaři. Asymetrie jejich vztahu byla obrovská a lze ji přirovnat k paternalistického modelu. O právech pacientů se začíná hovořit teprve na začátku sedmdesátých let minulého století. Byly přijaty významné dokumenty. V roce 2001 přistoupila ČR k Úmluvě o lidských právech a biomedicíně. V ČR je zakotveno právo pacienta na svobodnou volbu lékaře a zdravotnického zařízení.



Hlavní budova RÚ Kladruby

Aby si pacient mohl vybrat, musí mít k dispozici validní veřejně dostupné informace o zdravotnických zařízeních, což RÚ splňuje. Jedním z požadavků externího auditu, kterým RÚ prošel, je i splnění standardu sledování spokojenosti pacientů. Významným dokumentem specifikujícím práva pacientů je zákon č. 372/2011 Sb., o zdravotních službách. Mimo jiné ukládá poskytovateli zdravotních služeb v rámci zajištění kvality a bezpečí poskytovaných zdravotních služeb zavést interní systém hodnocení kvality a bezpečí. Jedním z požadavků hodnocení je i standard vztahující se ke sledování spokojenosti pacientů.

Požadavky na hodnocení kvality a bezpečí pacientů se začínají rozšiřovat do legislativních norem a musí je akceptovat všechna zdravotnická zařízení. A na to

jsou v Kladrubech připraveni. Podrobné informace za jednotlivé roky jsou k dispozici na: <http://rehabilitace.cz/czech/> a odkazu **Kvalita péče – Projekt kvalita očima pacientů**.

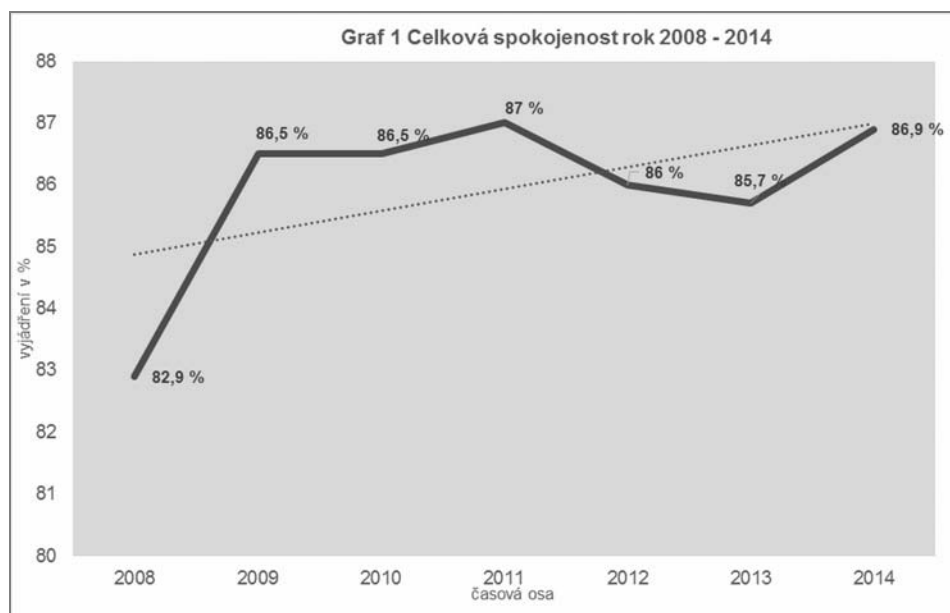
*Mgr. Eva Talpová, MBA
náměstkyně pro kvalitu a oš. péči*

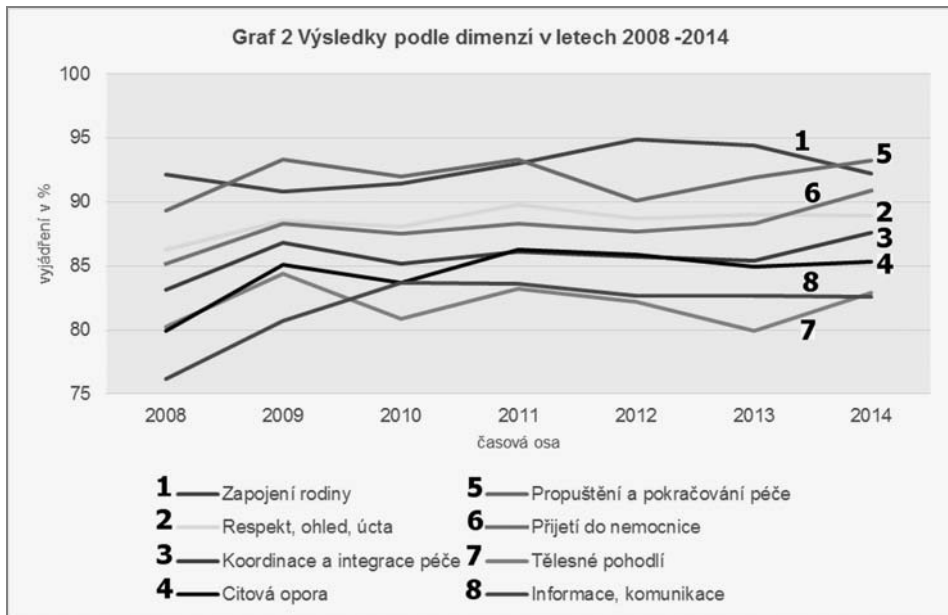
Nutriční podpora při rehabilitaci v RÚ Kladruby

RÚ Kladruby poskytuje komplexní rehabilitační léčbu pacientům po úrazech, operacích pohybového a nervového systému. K úspěšné rehabilitaci přispívá i stravování pacientů, které je součástí rehabilitačního programu. Pacienti jsou zařazeni do různých skupin diet, které odpovídají jejich zdravotnímu stavu. Upřednostňujeme hlavně individuální přístup. Důležitá je týmová spolupráce: lékař, zdravotní sestra, nutriční terapeutka, klinický logoped a kuchař.

Léčíme pacienty, kterým zdravotní postižení přineslo i nutriční omezení. Jedním z častých problémů je dysfagie – porucha polykání. Při dysfagii je vždy nutná úprava stravy. U lehčích forem dochází k vyloučení rizikových druhů potravin, např. rýže.

Někteří pacienti k nám přichází ještě s trvajícím perkutánní gastrostomií (PEG). Při částečném perorálním příjmu potravy sledujeme, jak velkou část denní porce je pacient schopen zkonsumovat. Semikvantitativní sledování, tj. kontrola, kolik pacient snědl, se zapisuje do dokumentace. Podle výsledků je možné upravit příjem enterální výživy tak, aby u pacienta byla pokryta energetická a nutriční potřeba. Ke





snadnějším polykání se využívá obecně známá mechanická úprava stravy – mixovaná a kašovitá, důležitý je estetický vzhled. U pacientů s dysfagií je naším cílem dostatečná výživa, postupné navyšování množství příjmu stravy, tekutin per os a případné odstranění PEGU.

RÚ se také specializuje na léčbu zahraničních pacientů převážně z arabských zemí. Strava pro tyto pacienty je připravována na základě jejich vlastního výběru z aktuálního jídelního lístku. Ten zohledňuje odlišnosti arabské kuchyně, ale vždy musí vyhovovat jejich zdravotnímu stavu a být schválen ošetřujícím lékařem. Za-

městnanci stravovacího oddělení jsou proškoleni arabským kuchařem, který vedl praktickou výuku po dobu dvou měsíců.

V průběhu léčby je důležitá komunikace s pacientem a mezioborová spolupráce. Pacienti mohou problematiku příjmu potravy konzultovat s lékaři a nutričními terapeutkami. Výsledkem je kvalitní pokrytí energetických a nutričních potřeb pacientů nutné pro úspěšnou rehabilitační léčbu.

*Hana Bezděková, nutriční terapeutka
 Helena Miklíková, nutriční asistentka*



Park s minigolfem



Tělocvična



Pokoj pro vozíčkáře



Areál RÚ Kladruhy

Colours bez bariér 2015 s novinkami



Colours of Ostrava 2014

Foto: Matyáš Theuer, Colours

Stejně jako v minulých letech pořadatelé festivalu Colours of Ostrava (16.–19. 7.) a speciálně tým Colours bez bariér připravil řadu výhod pro držitele průkazů ZTP a ZTP/P i letos. Patří k nim možnost zakoupení čtyřdenní vstupenky za zvýhodněnou cenu 450 Kč, a to pouze na samostatné pokladně Colours bez bariér, kterou najdete u hlavního vchodu na festival. Odpadne tak čekání v dlouhých frontách, na které si někteří účastníci festivalu stěžovali. Doprovod má vstup zdarma. V minulém roce festival navštívilo téměř 500 zdravotně znevýhodněných návštěvníků z celého Česka i ze zahraničí, především ze Slovenska a Polska.

Ubytování si rezervujte včas

Do 30. června si můžete rezervovat **bezbariérové ubytování** v některém z ostravských hotelů za zvýhodněnou cenu. Kapacita bezbariérových pokojů je ale omezená. Vedle areálu festivalu (v kempu) bude opět **bezbariérové stanové městečko**, které je zdarma a kde pořadatelé nabídnou 20 postavených stanů – každý pro dvě osoby. K dispozici bude, rovněž zdarma, 30 míst pro postavení vlastního stanu, k tomu zdarma 10 parkovacích míst. Kapacita míst je opět omezena, nutnou rezervaci proveďte co nejdříve – nejspíše **do 7. července**. Po potvrzení rezervace dostanete e-mailem voucher. Jedině s ním budete do kempu vpuštěni.

Pohodlná přeprava

Pro držitele průkazu ZTP a ZTP/P je vyčleněno 50 parkovacích míst zdarma. Místa si opět předem rezervujte a to **do 7. července**. I v tomto případě obdržíte voucher.

Letos bude opět zajištěna doprava po městě **bezbariérovým BB TAXI**. Jízdy

na festival budou realizovány každý den do 17 hod. a objednat si je můžete předem **na telefonním čísle Colours bez bariér 731 932 768**. Pro jízdy z festivalu letos pořadatelé nově připravují speciální zastávku BB TAXI, která bude u hlavního vchodu do areálu a bude mít vlastní jízdní řád. V pravidelných hodinových intervalech – mezi 18–01 hod. – budou od areálu vyjíždět dvě bezbariérová vozidla BB TAXI, která vás zavezou do hotelu, na vlak nebo do vašich domovů v rámci města Ostravy.

Další praktické vychytávky

Letos budete mít možnost zajistit si **osobního asistenta**, nově budou k dispozici **bezbariérové sprchy**. Samozřejmě jsou uzamykatelná bezbariérová WC. Každý držitel průkazu ZTP a ZTP/P obdrží na Info Pointu Colours bez bariér vlastní klíček oproti vratné záloze 100 Kč. Na bezbariérové tribuny už jste si zvykli – jedna bude s místem vyhrazeným pro vozíčkáře, druhá bude plně k dispozici pouze návštěvníkům s postižením.

Na hlavních scénách budou blokována místa k sezení. Aula Gong nabízí plně bezbariérová WC, speciální výtah a vyhrazená místa před hlavním jevištěm. Bezbariérové prostory Velkého světa techniky a Dolu Hlubina nabízejí také kvalitní sociální zázemí.

Mapa s praktickými radami bude dostupná zdarma v Info Pointu Colours bez bariér na speciální pokladně.

Všechny informace o projektu Colours bez bariér najdete na oficiálních stránkách www.colours.cz, sekce Praktické – Colours bez bariér.

Kontakt na tým Colours bez bariér: bezbarier@colours.cz, tel.: 731 932 768.

(hk)



Nejsi sama sebou

(You're Not You)

Nemoc si nevybírá

Spokojené manželství bytové designérky Kate (Hilary Swank) s právníkem Evanem (Josh Duhamel) je dokonalé. Milují se, plánují svůj další život, Kate radostně podporuje jejich přátelské vztahy a užívá si svého talentu ve hře na klavír.

Všechno se ale mění ve chvíli, kdy je Kate diagnostikována těžká degenerativní choroba. Je jí 35 let a je stále více odkázána na pomoc druhých s výhledem brzkého konce. Protože Evan vzhledem k pracovnímu vytížení není schopen se sám o vše starat, manželé najmou vysokoškolačku Rebeccu Cartwell (Emmy Rossum). Těžce nestandardní kuřačka a konzumentka alkoholu svérázně přistupuje k péči o Kate. Zde se příběh jakoby podobá francouzskému *Intouchables*, jen v ženském podání. Kvalitu hereckého umění Oscarem ověřené Swank divák předpokládá, Emmy Rossum ovšem exceluje. Kate potřebuje lehce nenormální Beccy, pomáhá jí to zůstat v jakémsi „normálu“, nenechat se litovat a pokud možno zůstat sama sebou. Na druhou stranu Beccy dostává od Kate „injekce“ zodpovědnosti a blízkosti tam, kde by to sama nečekala. Postupně se mezi nimi vyvine silné pouto, obě ženy tak v sobě začínají objevovat dosud nepoznané stránky...



Snímek amerického režiséra George C. Wolfa nabízí velmi zajímavý pohled na



SVOBODA POHYBU



Automobily
bez bariér.

AKČNÍ CENA VOZU

291.488 Kč BEZ DPH

Pospěšte, nabízíme poslední dva vozy za akční cenu!

PEUGEOT PARTNER

Verze: Partner Tepee Active 1.6 HDi 92k

Barva: Šedá Aluminium - Metalický lak

VÝBAVA

Tři sklopná a vyjímatelná sedadla
Pack Viditelnost
Střešní lišty
Automatická dvouzónová klimatizace
Regulátor rychlosti
Hliníková kola
Parkovací asistent vzadu
Boční sluneční clony
Systém kontroly stability ESP
Tónovaná skla + zatmavené zadní sklo

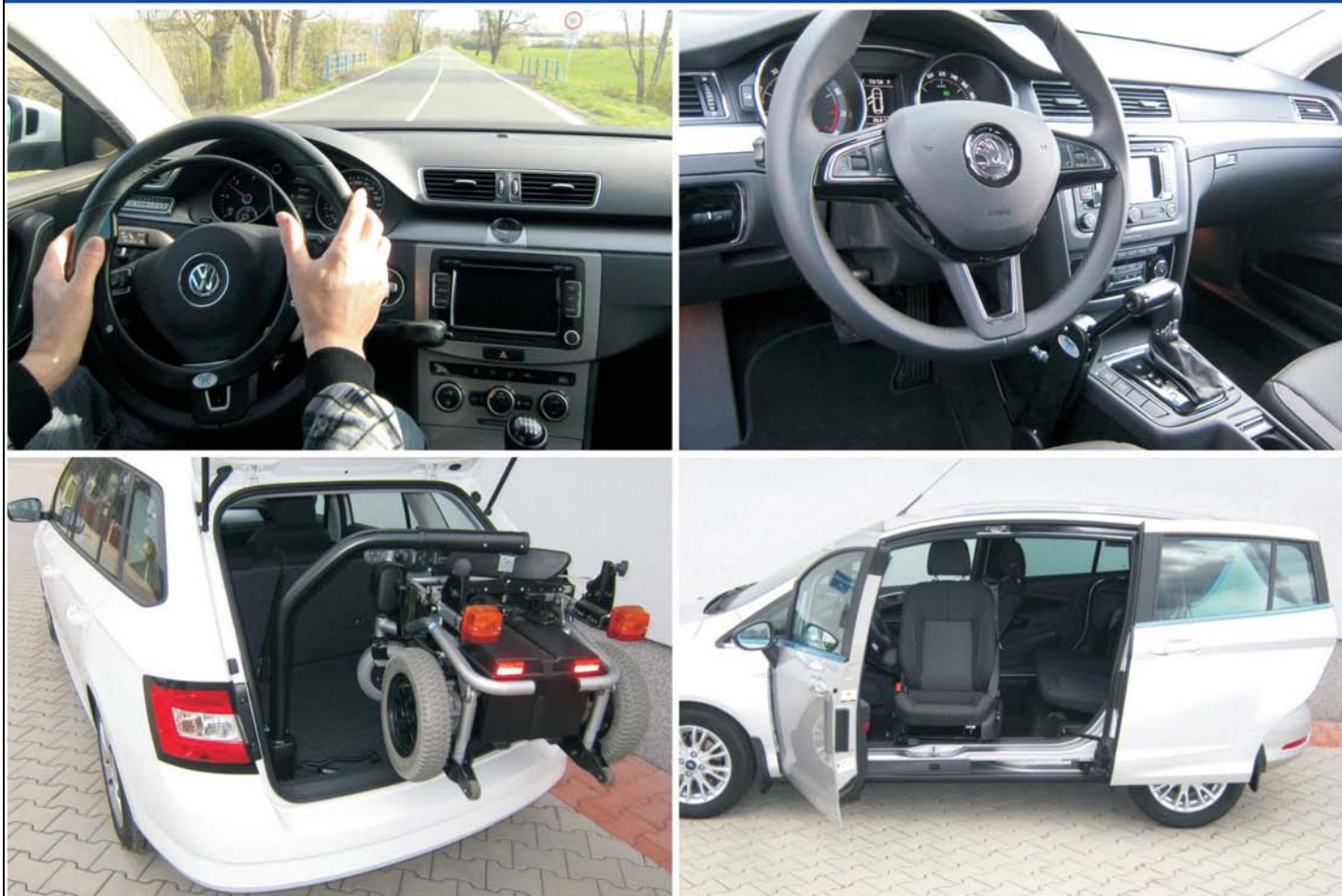


Cena vozu nezahrnuje úpravu vozu.

Více informací na WWW.APICZ.COM.



API CZ s.r.o. | Slapy 136, 391 76 Slapy u Tábora | T: +420 606 070 992 | E: info@apicz.com



S námi nejdál !

Vývoj, konstrukce, výroba, montáž

Doporučíme vhodnou značku a typ automobilu s ohledem na vaše potřeby.
Zajistíme Vám speciální autoškolu s upravenými vozy.
Půjčíme Vám náhradní vůz s ručním ovládním.
Máme vlastní odtahovou službu.
Upravíme Váš vůz nejlepším možným způsobem.

JOSEF HURT

Bambousek 664, 281 26 Týnec nad Labem

Tel. / mob.: +420 321 781 363 / +420 608 977 274

E-mail: info@rucniovladani.cz

www.rucniovladani.cz

www.facebook.com/rucniovladani

Zastoupení pro Slovensko

Tel.: +420 608 977 274, e-mail: malina@rucniovladani.cz





Český výrobce pohybových léčebných přístrojů **Kalpe**



Rotren Solo

Pasivní, asistované a aktivní cvičení dolních a horních končetin pro dospělé i děti od 3 let

V nabídce 16 typů profesionálních přístrojů pro pohybovou rehabilitaci končetin!

Léčba s přístroji Motren - Rotren snižuje výskyt a intenzitu spasmů, zlepšuje pohyblivost končetin, podpoří krevní oběh včetně srdce, zvětší objem svalů a omezí další bolestivé symptomy.



Motren Duo 1

Pronájem pohybových léčebných přístrojů a motodlah od 55 Kč/den, rotopedy pro rehabilitaci od 35 Kč/den!

Záruční doba 3 roky = záruka kvality, rychlé dodání přístrojů. Nejnižší ceny na trhu! Přístroje od 7 985 Kč. Vyzkoušejte přístroj zdarma v pohodlí Vašeho domova. Nově v nabídce přístroje speciálně pro paraplegiky!

Rehabilitační půjčovna pohybových léčebných přístrojů, motodlah a rotopedů.



Výroba, prodej, půjčovna a servis pro ČR a SR: KALPE - Ke Kapličce 193, 252 41 Dolní Břežany - Praha západ
email: kalpe@volny.cz tel: +420 241 910 688, +420 737 289 275 www.kalpe.cz Facebook a YouTube: Kalpe.reha



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



Snadné oblékání

**PRO OSOBY
S DOČASNĚ NEBO
TRVALE SNIŽENOU POHYBLIVOSTÍ**

! LETNÍ AKCE !

DÁMSKÉ PLAVKY SE SLEVOU

**ODĚVY ŠITÉ NA MÍRU
VARIABILITA ZAPÍNÁNÍ
PLNĚ PŘÍZPŮSOBENO VAŠIM POTŘEBÁM
KVALITNÍ A POKHODLNÉ MATERIÁLY**



731 448 867 - 8

www.snadne-oblekani.cz
info@snadne-oblekani.cz

Jak zvládnout cestování s cévkami

Blíží se léto. Kdo by neměl rád období, kdy může konečně vyrazit na cesty uživat si sluníčka a poznávat nové lidi, zvyky a kraje.

Těším se a zároveň se intenzivně připravuji. Moje závodní sezona už začala a s ní i souvisí cestování po celé Evropě. Nemůžu se dočkat, protože paracyklistika je pro mě jedním z nejhezčích sportů. Umožňuje totiž člověku na vozíku zažít pocit neomezeného pohybu a rychlosti. Kromě sportovní kondice potřebuji i pomůcky, bez nichž se neobejdu, například dostatečnou zásobu cévek pro intermitentní močovou katetrizaci. Handbiku se můžu na vrcholné úrovni věnovat i díky podpoře společnosti B. Braun Medical. Musím říci, že jsem katetry této firmy používala i předtím, než jsem nalepila logo B. Braun na svůj handbike. Jsem s nimi jednoduše spokojená a mohu se na ně vždycky spolehnout.

Každý rok jsou na trh uváděny nové typy katetrů, proto mi dovolu stručně jednotlivé výrobky představit:

Actreen® Glyc Set - vynález cévky se sáčkem je klíčem k cestování. Je to první věc, kterou si balím do zavazadla. Díky ní nemusím přemýšlet, zda bude toaleta u dálnice v použitelném stavu. Stačí zaparkovat na místě, které mi poskytne dostatek soukromí. Často tyto cévky použiji i v hotelu – každá země má totiž o potřebách vozíčkáře jiné představy.

Actreen® Mini - být ženou má občas své výhody. V případě katetrizace spočívá výhoda v tom, že k ní stačí opravdu maličký kousek plastu. Cévkou se dodává i s praktickým pouzdem, které zabere v kapse minimum místa. Ani pánům však nemusí činit z batohu dlouhé cévky. Mohou vyzkoušet cévku **Actreen® Hi-Lite**, která se dá přehnout.

Actreen® Mini Set – jsou ideální na dlouhé cestování autobusem nebo letadlem. Mají sáček jako Glyc Set, ale jejich velikost je poloviční a ve stísněném prostoru se s nimi lépe manipuluje. Jsou vhodné také na rychlé vycévkování těsně před závody, kdy díky nim nemusím pracně vylézat z handbiku.

Veškeré informace o těchto cévkách najdete na www.actreen.cz, kde si můžete zažádat i o vzorky zdarma.

Člověk na vozíku si užije se svým postižením spoustu legrace. Mohla bych vyprávět o muslimech v Abú Dhabí, kteří mi nabízeli pomoc právě ve chvíli, kdy jsem o jejich přítomnosti vůbec nestála, o dopingové kontrolorce, jíž jsem musela vysvětlovat, že bez katetru jí žádný vzorek nemůžu odevzdat, i o tom, jak rychle lze schovat cévku se sáčkem, když se k vám blíží televizní štáb...:-)



Kateřina Antošová | reprezentantka v paracyklistice

Přeji všem krásné léto a mnoho příjemných zážitků z cest.

Kateřina

Kateřina Antošová

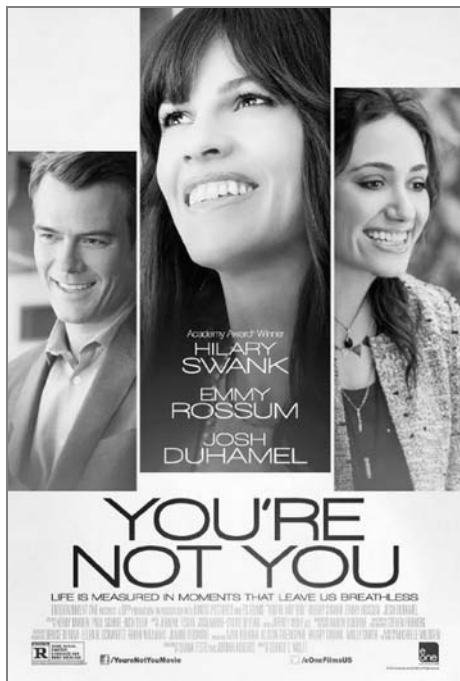
B | BRAUN
SHARING EXPERTISE

život ženy se závažným onemocněním ALS (amyotrofická laterální skleróza). Film plný emocí, naděje, smutku, přátelství, s občasným vkusně nastaveným humorem stojí za to vidět. Zvláště Emmy Rossum to herecky „rozbalila“, nemohla jsem se jí „nabažit“.

I když se v poslední době s filmy o smrtelně nemocných roztrhl pytel, nebude jich nikdy dost na to, abychom si uvědomili, že takoví lidé žijí kolem nás a nastavují nám zrcadlo – film je film, ale skutečnost je mnohdy neúprosná: nechceme je vidět, nepřijímáme je a jejich úděl, protože se nám jaksi nehodí do obrazu našeho světa zdraví a bezpečí. Takový svět ale prožívala i jedna mladá, dosud zdravá žena – a pak najednou neřeší, kdy bude mít miminko, rodinu, ale kdy a jakým způsobem umře...



Ke stažení na: <https://kat.cr/you-re-not-you-2014-720p-brrip-x264-yify-t10510690.html>.



Nejsi sama sebou (You're Not You). Drama, USA, 2014, 104 min.

Režie: George C. Wolfe, kamera: Steven Fierberg, scénář: Jordan Roberts.

Hrají: Josh Duhamel, Emmy Rossum, Hilary Swank, Ali Larter, Marcia Gay Harden, Julian McMahon a další.

Blanka Falcňíková

Poezie z Vašeho pera

Jarmila Králová Dvě maminky

*Dar života mám veliký,
život dal mi dvě maminky.
Oběma chci poděkovat.
Jedné, že mi život dala.
Druhé, že mě vychovala.*

*Ta druhá se o mně bála,
krmila mě, zašívala,
říkala mi – moje malá...
Každá z nich mi lásku dala.
Druhá mě však milovala.*

*Věrně při ní v lásce chci stát.
Druhé mámě lásku svou dát.
Za to, že mě milovala,
říkala mi moje malá,
jako vlastní vychovala.*

*Ať je, kde je první máma,
kež nezůstane nikdy sama.
Že mi život darovala,
jinou láskou odměněná,
výčitky ať pro mě nemá.*

*Druhé mámě lásku chci dát,
věrně při ní ve stáří stát.
S láskou pro ni miskou chci být,
džbánkem vody, co dává pít.
Zajistit jí bezpečí, klid.*

„Básnička vznikla jako moje poděkování za babyboxy. Je poděkováním za donošení a zabezpečení života nechtěných miminek, popř. miminek, která z jakýchkoli důvodů nemohla zůstat u svých maminek...“

Více básní Jarmily Králově ze Staříče na www.jarmila.estranky.cz.

Johana Lucie Malardová Bezedná

*Prázdna nádobo beze dna
Nikdo se v tobě nevyzná
Násilím nepřemůžeš
Láskou pak získáš
Ty se jen přizívuješ
Potajmu ale vzlykáš
Já ti nepomůžu
Já nesmím a nemůžu
Jsi úplně prázdná
Neschopna citu
Pomoc není tobě žádná
Mé tělo je v knitu*

*Nic nového nezískáš
Žiješ jenom ve vzpomínkách*

Hrabyně 7. 3. 2015

Johana Lucie Malardová Zpěv ptáků

*Venku ptácci zpívají,
jaro zpěvem vítají.
Jejich svobodu jim závidím,
mohou létat, necítí splín.*

*Ptáku ranní zpěv,
mě navštívil zase hněv.
Co já s ním udělám?
Komu to zavolám ?*

*Ptáčků ranní zpívání,
krev do žil mi nahání.
Nebudu se rvát,
ty milá, nemůžeš vstát.*

*Zpěv ptáků slyším,
do duše černé vidím.
Nikdy nenajdeš klid,
já budu si dále snít.*

Hrabyně 7. 3. 2015

Johana Lucie Malardová Můj svět

*Mám svůj pestrý svět,
jak vonící květen.
Tebe do něj nepustím,
budu dělat, co umím.*

*Můj svět plný krásy,
nedočkáš se žádné spásy.
Já budu přihlížet jen
a plnit si svůj sen.*

*Svět, který je jenom můj,
Tobě řeknu, drahá stůj,
Vidím dračí sluj,
boty svoje zuj.*

*Ve svém světě plavu,
vybočuji z davu.
Kde nic není, smrt nebere,
někdo ve mně se stále pere.*

Hrabyně 7. 3. 2015

Umělci malující ústy a nohama

Serge Maudet, FRANCIE

„Narodil jsem se se štětcem mezi zuby a nohama,“ říká Serge. Byť jsou Sergeovy ruce i nohy od narození chromé, jeho matka jej od dětství učila držet tužku v ústech.

Narodil se roku 1951 v Roussay. Malování bylo prvním vyjádřením sebe sama. Jako dítě maloval věci, které sám nemohl dělat a to byl ventil k vyjadřování svých pocitů. V 17 letech se stal účetním, ale brzy zjistil, že to není práce pro něj. Začal se plně věnovat malování a brzy se stal členem sdružení umělců.

V Paříži navštěvoval soukromé lekce u profesora malby. Od té doby svým stylem pokračuje v klasické francouzské linii krajinářů a impresionistů. Každý rok má bezpočet výstav a malbu také vyučuje. Pro svůj výtvarný talent je často v centru zájmu médií.

V roce 2002 se stal členem představenstva a od roku 2013 je prezidentem Světové asociace umělců malujících rukama a nohama.

Videoportrét Serga Maudeta můžete



Serge Maudet

zhlédnout na: [https://www.youtube.com/po_zadani_„Serge Maudet“](https://www.youtube.com/po_zadani_„Serge_Maudet“).

Zdroj: www.vdmfk.com
<http://dreamlife.cz/>
 Zpracovala Hana Klusová



Modré kolo



Přístaviště

Vyhlášení nejlepší sportovci Spastic Handicap za rok 2014

V pátek 13. března 2015 se v Lidovém domě Dubí-Pozorka konalo Slavnostní vyhlášení nejlepších sportovců, trenérů a osobností České federace Spastic Handicap za rok 2014. Programem provázal moderátor Petr Jílek.

Výsledky jednotlivých kategorií

■ Atletická liga, nejlepší TJ/SK

1. TJ Léčebna Košumberk
2. TJ Spastic Sport Praha
3. TJ ZP Nola Teplice

■ Nejlepší sportovci TJ a SK do 23 let

- SK Kociánka Brno – *Vlčková Lenka*
- TJ ZP Halma Zbůch – *Vimmer Michal*
- Handicap Sport Club Velké Meziříčí – *Smolík Ivoš*
- SK Jedlička Liberec – *Mikešová Simona*
- SC Jedličkova ústavu Praha – *Pros Michal*
- TJ Léčebna Košumberk – *Peška Adam*
- TJ zdravotně postižených Nola Teplice – *Suchý Jozef*



Simona Mikešová z SK Jedlička Liberec

- TJ Spastic Sport Praha – *Němečková Veronika*

■ **Cvičitel roku** – *Mádlová Michaela*, cvičitelka SK Jedlička Liberec

■ **Trenér roku** – *Vrátil Petr*, reprezentační trenér atletiky

■ **Síň slávy** – *Bartoš Martin*, SK Kociánka Brno

■ Cena Amicissimus

- *Budeníček Oldřich* – Hejtman Ústeckého kraje
- *Šlapal Marek* – Náměstek hejtmána Jihomoravského kraje

■ Nejlepší sportovci ČFSH za rok 2014

1. *Bouška Jiří*, cyklistika, SC Jedličkova ústavu Praha
2. *Hindr Jiří*, cyklistika, TJ Spastic Sport Praha
3. *Koblasa Ivo*, cyklistika, SK Kociánka Brno
4. *Berná Eva* – atletika, TJ zdravotně postižených Nola Teplice
5. *Grézl Dušan*, atletika, TJ zdravotně postižených Nola Teplice
6. *Drahonínský David*, lukostřelba, TJ Spastic Sport Praha
7. *Vrátil Petr*, atletika, TJ zdravotně postižených Nola Teplice
8. *Dvořák Martin* – atletika, TJ zdravotně postižených Nola Teplice



David Drahonínský

Text, foto: Pavla Vrbová

Petr Lindák je sportovec každým coulem

Petr Lindák, sledge hokejista SKV Nowaco Sharks Karlovy Vary a kulturista Sportstudia Prima Karlovy Vary získal v květnu stříbrnou medaili na mistrovství České republiky v kulturistice mužů a masters. Celkem se sjelo do Jihomoravského kraje (Blansko) osmdesát kulturistů. Jednou z kategorií byla i kulturistika vozíčkářů, které se zúčastnili, stejně jako loni, Petr Lindák a Daniel Minster. Vítězem se nakonec stal Daniel.

Petr Lindák si k posilování našel cestu už v mladém věku a ani poté, co mu kvůli tříštivé zlomenině posledního krčního obratle přestaly sloužit nohy a on se posadil na vozík, na posilovnu nezanevřel.

„Zúčastnil jsem se několika MČR ve vzpírání (bench-pressu) tělesně postižených, které se konaly v Českých Budějovicích, a povedlo se mi tam získat i pár medailí. V tomto směru ale není pro mě kulturistika nic nového, protože jsem kulturistický trénink (celou horní polovinu těla) dělal tak nějak souměrně, nepřednostňoval jsem některé svalové partie před jinými. Také hraji sledge hokej a myslím, že se tyto sporty vzájemně dobře doplňují.“

• Jak jste se ocitnul na vozíku a jak jste se vyrovnával s tímto handicapem?

V létě roku 1999 jsem skákal do vody tak „šikovně“, že jsem si přivodil tříštivou zlomeninu krčního obratle C7, kdy se mi kousky obratle zapíchnaly do míchy a okamžitě následovala paraplegie (ochrnutí nohou). Měl jsem štěstí v neštěstí, být to o obratel výš, tak jsem kvadruplegik a nehnul bych ani rukama. Osobně si myslím, že jsem se s tím vyrovnal celkem dobře, ale to by muselo posoudit mé okolí. Spíše se vyskytly jiné problémy při návratu z nemocnice a rehabilitačního prostředí, a to třeba to, jak se dostanu na vozík u nás doma do patra, na WC a do koupelny. V tu chvíli začínáte přemýšlet trošičku jinak, ale i to se dá vyřešit. Mám velkou podporu ve svých přátelích a rodině.

• Jak vypadají vaše tréninky a kam chodíte cvičit?

Můj „rodinný klub“ je SKP Hvězda Karlovy Vary, kterému děkuji za celkovou podporu, hlavně předsedovi panu Michalu Lazorčíkovi a všem klukům, bez kterých bych nezvládl polovinu cviků a hlavně bych se bez nich nedostal ani do tělocvičny. Střed trupu, spodek břicha a zad mi funguje stejně jako Danu Minsterovi asi na 30 procent. V praxi to zna-



mená, že když se například ohnu v sedu na vozíku trupem na stehna, tak se bez pomoci rukou zpět nedostanu atd.

• Život na vozíku s sebou přináší i řadu omezení, například ve stravování...

Co se týče stravování a následného trávení i vyprazdňování, tak to jsou funkce, kterých si obyčejný zdravý člověk moc nevšimá, nevěnuje jim takovou pozornost. Ale při jakémkoli postižení míchy si prostě musíte navyknout na určité potraviny, některé nestrávíte, jiné vám dělají v těle „paseku“ atd. Takže si musíme individuálně vytipovat ty potraviny, které nám sedí a nejsou s nimi problémy, a také ty, které musíme ze svého jídelníčku vyřadit.

• Jaké máte nejbližší plány do budoucna?

Myslím, že jsem pořád stejný, jako jsem byl před úrazem a takový bych chtěl zůstat i nadále. Hlavně doufám, že se ze mě nestane ten zatrpklý tělesně postižený vozíčkář, kterému každý „ubližuje“ a on kolem sebe plive a tříská holí. Když mi vydrží zdraví, rád bych u kulturistiky zůstal a zkusil se posunout někam dál. Jestli můžu, rád bych poděkoval mému klubu SKP Hvězda Karlovy Vary. Dále Ing. Martinu Jebasovi a Tomáši Burešovi za to, že mě do toho uvrtali. Pak také Petru Weinlichovi a Sport Studiu Prima Karlovy Vary za nabídku budoucí spolupráce. A v neposlední řadě Danu Minsterovi za to, že začal jako první. Navíc mě motivuje a ochotně mi předává informace ohledně tréninku a stravy.

Zdroj: Ronnie.cz
(di)

Safari ve Dvoře Králové nad Labem i na vozíku

Milan Linhart



Východočeské město Dvůr Králové nad Labem leží v široké kotlině Chlumecké tabule 30 km od Hradce Králové v okrese Trutnov. Není odtud daleko ani do Krkonoš či sousedního Polska. Město se do povědomí českého národa zapsalo výrazněji dvakrát. Poprvé v 19. století nálezem „falešného“ Rukopisu královedvorského a podruhé v pol. 20. stol., kdy zde vznikla zoologická zahrada nového typu – safari.

Na místě dnešního Dvora Králové n. L. stál od roku 1139 knížecí dvůr Chvojno. Přemyslem Otakarem III. založené město se v roce 1399 stalo městem královinným. V 17. stol. se nevyhnulo švédskému plenění. Po staletí se zde udržovala tkalcovská a barvířská tradice. Ta se promítla i do 20. století, kdy ve městě vznikly závody Tiba a Juta.

V historickém jádru města se zachovaly renesanční a barokní domy, renesanční radnice, novorománský kostel, gotické městské opevnění s Šindelářskou bránou či Hankovo divadlo z roku 1876. Ve městě se narodil známý český sochař Otto Gutfreund (1889–1927), autor sousoší z Babiččina údolí v Ratibořicích. V roce 1817 nalezl ve sklepní kobce Václav Hanka knihu básní – tzv. Rukopis královedvorský – psaný staročeštinou. Až po 70 letech se po dlouhých vědeckých sporech prokázalo, že jde o podvrh.

Unikátní zoo

Pro turisty je však v současné době největším lákadlem místní zoologická zahrada. Vznikla v roce 1946 na ploše téměř 100 hektarů. Byla koncipována jako safari ve volných výbězích v lesnaté a luční krajině, se skupinami africké zvěře a některými ohroženými druhy. Najdeme zde zebry, antilopy, nosorožce bílé i černé, levharty, lvi berberské, gorily, šimpanzy, lemury, surikaty, langusty, exotické ptactvo, plazy a rybičky. Výběhy doplňuje přístřešek s prosklenou částí a pavilony pro návštěvníky. K nosorožcům a žirafám vedou můstky s vyhlídkami. Budují se další vyhlídkové plošiny.

Děti se mohou vyžít na hřišti s mnoha atrakcemi. Návštěvníci zoo se mají možnost občerstvit v restauraci se zahrádkou U Lemura. Za sklem pavilonu v její blízkosti je přítomné pozorovat dovádění lemuřů rodinky. Královedvorské safari slou-

ží jako genetická banka. Je zde umístěna veterinární klinika a Ústav pro diagnostiku a chráněnou reprodukci zvířat. Nechte si ujít návštěvu dvou tropických pavilonů – Vodního světa, Ptačho světa, expozici želv obrovských, talapoina severního, langhy madagaskarské, okapi a antilop koňských.

Galerie

Součástí dvorské zahrady je animalistická galerie s 84 obrazy vývoje pravěkých zvířat na Zemi malíře a ilustrátora Zdeňka Buriana. Od roku 1983 je umístěna v budově Neumanovy vily. Najdeme zde i expozici afrických předmětů – masek, sošek, batik, šperků a bubnů ze sbírek Josefa Vágnera a kreslíře Jiřího Neprakty Wintera. Josef Vágnér byl jedním z hlavních iniciátorů založení dvorské zoo a jejím dlouholetým ředitelem. V expozici najdete model odchytového tábora v Ugandě s puškami, objektivy atd. V prodejně si můžete zakoupit jako suvenýry předměty afrických tradičních výrobků. Zoologická zahrada pořádá celoročně mnoho akcí pro veřejnost, pro děti a školní mládež.

Prostředí je vhodné pro vozíčkáře

Královedvorská zoo je umístěna v rovinatém terénu polabské krajiny, na rozdíl od většiny zoologických zahrad v České republice, které mají kopcovitý terén. Je tudíž snadno zdolatelná i pro návštěvníky na mechanických či elektrických ortopedických vozících. Bezbariérová je i místní restaurace U Lemura, a to včetně WC. Pokud vám k prohlídce nebude stačit jeden den, můžete se ubytovat v hotelu Safari při vstupu. Přístup, pokoje či rodinné apartmány jsou bezbariérové. V ceně ubytování je snídaně a celodenní vstupenka. Vstup do expozic Neumannovy vily je zdarma.

Ve městě kromě toho najdete i muzeum automobilových veteránů a textilní muzeum. Cestu do zoo najdete snadno, neboť na každé křižovatce ve městě jsou umístěny plastiky zvířat. A pokud vás tento tip na výlet zaujal, navštivte královedvorské safari co nejdříve. Já jsem tak se svou rodinou učinil letos na jaře a byli jsme spokojeni.

A když už budete ve dvoře Králové n. L., nezapomeňte na návštěvu blízkého Šporkova Kuksu s galerií Braunových soch nebo pevnosti v polském Klodsku. Přeji vám hodně příjemných zážitků!



Kudu velký, foto: www.zoodvurkralove.cz

Tipy redakce Vozky:

■ Program pro handicapované

Návštěvníci s handicapem si mohou objednat doprovod se zoolektorem. Rezervaci je možné si zajistit formulářem na internetových stránkách zoo.

■ Africké safari Josefa Vágnera

Africké safari je otevřeno od května do konce září a je přístupné vlastními vozy. Na ploše 50 ha návštěvníci projíždějí podobně jako v afrických přírodních rezervacích vozy či autobusy. V prostorových, vzájemně oddělených sekcích jsou volně vypuštěni kopytníci a ptáci. Při projížděce můžete alespoň na chvíli nahlédnout do života „divoce“ žijících zvířat a navodit si tak iluzi vzdáleného afrického kontinentu. Během jízdy po pět km dlouhé cestě uvidíte 500 afrických kopytníků, šelem a ptáků. Na okruhu můžete vozidlem u jednotlivých zvířat zastavit a pozorovat jejich rodinný či skupinový život.



■ Vstupné

- Důchodci, dospělí s průkazem ZTP a ZTP/P: **150 Kč**,
- děti od 4 do 15 let s průkazem ZTP a ZTP-P, studenti do 26 let s průkazem ZTP a ZTP/P: **50 Kč**,
- průvodce k ZTP/P: **zdarma**,
- safari vlastním vozem: **100 Kč** plus denní vstupné.

■ Kontakt

ZOO Dvůr Králové a. s., <http://www.zoodvurkralove.cz/>; návštěvnícký servis: tel: 499 311 295, e-mail: servis.zoo@zoodvurkralove.cz.

Spolek DMO POBYTY nezahálí

Velikonoční pobyt sklidil úspěch • Letní pobyt a další akce



Na začátku dubna uspořádal spolek DMO POBYTY tradiční velikonoční víkend v Praze. Tento rok byl jako místo ubytování vybrán Jedličkův ústav. Pobytu se zúčastnilo jedenáct dospělých lidí s dětskou mozkovou obrnou (DMO) a deset dobrovolných asistentů, kteří jim jako na každém pobytu zajišťovali celodenní péči.

Všichni se těšili na společnou procházku s výkladem na Vyšehradě, prohlídku Žižkovské televizní věže a vysíláče nebo návštěvu Národního technického muzea. Přály bychom vám vidět ty rozzářené oči a hltaující uši klientů!

Nadšení ze zajímavého programu se přeneslo i do večerní koncentrace při tvorbě – zdobení vajíček pomocí ubrouskové techniky, tzv. decoupage. Klienti si velmi chválili kromě programu také stravu a přepravu během celého pobytu. Tu zajišťovala firma Handicap transport, za což jí patří velké poděkování. To patří i všem ostatním sponzorům, všem dobrovolným asistentům, Heleně Šádkové ze společnosti Help Centrum a také předsedkyni spolku Kateřině Maxové, která – ač sama má svůj život ztížen diagnózou DMO – se již dvě desítky let aktivně angažuje v pomoci druhým.

Zatímco klienti ještě na konci dubna vstřebávali příjemné zážitky z velikonoč-

ního pobytu, spolek DMO POBYTY nezahálí a připravuje další akce.

Hledáme asistenty a sponzory

V květnu se uskutečnil **teambuildingový víkend pro asistenty**, kde probíhaly mimo jiné přípravy na **letní pobyt, který se uskuteční v Hluboké nad Vltavou od 18. do 26. 7. 2015**. Přihlášku ke stažení a podrobné informace k pobytu najdete na našich webových stránkách: <http://www.dmopobyty.cz/letni-pobyt-2015/>.

Spolek také stále aktivně shání další dobrovolné asistenty a samozřejmě finanční dary od sponzorů, což jsou – nepočítá-li se nadšení organizátorů – dvě základní podmínky pro to, aby se pobyty mohly konat.

Kromě pobytů pořádá spolek i řadu

menších akcí, v nejbližších měsících chystá například **besedy s Kateřinou Maxovou o životě s handicapem**. Všechny se uskuteční v Mladé Boleslavi. Na besedách bude promítán i dokument o Katčině životě, který působivou formou odbourává předsudky o handicapovaných lidech mezi veřejností. Popisuje Katčiny zážitky, se kterými se setkala u lidí, kteří nepochopili, že tělesné postižení nerovná se postižení mentální.

Kontakt a další informace: DMO POBYTY o.s. (spolek), Tábořská 965, Mladá Boleslav 293 01, korespondenční adresa: 17. listopadu 1386, 293 01 Mladá Boleslav, Kateřina Maxová, předsedkyně, katka.maxova@dmopobyty.cz, tel.: 731 964 784.

Bc. Lucie Novotná a Katka Maxová



Uničovské pamětihodnosti

Milan Linhart



Prohlídka města Uničova je vhodná i pro lidi na ortopedickém vozíku. Od Medelské brány se dostanou celkem bez námahy na hlavní náměstí a dál kolem

Šatlavy k Vodní brance. Muzejní expozice přístupné těžce handicapovaným nejsou, kromě přízemí Muzea baroka. Bezbariérové jsou vstupy do místních kostelů. V letní sezóně je možné občerstvit se v zahrádkách četných restaurací situovaných kolem Masarykova náměstí.

Město Uničov leží na řece Oskavě v Hornomoravském úvalu 20 km na severozápad od Olomouce. V roce 2013 oslavilo 800 let od svého založení. Patří mezi nejstarší města u nás a může to taky dokázat. Pyšní se totiž nejstarší dochovanou městskou zakládací listinou. Zakladatelem Uničova se stal markrabě Vladislav Jindřich, bratr českého krále Přemysla Otakara I. Ten předpokládal, že v okolí naleznou významná ložiska stříbra. Jeho očekávání se zcela nenaplnila, přesto patřil Uničov k nejvýznamnějším královským městům na Moravě.

Po období rozkvětu přišla staletí strádání během husitské revoluce, uherských válek, dánských a švédských vpádů, pruských válek a tzv. sedmileté války mezi Pruskem a Rakouskem. Vedle válek to však byly i morové rány, cholera nebo ničivý požár z roku 1643, při němž lehlo popelem téměř celé město. V 19. století byl Uničov jen malým zemědělským střediskem. Jeho rozmach nastal až v polovině 20. století se založením Uničovských strojůren. Navzdory ničivým ranám se ve městě uchovalo mnoho historických památek, které prošly významnou rekonstrukcí v posledních letech.

Historické jádro města

Odbor zrakově postižených Klubu českých turistů Ostrava si naplánoval návštěvu uničovských pamětihodností na sobotu 25. dubna 2015. Když jsem zajišťoval tuto akci, narazil jsem v tamním infocentru a u zaměstnanců muzeí na velkou vstřícnost a ochotu. Navzdory tomu, že většina expozic otvírala své brány teprve počátkem turistické sezóny, bez jakýchkoliv problémů a s úsměvem na tváři nám je zpřístupnili.

S průvodkyní v čele jsme tedy vyrazili na prohlídku historického jádra města. Na



Uničovská Medelská brána

četných místech lze nalézt zbytky městské fortifikace ze 14. a 15. století. Součástí opevnění bylo i pět městských bran. Do dnešních dnů se dochovala jediná – **Medelská**. Tou vcházíme do centra. Po pravé straně můžeme vidět **kostel Nanebevzetí P. Marie**. Je původně gotický ze 14. století. Po požáru byl v 17. a 18. stol. přestavěn barokně. Z gotických prvků vyniká jižní vstupní portál a tzv. „Pší věž“ s chrličí v podobě psích hlav.

Po chvíli vcházíme na hlavní Masarykovo náměstí, otevírá se nám pohled na prostorné velkoryse řešené náměstí s měšťanskými domy z období gotiky, renesance, baroka a klasicismu. Domy získaly v nedávné době nové fasády. Uprostřed stojí **radnice**, která je skvostem zdejší architektury. Původně sloužila jako městská tržnice. Z doby jejího vzniku ve 14. stol. pochází štít. Po renesanční přestavbě v 15. a 16. stol. slouží jako radnice. Tomuto účelu slouží dodnes. Po zdejších úpravách dostala v roce 1891 konečnou novorenesanční podobu. Honosnou lodžii vcházíme do radniční věže a výstup na ní prochází přes půdu s archeologickou expozicí na vyhlídku. Šťastnější vidící průvodci nám se zrakovým handicapem popisují panorama s výhledy do okolí, ale i atmosféra výstupu je odměnou a zážitkem pro všechny.

Vodní branka a Šatlava

Pokračujeme úzkými uličkami až k **Vodní brance**. Jde o objekt bývalé zbrojnice, která byla součástí městských hradeb. V objektu z 15. stol. je expozice historie města a tzv. **Síní starostů**. Po prohlídce se vracíme do centra k **Šatlavě**,

v níž sídlí muzeum věžeštví. Dnešní vzhled pochází ze 17. stol. V přízemních kobkách je umístěna expozice vývoje trestního práva a soudnictví od středověku až po 2. světovou válku, kdy objekt naposledy sloužil svému účelu. V 1. patře najdete místnost strážců a kapli. V muzeu nezapomínají ani na nevidomé. Ve vstupní místnosti jsme si mohli osahat originály i repliky mučičích nástrojů – palečnice, okovy, náhubky, drtiče nártů, masky pro klebetné ženy atd. Město má ještě další významnou památku – **gotický kostel minoritů** zbarokizovaný v letech 1705–1767. Dnes slouží jako koncertní sál a výstavní síň.

Poblíž radnice stojí dvě **barokní kašny** a **mariánský morový sloup** z let 1729–1743 se sochami Jana Nepomuckého, Jana Sarkandra a P. Marie Immaculaty. Je to dílo významného barokního sochaře Jana Jiřího Antonína Heinze.

Expozice Muzea baroka

Poslední zastávkou je **Muzeum baroka** vedle kostela Nanebevzetí P. Marie. Expozice je počinem nadšenců a zahrnuje sbírku obrazů, soch, oděvů a relikvií z kostela minoritů ze 17. a 18. století. Město se také pyšní významným rodákem Albíkem z Uničova, lékařem a poradcem krále Václava IV.

Vrátili jsme se na pár hodin do historie města Uničova i minulosti naší země. Přispěli k tomu i zdejší milí průvodci.

A když se i vy rozhodnete pro návštěvu města, nezapomeňte si zajet do okolí **loveckého zámku v Úsově**, na **hrad Šternberk** nebo do **Litovle** či **Olomouce**. ■

S CK Bezbataour do světa

MADRID BEZ BARIÉR

Madrid je město s největším počtem stromů na obyvatele a leží v nadmořské výšce téměř 700 m. n. m.

Cestovní kancelář **Bezbataour** navazuje na svůj úspěšný zájezd z roku 2014 do Londýna a letos v září pro vás připravila velmi lákavou novinku – **Madrid bez bariér**.

Hlavní a rovněž největší město Španělska má přes 3,1 milionů obyvatel. Centrum města se vyznačuje širokými třídami se zelenými pruhy, velkými kruhovými náměstími a velkým počtem pompézních staveb, a to nejen renesančního stylu, ale i zcela hypermoderně vypadajících mrakodrapů.

Madrid je kromě svých památek proslulý i rušným nočním životem. Metropole se může pochlubit velmi dobrou přístupností pro lidi na vozíku.

Zažijte Madrid na vlastní kůži

Zájezd je čtyřdenní v termínu od 27. do 30. 9. 2015. Odlet je z Prahy v ranních hodinách. Po příletu do Madridu je zajištěn transfer na hotel bezbariérovým autobusem. Celý druhý den je věnován prohlídce památek: náměstí Plaza Mayor a Puerta del Sol, Královský palác, obrazárna Muzeum Prado, Madridská opera, třída la Castellana, Stadion Santiago Bernabeu.

Odpoledne je zajištěn oběd v tradiční španělské restauraci Casa Mingo. Odpoledne návštěva Muzea Prado a kolem 18 se vrátíte na hotel.



Průčelí Královského paláce, který je 10× větší než Buckinghamský palác

Např. majestátní Královský palác má víc než 3 400 místností, které ukrývají takové skvosty jako třeba kolekci hudebních nástrojů vyrobených Antoniem Stradivariem.

Úžasná náměstí

Plaza de España je náměstí s parčíkem a pomníkem Miguela de Cervante-se a jeho románových postav Dona Quijota



ta a Sancho Panzy. V parku se nacházejí osvěžující vodní plochy.



Na náměstí **Plaza Mayor**, které patří k nejkrásnějším náměstím v Madridu, přihlížela dříve vrchnost ze svého balkónu popravám, býčím zápasům a upalování kacířů.



Jedním ze symbolů města, který nese ve svém znaku, se stala socha **El oso y el**

Madroño, která se nachází na náměstí **Puerta del Sol**. Socha pochází z druhé poloviny 20. století a zobrazuje medvěda pojídajícího plody planiky, rostliny podobné jahodníku.

K dispozici může být sdílený asistent

Třetí den je volný a můžete jej využít k nákupům, návštěvě muzeí, můžete strávit chvíli pohody v parku Retiro nebo si zajít na Flamenco show.

Odlet zpět do Prahy je 30. 9. v podvečer.

Cena zájezdu je 16 700 Kč a zahrnuje letenku, 3× ubytování ve čtyřhvězdičkovém hotelu se snídaní, transfery autobusem, anglicky mluvícího průvodce s českým překladem, oběd, vstupy do dvou vybraných objektů, cestovní pojištění a pojištění zrušení objednaných služeb. V hotelu je možnost zapůjčení zvedáku.

Na zájezd je možné domluvit sdíleného osobního asistenta, který bude pomáhat dvěma až třem lidem najednou.

Zájezd si můžete objednat na stránkách www.bezbataour.cz. (V době uzávěrky Vozky č. 2 byly stále volná místa...)

Navštivte Divoký západ

Mezi další dovolenkové skvosty cestovky patří **poznávací zájezd na Divoký západ do USA** nebo se můžete vydat do světa **Arabských emirátů**. Z výletů po Evropě můžete navštívit Turecko, Andalusii a Murcii ve Španělsku nebo ostrov Menorca. Poutavé jsou také zájezdy na Korfu, Madeiru nebo do Itálie.

Podrobný přehled zájezdů naleznete na stránkách www.bezbataour.cz.

Zdroj fotografií: *Wikipedie*

(hk)

Na zahraniční dovolenou do hotelů přátelských pro vozíčkáře

Kréta • Rhodos • Samos • Poloostrov Peloponés • Korfu • Kypr

V nabídce CK VTT pro rok 2015 jsou i hotely přátelské k vozíčkářům. Znamená to, že jsou zcela nebo alespoň částečně upraveny pro pohyb a pobyt handicapovaných osob, a to jak v samotném interiéru, tak v okolí budovy – například u bazénu nebo vstupu do moře.

Nabídka poskytovaných služeb a komfortu pohybu se u jednotlivých hotelů odlišuje, jedno ale mají všechny společné – takto označené ubytovací kapacity mají s vozíčkáři zkušenosti.

Budete-li mít zájem o zajištění bezbariérového pokoje, kontaktujte prosím ještě před objednáním zájezdu pražskou centrálu naší cestovní kanceláře – ochotně vám poskytneme podrobné informace, případně zjistíme vše potřebné. Pro vyřízení je nezbytně nutné znát nejen vámi preferovaný hotel, ale také konkrétní termín.

Počet bezbariérových nebo k vozíčkářům přátelských pokojů je omezen a je potřeba je v hotelu vyžádat. Předem informovat také musíme leteckého dopravce. Dovolujeme si upozornit, že transferové autobusy jak v České republice, tak v cílových destinacích nejsou bezbariérové, za příplatek ale můžeme zajistit například taxi z letiště do místa pobytu.

Kontakt a další informace:

- **PRAHA** – Venus Trade and Tours, spol. s r.o. (VTT), Ječná 10, 120 00 Praha 2, tel.: 224 919 176, 224 918 461, 224 920 177; e-mail: info@vtt.cz; otevírací doba: po–pá od 8 do 18 h, so od 10 do 13 h.
- **BRNO** – Venus Trade and Tours, spol. s r.o. (VTT), Josefská 8 (obchodní dům Josefínka, roh Josefské a Františkové ulice), 602 00 Brno, e-mail: vera@vtt.cz; tel.: 542 210 736, 602 663 132, otevírací doba: po–pá: od 8.30 do 17 h.

Ubytovacích kapacity, které jsou přátelské k vozíčkářům

■ **OSTROV KRÉTA – CHANIA:** Bella Pais, letovisko Maleme; Porto Plataniás Beach Resort & Spa, letovisko Plataniás (dřevěný chodník na pláži); Almyrida Beach, letovisko Almyrida (v pokojích je upravená šířka dveří, i koupelnových na 80–90 cm, dveře od výtahu jsou ještě širší, vstup do bazénu pro vozíčkáře není uzpůsobený, snadná dostupnost pláže).



Hotel Coral Beach, Kypr

■ **OSTROV RHODOS:** Irene Palace, letovisko Kolymbia (v hotelu mají praxi s ubytováním osob na vozíčku, pokoje jsou dostatečně široké; v celém areálu hotelu jsou nájezdové rampy, bezbariérový vstup je jak k bazénu, tak i na pláž); Pegasos Beach, letovisko Faliráki; La Marquise Luxury Resort Complex, letovisko Faliráki.

■ **OSTROV SYMI:** Pedi Beach, letovisko Pedi.

■ **OSTROV SAMOS:** Doryssa Seaside Resort, letovisko Pythagorion (hotel je velmi přátelský k vozíčkářům, na pláži je dřevěný chodník); Samos Bay, město Samos.

■ **OSTROV LESBOS:** Anaxos, letovisko Anaxos (snadný přístup na pláž po silnici, pláž je vybavená dřevěným chodníkem).

■ **OSTROV KARPATOS:** Alimounda Mare, letovisko Pigadia.

■ **POLOOSTROV PELOPONÉS:** Rit-sa, letovisko Tolo (pláž není uzpůsobená pro vozíčkáře, nemá dřevěný chodník); Aris, letovisko Tolo (na pláž je možné dojet, pláž není uzpůsobená pro vozíčkáře, nemá dřevěný chodník).

■ **OSTROV LIMNOS:** Porto Plaza Beach Resort, letovisko Agios Ioannis; Lemnos Village Resort, letovisko Plati.

■ **OSTROV KORFU:** Elea Beach, letovisko Dassia.

■ **OSTROV ZAKYNTHOS:** Zante Village, letovisko Alykanas; Jupiter, letovisko Tsilivi; Azure Resort & Spa, letovisko Tsilivi; Caravel Zante, letovisko Tsilivi; Med Beach & Spa, letovisko Laganas.

■ **OSTROV KOS:** Blue Lagoon Resort, letovisko Kos-Lambi; K. Ilios, letovisko Tigaki; Caravia Beach, letovisko Marmari.

■ **OSTROV CHALKIDIKI:** Theophano Imperial Resort, letovisko Kallithea.

■ **OLYMPSKÁ RIVIÉRA:** Mediterranean Village, letovisko Parali Katerinis; Poseidon Palace, letovisko Leptokaria.

■ **OSTROV KYPR:** Pernera Beach Club, letovisko Protaras (cesta od hotelu k pláži je možná přes veřejnou cestu, pláž je vybavená dřevěným chodníkem od počátku pláže do cca 10 m od moře); Tsokkos Garden, letovisko Protaras; Cavo Maris Beach, letovisko Protaras; Sunrise Beach, letovisko Protaras (rampa pro vozíčkáře vedoucí na pláž; Atlantica Aeneas Resort and Spa, letovisko Ayia Napa (hotel je dobře vybaven pro vozíčkáře, ale přístup na pláž nikoliv. Není zde žádná rampa, chodník...); Lordos Beach, letovisko Larnaka; Navarria, letovisko Limassol; Aloe, letovisko Paphos; Corallia Beach, letovisko Coral Bay; Coral Beach, letovisko Coral Bay.

(hk)



Elias Beach, Kypr

Potápět se mohou i vozíčkáři

Potápěči SKV Praha zkoušeli celoobličejové masky • Egypt: Potápěčský ráj

Členové **Sportovního klubu vozíčkářů Praha** měli možnost se letos v březnu za asistence tříčlenné skupiny policejních potápěčů z Brna zúčastnit zkušebního ponoru v bazénu Slávia v Praze.

Vedoucí oddílu potápění SKV Praha Tomáš Kratochvíl požádal Policejní prezidium ČR o zapůjčení a vyzkoušení **celoobličejových masek s komunikátorem**, které naši potápěči používají. Jeden z hlavních důvodů této zkoušky byl fakt, že oddíl potápění SKV Praha by tyto masky s komunikátorem rád pořídil, ale jelikož se jedná o dost nákladnou záležitost, chtěl je nejdříve vyzkoušet.



Maska s komunikátorem Foto: PČR

„Jeich největší přednost vidím při použití pro vozíčkáře, kteří mají ochrnuté i horní končetiny (kvadruplegiky), kterým dělá problém jak komunikace gesty s instruktorem, tak i samotné vyrovnání tlaku, což právě v těchto maskách není takový problém jako při potápění s klasickou maskou a automatikou. Další velká přednost je v tom, že při potápěčské nehodě, např. kdyby potápěč omdlel, se neutopí, protože celoobličejová maska je přetlaková a tudíž může stále dýchat, i když je v bezvědomí,“ říká Tomáš.

Potápění v těchto maskách je velice příjemné, jelikož je chráněn celý obličej, tudíž dochází k menší ztrátě tělesného tepla. Má mnohem širší zorné pole oproti klasickým maskám, nedochází ke křečím v čelistech způsobenou držením klasického regulátoru v ústech atd. Mají však i nevýhody. Jedna z nich je, že pokud dojde k nějaké závadě na přívodu vzduchu do masky, je rychlé řešení této situace pro vozíčkáře a především jeho instruktora obtížnější.

Zdroj: PČR, www.skvp Praha.org
(bf)



Zkouška celoobličejové potápěčské masky s komunikátorem v bazénu Foto: PČR

Za potápěním do Egypta

V polovině května část naší potápěčské party vyrazila za poznáváním podvodního světa do Egypta, jehož břehy omývá teplé Rudé moře známé svým bohatým podmořským životem.

Naše parta zahrnovala čtyři členy potápěčského oddílu SKV Praha, jmenovitě Pavlínu (kvadruplegie), Janu (jednostranná amputace DK), Martinu (spinální svalová atrofie) a Martina (kvadruplegie). Každý z nás měl s sebou svého asistenta, jako naši potápěčští parťáci nám své služ-

by poskytli Ilona, Pavel a Petr – jádro spolku Restart, který se potápění s vozíčkáři věnuje již déle než 15 let.

Pobyt byl zahájen na pražském letišti, kde nastávají klasické peripetie, které (alespoň dle mých zkušeností) provází letecká přeprava vozíčkářů, např. neschopnost českých spolucestujících pochopit, že vozíčkáři „nepředbíhají“ ve frontě schválně, ale mají přednost, protože musí nastupovat do letadla jako první – personál u odbavení na to však ostatní cestující nijak neupozorní. Nebo nepochopitelná logistika českých dopravců



umístit vozíčkáře na sedadlo pokud možno co nejdále od vchodu, aby si cestu úzkou uličkou na „rudlíku“ opravdu užil. Pro srovnání – cestou zpět odkudkoliv ze zahraničí jsme seděli vždy vpředu. K pousmání bylo i to, že se personál každého vozíčkáře zvlášť třikrát mezi procesem odbavení a nástupu ptal, „jestli opravdu nemůže ani trochu chodit“. Jako by Ruzyňské letiště zaspalo dobu...

Po příjezdu do naší cílové destinace, potápěčského resortu **Marsa Shagra**, vzdáleného od mezinárodního letiště v Marsa Alam cca 30 minut jízdy mikro-busem, nás čekalo průzračné moře, sluncem zalitá pláž a docela silný vítr. Po vydatné snídani si někteří šli odpočinout, někteří již nedočkavě nasadili alespoň šnorchlovací výbavu a šup do vody! Hned po několika tempech jsme zahlédli menšího (asi šedesáticentimetrového) žraloka černoploutvého, jak odplouvá od domácího útesu do moře, takže přivítání proběhlo stylově!

Pětidenní maraton neomezeného potápění byl velmi náročný, ale nádherný!



Podvodní život Rudého moře je velmi pestrý a barevný, prakticky při každém ponoru jsme mohli pozorovat velké množství různých pestrobarevných korálových ryb, ladně plachtících trnuch modroskvrnných (druh rejnoka), naježených perutůňů, murén různých barev a velikostí, roztomilých ježků, skvěle maskovaných krokodýlích ryb, a když se poštěstilo, i legračních klaunů očkatých (rybička Nemo ze známého animáku) bydlících mezi chapadly žahavých sasanek. Polovina party absolvovala i „noční ponor“, který se ale v Egyptě zahajuje již v půl sedmé večer.

V polovině týdne jsme absolvovali celodenní výlet do jiné potápěčské lokality,



asi 70 km vzdáleného Nakari. Tady jsme konečně, k velké radosti všech, objevili mořské želvy – karety. Poslední potápěcí den zavítaly želvy i na náš *house reef*,

takže opět podvodní „mazlení“ a obdivování se těmto pozoruhodným mořským tvorům... Zbytek víkendu si užíváme vyhříváním na slunci, abychom nachytali alespoň trochu bronzu po týdnu (téměř) stráveném pod vodou.

Po týdnu úžasných zážitků nezbyvá než poděkovat všem, co nám umožnili takhle naplno vše prožít – takže velký dík patří našim asistentům za jejich „ruce, nohy, energii a podporu“, celému týmu Restartu za jejich nasazení, trpělivost a nadšení, SKV Praha a sponzorským firmám Kolektory Praha, a. s., a OKsystem, a. s., za podporu celého týmu a Orca diving za zajištění kompletního zájezdového servisu. Děkujeme!

*Martina Vejvodová, SKV Praha
Neoznač. foto: SKV Praha*



Elbee je konečně na trhu!

Unikátní čtyřkolka zamířila i do Francie

Jednodveřový čtyřkolový speciál, který umožní vozíčkářům volnost pohybu na neomezenou vzdálenost, se po deseti letech vývoje představuje v plné parádě. Elbee může parkovat kolmo k chodníku, i mezi podélně parkujícími auty, což ocení vozíčkáři při nástupu a výstupu. Jeho délka je 248 cm, šířka 133, výška 173 centimetrů a váží 400 kilogramů.

Vozítko Elbee pojmenoval po sobě jeho „duchovní otec“, jednatel hanácké strojírenské společnosti Závody lehkých konstrukcí Loštice Ladislav Brázdil (iniciály LB), který říká:

„Vývoj trval deset let a stál sto milionů korun. Specialitou, kterou je Elbee unikátní, je otevírání celého předku, což výrazně vylepšuje využitelnost pro handicapované. Je to největší chloubka, ale také to byl nejtvrďší oříšek pro konstruktéra.“

Do Elbee vozíčkář zepředu najede na svém ortopedickém vozíku, nepřesedá, pouze shora spustí přední stěnu auta s volantem a čelní přístrojovou deskou, čtyřkolku nastartuje a může vyjet. Vše zvládne bez pomoci další osoby a řídí jen rukama.

Řízení s posilovačem

Nejvíce práce dalo vymyslet právě řízení, které podle předpisů musí mít pevnou vazbu mezi koly a volantem. Tyč řízení však nesmí překážet vozíčkáři při nastupování a vše musí být schované pod co nejnižší umístěnou podlahou. Konstruktor to obešel soustavou táhel a pák. A dokonce zbylo místo i na elektromechanický posilovač řízení.

Vzadu pod podlahou přímo na nápravě spočívá benzinový motor ze skútru italské výroby (Piaggio) s objemem 300 ccm a výkonem 12,5 kW. Agregát je spojený s variátorem doplněným o převodovku se zpátečkou. Vzduchem chlazenému čtyřventilovému jednoválci stačí čtyři a půl litru benzínu na sto kilometrů. Maximální udávaná rychlost je osmdesátka, ale Ladislav Brázdil tvrdí, že po dálnici umí Elbee uhánět až stovkou. Vývojáři přitom pracují i na elektrickém provedení.

Evropská homologace: LE

Dvoumístné vozítko už má za sebou všechny potřebné testy a má evropskou homologaci jako těžká čtyřkolka (kategorie LE). Stačí na ni tedy řidičský průkaz kategorie B1, který platí od 17 let věku, případně klasické automobilové doklady



Kamión s třemi vozítky Elbee míří do Francie

(skupina B). Elbee podle výrobce zároveň splňuje podmínky pro příspěvek, který dostávají invalidé na zakoupení a úpravu vozidla. Základní cena je 398 tisíc korun včetně DPH. Ložtická dílna samozřejmě počítá s potřebnými úpravami vozidla na míru zákazníkům.

První měli zájem Francouzi

Díky spolupráci s **A.C.A France** je vozidlo dostupné v celé Francii, která je tak první zemí, kam je Elbee exportováno.

Exkluzivním distributorem Elbee se A.C.A stala pro své letité zkušenosti s úpravou vozidel a jejich servisem, a také pro kvalitní zázemí, které poskytuje zákazníkům Elbee.

Majitelem čtyřkolky se stal pan Pascal Gillet z Créonu (foto), který se o své zkušenosti s přepravou Elbee podílí na svých facebookových stránkách nebo na http://www.dailymotion.com/video/x2p3e yo_en-mode-conduite-adaptee_news.

(di)



Nový majitel Elbee – francouzský vozíčkář Pascal Gillet

Jak vypadá přátelství? Spolužáka nosí do školy na zádech...

Osmnáctiletý čínský středoškolák **Sie Sü** nosí už plné tři roky každý školní den svého o rok staršího přítele **Čanga Čch'** na svých zádech do školy. Čang od narození trpí chorobou, při níž v těle degeneruje svalová hmota, což je celoživotní utrpení. Ale Sie Sü pomáhá svému spolužákovi při každé příležitosti...

Poznali se před třemi lety, a jak uvedl německý Spiegel, tehdy se Sie rozhodl, že bude nemocnému kamarádovi pomáhat. Nežůstalo jen u nošení do školy – pere mu i prádlo, obstarává třikrát denně jídlo atd. Přesto je nejdůležitější, že ho na svých zádech nosí denně ze studentského internátu do nedaleké školy ve městě Tasü v provincii Ťiang-su, protože Čang nemá k dispozici ortopedický vozík.

Přes Čangova pohybová omezení a časově náročnou péči ze strany Sieho patří oba studenti k nejlepším v celém ročníku. Teď je čeká písemný přijímací test na univerzitu. A po této zkoušce může přijít



pro oba další vážné rozhodování, pokud půjdou každý na jinou vysokou školu. I když by se pak asi museli rozejít, tu nejtěžší zkoušku – zkoušku lidskosti –

zvládli na výbornou.

Zdroj: Novinky.cz, foto: repro Weibo

(bf)



ÚPRAVY VOZIDEL PRO ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÉ









kompletní sortiment od firmy Hurt, Quidosimplex, Invacar

montážní středisko v Hodoňovicích u Frýdku-Místku

dlouholeté zkušenosti s úpravami automobilů

bezplatné poradenství

Kontaktujte nás
Tel.: +420 606 737 239
E-mail: upravyyvozidel@seznam.cz
Web: www.upravyyvozidel.cz
GPS: 49°38'14.12''N 18°21'17.05''E
LUDVÍK ALEŠ s.r.o., Hodoňovice 221, Baška 739 01

Primáře z urologie určitě chtít nebudu!

Humorné i poučné příběhy slasti života se nevzdávajícího vozičkáře



Jednoho májového dne jsem vyrazil s kamarádem Jiřanem do naší hospůdky U naftaře na výborné točené pilsenské. Mok se čepoval z velkého pivního tanku. Seděli jsme venku na hřejícím sluníčku, které už mělo ty správné jarní „grády“. Mimo domácí politiky přišla řeč i na můj zdravotní stav, konkrétně na moji urologickou operaci hydrokély. Ta mě posledních pár let trápila, i když nijak nebolela. Jen v létě ve velkých vedrech mi dělala nepříjemné potíže, když jsem se zapařil v rozkroku na nějakém delším výletě s manželkou. To mi pak ženuška láskyplně léčila tříska mazáním Imacortem a Imazolem až do úplného vyléčení. Často to trvalo i měsíc. Měl jsem tak velký šourek, že bych mohl se svými pštrosími vejci dělat konkurenci i velbloudům. Nebolelo mě vůbec nic, jen tam toho bylo mnohem více, než mělo být...

Mému urologovi se to již delší dobu nelíbilo a doporučil mi jednoduchou operaci, při které se odstraní tekutina, která se na určitém intimním místě nadměrně vytvořila. Mé „náradí“ se prý operací zmenší až o nádherných sedmdesát pět procent a odpadnou mi hlavně ty letní, velmi nepříjemné potíže. Znam z novin a časopisů mnoho žen, které si nechávají pro zvýšení sebevědomí zvětšit poprsí. Já musím vybočovat z řady. Musím mít něco extra. Půjdu naopak na zmenšení. Měla to být, podle urologů, velmi rychlá a jednoduchá operace, ale jak se občas stává v našem zdravotnictví, nebyla.

A tak jsem do jedné velké nemocnice (raději nebudu jmenovat, později pochopíte proč...) nastoupil, druhý den mě operovali a čtvrtý den mě s bolestmi a velkým otokem vyhodili a poslali domů! Navíc s pěkně rozřezanými, neskutečně oteklými a ještě dvakrát většími kuličkami, než jsem doposud měl. V šourku jsem měl po operaci dva drény, abych se čistil a to, co tam nepatří, odtékalo pěkně ven. Po dvou dnech už u pravé části nic neteklo, proto mi drén vyndali. Dále slíbili, že mi z levé strany vyndají ten drén při odchodu domů. Alespoň jsem si to myslel, když se ve mně hrabalo asi pět lékařů a ještě se na mě, jako na nějakého exota, chodili koukat stážisti a stážistky z vyspělejší Anglie.

Když jsem měl za mlada v rozpuku svých sil opravdu co pěkného, velkého

a funkčního ukazovat, hodně dlouho žádná dívka ani žena nepřišla. Přišel jsem o poctivost až v devatenácti letech na vojně. Nyní, když se ten můj hrdina na dlouho schovával do hydrokélou zvětšeného šourku a nechtělo se mu z toho velkého a teplého „vosího“ hnízda (s výjimkou koupání) vylézt, mě okukovali jak čeští „skorolékaři“, tak i mladí cizinci a cizinky.

Po návratu domů z nemocnice jsem se cítil velmi špatně. Měl jsem vyšší teploty a bral antibiotika, která mi napsali v nemocnici. Na bezmála devětatřicetistupňovou teplotu mi manželka dávala večer starý dobrý paralen. Po čtyřech dnech se mi trošku ulevilo. Pemprsky jsem už nenosil několik let a ani se mi po nich nestýskalo. Užil jsem si jich v eldéence v Ryjičích, kde jsem ležel po úraze, opravdu dost. V zájmu čistých kalhot, sterilního prostředí i nezašpiněné antikubity jsem to týden, ač velmi nerad, pro klídek manželky a hlavně pro své zdraví, poctivě vydržel. Týden po propuštění jsem mířil na pooperační kontrolu...

Brzy ráno jsem vstal, abych byl v nemocnici včas. Prohlížel mě sám pan primář, který si zapomenutého drénu na levé straně vůbec nevšiml. Všiml si ale jiné věci – mých oteklých nohou. Doporučil mi brát ještě ke všemu, co beru a co si píchám, diuretika. Každý vozičkář moc dobře ví, že když nastane určitá situace a on sedí na vozíku několik dlouhých hodin bez pohybu, otečou mu nohy, což byl toho dne i můj případ.

Bylo mi i nadále pořád dost špatně, což už několik let nepamatuju. Manželka mě denně perfektně ošetřovala a převazovala. Když mi rána nalevo začala navíc nepěkně hnisat, ošetřovala ji sterilním zdravotnickým materiálem s roztokem Betadine. Po několika dnech se mi rána tak zhoršila, že mě manželka vyhnala do nemocnice, aby s tím lékaři něco udělali. U paraplegika, který má navíc diabetes, je vyléčení a srůst dvou rozřízých kůžiček mnohem složitější a trvá déle než u zdravých jedinců.

Na moje předem domluvenou kontrolu jsem tak kvůli zhoršujícímu se zdravotnímu stavu vyrazil o celé dva týdny dřív, než byla lékařem z urologie naplánována. Ráno si ostražitá manželka při ošetřování všimla, že mi něco z levého varlete kouká ven. Už jsem si myslel, že ze mě lezou červi a že má chlouba, kterou mám po úraze na kole už jen tak na okrasu, mi pro nějaké „beri-beri“ (vzácná nemoc nervo-



vého systému projevující se mj. otoky) asi co nejdříve upadne, protože, nedej Bože, uhnije...

„Pepi, vždyť jsi říkal, že ti oba ty drény už v nemocnici vyndali!“ zděsila se manželka.

„To mi opravdu ošetřující lékař řekl a při pooperační kontrole to vše primář osobně zkontroloval.“

„Nejsem přece blbá a vidím, co ti to leze ven. Proto se ti rána nezavírá, nehojí se, ale hnisá! Řekni jim, že ten jeden drén v tobě na zapomněli.“

Tak to je fakt super! Zvláště když si mohu připlatit 15 000 korun a objednat si na bezchybnou operaci pana primáře jako zdravotnický nadstandard. Vždyť mě týden po propuštění on osobně, vládce celé „veliké“ urologie, prohlížel a nebylo mu vůbec divné, proč se mi jedna strana téměř zahojila a druhá, pár centimetrů od ní, vůbec ne. Ještě že jsem nechtěl operaci od samotného primáře a ušetřil pár imaginárních tisícovek. Stejně bych na to neměl. Vlastně jsem neušetřil lautr nic. Musel jsem si koupit velký roztok Betadine, 120 ml za 161 Kč, a také sterilní polštáře, polštářky a leukoplasty, to vše téměř za 1 500 Kč. Jedinou návštěvou v lékárně jsem si dokonale vyluxoval svůj účet před „berouskem“ důchodu!

Když jsem na urgentní kontrolu, telefonicky vyjednanou a e-mailem i potvrzenou (a raději s výřečnou manželkou) do ambulance dojel, hodili mě dva doktoři na vyšetřovací stůl a přiměřeně mě vysvlékli. Sanitáře v rámci úspor už dávno v ambulanci zrušili. Panu doktorovi (ten mě ještě neviděl) se to mé léčení neléčení vůbec nelíbilo. Hnisavou ránu mi důkladně vyčistil. Když mu manželka, která se mnou šla i do ordinace, řekla, že ráno při mém ošetření mi z levé strany vyjel pěkný kousek nejspíš zapomenutého drénu, ošetřující lékař na připomínku mé zákonité manželky vůbec nereagoval. Když to sympatickému panu doktorovi manželka zopakovala, doktor zalovil v mém nezaho-

jeném podélném šlicu nějakým nástrojem a pomalu pinzetou vytahoval drén. Byl široký dva a dlouhý neskutečných dvacet centů! Koukal jsem doktorovi přímo do obličeje, když najednou neskutečně vykulil za skly brýlí oči, otevřel dokořán pusku a s úžasem ve tváři zíral na čerstvě vytažený drén, který byl papírově vytažen již před dvěma týdny. Několik dlouhých vteřin nebyl schopný cokoli říci a jen nechapavě kroutil hlavou sem a tam.

Po tomto neskutečném fópa mě perfektně ošetřil, zalepil, zabalil a oblekl. Po příchodu dalšího lékaře mě hodili zpátky na vozíček. Řekli mi, že až se vstřebají hematomy na obou stranách, budu pravděpodobně do měsíce fit. Jako odškodnění jsem dostal několik drahých sterilních polštářků, abych je nemusel tak drazo zase kupovat v lékárně, na což jsem si nezapomněl postěžovat.

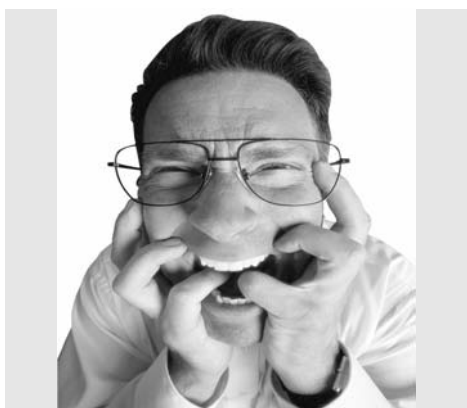
Po tomto skutečně odborném zásahu se neskutečně otevřená rána začala konečně pěkně zavírat a do tří týdnů jsem byl zahojený a konečně spokojený člověk.

Takže mi spadl konečně veliký kámen ze srdce a balvan z rozkroku. Hlavně také proto, že nám už došel jak velký, tak i malý přikoupený Betadine, jakož i všechny ty drazo zakoupené i darované velké a malé sterilní polštářky a leukoplasty.

A pak že se v našem českém zdravotnictví všechno zkvalitňuje! Třeba jo, jen já jsem byl taková blbá výjimka, která potvrzuje pravidlo – vše je OK! Stěžovat si nikde nebudu, protože doktory ještě budu v životě hodně potřebovat. A těch pár promile jejich neúspěchů, ve kterých jsem se statisticky ocitl, si v sedmičkové, tekuté a červené podobě dám raději večer s manželkou, mou jedinou pravou nadstandardní pečovatelkou, kterou v celičském Česku znám. A to na oslavu toho, že jsem tu zanedbatelnou doktorskou patálii ve zdraví přežil...

Čert ať vezme pár stovek, dva měsíce trápení a nejistoty, i dost nezapočítaných zdravotnických poplatků k tomu! Hlavní je, že jsem opět v dobré důchodovské pohodě a už zase rychle a bezpečně jezdim přes kaluže...

Josef Procházka



Sexualita pro nás není jenom slovo

Monika Henčlová

Tak to je teda téma...

Překvapilo mě, že se lidé chlubí svým vyspělým sociálním cítěním. Akceptují, že osoby se zdravotním postižením potřebují napolohovat, vyčistit zuby a dát napít. Už skutečnost, že tyto „fyzičtí chudáčci“ mají mozek a ten používají k práci nebo ke studiu, je (upřímně) takové překvápko, že tu péči vlastně ani nerozchodí a raději utečou. Když potom nahlas řeknete, že ač invalidní, pořád jste člověkem, to je vyplaší, a když pak zmíníte, že jako dospělý člověk máte právo a chuť na sex, to sociálně angažované často vyděsí a donutí otevřít ústa úžasem. Podle nich jste přeci „ten chudáček a navíc potřebný chudáček“, sex je jen pro dospělé a invalidní člověk přece potřebuje péči, takže je jen přerostlé dítě...

Naštěstí, jak se často říká, se mění doba. Jedenadvacáté století dělá dospěláky i z nás – postižených nemocí nebo úrazem. Hurá! Zúčastnila jsem se jednoho zajímavého jednání několika neziskovek a zástupců MPSV, také bylo pozváno několik lidí se zdravotním postižením. Řešilo se **právo na sex a jeho podmínky ve světě postižených**.



Ano, je možné objednat si prostituta nebo prostitutku. Když na to máte. Přišla jsem s jiným problémem. Mnoho lidí spojuje sex s láskou a se vztahem. Co s tím? Mnoho z nás sedí doma a nikam se nedostanou. Úředník z ministerstva řekl, že je to náš problém. Bylo to ošklivé, ale vlastně má pravdu. Za dřívějších dob fungoval Svaz invalidů. Na jeho akcích se potkala spousta lidí s různým postižením a mnohdy to mezi nimi i zajiskřilo...

Jedna velmi postižená a hlavně nechoďící žena z Finska mi představila svého partnera. Byl nevidomý, ale chodící. Ona (na vozíku) ho navigovala správným směrem. Navíc mi s úsměvem pošeptala, jaký je její partner pro ni výhodou. Kdo by se totiž na ni dokázal dlouhodobě dívat?

Mám k tomu všemu ještě jeden úhel pohledu: sice jsme fyzicky omezení, ale na štěstí ne ve všem...

K zamyšlení

**Eckhart Tolle:
Co předurčuje
naši budoucnost?**



Existuje vzájemná souvislost mezi vaším stavem vědomí a čímkoli, co se vám děje. Nemusí být vždycky hned zřejmá, ale je tady souvislost mezi tím, co je ve vás, a tím, co se vám děje nebo co přitahujete do svého života. A mimo to, není to ani tolik to, že to, co se vám děje, je vaše předurčení nebo váš osud. Váš osud je určen – ne tím, co se vám děje, to si lidé jen myslí... Váš život je určen tím, jak zareagujete na to, co se děje. A to, co se děje dále, je určeno tím, jak reagujete nebo odpovídáte na to, co se děje teď.

Stane se třeba něco na první pohled špatného, něco se nedaří... Jestliže je vaše reakce negativní, přitahujete další negativní věc. Jestliže je vaše reakce odpověď, která říká: „Fajn, takhle to je a teď se s tím vypořádám...“ bude další věc odrážet tento stav vědomí.

Celý život mnoha lidí je chycen v proudu stejných a nepříjemných věcí, které se jim dějí opakovaně. Neuvědomují si, že v jakémkoli daném momentu na ně čeká v životě svoboda, když budou reagovat jinak na to, co se děje.

Vaše přítomná reakce určuje budoucnost, ne to, co se děje. To je způsob, jak můžete změnit svůj život.

Je to velice snadné, ale vyžaduje to pozornost...

*Božena Šimková
Zdroj: Internet*

Elizabeth Stoneová: Z gruzínského děčáku na paralympiádu

Elizabeth Stoneová se narodila bez spodní poloviny pravé nohy. Život jí dal do vínku hodně těžký start. Přesto se stala skvělou plavkyní, jako reprezentantka USA je paralympijskou medailistkou.

Elizabeth se narodila v roce 1990 v gruzínské Kutaisi (obec Dikhashkho) jako Ketevan Khurtsidze. Její biologická matka Liana Khurtsidze (75) stále v Gruzii žije, otec Amberki už zemřel. Elisabeth byla třetí dítě v rodině – rodiče měli ještě o tři roky starší dvojčata Lázyho a Teonu. Po Elizabethině narození se její matka strachovala, že by nebyli schopni se o postiženou dívku postarat a dát jí potřebnou zdravotnickou péči. A tak holčička skončila v dětském domově v Kutaisi. Liana uvedla, že to byla pro obyčejné vesničany těžká doba.

Adopce

Ketevan vyrůstala v dětském domově a když jí byly čtyři roky, adoptovala ji fyzioterapeutka Linda Stoneová z Michiganu (USA). Poskytla Elizabeth rodičovské teplo, lásku a péči. Protože jí bylo jasné, že to bude mít dívka v životě těžké, rozhodla se pomoci jí najít sama sebe. Všimla si, že je velmi houževnatá už od malička, že je plná optimismu a naděje, a tak podporovala její sportovní úspěchy. Ukázalo se, že Elizabeth je velmi zdatná plavkyně.

Setkání s původní rodinou

Elizabeth se stala temperamentní mladou americkou ženou, která s velkou podporou své adoptivní matky překonala handicap, aby se stala světovou plavkyní.



Elizabeth Stoneová – medailistka paralympijských her 2008 a 2012



Elizabeth se svou adoptivní matkou Lindou v Londýně 2012

Elizabeth věděla, že její biologičtí rodiče by jí nebyli schopni takový život zajistit. Říká, že sice byla zvědavá, co za adopcí stálo, ale nikdy to původní rodině neměla za zlé.

Poté, co se Elizabeth stala díky sportu slavnou, neunikl její osud pozornosti jednomu novináři z Rádia Svoboda. V rozhovoru s ním přiznala, že by velmi ráda poznala svou původní rodinu. Pak už byl jen krok k tomu, aby se tyto dva rozdílné, avšak biologicky spojené světy potkaly. Jakmile Liana uslyšela, že se s ní chce Elizabeth setkat, začala plakat. Později připustila, že všechny ty roky vzpomínala na svou dceru a měla výčitky svědomí. Navíc nedostatek informací o osudu Elizabeth vedl některé členy rodiny k domněnce, že zemřela.

„Já jsem tomu nikdy nevěřila,“ říká Liana. „Kdyby to byla pravda, moje srdce by mi to řeklo.“

Liana viděla svou dceru pouze jednou, ale ze setkání se těšila nejen ona, ale i její sourozenci. Se sestrou Teonou jsou si velmi podobné. Setkání se neobešlo bez velkých slz, tentokrát ale slz radosti.

Při komunikaci jim musel pomáhat tlumočnick – Elizabeth naposled mluvila gruzínsky ve čtyřech letech, její gruzínská rodina anglicky neuměla. Při loučení padl slib, že se zase potkají a že zůstanou v kontaktu. A také slib, že se Elizabeth začne učit gruzínsky, její biologická rodina zase anglicky...

Elizabeth Stone (1990) – americká paralympijská plavkyně.

- 2004 – účast na letních paralympijských hrách v řeckých Aténách.
- 2006 – MS v plavání – zlatá medaile na 4 × 100 m polohový závod a bronzová na 100 m znak.
- 2008 – letní paralympiáda (Peking, Čína) – stříbrná medaile na 100 m znak.
- 2010 – MS Eindhoven, Nizozemsko – zlato na 4 × 100 metrů polohový závod.
- 2012 – bronzová medaile na 100 m znak na letní paralympiádě v Londýně 2012.

Zdroj: www.georgianjournal.ge,
www.peoples.ru, www.rferl.org,
www.oandp.com

(bf)

Literární dílna

Setkání

Věra Schmidová

„Tak v sobotu v deset vás čekám.“

Jana zavěsila telefon a zadívala se do dálky. Kolem žaludku cítila příjemné chvění, které se jí rozlévalo do celého těla a které nezažila už mnoho, mnoho let. Zaplavila ji vlna nekonečného štěstí, které si nedovedla vysvětlit. Měla kvůli tomu i výčitky svědomí, ale ten hlas... Bylo to zvláštní – nevěděla o tom muži vůbec nic, jenom to, že by snad mohl pomoci její nemocné matce, a přesto se na toho muže těšila jako mladá zamilovaná holka. Měla pocit, že ten hlas zná, že ho moc dobře zná, až důvěrně dobře... kdesi hluboko, ve vzpomínkách, v daleké minulosti... nechápala to. Přece se s tím člověkem v životě nesetkala, nevěděla, jak vypadá. Nevěděla vůbec nic. Ale něco hluboko uvnitř jí říkalo, že ano, že ho moc dobře zná, že o něm všechno ví... Jenom si vzpomenout. Bylo to všechno tak strašně, strašně dávno. Rozum jí říkal: „Ne! Neznáš ho! Nevíš!“ Byla zmatená...

V sobotu se s bušícím srdcem vydala na druhý konec republiky. Celá se chvěla a neustále sledovala hodinky, kolik ještě zbývá času do setkání. Cestou si vyčítala, že na toho neznámého muže myslí víc, než se na vdanou ženu sluší, že se chvěje, jakoby šla na první rande, ale nemohla si pomoci.

Když vystoupila z vlaku, šla úplně najisto podzimmím parkem a cestou shrnovala spadané listí. Nohy ji samy vedly klikatými cestičkami, jakoby cestu znala odjakživa. Bez zaváhání zastavila před velkou vilou, otevřela branku a prošla parkem. Věděla úplně přesně, kam má jít. Všechno jí tam bylo tak důvěrně známé. Otevřela staré veliké dveře, vyšla po schodišti, zahrnula doprava a zaklepala. Věděla, že jsou to ty správné...

Za stolem seděl muž, kterého v životě neviděla. Přesto jí byl každý detail jeho obličeje tak důvěrně znám. Věděla, jak zvedá obočí, jak se usmívá...

Ukázal na protějščí židli. Posadila se a její pohled se utopil v jeho očích. Modrých a hlubokých jako dno oceánu. Ty oči znala. Moc dobře je znala. Ale odkud? To je přece nesmysl! Nemohla je znát! V životě ho neviděla. Tak jak to, že o něm všechno ví? Rozum opět zápasil s citem.

Uviděl její rozpaky. „Věříte v reinkarnaci?“

Zasmála se.

Pohybem ruky ji zarazil: „Musela jste se ptát na cestu z nádraží sem?“

„Je to zvláštní, ale ne,“ přiznala se.

„V životě jsem v tomto městě nebyla, ale přesto jsem přesně věděla, kudy mám jít.“

„I přes park? I tady v budově?“ zajímal se dál.

Přikývla.

„Není to divné? Vždyť – jak říkáte – v životě jste tady nebyla.“

Pokývala souhlasně hlavou, vzápětí ale mávla rukou: „To přece není vůbec důležité.“

„A co já, Janine?“

Trhla sebou. V životě jí nikdo tak neoslovil a jí najednou projela vlna štěstí. Sklopila oči: „Neznám vás. Nikdy jsem vás neviděla.“

„Tak mi to řekněte do očí.“

Zahleděla se do jeho krásných očí, otevřela ústa, ale zase je zavřela a oči sklopila.

Čekal. Cítila jeho pohled.

„Ještě nevěříte v reinkarnaci?“ Nečekal na odpověď a pokračoval: „V minulém životě jste žila tady, v tomto městě, v tomto domě. Proto tady všechno tak dobře znáte.“

Zvedla oči. Ale na to, na co se chtěla zeptat, odvalu nenašla. Jakoby četl její myšlenky, pokračoval: „Byl jsem váš manžel, Janine.“

Trhla sebou. „Tenkrát jsem vám říkal Janine – vzpomínáte?“

Před očima se jí začal odvíjet film – viděla krásnou, velkou, udržovanou zahradu, chodníky vysypané drobným bílým štěrkem. Viděla nádhernou vilu, ve které se i teď nacházeli... na terase stál muž a držel v náručí malé dítě. Mával jí. Slyšela zpívat ptáky, cítila štěrk pod nohama, viděla krásnou modrou oblohu... Najednou z domu vyšlehl plameny a hustý černý kouř. Muž i dítě zmizeli v ohni...

Oči se jí rozšířily hrůzou.

„A to je důvod vašeho panického strachu z ohně.“ Hlas neznámého muže rázem ukončil její vidění. Opravdu neznámého?..

Vstala ze židle a jako ve snu šla ke dveřím. Dokonce zapomněla, proč sem vlastně přišla.

S rukou na klíce se ještě otočila: „Na shledanou.“ Věděla, že musí odejít, dokud má na to ještě sílu.

„Na shledanou v příštím životě, Janine. A čekejte na mě! Já si vás najdu...“

Paranormální jev a „chcípá myš“

Lucie Blažková

Žiju v Centru sociálních služeb v Hrabyni. Jsem na ortopedickém vozíku, špat-

ně vidím, slyším a možná i hůře mluvím. Jelikož jsem častým pacientem na psychiatrii, pochybuji už i sama o sobě...

Na začátku letošního února jsem si udělala „výlet“ autobusem do Ostravy a moc to nedopadlo. Když mi až po čase došlo, co se vlastně mohlo stát, byla jsem z toho trochu v šoku.

Před pěti lety jsem byla lepší, zajela jsem si vlakem do Mostu v Čechách. Motivací mi byl jeden muž, který se chtěl oběsit. Když jsem se s ním setkala, usoudila jsem, že je to takový ten typ frajířka. Koupila jsem mu jednu cigára, chtěl druhé... Ty už jsem mu nekoupila. Jenom zneužil mé dobroty. Nedávno jsem viděla jeho fotku v nějaké internetové seznamce... už na něj nereaguji.

O pár dnů později jsem plánovaně nastoupila na psychiatrické oddělení Fakultní nemocnice Ostrava. Je to tam pro mě něco jako pobyt ve slunných Benátkách... Když jsem to řekla jednomu lékaři, odvětil mi: „Tak to mi teda ještě nikdo neřekl!“

No vidíte, pane doktore, já pořád říkám, že všechno je jednou poprvé...

Zato zde to vidím a vnímám jako sibiřskou tundru. Alespoň co se mezilidských vztahů týká...

Ale abych se vrátila k té „chcípé myši“. Mám na mysli myš k počítači. Na pozadí obrazovky mého počítače mám fotku, na které jsem já a můj rohatý anděl – Lenka. Počítačová myš „zamrzla“ přesně v pravém koutku úsměvu Lenky.

A byla to právě Lenka, která mi pokazila můj plán – sebevraždu...

Náhoda? Nevěřím na náhody!!!

A proč mě vůbec něco takového napadá? Život je přece ten nejcennější dar...

Zkuste někdo na chvíli být v mém těle! Pak si promluvíme o životě. Nikdo z vás mě pořádně nezná, ale těch, co umí odsoudit nebo ublížit, je více než dost. Tedy milí „soudci“, podívejte se na svůj život a své mezilidské vztahy. Pokud tam nenajdete problém, jste asi dokonalí. Já dokonalá nejsem, neodsuzuji, nepomlouvám, neublizuji...

A že někdy, vlastně často usilují o pravdu? Mnohým se to nelíbí. Upřímnost je směšná a pravda často bolí...

■ *Kdo se nebojí boha, toho vystraší d'ábel (citát Pavla Kosorína)*

■ *Staň, co má se stát, vítězství, či pád (zpívá se v jedné písni...)*

7. 3. 2015

Zajímavosti z vědy a techniky

Gel do páteře • Čip v páteři • Robotická paže

Léčba vyhrzlé ploténky: Gel do páteře

Do místa postiženého výhrzezem – do meziobratlové ploténky, tzv. disku – se injekčně vpraví implantát na bázi gelu, což je zahraniční výrobek nazvaný DiscoGel. Vzniklým podtlakem je pak vyhrzlá část vtažena zpátky.

„Pro pacienty je to smysluplná alternativa,“ říká Jan Křístek, primář oddělení zobrazovacích metod a také předseda komise, která vybírá pacienty vhodné k této metodě. Pacient je jen lehce utlučen kvůli komunikaci a do postiženého místa se lékař dostane prostřednictvím počítačové tomografie. Pro intervenčního radiologa Jana Křístka to není úplná novinka, protože v SurGal Clinic provádějí také ozónovou terapii se stejně přesnou navigací. „Zavedení jehly musí být přesné a opatrné – pohybujeme se kolem nervových kořenů a míchy, tam se nesmíme trefit,“ líčí primář Křístek s tím, že nová metoda zaručuje více než devadesátiprocentní úspěšnost léčby vyhrzlé ploténky. Není nutná předoperační příprava, odpadá celková anestezie a hrozí jen minimální komplikace.

Po aplikaci discogelu zaznamenávají už několik let vynikající výsledky ve Francii, v Německu, Itálii a ve Španělsku. Jak sdělila ředitelka SurGal Clinic Jitka Kellnerová, dosud není tato metoda v sazebníku VZP, proto si ji pacient musí zaplatit sám.



Ilustr. foto – internet

Čip v páteři pomůže nehybným lidem

Britští vědci představili malý čipový implantát, který pomocí elektrických impulsů vysílaných přímo do míchy, může znovu rozpohybovat ochrnuté pacienty. Podobné terapie založené na stimulaci svalů nejsou sice nové, ale stimulační zařízení byla dosud příliš velká a nedala se člověku implantovat přímo pod kůži.

Nová pomůcka vyvinutá na University

College v Londýně je menší než nehet a implantáty mají také další využití při svalové rehabilitaci. Přístroj je nazvaný **Aktivní kniha**, protože sklouzne okolo spinálních nervů podobně jako stránky knihy. Čip vysílá elektrické impulsy, které sám produkuje, přímo do páteře. Dosavadní externí zařízení umožňovala impulsy jen do kůže. „Lze tak stimulovat více skupin svalů, neboť do páteřního kanálu může být implantováno větší množství těchto zařízení,“ říká vědec Andreas Demosthenous z University College „Stimulace více svalových skupin pak znamená, že uživatel může provádět dostatek pohybů pro kontrolované cvičení, jako je například jízda na kole.“

Modely při poranění míchy

V Ústavu živočišné fyziologie a genetiky Akademie věd v Libčechově vytvořili už před časem jedinečný biomedicínský model miniaturních prasat pro výzkum možností léčby různých onemocnění. Místní vědci dlouhodobě úzce spolupracují s Kalifornskou univerzitou v San Diegu na výzkumu možností, jak napravit poranění a poškození míchy. Je známo, že úrazy míchy a následná ochrnutí jsou zatím pro medicínu tvrdým oříškem.

Libčechovští a američtí badatelé konkrétně používají kmenové buňky, ze kterých se mohou později vytvořit buňky nervové, aplikují je do poškozeného místa v míše miniaturních prasat a sledují, nakolik úspěšně tam dané buňky přežívají a jestli ovlivňují pohybové a další funkce zvířat.

Proč se páteř ve vesmíru prodlužuje?

Astronauti mohou během svého pobytu na oběžné dráze vyrůst až o tři procenta. V praxi to znamená, že člověk vysoký 180 centimetrů se zvětší o dalších pět centimetrů. V kosmu se obratle uvolní, což přinese zmíněný „růst“. Je to ale jen dočasný efekt, několik měsíců po přistání se výška vrátí do normálu. Dosud však vědci nebyli schopni proces přeměny sledovat.

Americký Národní úřad pro letectví a vesmír (NASA) nyní v orbitálním komplexu začne využívat ultrazvukovou technologii, aby zjistil, co přesně se s lidskou páteří v mikrogravitaci děje. „V současné době už máme na stanici k dispozici nové technologické zařízení, jež umožní přesnější zobrazování svalové a kosterní sou-

stavy, které potřebujeme k posouzení složité anatomie páteře,“ vysvětluje hlavní výzkumník Scott Dulchavsky.

Astronauti na ISS si začnou navzájem skenovat ultrazvukem záda, aby odborníci měli představu o tom, jak se páteř po 30, 90 a 150 dnech v mikrogravitaci mění. Ultrazvuk umožní sledovat i další fyziologické změny, jako jsou pohyb svalů nebo proudění krve v cévách.



Ilustr. foto – internet

Operace páteře vs. cigarety

Ortoped Glenn R. Rechline z Rochesterké univerzity sledoval více než 5 300 pacientů, kteří podstoupili operaci páteře. Zjistil, že větší úlevu přinesla těm, kteří nikdy nekouřili nebo kouřili před operací již přestali.

Kouřáci, kteří s cigaretami přestali posléze během léčby, popsali dokonce nejrazantnější zlepšení stavu. Ti, co v kouření pokračovali, žádnou úlevu neuvedli. Podle Glenna Rechline je zapotřebí přesvědčit pacienty po chirurgických zákrocích, aby kouřili přestali. Může se jim tak razantně ulevit od bolesti.

Robotická paže ovládaná myšlenkou

Když bylo Američanovi Eriku Sorto 21 let, byl střelen z pistole do páteře a od krku dolů ochrnut. Nyní mu je 34 a je prvním pacientem, kterému byly voperovány do mozku protetické pomůcky, s nimiž plynule ovládá svou robotickou paži.



Připravil Jiří Muladi

Od Confucia po električák

Z historie vozíků

První zmínka o typu nábytku pro handicapované pochází z čínského nápisu na jedné břidlicové destičce. A zhruba ze stejné doby, z 5. století před Kristem, pochází vlys dětské postýlky s kolečky na řecké váze. První kolečkové sedátko, které bylo určeno k transportu osob, pak pochází z Číny o tři století později. Jde o trakař, ve kterém starověcí Číňané přepravovali i jiné těžké předměty. Vozíček určený výhradně k přepravě lidí pochází rovněž z Číny – z roku 525 př. n. l. Podobná vyobrazení nacházíme také v kulturách Egypta a Persie.



Zobrazení Confucia na vozíku z roku 1680

Evropská moderní historie

V Evropě je dobře zdokumentovaný typ starožitného vozíčku z 16. stol., který ke konci života sloužil dnou trpícímu španělskému králi Filipu II.



Španělský král Filip II. na svém kolečkovém křesle

V roce 1655 vyřezal německý hodinář Stephen Farfler **první samohybný vozík**.

Vyobrazení vozíčku, nebo také koupací židličky, se datuje z roku 1760 také z území Francie. První výroba ve velkém měřítku započala v Anglii v době průmyslové revoluce. Ke konci 18. století Angličan John Dawson z přímořského města Bath zkonstruoval křeslo držené dvěma velkými koly vzadu a malými vpředu. Později se začala vyvíjet koncepce pohodlného křesílka opatřeného opěrkami, polštářky apod.



Stephen Farfler, 22letý paraplegik, sestrojil první vozík s vlastním pohonem

První patent na ortopedický vozík byl podán v roce 1869. Ten se skládal z pevného kovového rámu, byl opatřen proutěným sedadlem a dvěma velkými koly.



Američtí inovátoři

V USA bylo kolečkové křeslo vyvíjeno koncem 19. století v Atlantic City. Půjčovali ho tam invalidním turistům. Ale brzy se stalo oblíbenou atrakcí i pro turisty zdravé a každý se chtěl povozit v krásně dekorovaném křesílku, které tlačili sluhové, a dopřát si tak určitou, až dekadentní péči.

K rozvoji koncepce ortopedických vozíčku v historii přispívaly následky válečných hrůz. Konkrétně v USA válka Severu proti Jihu (1861–1865).

Začátkem 20. století se vozíky dále zdokonalují, a to především v Anglii, kde



Velmi dekorativní vozíček s psací deskou a deštníkem

je poprvé představen vozík motorový.

Ale opravdový boom nastává v roce 1933 v americkém Los Angeles, kde Harry Jennings a jeho invalidní přítel Herbert Everest, oba strojní inženýři, vynalezli **první skutečný lehký ocelový skládací vozík**. Oba viděli ve svém vynálezu velký obchodní potenciál, a tak založili firmu Everest & Jennings na výrobu vozíků. Vozíky se dodnes staví podle jejich původního designu, jen z modernějších materiálů a dalších vylepšení. Společnost byla lídrem na trhu až do poloviny 90. let, kdy byla odkoupena.

Veteráni a hry

V roce 1950 spatřil světlo světa **první elektrický vozík**. Jeho vynálezcem se stal Kanadán George Klein, který tak pomohl mnoha válečným veteránům z 2. svět. války. Novodobá historie se poté točí kolem zrodu myšlenky paralympijských her a **vývoji ultra moderních sportovních vozíků, ale také těch pro každý den**. V roce 1966 se ve Švédsku zrodila firma Permobil, která se přímo zaměřovala na výrobu elektrických vozíků.

První paralympijské hry se konaly v Tokiu v roce 1964. Jejich předchůdcem z roku 1948 byly Mezinárodní hry postižených a amputářů, které se konaly v britském Stoke Mandeville nedaleko Londýna. S myšlenkou těchto sportovních klání přišel neurolog Dr. Ludwig Guttmann z Mandevillské nemocnice.

Zdroj:

<http://www.wheelchair.ch/fra/info/histoire-handicap.html>, wikipedia.org

Připravila Hana Klusová

PROGRAM

Poradenství
a informace



Liga vozíčkářů, Bzenecká 23, 628 00 Brno

bezplatná linka: **800 100 250**

e-mail:

poradna@ligavozic.cz www.ligavozic.cz

Rekonstrukce bytu či domu a nárok na příspěvek na zvláštní pomůcku

V *Poradně pro život s postižením Ligy vozíčkářů* velmi často řešíme dotazy týkající se problematiky rekonstrukce bytu a nároku na příspěvek na zvláštní pomůcku. Považujeme tedy za důležité věnovat této problematice několik řádků.

Při návrhu vlastního bydlení je **důležité vycházet přímo z požadavků pro danou osobu**, protože zdravotní omezení je velice individuální a pro každého je vhodná jiná úprava bytu.

Na některé náklady spojené s úpravou domu či bytu přispívá příslušná krajská pobočka úřadu práce v rámci **příspěvku na zvláštní pomůcku**. Příspěvek je mj. poskytován na **stavební práce spojené s rekonstrukcí koupelny a WC**.

• **Na jaké práce a materiál se tedy může příspěvek na zvláštní pomůcku vztahovat?**

Podle vyjádření MPSV ČR budou brány v potaz náklady na zdivo, spojovací materiál, omítku, rozvody vody (zjednodušeně trubky, kolena apod.), kanalizace (odpady – roury) a na elektroinstalační materiál. Nebudou hrazeny výdaje za obklady, dlažbu, madla, dveře či sklopnou sedačku. Dále také nebudou hrazeny náklady za sanitární keramiku, tedy např. za umyvadlo, sprchový kout apod.



Ilustr. foto: <http://nothingsky.com>

• **Lze žádat proplacení již vydaných nákladů za úpravy bytu či domu z minulosti?**

Náhradu nákladů za materiál a práci lze v těchto případech žádat zpětně – až 12 kalendářních měsíců přede dnem podání žádosti o příspěvek na zvláštní pomůcku – na příslušné pobočce úřadu práce.



Ilustr. foto: Lubomír Krejčí, archiv Vozka

• **Jak je to v případě, kdy není možné rekonstruovat stávající koupelnu?**

Pokud kvůli dispozičnímu řešení nemovitosti není možné rekonstruovat stávající koupelnu, nebyl by to žádný výjimečný případ. Jestliže je v nemovitosti prostor k výstavbě nové koupelny, která by mohla být bezbariérová, je to sice řešení, jak umožnit svobodnější pohyb osobám s pohybovým postižením, avšak toto řešení není hrazeno úřadem. Výstavba nové koupelny by sice mohla vyřešit situaci rodiny, ale jelikož se jedná o výstavbu nového prostoru a nikoli o rekonstrukci stávajícího, pak podle oficiálního vyjádření MPSV ČR nebude příspěvek na zvláštní pomůcku úřadem práce poskytnut.

Ivana Hájková,
Poradna pro život s postižením
Liga vozíčkářů,
ivana.hajkova@ligavozic.cz

(red)

Sociální zabezpečení v Německu

Vysoká životní úroveň pro všechny a sociální spravedlnost. Tento cíl měl na mysli spolkový ministr hospodářství Ludwig Erhard v druhé polovině padesátých let, když v Německu zavedl sociální tržní hospodářství. Tento hospodářský systém nazývaný „německý model“ byl tak úspěšný, že se stal vzorem pro řadu dalších zemí. Německo disponuje sociální sítí s mimořádnou hustotou – 26,7 % HDP se přerozděluje na veřejné sociální výdaje. V USA se pro srovnání investuje do této oblasti 15,9 % a ve státech OECD v průměru 20,5 %. Rozvětvený systém nemocenského, důchodového a úrazového pojištění, pojištění pro péči v bezmocnosti a pojištění v nezaměstnanosti chrání obyvatele Německa před finančními následky existenčních rizik. Vedle toho sociální síť zahrnuje sociální dávky financované z daní, jako jsou například vyrovnávací příspěvky na děti nebo základní starobní důchodové pojištění či pojištění trvalé pracovní neschopnosti. Německo se samo definuje jako sociální stát, který chápe sociální zajištění svých obyvatel jako svou prvořadou úlohu.

Systémy sociálního zabezpečení mají v Německu dlouholetou tradici. Říšský kancléř Otto von Bismarck koncipoval koncem 19. století základní rysy státního sociálního pojištění – pod jeho vedením byly vypracovány zákonné rámce úrazového a nemocenského pojištění, jakož i pojištění pro případ trvalé invalidity či důchodové pojištění ve stáří. Zatímco tehdy z těchto zákonů sociálního pojištění profitovala jen desetina obyvatelstva, dnes se tato právní ochrana vztahuje na téměř 90 % lidí v Německu.

V dalších desetiletích se sociální síť dále zdokonalovala, takže v roce 1927 přibyl pojištění pro případ ztráty zaměstnání a v roce 1995 pojištění pro případ bezmocnosti. Jedenadvacáté století si vyžaduje zásadní a strukturální modernizaci těchto systémů, zejména z pohledu trvalé finanční udržitelnosti. Stále se zvyšující podíl starších lidí ve spojení s nízkou porodností a stávajícím vývojem na trhu práce přivedly sociální systémy na hranici možností. Pomocí rozsáhlých reforem se politici snaží dostat těmto požadavkům a podle zásad solidarity udržet sociální síť i pro budoucí generace.

Zdroj: Sabine Giehleová, <http://www.ta-tsachen-ueber-deutschland.de/cz/>

RIPAK

Rady, informace, příklady a konzultace

poradenství **BEZ BARIÉR**
Ostravské organizace vozíčkářů

Osvědčení kvality MPSV o poskytované službě



Odstraňování architektonických bariér a rady ze života na vozíku

OSTRAVA!!! PLESNÁ	OSTRAVA!!! HŘEBENSKÁ OSTRAVA A ŘEVIČKA	OSTRAVA!!! LHOTKA MICHÁLKOVICE
OSTRAVA!!! VITKOVICE	OSTRAVA!!! KŘÁSNÉ POLE	OSTRAVA!!! OSTRAVA-JIH
OSTRAVA!!! PORUBA A BARTOVICE	OSTRAVA!!! STARÁ BĚLÁ	OSTRAVA!!! HRABOVÁ

Kontaktní osoby:
Miroslav Filipčík a Tomáš Dvořák

- **telefony:**
596 914 660 (11–14 h, po–pá)
596 131 202 (14–16 h po–pá)
uvedená doba je bez záruky
- **e-mail:** poradnaoo@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 obvody Ostrava-Jih, Poruba, Moravská Ostrava a Přívoz, Vítkovice, Hrabová, Krásné Pole, Plesná, Lhotka, Stará Bělá, Michálkovice a Radvanice a Bartovice, Nadace rozvoje zdraví, Stavební firma Procházka s.r.o., Projektční kancelář Ing. Milan Blasbalg, Zprostředkování prodeje zdravotních pomůcek Tomáš Vlček.

S foťákem „bezbariérovou“ Ostravou



Před rekonstrukcí

Vždy mám radost, když začne jakákoliv rekonstrukce, která umožní zlepšení přístupnosti pro osoby odkázané na ortopedické vozíky. Bohužel, výsledek je v některých (ale ojedinělých) případech až neuvěřitelný a dech beroucí. Může ještě v dnešní době někdo provést takovou úpravu, kterou dokumentuje následující obrázek? A navíc – když se jedná o zdravotnické zařízení!?



Po rekonstrukci

Nevím sice, kdo tuto rekonstrukci navrhl, schválil a provedl, ale za trest by si měl vyzkoušet, aby pochopil, jak významný je sklon rampy zejména pro vozíčkáře na mechanických vozících, osoby s chodítky, ale i rodiče s kočárky. Výsledek rekonstrukce je zcela tristní...

Co možná nevíte

V mnoha dnešních obchodních střediscích naleznete košíky určené přímo pro vozíčkáře. Možná však nevíte, že mají ve spodní části zvláštní úchyty, které lze upevnit na stupačky vozíku. Navíc mají tyto packy velkou variabilitu na šířku vozíku.



Pojízdný nákupní košík pro vozíčkáře



Pozice úchyťů je označena v kruhu

Po nasazení se s košíkem velmi dobře jezdí, nemusíte ho ani přidržovat rukou. Košík lze umístit na většinu typů elektrických i mechanických vozíků, které jsou vybaveny klasickými stupačkami.



Detail úchyťů zachycených na stupačce vozíku

Pravda, ne každý to zvládne sám, ale myslím si, že kolemjdoucí s nasazením rádi pomohou.

Text: (mf), foto: Lucie Filipčíková

Foto

Jak jsme slíbili v minulém čísle *Vozky*, přinášíme fotografii tramvajové zastávky *Most mládeže*. Je umístěna na mostě, který nyní skoro splňuje požadavky bezbariérového užívání staveb.



Pohled po výjezdu rampou z podchodu pod komunikací Plzeňská

Text, foto: (mf)

Připravil Mirek Filipčík

VSP

Vy Se Ptáte...,

**...Poradna NRZP v
ČR odpovídá.**

Poradna Národní rady osob se zdravotním postižením

Otázky a odpovědi

Příspěvky pro OZP nemající trvalý pobyt v ČR

Klientka žádá o příspěvky pro osoby se zdravotním postižením, je vedena u zdravotní pojišťovny v ČR, její trvalý pobyt je však na Slovensku. Přihlásit se k trvalému pobytu v ČR prozatím nemůže z důvodu exekuce na adresu přechodného bydliště v ČR. Na Slovensku nepobírá žádné dávky, v ČR si tedy žádosti podávala. Jak by měla postupovat?

Nárok na příspěvek na mobilitu, příspěvek na zvláštní pomůcku a na průkaz osoby se zdravotním postižením má při splnění podmínek fyzická osoba, jestliže je na území ČR hlášena k trvalému pobytu a má zde bydliště. Dávky a průkaz náleží rovněž dalším osobám uvedeným v zákoně o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením, které nemají na území ČR trvalý pobyt, pokud zde mají bydliště. Bydlištěm se rozumí stav, kdy centrum zájmů má osoba na území ČR (např. se zde dlouhodobě zdržuje, vykonává zde výdělečnou činnost, žije zde s rodinou, plní zde povinnou školní docházku nebo se zde připravuje na budoucí povolání). Nárok mají také občané EU krytí přímo použitelným předpisem EU – Nařízením EP a Rady (ES) 492/2011.

Klientka může také požádat o status OZZ. Žádost podává občan (starší 15 let s ukončenou povinnou školní docházku), který má z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu omezenou schopnost uplatnit se na trhu práce. Žádost může podat jak občan ČR, tak i cizinec, který v ČR pracuje.

*Mgr. Jana Bendová
Poradna NRZP ČR v Brně*

Práce a důchod

Kdo mi sdělí, zda můžu pracovat při pobírání invalidního důchodu ve 3. stup-

ni dle paragrafu 39 odst. 1a) zák. 155/1995 Sb. Důchod mi byl přiznán z důvodu nemoci očí. Chtěla bych si hledat nějaký přivýdělek, ale nevím, co bych mohla dělat, na jak dlouho denně apod.

Dle přechodných ustanovení čl. XX-VII zákona č. 306/2008 Sb., zákona o zaměstnanosti, nejste osobou, která může pracovat za zcela mimořádných podmínek. Z toho plyne, že pracovat sice můžete, ale vaše zaměstnání by mělo být v rozsahu cca 1/3 plného úvazku. Tedy můžete využít zbytkový potenciál zdravotního stavu.

Jestli práci můžete vykonávat, vám řekne lékař závodní preventivní péče, který konkrétní pozici schvaluje v závislosti na zdravotním stavu zaměstnance.

*PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně*

Odjezd do lázní a PnP

Manželka má odjet s dětmi na měsíc do lázní a je držitelem průkazu ZTP/P na obě děti, kterým jsou čtyři roky. Doslechl jsem se, že příspěvek na péči bychom na tento měsíc neměli dostat. Moc tomu nerozumím, protože manželka tam s dětmi celou dobu bude a na víkendy budou jezdit domů.

Jako příjemce příspěvku musí manželka nebo vy na ÚP nahlásit do 8 dnů, že budete mimo domov nebo mimo místo, kde se péče poskytuje. ÚP tuto skutečnost zaznamená a příspěvek pozastaví. Po návratu z lázní úřad zjistí, zda šlo či nešlo o celý kalendářní měsíc a podle toho buď příspěvek na péči vyplatí, nebo ne.

Je-li však manželka uvedena na ÚP jako pečující osoba, pak se nemusí obávat, protože § 14a zákona o sociálních službách uvádí: „Příspěvek se nevyplácí, jestliže je oprávněné osobě po celý kalendářní měsíc poskytována zdravotní péče v průběhu hospitalizace, to neplatí v případě, kdy je s oprávněnou osobou k hospitalizaci přijata jako průvodce fyzická osoba, která byla uvedena v žádosti o příspěvek, jako osoba poskytující po-

moc.“

Je-li tedy manželka uvedena jako osoba poskytující pomoc, o příspěvek nepřijdete.

*PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně*

Těhotná pečuje o babičku

Moje babička leží v nemocnici již sedm týdnů, nevíme za jak dlouho ji pustí (jedná se o týdny až měsíce) a také v jakém stavu bude. Předpokládám závislost druhého či třetího stupně. Já jsem nyní těhotná, přemýšlím, že jakmile ji pustí z nemocnice, vezmu si ji k sobě domů, aby byla s rodinou. Myslela jsem, že bych šla na rizikové těhotenství, abych se ji mohla věnovat. Někde jsem se dočetla, že pokud je to třetí stupeň, musela bych odejít z práce. Je to tak? Jak by to bylo s druhým stupněm závislosti? Hraje nějakou roli rozdílné místo trvalého bydliště? Nebylo by pro mě finančně výhodnější jít na rizikové těhotenství, vzít si babičku k sobě a o žádný příspěvek na péči nežádat?

V případě, že babička získá příspěvek na péči, můžete o ni bez obav pečovat, a to i v případě, že nebydlíte spolu. Společné bydliště se u péče nijak nevyžaduje. Pokud pečujete o postiženou osobu, tak žádný zákon nezakazuje pečující osobě si k této péči ještě vydělávat jinde. A to ani na hlavní pracovní poměr nebo třeba jako OSVČ. Je zcela jedno, který stupeň PnP babička získá, podstatné je, zda o ni dokážete pečovat a zároveň být na rizikovém těhotenství, posleze na mateřské, rodičovské a pak v zaměstnání. Při poskytování péče je důležité, zda péči adekvátně potřebě postiženého zvládnete. Z uvedeného plyne, že můžete péči o babičku kombinovat s prací, mateřskou apod. Je však třeba brát v úvahu, pokud bydlíte např. 100 km od babičky, že vám žádná kontrola neuvěří dojíždění třikrát denně, abyste jí dala najíst, udělala hygienu apod. To stejné platí, pečujete-li o osobu ve III. nebo IV. stupni závislosti. Těžko budete

kontrolu vysvětlovat, že chodíte na osm hodin do práce a přitom pečujete o babičku, která vyžaduje téměř celodenní dohled a pomoc. Ale ani toto se nevyklučuje, a to v případě, že když péči nezvládáte nebo nestíháte, můžete si zajistit péči na určitou dobu někým jiným. To může být buď registrovaný poskytovatel sociálních služeb, který bude v určitých časech a na určité úkony k babičce docházet, nebo to může být např. soused či známý.

PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně



Nárok na parkovací místo

Mám nárok na vyhrazené parkovací místo před svým panelovým domem? Jsem držitelem průkazu ZTP, byl mi přiznán na základě § 34 odst. 3 zákona 329/2011 Sb. i) těžké postižení pohyblivosti a celkové výkonnosti již při lehkém zatížení při interních a onkologických postiženích. Kde případně mohu o tuto parkovací značku žádat?

Na vyhrazené parkovací místo nemá OZP automaticky nárok, a to ani v případě, že má průkaz ZTP nebo dokonce ZTP/P. Zákon o silničním provozu v § 67 uvádí: „Silniční úřad může na základě žádosti osoby, které byl vydán parkovací průkaz pro osoby se zdravotním postižením, vydat rozhodnutí o zřízení vyhrazeného parkoviště v místě bydliště. Silniční správní úřad vykonává podle jiného právního předpisu dohled nad řádným užíváním vyhrazeného parkoviště.“

Z uvedeného je zřejmé, že úřad může, ale také nemusí vydat rozhodnutí o zřízení vyhrazeného parkovacího stání. To, kdo vyhrazené parkovací stání v obci získá, si obec nastavuje vždy sama dle svých pravidel – obecní vyhláškou. Pokud je v místě dostatek místa a málo aut, může obec vyhrazené stání poskytnout třeba i osobě s průkazem TP. Pokud je však v obci nedostatek parkovacích míst, může obec přidělovat toto místo velmi omezeně, např. jen osobám s průkazem ZTP/P a ještě s potvrzením, že se pohybují na ortopedickém vozíku – je to skutečně rozhodnutí obce.

Informujte se proto na obci, jak to mají ve vyhlášce nastaveno (může to být odbor dopravy, popř. správy majetku, kam mohou komunikace spadat).

PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně



Evidenci na ÚP

Jsem evidovaná jako uchazeč o zaměstnání na ÚP. Pobírám částečný

invalidní důchod a rodiče příspěvek na péči ve výši 800 Kč. Chápali jsme to tak, že na ÚP musí být evidovaní všichni lidé se zdravotním postižením. Jelikož mi zdravotní důvody stále nedovolují ucházet se o zaměstnání, chtěla bych vyškrtnout z evidence ÚP. Na úřadu mi nejsou schopni poskytnout relevantní informace.

Být v evidenci uchazečů o zaměstnání na ÚP je vaše právo, nikoli povinnost. Pokud nechcete, v evidenci být nemusíte. Pobíráte-li I. nebo II. stupeň invalidity, má pro vás význam být v evidenci pouze po dobu pobírání podpory. Pak už jen v případě, že budete chtít rekvalifikaci nebo budete shánět prostřednictvím ÚP zaměstnání.

Jste-li již v evidenci uchazečů o zaměstnání, pak si požádejte písemně o vyřazení dle § 29 zákona o zaměstnanosti.

PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně



Trvalá invalidita II. stupně a nárok na průkaz ZTP

Mám uznanou trvalou invaliditu II. stupně, musím absolvovat posudkové řízení na přiznání průkazu ZTP? Tento průkaz mi byl prvně vydán v roce 2011 s platností do 31. 3. 2015. Posudek o trvalé invaliditě jsem získal až po roce 2011, a to konkrétně 15. 5. 2013. Předpokládám, že v důsledku této skutečnosti se průkaz automaticky prodlouží, tedy že mi bude vydán nový. Na úřadě mi ale sdělili, že musím nárok opět prokazovat před posudkovou komisí (budu čtvrt roku bez průkazu). Je to opravdu nutné?

Úřednice má pravdu. Nárok na invalidní důchod i nárok na průkaz osoby se zdravotním postižením (TP, ZTP, ZTP/P), se posuzují dle odlišných kritérií, a proto musíte podstoupit posudkové šetření skutečně dvakrát. Když má osoba platnost průkazu jako vy, doporučujeme lidem si o prodloužení zažádat s předstihem dvou až tří měsíců právě proto, aby nevznikalo „hluché“ období mezi koncem platnosti a platností novou.

PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně

Poradna NRZP

Na otázky do Vozkvy poradny NRZP odpovídají pracovníci poradny Národní rady osob se zdravotním postižením ČR, regionálního pracoviště pro Jihomoravský kraj.

Na poradnu se mohou obracet se svými dotazy:

- osoby se zdrav. postiž.,
- senioři,
- rodiče dětí se zdrav. postiž.,
- opatrovníci osob zbavených způsobilosti k právním úkonům,
- rodinní příslušníci,
- ostatní pečující osoby,
- další skupiny uživatelů soc. služeb.

Témata otázek, ve kterých poradna bezplatně poradí:

- příspěvek na péči,
- dávky státní sociální podpory,
- dávky a výhody pro zdravotně postižené,
- důchody,
- uzavírání a kontrola smluv o poskytování sociální služby,
- zbavení právní způsobilosti,
- věci související se sociálním zabezpečením.

Kontakty:

☎: 542 214 110, 542 214 111,

SKYPE: poradnabrno

✉: poradnabrno@nrzp.cz

www.poradnazp.cz, www.nrzp.cz

Prac. doba: po, st: 8.30–12, 12.30–17 h; út, čt, pá: 9–12 h.

Adresa pro osobní návštěvy: Cejl 892/32 (u zastávky Körnerova), 602 00 Brno. (1. patro). Plně bezbar. přístup (výtah u zadního vchodu do budovy).

Pracovní doba: po, st: 8.30–12, 12.30–17 h; út, čt, pá: 9–12 h.

Poradci:

Vedoucí poradny Mgr. Radka Pešlová – právnická, poradce Mgr. Eliška Škrancová, poradce PhDr. Leoš Spáčil.

Poznámka redakce Vozky:

Kontakty na poradny v kraji JČ, PLZ, ÚST, LIB, PAR, VYS, JM, OL a MS jsme zveřejnili ve Vozkovi č. 3/2011 (<http://www.vozka.org/odkazy-v-hlavice/jednotliva-cisla/2011/>). Nalézt je můžete také na webových stránkách NRZP – <http://www.nr.zp.cz/>.



Vaříme s Vozkou

Rychle a jednoduše



Pokrmu, jejichž příprava vozičkáři nezabere moc práce a námahy. Uvítáme, když svými recepty přispějete i Vy!

Letní MENU

Léto jak má být, zpívá se v jedné písničce od Karla Zicha. K létu patří plavky, dovolená, voda, ale také hodně slunce a horko, které ne každému z nás dělá dobře. Pak se potíme, vzdycháme a třeba dokonce nemáme moc chuť k jídlu. Zvažujeme, co si dát, abychom moc nezahltili náš žaludek, aby nám nebylo moc těžko. Pokud to s létem máte podobně, zkuste naše dnešní recepty. A pokud to s létem máte jinak, zkuste je také...

Salát k obědu

■ Se sýrem

Cherry rajčátka překrájíme napůl, přidáme na kostičky nakrájenou šunku, plátkový sýr, Lučinu, balkánský sýr a papriky. Osolíme a opepříme. Výborný je zalitý kvalitním suchým bílým vínem.

■ Se semínky

Potřebujete: čtyři rajčata, půl salátové okurky, zelenou papriku, pórek, dva stonky řapíkatého celeru, hrst dýňových semínek, pepř, kmín, 150 g sýru Cottage, trochu zakysané smetany, olivový olej, sůl a ocet.

Všechnu zeleninu nakrájejte nadrobno, osolte, okořeňte a rozmíchejte se sýrem Cottage a smetanou. Zakápněte olejem a octem, posypejte ještě horkými, nasucho praženými semínky dýně.

■ Thajský okurkový

Potřebujete: dvě salátové okurky, snítku čerstvé bazalky, lžici sezamových semínek a sůl.

Na zálivku smíchejte dohromady dvě lžice sójové omáčky, lžici rýžového octa, lžici chilli omáčky, stroužek prolisovaného česneku a lžici sezamového oleje. Nechte chvíli stát při pokojové teplotě, aby se chutě propojily.

Oloupané okurky rozřízněte podélně na poloviny, lžící vyškrábejte vodnaté

vnitřky se semínky, okurky nakrájejte na plátky, vložte je do cedníku a osolte. Nechte asi půl hodiny pouštět vodu. Otrhejte lístky bazalky, větší natrhejte na menší kousky. Rozpalte pánev a na sucho asi půl minuty pražte sezamová semínka, dokud lehce nezhnědnou a nezačnou vonět. Vykapané okurky osušte papírovým ubrouskem. Přidejte bazalku a smíchejte se zálivkou. Podávejte posypané sezamovými semínky.

■ Salát Bloody Mary

Potřebujete: čtvrt kila cherry rajčátek, stroužek drceného česneku, lžici vodky, lžici olivového oleje, lžičku strouhaného křenu, šťávu a kůru z jednoho citronu, lžičku tabasco, 50 g nakrájených oliv, dva stonky nakrájeného řapíkatého celeru, 100–150 g sýru s modrou plísní, sůl a černý pepř.

Ve středně velké míse smíchejte na půlky překrojená rajčátka, česnek, vodku, olej, worchester, křen, citronovou šťávu s kůrou a tabasco. Důkladně promíchejte, aby rajčata byla pokrytá marinádou. Zakryjte a nechte marinovat v lednici až dvě hodiny. Na velký talíř nebo nízkou mísu nakrájejte nebo nalámejte modrý sýr. Na něj pak rovnoměrně rozložte rajčatovou směs a pokapejte zbývajícím marinádou z mísky. Navrch salátu rozložte nakrájené řapíky celeru, lístky celerové natě a nakrájená kolečka z oliv. Dochuťte solí a pepřem. Je jasné, že tento salát nebudete nabízet dětem.



Rajčata plněná špenátem

Potřebujete: dvanáct menších rajčat, půl kila špenátu, cibuli, 50 g olivového oleje, jedno vejce, 10 dkg sýra (eidam, tofu, kozí, balkán) a sůl.

Z rajčat odřízněte vršky a vydlabejte střední část. Špenát uvařte ve vodě a pomelte nebo nasekejte. Na polovině oleje osmažte cibulku, přidejte posekaný odkapaný špenát a vnitřky rajčat, odpaňte a do částečně prochládlého špenátu vmíchejte vejce, polovinu sýra a dochuťte solí. Směsí naplňte rajčata, rozložte je do pekáčku vymazaného olejem, posypejte zbytkem sýra, zakápněte olejem, trochu podlijte vodou a zapečte. Podávejte s opečeným toustem.

Zeleninové polévky, jak je moc neznáme

■ Lilková polévka

Potřebujete: dva až tři lilky, čtyři lží-

ce olivového oleje, větší cibuli nakrájenou na jemné kostičky, čtyři stroužky česneku na plátky, 450 g masitých rajčat (nebo konzervu krájených či celých), sůl, mletý pepř, čerstvou bazalku, 80 g strouhaného parmezánu na servírování.

Předehřejte si troubu na 220 °C. Lilkům odřízněte stopku, rozpulte je podélně na půl. Ostrým nožem vytvořte opatrně hluboké řezy, aby tvořily mřížku na každé polovině, ale dejte pozor, abyste nenarušili slupku. Pokapejte olejem, posolte a dejte péct do trouby na 30 minut.

Mezitím ve velkém hrnci rozehejte zbývajícím olej, na něm orestujte cibulku, přidejte česnek a minutu restujte. Lžící vydlabejte dužinu lilků, přidejte k cibulce, slupky vyhoďte. Přidejte hrubě nakrájená rajčata, vodu, osolte a přiveďte k varu. Takto jemně vařte přiklopené 20 minut. Na závěr přidejte čerstvou bazalku podle chuti a polévku rozmixujte ponorným mixérem. Servírujte s parmezánem, případně s krutóny.



■ Polévka ze zeleného chřestu

Svazek zeleného chřestu (odkrojte dřevnaté konce) vařte pět minut v horké osolené vodě, pak nakrájejte na kousky. Odříznuté hlavičky si ponechte bokem. Kousky chřestu (ne hlavičky) osmažte na jarní cibulce, podlijte čtyřmi dcl vývaru z chřestu a deset minut vařte.

Ve 200 ml sladké smetany rozšlehejte dva žloutky, vmíchejte do chřestového základu a povařte sedm minut. Rozšlehejte ponorným mixérem, dochuťte solí a troškou strouhaného muškátového oříšku. Na závěr vmíchejte hlavičky chřestu. Na talíři pak zalijte troškou smetany.

Jahody se šlehačkou trochu jinak



Jahody omyjte, odstraňte zelenou stopku a seřízněte špičky. Na větší část nastříkejte kopeček domácí šlehačky, přiklopte vrškem jahody a udělejte šlehačkovou bambuli.

Očička můžete udělat z kousků čokolády.

Zdroj: iprima.cz, recepty.cz, empatia.cz, kitchenette.cz

Dobrou chuť přeje Blanka!

Arteterapie pro zdraví i pro radost

Letní hrátky v přírodě

Letní procházky patří k těm nejpříjemnějším chvílím, vydejte se na ně jen s lahví vody nebo zvolte směr špacíru k nějakému hodně pitnému pramenu. A nespěchejte – po cestě se zastavte u rozkvetlé louky a pokochejte se tisíci vůněmi, mnoha a mnoha barvami a třeba i zvuky, které k vám do paneláků nechodí. Dejte mysl i tělu spočinout a vraťte se do dětství, kdy jsme zdobili vše, co se ozdobit jen dalo. Můžete poslat své dítě či vnouče nebo přítele natrhat luční květy a spolu si upleťte věneček.

Můžete si ho pak vložit do vlasů, ženy se mohou cítit jako princezna, muži jako princ, a až dojdete k pramenu, dejte mu svobodu a pošlete ho po vodě...

Zažijete hezký letní den, můžete ho sdílet s dětmi nebo jen tak s přáteli. A navíc si procvičíte jemnou motoriku...

Věneček z lučních květin

Dnes to vyzkoušíme z pampelišek, však je to asi nejznámější „věnečkomilná“ rostlina.

Ke spletení věnce potřebujeme květiny s dostatečně dlouhými stonky. Vezměte si dvě a dejte je křížem přes sebe.



Stoněk vrchního květu ohněte za ten spodní a vraťte stoněk mezi květy zpět dopředu. Oba stonky pak spojte v ruce k sobě.



Zleva pak přiložte další květinu a opakujte postup – ohněte stoněk dozadu za již zapletené květy a stoněk vraťte mezi přiloženou a hned vedle ležící květ.



Připojujeme další a další květy, takto postupujeme stále dokola, až máme dostatečně dlouhý věneček.



Zakončete buď spojením obou konců provázek, nebo spojte oba konce tak, že přiložíte květ a než ohnete stoněk, přidejte začátek věnečku a stoněk propleťte mezi. No prostě to trochu propleťte, aby to drželo...

Nemusíte se držet jednoho druhu květů, věnečky jsou krásné, když se velikostí či barvou květy střídají, a když už budete na louce, můžete si natrhat i několik květin spolu se zajímavými druhy trav a dát je doma do vázy. Budou vám ještě řadu dnů připomínat krásný výlet...

Zdroj: svetkoralku.mimishop.cz,
minibazar.cz, martinazimova.cz

Připravila Blanka Falcnková



Kvíz

Ze světa vynálezů a technických kuriozit

1. Švýcar Georges de Mestral je vynálezcem suchého zipu. Jak na tento jednoduchý systém přišel?

- Manželé de Mestralovi měli úžasný vztah. Za mlada vousatý inženýr Georges de Mestral políbil svou ženu Lindu láskyplně na rameno, které však měla Linda zahalené krajkovou šálou. Georges se ke krajce „přilepil“ a nápad na suchý zip byl na světě.
- Georges si vyšel se svým psem na procházku. Nápad na suchý zip se zrodil v okamžiku, kdy vynálezce obíral ze svého oděvu a z kožichu psího kamaráda lopuch plstnatý.
- Služka u de Mestralových vytahovala naškrobené záclony na dřevěný rám a používala přitom spoustu malinkatých háčků, aby záclonu v krajích nepoškodila. A i když byla záclona velká, těžká a naškrobená – právě hodně malinkých háčků ji v rámu dobře udrželo. George napadlo, že by to mohlo fungovat i jinde.

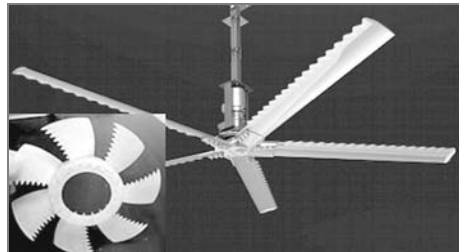


2. Firma WhalePower se sídlem v Ontariu vyrábí čepele ventilátorů s hrboly, které rozpohybují o 25 procent vzduchu víc než ventilátor se standardními čepelemi, přičemž na to spotřebují o 20 procent méně elektrické energie. Ventilátory se používají ve větracích systémech, v klimatizačních zařízeních, počítačových serverech a na větrných farmách. Jak přišli na čepele s hrboly, když dosud panovalo domněnání, že hladká čelní hrana omezuje odpor?

- Montážní dělník omylem namontoval čepele obráceně, na jedné straně byly hladké a na té druhé, která původně patřila „dozadu“, byly nerovné, hrbolaté. Při výstupní kontrole a zkoušce se ale zjistilo, že má mnohem lepší parametry, než kdyby dělník pracoval pozorně a namontoval ji podle zadání.
- Dodavatelská firma chtěla ušetřit – dodala materiál, který měl závadu. Tak se stalo, že namontované čepele

do ventilátorů na jedné straně zhrbolatěly. Při spuštění ale měly vyšší výkonnost, a proto výrobce ventilátorů změnil výrobní postupy.

- Pensylvánský biolog Frank Fish upozoroval, že velryba má hrboly na „nesprávné“ straně ploutví, totiž na předním okraji, což rybě usnadňuje vynořování i zvyšuje výkonnost.



3. Rychlovlaky Šinkansen sviští rychlostí 300 kilometrů v hodině. Když ale při zkouškách souprava vjela vysokou rychlostí do úzkého tunelu, vlny atmosférického tlaku způsobily ohlušující ránu. Konstrukteři prodloužili přední část vozíku. Proč?

- Konstruktor Ejdži Nakacu (a nadšenec pro ornitologii) vyzpozoval u leďnáčků, že se jim daří náhle změny odporu vzduchu překonávat – ze vzduchu, který klade nízký odpor, se noří do vody jen s malým šplouchnutím. Použil jako vzor jejich prodloužený zobák.
- Konstruktor Ejdži Nakacu (a nadšenec pro estetiku) rozhodl, že je to prostě hezcí.
- Tyto moderní vlaky jezdí na všech možných drahách po celém Japonsku, i tam, kde v zimě zemi pokrývá silná vrstva sněhu a ledu. Špičatý předek vozu tak má funkci podobnou přídí ledoborce – rozrážet sníh pro hladké projetí vlaku.

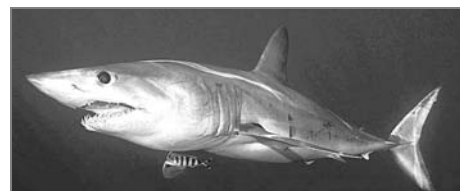


4. Profesor Anthony Brennan zjistil u žraloků mikroskopické ozubení šupin, což znemožňuje řasám a bujícím usazeninám, aby se na něm uchytili. Žraločí šupiny se staly vzorem pro patentování technického řešení. Jakého a proč?

- Sharkknife – americký úřad pro vojenskou techniku tento poznatek použil pro zlepšení armádní výbavy, konkrétně pro novou úpravu vojenských nožů – zvyšuje se ostrost, snižuje na minimum možnost ztupení nožů. Jde vlastně o nezničitelný nůž.

- Sharklet – úprava povrchu, který ve srovnání s hladkými plochami redukuje usazování o 85 procent. To také omezuje šíření nebezpečných bakterií, proto je vzor aplikován i na fólie k pokrytí infekčně nejrizikovějších míst, např. zábradlí lůžek, ovládacích panelů u postelí nebo podnosových stolků.

- Sharkpotencial – toto zjištění dosud čeká na své využití. Patentový úřad ale upozorňuje na žraločí právo veta pro použití tohoto patentu.



5. Architekt Mick Pearce dostal za úkol navrhnout pro své rodné město Harare v Zimbabwe budovu, v níž by se udržoval chládek i bez klimatizace, která je nákladná na instalaci i údržbu a náhradní díly se navíc musí dovážet. Co ho inspirovalo?

- Pearce se nechal poučit od termitů, ti totiž chladí svoje hnízda z bláta pomocí systému zachycujícího vánek u paty stavby. Pearce proto použil ventilátory nasávající svěží vzduch v atriu budovy, pak ho ženou vzhůru dutinami pod podlahou a odtamtud průduchy v podlahových lištách až do kanceláří. Výdaje za elektřinu na klimatizaci se snížily na desetinu, konstrukce spotřebuje o 35 procent méně energie než šest běžných hararských budov dohromady.
- Pearce použil zákony termodynamiky, kdy teplo stoupá nahoru a uvolňuje místo studenému vzduchu. Klimatizace je tak v jím navržených budovách zcela zdarma. Jen v případě, že je bezvětrí, musí v budově použít přídatné motorky na rozpohybování vzduchu zdola nahoru.
- Pearce zjistil u starých evropských kamenných budov, že mají malá nebo žádná okna, proto navrhl budovu takto založenou. Aby se náklady dostaly na minimum, do hliněných základních materiálů se drtí kámen, aby se mohla budova formovat a stavět co nejrychleji.



Odpovědi: 1b, 2c, 3a, 4b, 5a.

Připravila Blanka Falcníková

Datum	Akce, místo	Pramen - str.	Pořádá, informace
OPAKUJÍCÍ SE AKCE			
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, gigi.vilik@centrum.cz
úterky, čtvrtky 14.30–16 h	Florbal na mech. vozících – tréninky, tělocvična školy prof. Matějčka, 17. listopadu, Ostrava-Poruba	V 2015/1–39	renna@centrum.cz, www.fbc-abak-ostava.cz.
středy	ELIM - Klub seniorů , ELIM, 28. října 148, Ostrava	Slez.diakonie	CPKP, Maňásková Dagmar, 596 138 006
čtvrtky	Vozíčkářské ragby , tělocvična VSZŠ, Ostrava-Mar. Hory, tréninky pro členy SKO a zájemce o pohyb.	SKO	SKO – Sportovní klub Ostrava, M. Hüner, 595 781 901
celoročně	TJ Baník Ostrava, sportování s postižením – tréninky, soutěže: volejbal, tenis, stolní tenis, kuželky.	Vozka 11/4 – 48	Zájemci se mohou hlásit předsedovi klubu p. Kožušníkovi, 732 937 989.
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 čtvrtky 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@prorodiny.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. postiž., Syllabova 19, Ostrava-Zábřeh	CRSP	Centrum pro rodinu a sociální péči, brana@prorodiny.cz, 552 301 408, 774 244 081
1×měsíc (Paraple); víkendy (Plzeň)	Taneční workshopy pro vozíčkáře , Paraple Praha; Plzeň.	Vozka 14/2 – 4	HenrichovaM@seznam.cz, www.skvp Praha.org /tanec, www.vozejkov.cz
9–6 měs. Po–Pá: 6–8, 18–20 h, So: 9–13 h	Bazén s bazénovým zvedákem . Areál Střední školy prof. Zd. Matějčka, Ostrava-Poruba.	Vozka 14/2 – 4	Bazén: tel. 596 909 276
JEDNORÁZOVÉ AKCE r. 2015			
V průběhu roku	Celoroč. akce AZP Kopřivnice	Vozka	AZP Kopřivnice, http://azp.webnode.cz
V průběhu roku	Celoroč. akce o. s. JITRO Olomouc – sdružení rodičů a přátel postiž. dětí	Vozka	JITRO, www.jitro-olomouc.cz, 585 425 781
V průběhu roku	Celoroč. akce Spolku Trend Vozíčkářů Olomouc	Vozka	Trend Vozíčkářů Olomouc, 585 431 984, 582 777 702, www.trendvozcikaru.cz
V průběhu roku	Celoroč. akce a pobyty centra Dům rodin Smečno (pro děti se spinální svalovou atrofií)	Vozka	Dům rodin Smečno, www.dumrodin.cz, 312 547 075
V průběhu roku	Celoroč. sportovní aktivity Sport. klubu vozíčkářů Praha – www.skvp Praha.org	Vozka	SKV Praha, predseda@skvp Praha.org, www.skvp Praha.org
V průběhu roku	Celoroč. sport. aktivity SKV Ostrava (stolní tenis)	Vozka	SKV Ostrava, www.skvostrava.cz
Postupně od dubna do 18. 10.	Kurzy sdružení občanů Exodus (výtvarné, relax., poznávací, výtvarné, digit. foto, tvořivé, sportovně adrenalinové, designové), Třemošná	V 2015/1–4	Sdružení občanů Exodus, Třemošná pacakova@exodus.cz, 605 053 226
červenec–srpen, 9. 8.	Horské výstupy pro vozíčkáře s šerpy Šikuly : Lysá hora, Rysy, Sněžka, Mont Blank	V 2015/1–52	Zdeněk Pácha, 732 875 199 (558 644 163), zdenekpacha@seznam.cz
1.–12. 7., 12.–25. 7., 9.–25. 7., 25. 7. – 1. 8.	Letní tábory a ozdravné pobyty dětí a pobyty rodičů s dětmi v Lipance , Lipová – lázně, Jeseníky	www.vozka.org	CID, o. s., 224 817 724, 775 937 707
16.–19. 7.	Colours of Ostrava , multižánrový mezinárodní hudební festival, Dolní oblast Vítkovice, Ostrava	V 2015/2–34	731 932 768, http://www.colours.cz/
24. 7. – 31. 8.	Individuální dovolená u Jader. moře , bezbar. hotel Dom paraplegiků, letoviště Pacug u Portorože, Slovinsko	V 2015/1–50	Zájemci o rezervaci, info: vozejkov@czepa.cz
25. 7.	HANDICUP 2015 : užíjte si sportovní happening	www.vozka.org	www.rungorun.cz
5.–9. 8.	Vodácká akce na pohodové Ohři , akce SKV Praha	www.vozka.org	krunclova@skvp Praha.org, 777 256 053
19.–23. 8.	S handbiky a rodinkami k Rozkoši , akce SKV Praha	www.vozka.org	krunclova@skvp Praha.org, 777 256 053
28.–30. 8.	Víkend v lanovém centru , akce SKV Praha	www.vozka.org	krunclova@skvp Praha.org, 777 256 053
9.–13. 9.	S handbiky po dunajské cyklostezce , akce SKV Praha	www.vozka.org	krunclova@skvp Praha.org, 777 256 053
16.–18. 10.	Život bez bariér Ostrava – výstava, zaměřená na seniory a osoby s handicapem. Nabídka sociálních a asistenčních služeb, úprav bydlení a vozidel, možností trávení volného času a cestování, Výstaviště Černá louka Ostrava		Výstaviště Černá louka Ostrava, http://www.cerna-louka.cz
21.–24. 10. 2015	REHAPROTEX , veletrh rehabilitačních, kompenzačních a protetických pomůcek a MEDICAL FAIR , veletrh zdravotnické techniky a zdraví, Brno	V 2015/2–5	Veletrhy Brno, a. s., Brno, 541 151 111, http://www.bvv.cz/
7. 11.	Vystoupení tanečního oddílu SKV Praha , na florbal. turnaji firem, Praha	V 2015/1–32	www.skvp Praha.org, tanec@skvp Praha.org

Informace jsou přebírány jednorázově z uvedených zdrojů a není záruka jejich aktualizace

Pozvěte ostatní vozíčkáře na Vaše akce! Zašlete informace do Vozkova Kalendária!

INZERCE

Soukromou inzerci si můžete
podat také na webu Vozky
www.vozka.org

PRODEJ

• Prodám vůz Toyota Yaris 1.0 VVT-i MMT – manuál + automat + ruční ovládní, r. výr. 2004, 77 tis. km, nebouraný, 1. majitel. Malý úsporný a spolehlivý vůz, výborný pro město. Vhodný pro osoby s postiž. DKK: plyn – kroužek pod volanem, brzda – páka na pravou ruku. Cena: dohodou. Kontakt: tel. 723 317 931, e-mail: jaroslav.jancarik@gmail.com, Zlínský kraj.



• Prodám auto Fabia Sedan s úpravou pro ruční řízení. Tažné zařízení. Cena dohodou. Kontakt: Luděk Silovský, Velký Bor 113, 341 01 Horažďovice. E-mail: silovsky@pronap.eu, mobil +420 724 007 915.

• Prodám Volkswagen Caddy maxi s úpravou pro invalidy. 77 kW, 177 tis. km, 5/2009, 6 rychlost. stupňů, automat. převodovka, ABS, autorádio, centrální zamyk., dálk. centrální zamykání, klima, deaktivace airbagu spolujezdce, el. ovládní oken, imobilizér, nastavitelná sedadla, výškově nastavitel. sedadlo řidiče, nastavitelný volant, originál autorádio, posilovač řízení, tónovaná skla. Na vozidle namontována schválená nájezdová rampa a stání na vozík pro tělesně postižené s možností uchycení pomocí bez-

Už jste uhradili předplatné Vozky?

Pokud si nejste jisti,
kontaktujte redakci:
tel. 596 783 174
(10–17 h)

Vozka má od r. 2013
nový účet:
256261415/ 0300

pečnostních pásů. Počet míst 5 + 1 osoba na vozíku. Cena: 279 000 Kč (možnost odpočtu DPH). Tel.: 602 703 037.



SEZNÁMENÍ

• Je mi 49 let a po mozkové příhodě jsem zůstal na invalidním vozíku. Jsem zcela soběstačný, takže rozhodně nehledám ošetřovatelku. I když mám o dvě kola víc, jsem optimista. Mám rád život. Dovedu si vážit věcí, které možná ostatním přijdou obyčejné a všední. Bydlím

Přihláška k odběru magazínu VOZKA

Přihlásit se můžete

- telefonicky:
- tel. redakce: 596 783 174, 10-17 h,
- tel. vydavatele, Ostravské organizace vozíčkářů o.s.: 596 786 353 (8-13 h)
- e-mailem: sefredaktor@vozka.org (redakce)
- dopisem: adr. Redakce Vozka, Petr Dzido, Tylova 4, 700 30 Ostrava 30
- více informací: www.vozka.org

Při přihlášení uveďte: Vaši celou adresu a telefonní číslo.

- Roční předplatné: minimálně 160,- Kč/rok/4 čísla.
- Při přihlášení v průběhu roku: částka podle počtu nevydaných čísel.
- Číslo účtu pro platbu: 256261415/0300,
- specifický symbol: 201
- variabilní symbol: VAŠE TELEFONNÍ ČÍSLO
- zpráva pro příjemce: „VOZKA“, „Jméno a město předplatitele“
- Na požádání Vám můžeme zaslat poslední již vydané číslo (pokud je skladem).

VOZKA

Kaleidoskop informací
pro vozíčkáře

O vás. pro vás. s vámi

v Českém Těšíně. Hledám ženskou, která mě bude mít ráda takového, jaký jsem, která má ráda procházky, výlety a humor. Pokud někde jsi, ozvi se. Kontakt: leszek.q@seznam.cz.

VOZKA

Magazín
o životě
a pro život
na vozíku

Rady,
inspirace
a motivace

www.vozka.org

Vydává: Ostravská organizace vozíčkářů o. s., Horymírova 3054/121, 700 30 Ostrava 30, www.vozickari-ostava.cz, tel. 596 786 353, IČO: 66933579 ■ **Magazín Vozka**, č. ú.: 256261415/0300; internet: www.vozka.org ■ **Objednávky, inzerce** (redaktor, grafika, sazba, správa webu): Ing. Petr Dzido (dz), 596 783 174 (10–17 h); dzido.petr@vozka.org ■ **Redakce – šéfredaktor, vedoucí vydání, styk s dopisovateli:** Pavel Plohák (pp), tel.: 595 545 083, sefredaktor@vozka.org, Dolní 87, 700 30 Ostrava 30 ■ **Redaktoři:** Mgr. et Mgr. Blanka Falcníková (bf), Ing. Jiří Muladi (di), Hana Klusová (hk) ■ **Stálí dopisovatelé:** Miroslav Filipčík (mf), Josef Procházka, Michal Pospíšil, Věra Schmidová, Monika Henčlová, PhDr. Miroslav Valina, Mgr. Milan Linhart ■ **Administrativní spolupráce:** Marie Báňová ■ **Náklad** 1 100 ks ■ **Vychází** 4× ročně v Ostravě ■ **Cena předplatného:** (minimálně) 160 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 vhodné s názory redakce a vydavatele ■ **Zařazování příspěvků** je výhradně na rozhodnutí redakce. Redakce si vyhrazuje právo redakčně upravit externí příspěvky. ■ **Vydáno za finanční podpory:** Ministerstva zdravotnictví ČR, Magistrátu města Ostrava ■ **OSTRAVA!!!** Nadace ČEZ, NADACE AGEL, Nadace Jedličkova ústavu, Měst. obvodů Ostrava-Jih a Mar. Hory a Hulváky 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.

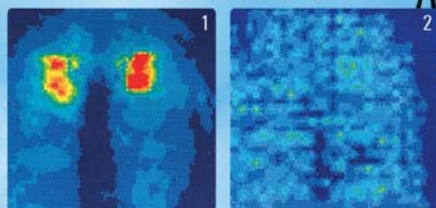
Ocenění redakce: Výroč. cena ministra zdravotnictví ČR za práci ve prospěch zdravot. postiž., Stříbrný kámenek Ostravské radnice a Asociace Trigon za nápaditou zpravodaj. a publicist. činnost, III. cena Vlád. výboru pro ZP za publicist. dílo zaměř. na problematiku zdravot. postiž. v kat. tisk. prací, Cena novinářů redakce zpravodaje Ostravská radnice a Centra pro komunit. plánování MS kraje za šíření informací o životě seniorů a zdravotně postižených.

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

INVA CAR

český
výrobek

Úpravy vozidel pro ZTP



>> Vyzkoušejte si úpravu z pohodlí vašeho domova <<

ukázkové
vozidlo

www.invacar.cz

Tel. 383 388 186
Mob. 775 677 603

Průmyslová 464, Katovice 387 11, E-mail: info@invacar.cz

ÚPRAVY AUTOMOBILŮ PRO TĚLESNĚ HANDICAPOVANÉ



Předváděcí jízdy

Vyrábíme a montujeme:

Elektrickou spojku - vylepšená funkčnost -
možnost individuálního nastavení.

Brzdu a plyn /páčka/.

Další úpravy dle dohody.

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

TŘÍKOLKY PRO DOSPĚLÉ

- standart, s třístupňovou převodovkou,
možnost doplnit i elektromotor, úpravy
dle přání zákazníka.

Možnost náhradního plnění.



Informace:

META Plzeň s.r.o.

Hřbitovní 31, 312 00 Plzeň

tel: 377 686 725

E-mail: metaplzen@volny.cz

www.metaplzen.cz



REHAPROTEX

Veletrh rehabilitačních, kompenzačních a protetických pomůcek

- Pomůcky pro chůzi, pohyblivost a dopravu
- Ortopedické a kompenzační pomůcky
- Nábytek, vybavení a zařízení pro tělesně postižené
- Pomůcky a přístroje pro sluchově, zrakově a mentálně postižené
- Pomůcky a přístroje pro postižené vnitřními poruchami
- Rehabilitace, rekondice, zdravý životní styl
- Péče o nohu
- Poradenství, organizace, instituce
- Sociální péče

Společně s:



Veletrh zdravotnické techniky a zdraví

21.–24. 10. 2015
Brno – Výstaviště



Central
European
Exhibition
Centre

BVV

Veletrhy
Brno

JP SERVIS

ČINNOST JP SERVISU JE ZAMĚŘENA NA INDIVIDUÁLNÍ ÚPRAVY AUTOMOBILŮ
PRO OSOBY TĚLESNĚ POSTIŽENÉ, VYŽADUJÍCÍ PRO SVOJI MOBILITU (SAMOSTATNOST)
SPECIÁLNÍ PODMÍNKY + DOPROVODNÝ PROGRAM PŘÍMO SOUVISEJÍCÍ S TOUTO OTÁZKOU



Kompletní sortiment francouzské firmy **SOJADIS** (Elektronické ovládání plynového pedálu, Multifunkční ovladače na volant, ...)
Nakládání a kompletní řešení přepravy invalidních vozíků 1-180 kg! od profesionálů **Harmar AMERICA'S LIFT LEADER**
Laminované a 3D samolepky - Individuální výroba samolepek a polepů vozidla

Jsme schopni navrhnout a realizovat jakékoli úpravy vozu
(jsou-li možné na daném typu vozu) dle přání majitele tak, aby ovládání
a užívání vozu bylo co možná nejpohodlnější a nejbezpečnější

www.jpservis.eu

+420 606 613 239

Kompletní úpravy automobilů pro tělesně postižené osoby
Odvoz vozidla k úpravě a zpět je zajišťován vlastním odtahovým speciálem po celé ČR
18 let profesionální práce v oboru



Jan Píbal - JP SERVIS, Na Městečku 137, Štětěň, 387 51,
provoz: +420 383 393 249, mobil: +420 606 613 239, url: www.jpservis.eu, e-mail: info@jpservis.eu
Oficiální partner zajišťující přestavby vozů pro program OPEL HANDYCARS

 OPEL
HANDYCARS
www.opel-handycars.cz