



TEST VOZIDLA:
Opel Meriva

PŘEDSTAVUJEME:
Neurorehabilitační klinika AXON

CESTOVÁNÍ:
Karavanning a vozičkář? Jde to...

RADY, INSPIRACE A MOTIVACE • WWW.VOZKA.ORG

4/2015

Rybaření na vozíku

VOZKA

Poštovní
poukázka

16. prosince 2015

MAGAZÍN O ŽIVOTĚ A PRO ŽIVOT NA VOZÍKU

Ročník XVIII.



Jindřich Štreit: Zajímá mě vztah rodičů k handicapovaným dětem – str. 53



- **BILÁ HOĽUBICE UVÁDÍ: CIRKUS**
- **ŽIVOT BEZ BARIÉR: VÝSTAVA PLNÁ INSPIRACÍ PRO LIDI S POSTIŽENÍM**
- **ORIGINÁLNÍ DĚTSKÁ HŘIŠTĚ NEJEN PRO VOZÍČKÁŘE**

Foto: Jiří Muladi



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

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

AL podlahový systém + univerzální sedadla s integrovaným bezpečnostním pásem ▶



Kompletní úpravy automobilů pro tělesně postižené osoby
Odvoz vozidla k úpravě a zpět je zajišťován
vlastním odťahovým speciálem po celé ČR
18 let profesionální práce v oboru

Jan Píbal - JP SERVIS www.jpservis.eu +420 606 613 239
Oficiální partner zajišťující přestavby vozů pro program OPEL HANDYCARS



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





Letem světem

Nová cyklostezka přátelská vozíčkářům

Středočeský kraj financoval vybudování speciální cyklostezky se zvláštním povrchem vhodným i pro vozíčkáře. Úsek otevřený 20. října je dlouhý přes čtyři kilometry a spojuje Trhový Štěpánov, RÚ Kladruby a obec Tehov. Na trase cyklostezky projektanti umístili několik laviček a informačních tabulí speciálně uzpůsobené tak, aby informace byly snadno viditelné pro turisty na handbicych a ortopedických vozících. Projekt stál celkem 15,5 milionu korun, z toho 6,6 milionu korun zaplatila EU.

Dráhy nabídnou 4 656 bezbariérových spojů

Český národní železniční dopravce nabídne cestujícím odkázaným při pohybu na ortopedický vozík v novém Jízdním řádu 2016 již 4 656 bezbariérových spojů. Je to nejvíce vlaků bez bariér v historii železniční dopravy u nás. K zajištění přeprav cestujících na vozíku bude sloužit více než 600 bezbariérových vozů a jednotek. Velké množství z nich je vybaveno také elektrickými zásuvkami 230 V, klimatizací nebo Wi-Fi připojením k internetu.

ČSSZ: informace dostupné snadno a zdarma

Nový portál, který zdarma zpřístupňuje všem uživatelům statistická data, spustila od listopadu Česká správa sociálního zabezpečení (ČSSZ). Na adrese <https://data.cssz.cz/> se zájemci dostanou ke statistickým údajům týkajícím se především důchodů. Informace jsou k dispozici ve strojově čitelné podobě. Portál otevřených dat ČSSZ umožňuje vyhledávat datové sady, seznámit se s jejich katalogizačními záznamy a dokumentací.

Expedice hledala pacienty s RS

Přesně 16 dní, 16 zastávek, 16 set kilometrů, 16 tisíc kroků – to byla expedice *Hledá se 16 tisíc*, která začínala svou pouť 28. září. Expediční auto s posádkou v podobě fyzioterapeutů, dobrovolníků z Nadačního fondu IMPULS, pacienta

Aleše Zajíčka a propagátora cvičení lidí s RS Romana Kvapila dorazila 13. října do Prahy a slavnostně expedici ukončila. Měla za úkol pozvat pacienty s RS, jejich známé, příbuzné i širokou veřejnost na 24hodinový *Maraton s roztroušenou sklerózou*, který se bude konat 4. a 5. března 2016. Více na www.nfimpuls.cz.

Nebýt sám: první online mezigenerační seznamka

Život 90 a portál www.seniorum.cz spouštějí první mezigenerační seznamku v Česku. V rámci informační kampaně *Babička je lepší než auto* upozorňují na zásadní místo, které mají prarodiče v životě rodiny, a otevírají novou cestu, jak se senioři a rodiny mohou najít. Na seznamce portálu pro seniory www.seniorum.cz, který Život 90 provozuje, je totiž poptávka po mezigeneračním seznámení desetkrát vyšší než v ostatních kategoriích.

SKV Praha připravil katalog sportovních organizací pro vozíčkáře

Sportovní klub vozíčkářů Praha dal dohromady on-line katalog sportovních organizací pro vozíčkáře. Jsou v něm připravené formuláře pro doplnění či doporučení dalších organizací, proto o nich neváhejte informovat své sportovní přátele nebo zájemce o sport na vozíku!

Katalog je k dispozici na www.skvp.raha.org pod sekci Sporty jinde. Záložky jsou orientovány nejen podle druhů sportů vhodných pro vozíčkáře a v této oblasti fungujících organizací, ale i podle konkrétních regionů České republiky. Katalog sportovních organizací podpořilo Ministerstvo zdravotnictví ČR.

Konto Bariéry spustilo vlnu dárcovství

Konto Bariéry, které přes 20 let pomáhá lidem s handicapem, zahájilo fungování online platformy Dobrobot.cz. Principem je myšlenka, že každý den je šance udělat něco malého jinak. Dobrobot.cz vyzývá k hledání kreativního způsobu, jak ušetřit nebo vydělat 30 korun, a jeho sdílení s ostatními. Dopřát si o šálek kávy méně, dát si hamburger bez hranolků nebo překvapit přítelkyni o trochu menší květinou.

Na webu Dobrobot.cz se lze připojit k již existující výzvě, nebo si vymyslet způsob vlastní. Každý uživatel je poté vyzván, aby ušetřených 30 korun věnoval pomocí DMS na podporu dobré věci. Platforma je propojena sociálními sítěmi Facebook, Instagram a YouTube.

(bf)

Obsah čísla

ZPRAVODAJSTVÍ	1–8
SOCIÁLNÍ SLUŽBY.....	9–15
DOPRAVA	11–12
VZDĚLÁVÁNÍ	16–18
ASISTENČNÍ PES	17
ZDRAVOTECHNIKA	19–24
BYDLENÍ	25–27
ZDRAVOTNICTVÍ	28–31
KULTURA	32–37
SPORT	38–41
Z HISTORIE	41
CESTOVÁNÍ, POBYTY	42–49
MOTORISMUS	48–51
VZTAHY, LIDÉ	52–60
LITERÁRNÍ DÍLNA	58–59
PORADNA	61–65
VĚDA A TECHNIKA	66
VOLNÝ ČAS	67–69
INZERCE, VZKAZY, TIRÁŽ	70

VÁNOČNÍ ANKETA	57
JAK UHRADIT PŘEDPLATNÉ.....	6

Přílohy

BAREVNÁ REKLAMNÍ PŘÍLOHA
VÁNOČNÍ POHLEDNICE
PENĚŽNÍ POUKÁZKA

Osobnosti

Doc. MUDr. Ivana Štětkářová, CSc., * 11. 3. 1963.

Přednostka Neurologické kliniky 3. lékařské fakulty UK a FN Královské Vinohrady v Praze a vedoucí zdejšího Komplexního centra pro léčbu spasticity i Centra pro diagnostiku a léčbu roztroušené sklerózy.

Věnuje se problematice spasticity, neurorehabilitace a neurofyziologie. Byla u zrodu využití metody magnetické stimulace ve výzkumu i v praxi. Od r. 2004 prosazuje projekt léčby těžké spasticity intratekálním baklofenem a v současné době je hlavní specialistkou ČR na tuto léčbu. Dále se zabývá problematikou roztroušené sklerózy, neuromuskulárních chorob, vertebrologie a chronické bolesti.

Zdroj: <http://zdravi.e15.cz/>

Z myšlenek moudrých

„Největším štěstím v životě člověka je vědomí, že nás někdo miluje proto, jací jsme, nebo spíše přesto, jací jsme.“

Romain Rolland

Editorial

To jim opravdu není hanba?



Srdceryvné obrázky a příběhy z imigrantské vlny, která zachvátila Evropu, rozdělují naši společnost a leckteré tábory diskutérů rozpalují do běla. Ale nechci zde rozebírat skutečné pří-

činy této humanitární krize, ani odpověď na klasickou otázku: „Cui bono?“ (Komu to prospívá?)

Chci poukázat na fakta a souvislosti, které se týkají těch nejpotřebnějších v naší společnosti: lidí s postižením a těch, kteří se o ně starají.

Předseda Národní rady osob se zdravotním postižením Václav Krása jednal s představiteli vládní koalice o zvýšení příspěvku na péči a má tento poznatek: „Především ministr Andrej Babiš trval na tom, že nelze zvýšit příspěvek o deset procent od 1. 7. 2016. Valorizace příspěvku na péči se tedy plánuje ve dvou etapách, to je o pět procent od 1. 7. 2016 a o dalších pět procent od 1. 1. 2017. Hlavním argumentem vládních představitelů byl – nedostatek peněz.“

Podotýkám, že příspěvek na péči nebyl valorizován od roku 2007, přestože cena služeb se od té doby zvýšila o 53 procent a míra inflace vzrostla o 17 procent. Výdaje evropských zemí na sociální služby činí standardně dvě procenta HDP, zatímco v naší zemi jsou tyto výdaje poloviční. Ale nejpikantnější na tom všem je, že ačkoli pro nejpotřebnější lidi v naší společnosti je už osm let nedostatek peněz, tak pro záležitosti imigrantů, o kterých ještě před rokem naše společnost prakticky nic nevěděla, našla vláda během pár měsíců stovky milionů korun. A v příštím roce to bude ještě víc...

To opravdu není hanba představitelům vlády, že se k vlastním nejpotřebnějším lidem chovají tak macešsky?

Aby nedošlo k nepochopení, není zde řeč o nedostatku soucitu s imigranty nebo o neochotě pomoci jim v nouzi. Přesná otázka totiž zní: Jak je možné, že pro cizí zdravé lidi finanční prostředky jsou ihned k dispozici a pro vlastní lidi s postižením už roky nejsou?

A to ani nepřipomínám problematiku našich bezdomovců, popř. potupné situace, kdy na léčení dětí s postižením se musejí nejdříve nasbírat tuny víček od PET lahví...

Jiří Muladi

Pražská zoo vyšla vstříc lidem s postižením



Vozíčkáři v zoo Praha

Den v zoo pro osoby se zdravotním postižením využil k zábavě i poučení více než 1 200 návštěvníků. Akci uspořádala v září Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky a Magistrát hlavního města Prahy pod záštitou ministryně práce a sociálních věcí Michaely Marksové.

Účastníci si prohlédli nejen zvířata ve venkovních i vnitřních ubikacích (celková plocha pražské zoo je 58 ha, je zde přes 650 druhů a 4 700 jedinců zvířat), ale podívali se i na krmení tučňáků, kočkovičích šelem nebo vyder.



Primátorka Prahy Adriana Krnáčová se mazlí s žirafou

Součástí programu bylo například cvičení lachtanů a komentovaná setkání u vybraných druhů zvířat v době, kdy jsou neaktivnější: to se účastníci dozvěděli nejen zajímavé informace o jejich chovu, ale i příběhy z jejich života.

„Akce Den v zoo pro osoby se zdravotním postižením navazuje na desetiletou tradici Podzimních plesů pro OZP, kterou si mnozí účastníci spojovali s celodenním výletem do Prahy. Mám radost z toho, že si návštěvníci velmi pochvalovali i Den v zoo, a že se již nyní těší na další ročník,“ uvedl prezident Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky Jiří Horecký.

(di)

Foto: Zoologická zahrada hl. m. Prahy

Očima Moniky Henčlové

Důstojnost pro všechny

Velkým tématem dnešní doby jsou uprchlíci. Jsou to lidé jako my, jen nemohou žít ve svých domovech, protože jejich země jsou zmítané válkou, terorismem nebo jiným násilím. Tito lidé chtějí jen žít a žít jako lidé...

My je však zavíráme do prostor obehnaných plotem a přísně hlídáme. Představitelé našeho státu si ale začali uvědomovat, že jejich *nedůstojné* podmínky k životu je potřeba nějak řešit.

Jak se ale naše země může postarat o *důstojné* podmínky pro přistěhovalce, když udržuje v *nedůstojných* podmínkách své vlastní občany – především invalidní a starobní důchodce? Např. jim vypočítá důchod, za který není možné *důstojně* žít. Přidá důchodcům 40 Kč měsíčně, potřebným občanům zvýší asistenční příspěvek z 16,60 Kč na hodinu na 18,33 Kč. To asi nemůžeme příliš mluvit o *důstojnosti*...

Běžný asistent chce totiž minimálně 100 Kč na hodinu. Potřebný člověk, který chce zůstat v domácí péči, tedy musí nějak pracovat nebo ukecat asistenta na nižší mzdu. V opačném případě totiž skončí zavřený v ústavu...

Upozorňuji, že ve vlastní zemi.



Ilustrační foto: <http://ostrava.idnes.cz>



Ilustrační foto: www.ceskatelevize.cz

Lidé mají na výměnu průkazů OZP už jen pár dnů!

Už jen několik dnů mají držitelé dočasných průkazů osoby se zdravotním postižením (OZP) a průkazů mimořádných výhod na to, aby si zajistili jejich výměnu za nový průkaz OZP. V případě, že tak neučiní, nebudou moci po 1. 1. 2016 využívat žádné benefity a nároky, které jim z vlastnictví průkazu vyplývají.

Nový průkaz OZP má podobu plastové kartičky obdobně jako občanský nebo řidičský průkaz. Je odolný proti poškozování a chráněný vůči jeho padělání. Nahrazuje všechny dosavadní průkazy OZP. Všechny tyto doklady jsou platné už jen do 31. 12. 2015. Úřad práce ČR (ÚP ČR) začal vydávat nové průkazy OZP v dubnu letošního roku.

„Vzhledem k tomu, že výměna se týká přibližně 300 tisíc klientů, je ještě stále řada lidí, kteří se nám s žádostí o výměnu dosud nepřihlásili. Upozorňujeme proto klienty, aby nenechávali vše na poslední chvíli a vyhnuli se tak zbytečnému čekání ve frontách na konci roku,“ zdůrazňuje zastupující generální ředitelka ÚP ČR Kateřina Sadílková.

Pro účely vydání nového průkazu OZP je třeba doložit aktuální fotografii, která odpovídá formátu podobizny určené na občanský průkaz. Stejně jako při každých úředních jednáních musí držitel průkazu také prokázat svou totožnost občanským průkazem.

Lidé, kterým ÚP ČR přiznal průkaz OZP po 1. 1. 2014, nemusí vyplňovat žádnou žádost. Stačí, aby pouze doložili úřadu fotografii a podepsali příslušný formulář, který dostanou na přepážce.

Držitelé průkazů mimořádných výhod (kartonové průkazy, které vydávaly obecní úřady do konce roku 2011) a dočasných průkazů OZP, které ÚP ČR vydával

podle legislativy účinné do 31. 12. 2013, musí před samotnou výměnou podat „Žádost o přechod nároku na průkaz OZP“. Až poté jim může ÚP ČR průkaz v nové podobě vydat.

Platí, nebo ne?

V souvislosti s vydáváním nových průkazů OZP se na Generální ředitelství ÚP ČR obrátilo už několik klientů s tím, že dostali v městské hromadné dopravě či ve vlaku pokutu, protože jim **revizoři příslušných dopravních společností neuznali nový průkaz OZP za platný**. A to i přesto, že ÚP ČR věnoval před začátkem výroby nových průkazů OZP velkou pozornost informování veřejnosti i dotčených institucí o nové podobě tohoto dokladu.

„Pokud se držitelé průkazů OZP dostanou do obdobné situace, je třeba, aby se obrátili na příslušné kontaktní pracoviště ÚP ČR nebo přímo na Generální ředitelství Úřadu práce ČR. Naši lidé se budou snažit co nejrychleji sjednat nápravu,“ upozorňuje ředitelka Odboru pro sociální věci Generálního ředitelství ÚP ČR Zdeňka Cibulková.

Výhody průkazu OZP

Na základě vydání průkazu OZP vzniká jeho majiteli mimo jiné nárok na vyhrazené místo k sezení ve veřejných dopravních prostředcích pro pravidelnou hromadnou dopravu osob, přednost při osobním projednávání jeho záležitostí na úřadech, bezplatnou dopravu pravidelnými spoji místní veřejné hromadné dopravy osob (tramvajemi, trolejbusy, autobusy, metrem), slevu 75 % jízdného ve druhé vozové třídě osobního vlaku či rychlíku ve vnitrostátní přepravě a slevu 75 % v pravidelných vnitrostátních spojích au-

tobusové dopravy, parkovací průkaz nebo bezplatnou dopravu vodícího psa. Rozsah výhod se liší podle typu průkazu OZP, který vychází z předchozího posouzení zdravotního stavu žadatele.

Kdo má nárok na přechod nároku na průkaz OZP?

Držitelé platného průkazu mimořádných výhod mají nárok na průkaz OZP stejného typu (TP, ZTP, ZTP/P), což odpovídá závažnosti jejich zdravotního postižení. Nárok na průkaz OZP u těchto osob trvá po dobu, po kterou měly příznávy mimořádné výhody.

Pokud však klient nemůže doložit dobu platnosti přiznání mimořádných výhod, nárok na průkaz OZP trvá pouze po dobu platnosti průkazu mimořádných výhod. Zároveň také držitelé platného průkazu OZP vydaného podle předpisů účinných do 31. 12. 2013 mají podle zákona nárok na průkaz OZP.

Nárok na takto vydaný průkaz OZP trvá po dobu, na kterou jim ÚP ČR přiznal nárok na předchozí průkaz.

Volba symbolu osoby se zdravotním postižením

Od 1. 1. 2015 mají klienti také možnost sami si zvolit, zda si přejí na průkazu uvést symbol označení osoby s úplnou nebo praktickou hluchotou, osoby hluchoslepé anebo osoby úplně nebo prakticky nevidomé (piktogram znázorňující jedno z uvedených druhů postižení). Držitelé výše uvedených průkazů provedou tuto volbu při podání žádosti o přechod nároku na průkaz OZP.

Kateřina Beránková
tisková mluvčí ÚP ČR

(red)



POZOR ČTĚTE:

Vložená peněžní poukázka



Je určena pro úhradu za rok 2016:

- předplatného magazínu VOZKA
- členských příspěvků OOV (platí jen členové Ostravské organizace vozíčkářů)

Pokud jste ještě neuhradili tyto závazky za rok minulý, můžete tak učinit najednou touto poukázkou!

Údaje do pravé části poukázky vpisujte **ČITELNĚ!**

- V rubrice „Zpráva pro příjemce“ je předtištěn účel platby. Pro předplatné VOZKY je předtištěno Předpl. VOZKA, pro platbu členských příspěvků Ostravské organizace vozíčkářů (platí jen členové OOV) je předtištěno Člen. přísp. OOV.
- **Za příslušný účel platby napište částku v korunách**, kterou na tento účel posíláte.
- Do rubriky „Variabilní symbol“ napište **VAŠE TELEFONNÍ ČÍSLO**.

Pokud jste předplatné za r. 2016 uhradili již dříve a jinak, nyní neplaťte!

• Předplatné magazínu VOZKA

Pro odběratele z ČR:

160 Kč

Předplatné uhrad'te prosím do 31. 1. 2016!

• Členský příspěvek OOV (platí jen členové Ostravské organizace vozíčkářů)

100 Kč

Plátcům, kteří zasílají větší než minimální částky, děkujeme!

Výše uvedené platby můžete uhradit převodem z vašeho účtu:

- Na číslo účtu: 256261415/0300
- Variabilní symbol: napište Vaše telefonní číslo!
- Specifický symbol:
 - předplatné magazínu VOZKA: 201
 - členský příspěvek OOV (platí jen členové OOV): 101
 - platba předplatného i člen. příspěvků: 201101
- Zpráva pro příjemce: příjmení a jméno odběratele Vozky

Ostravská organizace vozíčkářů, spolek

Magazín VOZKA

O životě
a pro život na vozíčku

- Pro rodiče dětí, dospělé i seniory
- Pro jednotlivce i organizace
- Pro rodiče, učitele i vedoucí
- Pro školy i sociální odbory obcí
- Pro rehabilitační ústavy

VOZKA
o Vás, pro Vás, s Vámi

Témata z celého Česka, informace, kontakty...

- Pestré informace z mnoha oblastí
- Přehledně, čtivě, srozumitelně
- Kontakty, odkazy, zdroje
- Bohatý fotografický doprovod
- Černobílé provedení s barevnou obálkou a inzertní přílohou
- 72–80 stran A4, 4× ročně

Vše ze života vozíčkářů

Letem světem • zpravodajství • černá kronika • sociální služby • osobní asistence • zdravotnictví • kompenzační pomůcky • organizace tělesně handicapovaných • reportáže z Vašich akcí • pozvánky na Vaše akce • doprava • alternativní přeprava • motorismus • bezbariérové objekty • úpravy bytů • tipy na dovolenou, výlety a pobyty • poradna • zkušenosti • nové knihy • vztahy • myšlenky moudrých • Vaše názory • vaříme rychle a levně • vzdělávání • zaměstnávání • společenské akce • kultura • sport • Vaše tvorba • pro volný čas • humor • inzerce.

Příležitosti pro aktivní život na vozíku

- Poradenství, zkušenosti, tipy
- Odborné a přehledové články
- Zpravodajství, reportáže
- Komentáře, glosy, názory
- Rozhovory
- Rubriky pro volný čas, čtenářská inzerce, reklama
- Fotografie z Vašeho života

www.vozka.org

www.facebook.com/magazinvozk

Černá kronika

Trable, dramata a kuriozity

Opilci mají štěstí, i na vozíku!

Sedmačtyřicetiletý vozíčkář potvrdil ření, že opilci mají štěstí. Jeden říjnový večer ho sice v Hradci Králové srazilo auto, opilý muž na vozíku s více než dvěma promilemi alkoholu v krvi však vyvázl bez zranění. Muž se zřejmě nerozhlédl, vjel do vozovky těsně před osobním vozem Škoda Felicia, jehož řidič na mokré silnici nedokázal zabrzdít. A i když řidič automobilu nehodu nezpůsobil, i tak bude mít problémy s policií. Policisté při nehodě odhalili, že vozidlo nebylo v řádném technickém stavu.

Invalidní syn nedokázal pomoci matce

Když letos po jeden celý zářijový týden neviděli sousedi v jednom z panelových domů na pražském Jižním městě vycházet sousedku z jejího bytu, zavolali policii. Policie spolu s hasiči vnikla do bytu násilím, ale ženu už našli mrtvou. Její invalidní syn, který bydlel v bytě s ní, sám nebyl schopen zavolat pomoc, když zkolabovala. Syn strávil s mrtvou matkou neschopen žádného činu nejméně celý týden. Záchranáři muže převezli do nemocnice.

Komu není rady, tomu není pomoci



Ilustrační foto: Deník

Nepříjemnosti si přemírou požitého alkoholu letos v říjnu přivodil jednašedesátiletý vozíčkář. Policejní hlídka ve služebním vozidle stála na jedné brněnské křižovatce a čekala na zelenou, když náhle ze zadu do auta narazil muž na ortopedickém vozíku, ze kterého spadl na zem. Při dopadu si poranil čelo. Dechová zkouška prokázala muži tři promile alkoholu. Invalida není pro policisty zcela neznámý. Před dvěma lety mu hlídka pomáhala z řeky v Bystřici, kam spadl také z důvodu značného posilnění alkoholem. Loni v březnu mu policisté udělili blokovou pokutu za veřejné pohoršování, když muž ležel opilý a obnažený na lavičce jedné brněnské zastávky MHD.

Vozíčkáře okradli hned dvakrát

Policisté pátrají po zloději, který v Beřouně okradl sedmatřicetiletého vozíčkáře, a to hned dvakrát – v srpnu a září. Celkem mu ukradl 3 000 korun. Handicapovaného nejdříve koncem srpna oslovili poblíž prodejny Lidl dva muži, a zatímco se s ním jeden bavil, druhý mu vzal z brašny zavěšené na vozíku dvě tisícovky. Pravděpodobně stejný zloděj ho pak v polovině září oslovil znovu a přitom mu šlohl dalších 1 000 korun. První případ invalida neoznámil, na policii se obrátil až po další krádeži.

Řidič bez ruky naboural vozíčkáře

Kuriózní nehoda se stala letos v srpnu na Slovensku v Trenčianském kraji. Pětapadesátiletý řidič bez ruky naboural vozem Dacia Logan automobil Audi A4, který řídil vozíčkář. Na autech vznikla škoda čtyři tisíce eur. Oba řidiči se podrobili dechové zkoušce, u řidiče bez ruky policie zjistila malé množství alkoholu. To ale může ovlivňovat skutečnost, že je diabetik. Nehoda se stále vyšetřuje.

Nastartoval a ujel s ortopedickým vozíkem

Policisté z Třemošné se letos v září zabývali počínáním devěťadvacetiletého muže z Plzně, který v obchodním domě v katastru obce Chotíkov nastartoval vystavený elektrický vozík pro invalidy a začal s ním jezdit po nákupní ploše. Poté projel pokladnou a odjel z obchodního domu směrem na Plzeň. Policisté ho dopadli až na sídlišti mezi paneláky. Dechová zkouška na alkohol ukázala 1,64 promile. Policisté jeho jednání kvalifikovali jako trestný čin neoprávněného užívání cizí věci.

Vozíčkář osahával a okrádal v MHD ženy i dívky



Foto: Policie ČR

Na zastávkách a v autobusech veřejné dopravy v Praze-Čakovicích obtěžoval muž na ortopedickém vozíku ženy a v některých případech i nezletilé dívky.

První případ se stal letos v březnu. Mladý muž na vozíku přijel v autobusu k dívce a začal ji osahávat na stehnech a prsou. Pokračoval i po té, co obtěžovaná přešla do jiné části vozu. Během následu-

ujících dnů a měsíců takovýchto oznámení, která se týkala stejného muže a obdobného chování, přijala policie pět. Aby toho nebylo málo, tak se někdy invalida snažil ženám sebrat i jejich osobní věci, což se mu v jednom případě povedlo.

Policisté podezřelého muže vypátrali, pro úplné objasnění případu ale potřebují vyslechnout všechny poškozené. Dotyčný zvrhlík má zřejmě na svědomí mnohem více obdobných „útoků“. Ženy však, možná z lítosti, jeho nepřijatelné chování neohlásily.

Policisté v USA zastřelili invalidu na vozíku

V americkém Wilmingtonu ve státě Delaware letos v září čtyři policisté zastřelili na ulici muže na ortopedickém vozíku. I když příbuzní zastřeleného tvrdí, že šlo o popravu, policie se hájí, že vozíčkář byl ozbrojený a nereagoval na výzvy. Uvedl to server U.S. News.

Policisté po příjezdu opakovaně vyzývali osmadvacetiletého Jeremyho McDo- lea, který byl ochrnutý od pasu dolů po přestřelce před deseti lety, aby odložil zbraň a ukázal ruce. V okamžiku, kdy si začal sahat do kalhot, na něj policisté spustili palbu. Muž byl na místě mrtvý.

Ukradli mu vozík i smysl života



Václav Uher doufá, že se vozík najde

Foto: Deník

Pro Václava Uhra byl elektrický ortopedický vozík doslova splněným snem. Jen díky němu se dostal po úrazu páteře z depresí a začal sportovat. Slibnou kariéru vozíčkáře florbalisty mu ale utnul zloděj. Ten mu vozík, který si mladík před lety koupil jen díky veřejné sbírce, ukradl letos v srpnu z chodby DPS v pražských Stodůlkách. Mladý muž je psychicky na dně, na nový vozík totiž nemá peníze.

Policie po zloději pátrá. Zvedla se ovšem i obrovská vlna solidarity na sociálních sítích. „Věříme, že se nám společně podaří vozík najít, což by byla ta nejlepší varianta,“ doufá Václav Uher. Zároveň děkuje všem, kteří ho podporují, i těm, kteří mu nabízejí finanční pomoc.

Zdroj: TN.cz, Blesk.cz, idnes.cz, Novinky, LiveLeak.com, www.prazskypatriot.cz, Pražské krimi, Čas.sk, policie.cz (bf)

Napsali jste nám



Reakce na dopis

Diskriminace v přepravě vozíčkářů... z minulého čísla VOZKY

Vážení redakce, když se mi do poštovní schránky dostalo nové číslo magazínu Vozka (3/2015), ze všeho nejvíce mě zaujala rubrika Napsali jste nám na str. 6. Paní Markéta z Hlučína v ní píše o **diskriminaci v přepravě vozíčkářů veřejnými dopravními prostředky**.

Jmenuji se Pavel Carbol a jsem z Pusté Polomi. Jsem sice také vozíčkář, a i když auto vlastním (musím mít řidiče), přesto využívám cestování autobusem TQM do Opavy i do Ostravy a MHD v obou městech, většinou v Opavě. Možná to bude teď vypadat, že se zastávám dopravců i řidičů, ale to bude asi tím, že jsem sám jako řidič pracoval. Na dopis budu reagovat vždy **po jednotlivých bodech**, uvedu citaci paní Markéty a mou reakci.

1. V dopravním vozidle, kde je vyhrazeno místo pro vozíčkáře, nemají být sedačky!

Citace (zkráceně): Paní Markéta píše, že zabírají místo pro manipulaci a téměř pokaždé na nich sedí lidé. Když je „upozorní“, aby místo uvolnili, tak nevyhoví, protože tam jsou sedačky.

Reakce: Zde si myslím, že to není jen v lidech, kteří na sedadlech sedí, ale i trochu v podání, jak paní píše „upozorníme je“, ze strany vozíčkáře a jeho příj. doprovodu. Věřím, že kdyby paní Markéta nebo její doprovod (předpokládám, že je osoba ZTP/P) požádala slušným tónem o uvolnění místa, aby mohla zajet na vyhrazené stání, bylo by jí vyhověno. Tedy aspoň u linek, kde je na trase CSS Hrabyně to tak funguje. No a co se týče sklopných sedadel starších nízkopodlažních vozidel u přepravce Arriva Morava a.s., zaplatí pánbů, že tam jsou, protože jsem se setkal i s autobusem na lince 286, který neměl madla, aby se vozíčkář mohl držet. Takže aspoň ty sedadla..

2. Mezi místy pro stání vozíků nemá být oddělovací tyč!

Citace (zkráceně): Paní Markéta píše, že když na vyhrazeném místě pro ortopedické vozíky stojí již jiný vozíčkář nebo kočárek, není možnost popojet na další místo nebo tyč objet, protože k tomu není dostatek místa atd.

Reakce: Vzhledem ke znalosti přepravních vozidel (nízkopodlažních autobusů) mohu s jistotou zkušeností říci, že

celá záležitost je postavená na konstrukci vozidla. Do této konstrukce nemůže dopravce bohužel nijak zasahovat. Co se týče různých tyčí, jde vlastně o madla vodorovná nebo svislá. Autobus má v nižší sekci madla, na kterých je namontované opěradlo pro vozíčkáře, aby nedošlo k jeho zranění. Madla na přechodu z nízké sekce do vyvýšené zase chrání cestující, kteří sedí výše na prvních čtyřech sedadlech, aby při prudším brzdění se měli o co zadržet.

Dále vozíčkář musí brát také v potaz, **pro kolik ortopedických vozíků je vozidlo konstruováno.** Pokud se jedná o vozidlo, které má prostor pouze pro jeden vozík, rozhodně tam nebude žádné sedadlo, ale „tyč“ kvůli bezpečnosti přepravy vozíčkáře. Další typ vozidla je zase pro tři vozíky, tak tam už jsou dvě sklopná sedadla a navíc „tyč“ s opěradlem pro přepravu vozíčkářů. No a poslední typ vozidla vezme až šest vozíků a tam už je to konstruováno dle potřeb dopravce. Zde se už můžeme setkat i se sklopnými sedačkami po boku vozidla, v prostoru pro ortopedické vozíky.

Co se týče MHD v Opavě nebo Ostravě, jsou zde rozdíly, ale když budu hodnotit Opavu, jsem v poslední době hodně spokojen. Opava totiž spustila nákup nízkopodlažních vozidel – kombinovaných trolejbusů (linka 221) a změnila i typy vozidel na linkách směr Suché Lázně / Přerovec a také Podvihov. Ještě donedávna jezdily na těchto linkách pouze bariérové autobusy.

3. Řidiči nenajíždějí až k nástupnímu ostrůvku!

Citace (zkráceně): Jezdíme do obce Píšť u Opavy nízkopodlažním autobusem spol. Arriva Morava a.s., č. spoje 292. Vystupování a nastupování na autobusové zastávce „Píšť kostel“ je hodně riskantní kvůli velkému propadu mezi vozidlem a vozovkou, takže nájezdová plošina se nedá použít.

Reakce: Co se týče přepravce Arriva Morava a.s., musím dát částečně paní Markétě zpravdu. Ale také musím být i trochu korektní vůči přepravci a napsat zde, že také záleží na vyhodnocení doprovodu vzhledem ke znalostem zastávky a předání těchto informací řidiči při oznámení, že bude vystupovat vozíčkář. Pokud tak doprovod učiní dostatečně včas, pevně věřím, že řidič při příjezdu na zastávku upraví náklon vozidla tak, aby eliminoval úhel náklonu nájezdové rampy. Vozíčkář pak může bezpečně z vozidla vyjet. Samozřejmě musí couvat. Pokud tak doprovod

neučiní, nemůže očekávat součinnost s řidičem. Musím také zdůraznit, že náklon vozidla lze uskutečnit, jen když jsou dveře vozidla zavřené a vozidlo stojí.

4. Je-li na vozidle i uvnitř vozidla označení ortopedického vozíku s místem, nemá řidič bránit převozu ostatních cestujících!

Citace (zkráceně): Paní Markéta píše, že nastoupila do nízkopodlažního trolejbusu DP Opava, který byl řádně označen symboly vozíčkáře na vozidle i uvnitř. Tímto soudím, že i v JŘ. Dále když nastoupila, řidič zavřel dveře a dle paní Markéty „zakřičel“, že už nesmí nikdo nastoupit, protože veze vozíčkáře. Takže si připadala „méněcenná“.

Reakce: Opravdu nevím, jak daleko taková událost zašla. Já využívám MHD v Opavě docela často a musím říct, že za poslední dva roky se služby DP Opava výrazně zlepšily. Nezažil jsem žádnou nepříjemnou událost, která by mě donutila si stěžovat.

5. Je-li v tramvaji symbol vozíčkáře, nemá právo řidička odmítnout převoz!

Citace (zkráceně): Paní Markéta nastoupila v Ostravě do TRAMVAJE SE SCHODY z důvodu, že už jela čtvrtá tramvaj a žádná nízkopodlažní. Tak se usadila v zadním prostoru, kde je symbol vozíku. Řidička prohlásila, „že si to na triko nevezme a že si má vystoupit“.

Reakce: No, nevím, ale když jezdím do Ostravy, nikdy jsem na tramvaji se schody neviděl piktogram vozíku! A co se týkalo JŘ, tak tam také ne. Takže nevím, ale myslím si, že paní Markéta i její doprovod měli trošinku uvažovat...

6. Odrážovat vozíčkáře od převozu, i když je ve voze dostatek místa, si řidič nesmí dovolit!

Citace (zkráceně): Paní Markéta nastoupila do nízkopodlažního vozu DP Ostrava a na další zastávce chtěl nastoupit další vozíčkář. Řidič sundal nájezd a oznámil nastupujícímu vozíčkáři, že už ve vozidle jeden vozíčkář je a že nebere za druhého vozíčkáře zodpovědnost.

Reakce: Paní Markéto, uvědomte si, že řidič, který přepravuje mimo normálních cestujících i cestující na ortopedických vozících, je plně zodpovědný za jejich životy. Zde je velmi důležité, na kolik míst pro přepravu ortopedických vozíků je vozidlo konstruováno.

(Redakčně kráceno)

Pavel Carbol
Pustá Polom

Novinky z České asociace paraplegiků – CZEPA

• Regionální setkání vozíčkářů v Karlových Varech

• Alena Jančíková získala Stříbrnou pamětní medaili Senátu Parlamentu ČR

Informační smršť, prezentace pomůcek a skvělá atmosféra

Regionální setkání vozíčkářů Karlovarska, které se uskutečnilo 11. září v Karlových Varech v areálu Rolava, zorganizovala Česká asociace paraplegiků – CZEPA ve spolupráci s fyzioterapeutkou Mgr. Lenkou Geierovou.

Pozvání na toto setkání přijala, samozřejmě kromě našich klientů a dalších vozíčkářů Karlovarska, i desítky společností, organizací a distributorů či výrobců pomůcek, které akci podpořily nejen prezentací svých inovativních produktů, ale i finančně či formou dárek klientům. Ty si odnesli vozíčkáři prostřednictvím tomboly.

Co si všechno mohlo na 50 účastníků setkání prohlédnout a hlavně vyzkoušet? Nejvíce se řádilo na **elektrickém vozíku Rid-e**, který ještě s další motorkou pro „chodáky“ přivezl Ivo Kaštan, iniciátor nápadu spojit vozík s motorkou. Po inline dráze se mohli prohánět i tetraplegici, což bylo pro mnohé zúčastněné až nepochopitelné. Nový typ přídatného zařízení **Smart drive** (el. motor k vozíku) s ovládním přes bluetooth přivezl i s terénním handbikem Jiří Kuchta z firmy ProVozecky. Předvedl možnosti těchto pomůcek v terénu.



Všichni účastníci mohli získat informace od dalších společností – DMA Praha, Patron Bohemia, Teleflex, Medicco

a nově od fyzioterapeutky Ivy Frintové zastupující Ortoservis. Na setkání přijal pozvání i Jan Píbal, majitel firmy JP Servis, který předvedl přítomným různé **vychytávky úprav auta pro handicapované řidiče**. Poprvé se účastnil této akce i Jiří Schejbal, který přivezl své **sedáky z paměťové pěny**.

Pro mnohé byl středem pozornosti **golfový vozík pro vozíčkáře**, jehož vlastnosti a také Českou golfovou asociaci hendikepovaných prezentoval Jiří Bartoň. **Vozítko Genny** (na podvozku Segway) ukázal a nechal zájemcům vyzkoušet Zdeněk Kirch.

Jako organizátor je Česká asociace paraplegiků – CZEPA ráda, že se mohla seznámit s činností a pracovníky Centra pro zdravotně postižené Karlovarského kraje, které poskytuje své kvalitní služby i našim klientům. Návštěvníci se mohli seznámit s informačními a edukačními materiály CZEPA a někteří vozíčkáři aktivně využili nabídky korekce sedu a přístrojové měření tlaku pod sedacími partiemi.

Poděkování patří všem spoluorganizátorům, zúčastněným společnostem a také Lukáši Červenému, jednateli areálu Rolava a jeho týmu pracovníků. Ti svou aktivní pomocí a přátelským přístupem pomohli vytvořit pohodovou atmosféru celého setkání.

*Za organizační tým
Zdeňka Faltýnková*

Alena Jančíková oceněna Senátem PČR

Senát PČR uděluje od roku 2007 Stříbrné pamětní medaile významným osobnostem z řad vědců, umělců, sportovců a dalších veřejných činitelů, kteří vynikají ve svých oborech nebo svými zvláštními činy či schopnostmi.

Stříbrnou pamětní medaili obdržela z rukou předsedy Senátu PČR Milana Štěcha při slavnostním předávání ke Dni české státnosti i Alena Jančíková, ředitelka České asociace paraplegiků – CZEPA. Na ocenění Alenu Jančíkovou navrhla senátorka Ivana Cabrnchová.

„Alena je mimořádně pracovitý a přitom skromný člověk. Je inspirací pro celou vozíčkářskou komunitu rozsahem svých sportovních, občanských i kulturních aktivit,“ řekla k návrhu senátorka Cabrnchová.

Sama Alena Jančíková k ocenění říká: „Velmi si vážím ocenění, které mi Senát Parlamentu ČR udělil. Vnímám ho jako cenu pro celý tým pracovníků České asociace paraplegiků – CZEPA, který spolu se mnou realizuje projekty ve prospěch lidí ochrnutých po poškození míchy.“



Foto: BLESK

CZEPA i nadále půjčuje svým členům auto na ruční řízení

V případě, že je váš automobil z jakýchkoli důvodů nepojízdný, můžete si u nás zapůjčit automobil **Škoda Octavia Combi s ručním řízením**. Je vybaven automatickou převodovkou a ručním řízením (elektronický kroužkový plyn a mechanická brzda). Automobil je půjčován na **max. dobu šesti týdnů**.

Cena půjčovného:

- Vratná záloha 5.000 Kč + 500 Kč na čistotu interiéru a karosérie vozu.
- Jednorázový nevratný poplatek 300 Kč.
- Denní poplatek během tří týdnů 100 Kč.
- Poplatek za ujeté kilometry 1 Kč za 1 km.
- Denní poplatek během čtvrtého a pátého týdne 150 Kč, šestého týdne 200 Kč.

Objednávky na horakova@czeпа.cz, tel. 775 980 952, další informace na www.czeпа.cz/pujcovani-auta.

NADACE AGEL

letos rozdala přes dva miliony korun

NADACE AGEL přispěla handicapované sportovkyni Daniele na nový vozíček

Mladá a aktivní vozíčkářka Daniela Šiffnerová se těší z nového ortopedického vozíku, a to i díky příspěvku NADACE AGEL. Nový vozík bude speciálně upravený na míru pro běžné užívání, ale i praktikování sportu boccia, kterému se Daniela věnuje. Finanční dar věnuje Daniele NADACE AGEL v rámci projektu Kalendář přání boccistů 2016.

Smyslem projektu Kalendář přání je podpora hráčů boccia z Handicap sport clubu Havířov, přičemž kromě společných fotografií v kalendáři každý z handicapovaných hráčů dostane během roku 2016 i dar v podobě splněného přání. Daniela se díky novému vozíku bude moci pohodlněji věnovat běžným denním úkonům i volnočasovým aktivitám, mezi které patří zpěv, balet na vozíčku, plavání a také hraní sportu boccia. Paralympijský sport boccia je podobný francouzskému pétanque, ovšem je určený výlučně lidem s tělesným postižením, odkázaným na ortopedický vozík.

„Máme velkou radost, že jsme mohli slečnu Danielu alespoň finančně podpořit v jejích aktivitách. Daniela i její maminka Jarka jsou příkladem lidí, pro které handicap není překážkou, ale naopak výzvou, byť to není mnohdy vůbec jednoduché. O to krásnější je sledovat úspěchy Danieley na poli sportovním i uměleckém a o to větší mám také radost, že právě my ji můžeme v jejím počínání podpořit,“ říká výkonná ředitelka NADACE AGEL Denisa Rísová.

Nový vozíček, který si Daniela ze získaných peněz koupí, bude sestavený na míru jejím proporcím a potřebám.

„Jsme velice rádi, že se NADACE AGEL do tohoto projektu zapojila a pomůže naší člence Daniele štědrým finančním darem. Nový vozíček Daniele umožní věnovat se veškerým jejím aktivitám daleko efektivněji i komfortněji, což je pro handicapované lidi velkým darem,“ říká předseda Handicap sport clubu Havířov Martin Kučera.

Daniela absolvovala v rámci akce Kalendář přání focení v Mateřské škole AGEL, a to společně s maminkou Jarkou. „Focení jsme si velmi užily, děti i paní



Daniela Šiffnerová (na vozíku) absolvovala v rámci akce Kalendář přání focení v Mateřské škole AGEL

učitelky byly moc milé. Nejkrásnější bylo nadšení dětí, když si mohly zkusit zahrát boccia. Bavilo je to natolik, že ani nechtěly jít k obědu. A ani nám se nechtělo odcházet, bylo to opravdu moc příjemné a veselé dopoledne,“ shrnuje průběh focení pro kalendář maminka Jarmila Šiffnerová.

Lidi s handicapem najdou v Olomouci práci

Uplatnit se na trhu práce je v dnešní době obtížné pro zdravé, natož pak pro

handicapované osoby. I díky příspěvku NADACE AGEL ve výši 60 000 korun Středisku SOS pro vzájemnou pomoc občanů v Olomouci zde bude moci i nadále pracovat hned několik handicapovaných osob. Nadace tuto organizaci podporuje pravidelně a za poslední čtyři roky jí věnovala již 300 000 korun.

„Nadační příspěvek použijeme na mzdu koordinátorky handicapových pracovníků, která je rovněž zdravotně posti-



Pracovníci Střediska SOS pro vzájemnou pomoc občanů v Olomouci mají důvod k úsměvům

žená,“ uvedla statutární zástupkyně olomouckého SOS Střediska Mgr. Jarmila Šagátová s tím, že organizace nyní i díky nadaci zaměstnává celkem pět handicapovaných osob. Jejich práce spočívá především ve vybírání a třídění věcí ze speciálních kontejnerů, které má středisko rozmístěné na několika místech v Olomouci. Lidé z řad široké veřejnosti do nich mohou vkládat veškeré textilie, které už nepotřebují. Handicapovaní pracovníci tyto kontejnery objíždějí a vyprazdňují, jejich obsah pak odvázejí do střediska, kde se věci dále třídí podle možnosti jejich dalšího použití.

„Naši zaměstnanci si své práce nesmírně váží, nacházejí v ní smysl života, radost z vědomí, že jsou někde užiteční a také je hřeje pocit, že patří do kolektivu, který je mezi sebe přijímá,“ prozradila Mgr. Šagátová.

„Osobní návštěva SOS střediska mi dokazuje, že naše práce má smysl. Vždy odcházím s úsměvem na tváři díky lidem, kterým jsme pomohli, a jejich vděčnosti,“ komentovala výkonná ředitelka NADACE AGEL Mgr. Denisa Rísová a dodala: „Pracovní uplatnění a možnost seberealizace jsou nesmírně důležité a každý člověk bez rozdílu by měl dostat příležitost. Proto jsme i v letošním roce rádi SOS středisko podpořili. Ceníme si totiž nejen toho, že dává příležitost handicapovaným, ale především toho, že zároveň pomáhá i těm nejpotřebnějším – lidem bez domova, navrátilcům z vězení apod.“

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 humánní pomoc směřovanou k lidem, kteří se ocitli v tíživé životní situaci.

Nadace přispívá zejména na nákup zdravotnických a kompenzačních pomůcek, asistenční a odlehčovací služby, pobyty v lázních a léčebných zařízeních, rozvoj zdravotní péče, diagnostických a léčebných metod apod.

NADACE AGEL podporuje i projekt VOZKA

**AGEL
NADACE**

ALDIO: Ochota se vyplácí

Vážení pracovníci ALDIA, chtěla bych vám touto cestou moc poděkovat za vaše služby, které mi s pochopením a láskou poskytujete, ale i dalším starým, nemocným a postiženým lidem. Vaši službu jsem začala využívat v 65 letech, kdy se stav mé páteře velmi zhoršil a já začala chodit o francouzských holích. V MHD jsem mohla využívat pouze nízkopodlažní tramvaje a autobusy. Nyní mám 73 let, k páteři se přidaly i problémy s klouby, srdcem a tlakem. MHD už prakticky nemohu cestovat...

Tak začíná jeden z řady pochvalných dopisů, které přicházejí na adresu střediska **Alternativní dopravy imobilních osob spolku Ostravské organizace vozíčkářů**.

Zájem o služby střediska se zvyšuje, o čemž svědčí statistická data. Za období leden–listopad 2014 najezdilo ALDIO 53 803 km, za jízdné získalo 275 978 korun a jeho služeb použilo 2 058 osob. Za stejné období letošního roku přepravilo 2 204 klientů, najezdilo 57 348 km a získalo na jízdném 284 688 korun.



Vedoucí ALDIA Marie Bářnová Foto (dz)

Při příležitosti různých bilancování na konci roku jsme nemohli nepoložit pár

otázek vedoucí střediska Marii Bářnové.

• **Co říkáte na ty pochvalné dopisy?**

Samozřejmě nás takové dopisy těší. Odrážejí naši dobrou práci a zvlášť ochotu řidiče Radomíra Hozy. Kromě toho jsme našim klientům k dispozici takzvané pátek – svátek, takže vozíme lidi i o Vánocích.“

• **Jak si na tom stojíte ve vztahu ke konkurenci?**

Je pravdou, že oproti roku 1999, kdy jsme začínali, se už objevilo i několik dalších provozovatelů, kteří nabízejí podobné služby, ale my pořád „hrajeme prim“. V našem autě je plošina i výsuvná sedačka, takže lidé s postižením u nás nastupují i vystupují naprosto důstojně, aniž bychom je museli kamkoli za cokoli tlačit. A vůči konkurenci jsme navíc levnější.

• **Takže se nepotýkáte s žádnými problémy?**

To zase nemohu říci. Třeba nečekané poruchy auta jsou dost nepříjemné. Stalo se nám to například loni 19. prosince – ovšem i tak jsme všechny urgentní klienty dokázali uspokojit náhradní dopravou. Mezi nepříjemnostmi pak patří i vytáčky klientů, kteří si vůz ALDIA objednají na přesný čas, nakonec nikam nejedou a pak se brání pokutě.

I takové situace však umíme řešit. S 98 procenty klientů máme oboustranně velmi dobré vztahy. Někdy je to sice vykoupeno tím, že Radek občas neví, kam dřív skočit, ale my jsme si jisti, že ochota se vyplácí. Ostatně potvrzují to i ty pochvalné dopisy.

(di)



Řidič vozu Aldia při manipulaci s klientem

Foto: (di)

Centrum Paraple se spojilo se značkou Opel

Podpisem memoranda o dlouhodobé spolupráci v rámci programu dopravní mobility osob se zdravotním postižením Opel Handycars se české zastoupení automobilky Opel nově řadí mezi hlavní partnery Centra Paraple. Slavnostního setkání spojeného s mimořádným briefingem a symbolickým křestem vozů se ve středu 18. listopadu zúčastnil v sídle Paraplete také jeho zakladatel Zdeněk Svěrák.

Od letošního září poskytuje české zastoupení automobilky Opel Centru Paraple osobní automobil a od listopadu se zdejší vozový park rozrostl na tři vozy Opel, které na míru vyhovují potřebám centra. Jde o velkou dodávku Movano, prostornou Zafiru Tourer a komfortní Insignii.

„V okamžiku, kdy je člověk s handicapem schopen jezdit autem, stává se prakticky nezávislým. Zde se také zřetelně naplňuje naše krédo – pomáhat vozíčkářům najít cestu dál. Podpora samostatnosti, co nejplnější mobility klientů s poškozením míchy zaměstnává mezi jiným pozornost našich ergoterapeutů. Do nezbytného nácviku každodenních činností proto patří jako jeden z důležitých cílů zvládnutí řízení vozu. Odborníci s klienty cvičí nasedání do auta, dávají doporučení, jak vůz ručně ovládat a mnohé další,“ vysvětluje k přínosu uzavírané spolupráce ředitelka Centra Paraple Margita Pištorová.

„Spolupráce Opelu a Centra Paraple je logickým pokračováním našeho projektu komplexní podpory osob se zdravotním postižením při řešení jejich mobility Opel



Vozy Opel pro Centrum Paraple

Handycars. Opel je v tomto ohledu vedoucí značkou v ČR a stejně tak vnímáme Centrum Paraple. Spoluprací s touto vysoce respektovanou institucí výrazně posílíme naše působení v oblasti CSR projektů, což zapadá do naší filozofie jako člena jedné z největších světových korpo-

rací,“ sděluje Pavel Šilha, generální ředitel českého a slovenského zastoupení automobilky Opel.

Obě partnerské organizace připravují dále společně plánované akce, o jejichž konání budou informovat v první polovině roku 2016.

Vendula Kodetová
PR manager Centra Paraple
(red)



Nácvik nástupu do auta

Centrum Paraple, o.p.s., rehabilitační a poradenské centrum pomáhá už 21 let klientům s poškozením míchy a jejich rodinám překonat těžkou životní situaci a najít cestu dál – cestou vysoce profesionalizované multidisciplinární péče a ryze partnerského přístupu k problému klienta.

Centrum poskytuje služby opakovaně až 1 400 vozíčkářům z celé ČR ročně. Člověk na vozíku se potýká každodenně s množstvím nejrůznějších bariér. Některé překoná sám, většinou je ovšem odkázán na pomoc lidí kolem sebe. Centrum Paraple usiluje v celém komplexu poskytovaných služeb i pravidelně pořádaných veřejných akcí a kampaní o to, abychom všichni vnímali vozíčkáře jako rovnoprávné členy společnosti a pomáhali jim toto právo uplatnit. Více na www.paraple.cz.



Dodávka Opel Movano je opatřena sklopnou nájezdí rampou

Opel CS, tuzemské zastoupení významné německé automobilky, provozuje komplexní program mobility osob se zdravotním postižením Opel Handycars (Svobodný pohyb bez bariér). Opel Handycars výrazně přispívá k integraci osob se zdravotním postižením do společnosti. Program je mj. určen držitelům průkazů TP, ZTP a ZTP/P, opatrovníkům osob se zdravotním postižením, organizacím poskytujícím služby zdravotně postiženým a válečným veteránům. Program Opel Handycars zahrnuje široký komplex služeb včetně poradenství, zvýhodněných finančních služeb, servisu a asistenčních služeb nebo zajištění úprav vozu. Více na www.opel-handycars.cz.

Nominujte na cenu MOSTY 2015

Národní rada osob se zdravotním postižením ČR vyhlásila 13. ročník cen **MOSTY**. Oceňuje tak aktivity subjektů či jednotlivců, kteří přispívají ke zlepšení kvality života osob se zdravotním postižením v České republice. Za rok 2015 bude udělena cena opět ve čtyřech kategoriích, nominace je možné podávat **do 31. prosince 2015**.

Návrh na udělení ceny můžete podat na předepsaném formuláři, který je ke stažení na www.nrzp.cz. Vyplněný návrh odešlete na adresu NRZP ČR, Partyzánská 7, 170 00 Praha 7.

Uzávěrka pro podávání návrhů je **31. prosince 2015**. Výsledky ceny MOSTY 2015 budou slavnostně vyhlášeny a ceny uděleny 24. března 2016 v Českých Budějovicích. Podrobnosti o akci naleznete v časopisu MOSTY a na stránkách www.nrzp.cz/projekty/cena-mosty.html.

NRZP ČR



Skvělý pocit z jízdy na kole opět zažije šest handicapovaných. Ti se díky projektu Birell jízda vrátí zpátky do sedla. Získat vysněné handbiky a kola jim svou aktivitou pomohlo více než 100 000 lidí z celého Česka. Celkem pro handicapované vyjezdili 501 815 korun. Do letní dvouměsíční jízdy se zapojili i olympijští vítězové, osobnosti ze sportu i kultury, primátoři a desítky starostů. Birell za každého, kdo projel speciální bránou, věnoval 5 korun na handbiky a kola. Patronem již druhého ročníku Birell jízdy byl slavný český cyklista a paralympionik Jiří Ježek. Na fotografii manželé Ježkovi u Birell brány v Praze-Troji. (red)

Pro Olgu Joklovou mladší si už anděl přišel

„Kdyby z obláčku tam nahoře mohla promluvit, jistě by řekla, nebudte smutní...“ loučila se s třicetiletou **Olgou Joklovou její maminka. Olga Joklová zemřela ve věku třiceti let 16. srpna doma v Jihlavě v kruhu nejbližších. Nejznámější pacientce s nemocí motýlích křídel v Česku dali lidé sborhem při její poslední cestě na středověkém hradu Roštejn (Jihlavsko). Zde totiž ještě v roce 1999 provázela návštěvníky.**

Samotná Olga byla realistkou a věděla, že odchází. V posledních dnech si přála, aby to bylo rychle, protože její bolesti už nedokázaly mírnit ani dávky opiátů. „Ráno se vždycky divila, že si pro ni anděl ještě nepřišel,“ řekla její maminka. Mimořádnou kožní chorobou epidermolysis bullosa congenita (nemoc motýlích křídel) trpí v Česku na dvě stě lidí. Olga Joklová se s ní už narodila.

„Neměla jsem na nohách nejen kůži, ale ani svalovinu. Prosvítaly mi kosti a maminka měla po mém narození otravu krve,“ vysvětlovala ve sdělovacích prostředcích. Před dvěma desítkami let, kdy veřejnost o nemoci motýlích křídel nevěděla prakticky nic, na její případ upozor-

nil jihlavský novinář Petr Palovčák.

„Za setkání s Olinkou budu navždy vděčný,“ uvedl. „Byla velmi inspirativní, nikdy si nestěžovala a v rámci možností se snažila pomáhat jiným. Zároveň byla skutečně moudrá, silná, statečná, ale i kouzelně ironická a kritická. Navždy jí bude patřit můj velký obdiv, stejně jako velké Olině za to, co vše pro Olinku udělala a jaké zázemí jí dokázala zajistit.“

„Žije se mi těžce,“ přiznávala v rozhovorech její nemocná dcera. „Zasáhlo mě nebezpečné zúžení jícnu, tři roky jsem přijímala pouze mixovanou stravu a poslední rok mám přímo do břicha zavedenou hadičku. 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 rukou, takže už se sama vůbec neobstarám a jsem závislá zcela na svojí mamce. Naštěstí mohu používat počítač a telefon, takže jsem se světem spojena internetem. I tak se ale snažíme s mamkou žít normální život, chodíme na koncerty a cestujeme.“

Za osvětovou činnost ve prospěch nemocných letos získala Olga Joklová

mladší Cenu Olgy Havlové.

„Handicap je hrůza a není to trest. Čím více vám naloží, tím víc unesete a můžete se mu vysmát,“ vzkázala pak lidem s handicapem při přebírání ceny.

Popel Olinky se její maminka chystala vysypat do vln oceánu u ostrova Tenerife, protože na ozdravných pobytech tam bývala šťastná.

(di); foto: www.blesk.cz



Nadace ČEZ

a aplikace EPP Pomáhej pohybem se činí

Lidé díky aplikaci pomohli stovce projektů, sbírat body teď jde i tancem

Uživatelé mobilní aplikace EPP Pomáhej pohybem nasbírali za necelý půlrok body již pro sto projektů, kterým Nadace ČEZ následně věnovala částku přesahující osm milionů korun, z toho více než 1,1 milionu na projekty v Moravskoslezském kraji.



V něm patřil k nejuspěšnějším projekt **Pomoc pro Adélku**, který podpořili především návštěvníci festivalu Štěrkovna Open Music. Prostřednictvím aplikace EPP Pomáhej pohybem získávali body, které Nadace ČEZ přeměnila na finance a přispěla 50 000 korun na rehabilitaci pro tříletou Adélku postiženou dětskou mozkovou obrnou.

Pomoc prostřednictvím EPPky směřovala také do dalších oblastí života regionu. V Bukovci na Třinecku vysadili alej s 28 stromy, tedy jeden strom pro každé



Aplikace pomohla i tříleté Adélce postižené dětskou mozkovou obrnou

letos narozené dítě. Záchraně valašských pastvin včetně vzácných druhů motýlů pomůže 150 000 korun na aktivity rožnovských ekologů z ČSOP Salamandr. Dalších 250 000 korun pomůže zlepšit prostředí a služby umírajícím lidem, o které se stará ostravská charita v Mobilními hospici Ondrášek.

Aplikace APP nyní přichází s novinkou: zatímco první stovku podpořili profesionální i amatérští sportovci svým

během, chůzí či jízdou na kole, pro další projekty mohou lidé nově sbírat body i tancem.

Přehled všech podpořených projektů přináší speciální stránka www.pomahejpohybem.cz i samotná aplikace EPP Pomáhej pohybem.

„Vždy máme nasazeno několik projektů zároveň, aby lidé měli z čeho vybírat. Někomu je bližší pomáhat dětem, jinému handicapovaným, někdo zase rád sbírá body pro projekty na ochranu životního prostředí. Společné ale mají to, že jim není lhostejné jejich okolí,“ vysvětlila Michaela Žemličková, ředitelka Nadace ČEZ.

Podpořit vybraný projekt je jednoduché. Stačí si zdarma stáhnout aplikaci EPP Pomáhej pohybem do chytrého mobilního telefonu s operačním systémem iOS či Android a pak s každým krokem chůze, při běhu či při cestě na kole sbírat body pro vybraný projekt. Nově lze navíc sbírat body a pomáhat i při tanci.

Závodníci Bobr Cupu přispěli nemocnému Matýskovi na rehabilitaci

Rehabilitační odbornou pomoc na celý rok získal také malý Matýšek z Olomoucka díky podpoře uživatelů mobilní aplikace EPP Pomáhej pohy-



První stovku projektů podpořili sportovci svým během, chůzí či jízdou na kole

bem. Většinu bodů pro něj získali závodníci a příznivci litovelského Bobr Cupu 2015, což je mezinárodní mistrovství ČR v extrémním závodě štafet. Nadace ČEZ potřebnou částku 65 280 korun Matýskovi předala prostřednictvím dobrovolnické organizace Dobré místo pro život.

Matýsek se narodil s dětskou mozkovou obrnou a život mu ztěžují epileptické záchvaty. „Matýsek je obrovský bojovník. Musí ale denně rehabilitovat, aby se mu nepropadl jeho hrudník, srovnávaly kyčle a další problematická místa jeho křehkého těla,“ sdělila Věra Novotná z dobrovolnické organizace Dobré místo pro život, jejíž pracovníci svůj volný čas věnují sociálně znevýhodněným skupinám v Olomouci bez nároku na odměnu.

Veškerou potřebnou péči, která je velmi nákladná, poskytuje malému Matýskovi rehabilitační středisko pro ZŠ a SŠ Credo v Olomouci. Díky aktivním lidem se zájmem o druhé, kteří spojili své síly, a nadačnímu příspěvku tak bude možné uhradit potřebné rehabilitace a masáže pro Matýska na celý příští rok.



Rehabilitační odbornou pomoc na celý rok získal také malý Matýsek

Seniorům v Korytné slouží nové multifunkční křeslo

Seniori v Domě s pečovatelskou službou (DPS) v Korytné na Uherskohradištsku se těší z nového multifunkčního transportního křesla, ve kterém mohou i přes svůj vážný zdravotní stav sedět, důstojně se stravovat a s pomocí pečovatelek také vyjet za přáteli a sluníčkem na dvorek DPS. Přes 51 000 korun na pořízení křesla získala Charita Uherský Brod

od Nadace ČEZ, vysportovali ji uživatelé mobilní aplikace EPP Pomáhej pohybem.

V domě patřícím obci poskytuje Charita Uherský Brod pečovatelské a sociální služby všem 16 klientům. Většinu z nich tvoří plně ležící pacienti odkázání na pomoc druhých. „Transportní křeslo SELLA je ta nejlepší věc, kterou jsme mohli klientům pořídit. Jeho proporce a moderní konstrukce přináší mnoho výhod nejen pro imobilní osoby, ale také pro obsluhující personál,“ vysvětlil Petr Houšť, ředitel Charity Uherský Brod.

„Nejrůznější projekty Charity Česká



Díky projektu se seniori s vážným zdravotním stavem v DPS v Korytné na Uherskohradištsku těší z multifunkčního transportního křesla

republika v jednotlivých regionech podporujeme dlouhodobě a tak víme, že jsou opravdu kvalitní a pro potřebné lidi velmi důležité,“ sdělila Michaela Žemličková, ředitelka Nadace ČEZ.

(red)

Vladislav Sobol
mluvčí Skupiny ČEZ

Realizaci projektu VOZKA podporuje Nadace ČEZ



Očima Moniky Henčlové

Kdo koho venčí?

Dnešní den byl naprosto nádherný. Vstávaly jsme s asistentkou i psími holčičkami spíš dopoledne než ráno. Já a asistentka jsme měly výborné kávičky a psí holčičky dostaly kapsičky. Zkrátka pohodička. Oběd jsme uvařily naprosto výborný a k ideálnímu režimu dne chyběla jen malá procházka po tak náročném obědě. Asistentka mě tedy připravila a usadila na kolečkové křeslo, sama si obula jenom gumové krosy a psí holčičky už stepovaly u dveří. Všechny čtyři jsme se v pohodě dostaly z bytovky.

Psí holčičky vesele pobíhaly před domem, mě asistentka zaparkovala těsně u vchodu a začala pobíhat s holčičkami. Je mladá, vysoká a štíhlá, kolem jejích nohou pobíhali dva malí psí ochránci – prostě pohled na fotku. Všechny tři vypadaly nesmírně spokojeně. Psí holčičky se však brzy unavily. Jsou to gaučáci, takže uběhnout např. sto metrů je pro ně fakt dřina.

Kolemjdoucí mohli vidět následující obraz: vozíčkářka sedí ve svém křesle, na jejím klíně trůní bílý a černý pes – tři páry očí sledují pobíhající asistentku nadšenou z pohybu, vozíčkářka řve smíchy... Asistentce došlo, že je v roli aktivního blba, chopila se vozíku a všechny tři princezny odvezla do bytu. Psí holčičky šly ihned spát na pohovku a asistentka to musela rozděchat. To byl krásný den!

Já vím, že práce asistentů je náročná a my – opečovávaní – nejsme vždy ve své kůži. Ale i při takové dřině se nám všem někdy na tvářích spontánně objeví úsměvy od ucha k uchu. A pak je nám moc fajn...



Vozíčkáři Plzeňska opět navštívili školáky



I letos se členové organizace Vozíčkáři Plzeňska chystali navštívit děti ze 25. ZŠ ve Chválenické ulici v Plzni. Vendulka Koupilková si tentokrát pro ně připravila prezentaci „Co je vlastně handicap?“

Setkání vozíčkářů a dětí se uskutečnilo na začátku listopadu ve školním klubu. Žáci se aktivně zapojili do debaty o problematice života lidí se zdravotním postižením. Zajímali se o bezbariérovost, pomoc postiženým lidem na ulici, v rodině, v obchodě, ale také např. o to, jak fungují kompenzační pomůcky atd. Slova obdivu patřila příkladům sportovních a kulturních aktivit vozíčkářů, ale i schopnostem sebeobsluhy nebo jejich pracovním dovednostem.

Děti vyprávěly své vlastní příběhy o setkání s nemocnými lidmi či lidmi s postižením a jejich snaze jim pomoci.

Čas vyměřený na besedu uběhl jako voda. Od dětí jsme dostali přání a kytičku v květináči. Ta by nám mohla vydržet třeba až do příštího setkání. My s Vendulkou jsme jim věnovaly malířské potřeby. Víme, že v klubu hodně a velmi pěkně malují.

Děkujeme za nádherné přijetí a přejeeme hodně štěstí v příštím roce! Díky patří i paním učitelkám za organizaci besedy. Už teď se těšíme na setkání v roce 2016.

*Za Vozíčkáře Plzeňska
Anna Stejskalová
a Vendulka Koupilková*



Na vysokou do Hradce Králové

Podpora studentů
se specifickými
potřebami



Vybíráte vysokou školu? Je pro vás důležitá podpora, kterou vysoká škola zajišťuje studentům s pohybovým postižením? Přijďte na Den otevřených dveří Univerzity Hradec Králové (UHK), který se bude konat 15. a 16. ledna 2016.



Dne otevřených dveří univerzity se bude účastnit i Poradenské centrum, jehož součástí je Středisko Augustin, které zajišťuje podporu právě studentům se specifickými potřebami. Po oba dva dny se můžete zeptat, komu a jaké servisní opatření středisko nabízí, či se informovat, zda je vámi zvolený obor vhodný vzhledem k vašim specifickým potřebám. Pro tyto potřeby máme vypracovanou analýzu vhodnosti studijních oborů pro studenty se speciálními potřebami. Komplexní informace o studiu všech oborů a přijímacím řízení vám předají pracovníci jednotlivých fakult.

Bezbariérové prostředí a osobní asistence

Podporu Středisko Augustin zajišťuje nejen v průběhu celého studia, ale i při přijímacím řízení a přípravných kurzech. Informace vám poskytne přímo naše koordinátorka služeb Michaela Zmátlíková. Pokud budete mít zájem, můžete se rovnou jako uchazeč zaregistrovat. V tomto případě si nezapomeňte s sebou vzít doklad prokazující vaše zdravotní postižení či jiné znevýhodnění (např. průkaz osoby se zdravotním postižením, doklad o zdravotním postižení nebo invaliditě). Nárok na určitý typ servisu vychází z funkčních dopadů zdravotního postižení.

Mezi nejčastěji poskytované služby během přijímacího řízení i při studiu patří zajištění bezbariérovosti budovy a učebny, včetně odpovídajícího studijního místa, a poskytnutí osobní asistence. V současné době univerzita disponuje několika zcela bezbariérovými budovami.



Foto: Informační brožura o Středisku Augustin

Více o Středisku Augustin a servisních opatřeních poskytovaných nejen při přijímacím řízení naleznete na www.uhk.cz/z/augustin nebo kontaktujte koordinátorku služeb Bc. Michaelu Zmátlíkovou (michaela.zmatlikova@uhk.cz).

Čím dříve Středisko Augustin zkontaktujete, tím lépe. Přihlášku ke studiu na UHK můžete podávat do konce února 2016.

*Bc. Michaela Šteflová
administrátor služeb
Středisko podpory pro studenty se
specifickými potřebami Augustin
Poradenské centrum UHK*



Pracovníci Střediska Augustin

Foto: Inform. brožura o Středisku Augustin

Patnáctka nových psích asistentů odpromovala v Motole



Získat vysokoškolský diplom není hračka. Svě o tom vědí i asistenční, signální, vodící a doprovodní psi „made by Helppes“. Svého slavnostního promočního slibu se dočkali po téměř ročním náročném výcviku. V tento slavnostní den veřejně příslibí „službu“ svému pánu – člověku s handicapem.

V polovině září se v areálu Helppes – Centra výcviku psů pro postižené, o. p. s., mj. Neziskovky roku 2013 a 2014, na Plzeňské ulici v Praze 5 slavilo. Nejenže se uskutečnila již tradiční promoce chlupepatých absolventů Vysokého Učení Helppešního, katedry asistenčních, vodících, signálních, terapeutických a průvodcovských psů ročníku 2014/2015, ale obecně prospěšná společnost Helppes při té příležitosti

oslavila také své čtrnácté narozeniny. Všem očekávaný 13. ročník Super dne Helppes již po několikáté v řadě moderoval Mirek Konvalina.

Promující asistenty a jejich novopečené majitele přišla podpořit spousta známých osobností. Patrony patnácti nových asistenčních psů se stali Karel Gott, Marta Kubišová, Barbara Nesvadbová, Debbi, Leona Šenková, Jana Stryková, Veronika Rážová, Miro Žbirka, Karel Kahovec, Martin France, Pavel Roth, Viktor Sodoma a skupina Portless.

V rámci bohatého programu návštěvníci zhlédli také dvě ukázky dovedností asistenčních psů, kterých se na jedničku zhostili dva vozíčkáři, klienti Centra Helppes. Zvláště druhá ukázka měla úspěch – vozíčkář a jeho psí asistent vtipně předvedli prvky asistence za doprovodu „filmových hlášek“.

Kontakt a další informace: Helppes – Centrum výcviku psů pro postižené, o. p. s., Hvozdnice 147, 252 05 Hvozdnice, tel.: 603 769 864, e-mail: info@helppes.cz, www.helppes.cz.

*Zuzana Daušová, Veronika Paldusová
Helppes – Centrum výcviku psů
pro postižené, o. p. s.*



NAŠE TIPY

Knihy, CD, DVD, internet



Paradox šimpanze



Steve Peters, 320 str., 296 Kč, Zoner Press (2013).

Lidskou mysl ovládají racionální a logický Člověk a emocionální Šimpanz, který dokáže být vaším nejlepším přítelem, nebo nejhorším nepřítelem – v tom je paradox Šimpanze. Britský psychiatr prof. Steve Peters vyvinul unikátní a přitom srozumitelný model fungování tak složitého procesu, jakým je lidský mozek a lidské myšlení, a nazval ho Paradox Šimpanze (The Chimp Paradox). Ve zjednodušeném modelu lidského myšlení jsou tři zásadní centra: logicky uvažující a racionální Člověk, emocionální a impulzivní Šimpanz a Počítač, který uchovává databanku našich vědomostí a zkušeností. Naše myšlení a jednání, odezva na nejruznější impulsy odpovídá buď Člověku, nebo Šimpanzi. Rychlý a silný Šimpanz dokáže reagovat okamžitě, ale ne vždy adekvátně situaci. Šimpanz v naší hlavě nám také brání v rozhodování o důležitých věcech, je ustrašený a opatrný. Kniha vám ukáže, jak zvládnout svého Šimpanze a nedovolit mu převzít nad vámi moc.

Statistická ročenka z oblasti práce a sociálních věcí 2014



Statistická ročenka, kterou vydalo Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR, popisuje sociální situaci a stav na trhu práce v roce 2014.

Publikace zahrnuje základní demografické ukazatele a statistické informace, které se vztahují k hlavním dávkovým systémům resortu (důchodové a nemocenské pojištění, státní sociální podpora, pomoc v hmotné nouzi, podpora v nezaměstnanosti, dávky pro osoby se zdravotním postižením a příspěvek na péči), k sociálně právní ochraně dětí, lékařské posudkové službě či k vývoji příjmů a výdajů

rozpočtu kapitoly MPSV.

Statistická ročenka má 146 stran, ve formátu A4 vyšla v nákladu 350 ks a lze ji stáhnout na: <http://www.mpsv.cz/cs/3869>.

Vaříme při roztroušené skleróze



Kornelie Holá, 54 str., 30 Kč členové UNIE ROSKA v ČR (ostatní 50 Kč), ROSKA PRAHA (2015).

Autorka vystudovala VOŠZ, obor Nutriční terapeut. Praxi má téměř ze všech pražských nemocnic a z klinického centra ISCare. Publikaci si můžete koupit osobně v MS Centru ROSKA PRAHA, Tusarova 10, Praha 7. Objednat si ji můžete i na emailových adresách centerum@roska-praha.cz, roska@roska-praha.cz nebo telefonních číslech 266 712 511, 774 185 784. V případě zaslání poštou počítejte s poštovným a balným.

Určitě si poradíte



Průvodce životními situacemi, kdy potřebujete zdravotní a sociální služby a do kterých se může dostat každý z nás.

Průvodce vychází postupně v jednotlivých krajích České republiky v knižní podobě a postupně vznikne i elektronická interaktivní podoba průvodce na internetu. Více na: www.urcitesiporadite.cz.

Vydavatelem je společnost FM solutions, a.s., autory jsou Michael Viereckl, Daniela Lebedová a Petra Votočková.

Hlavu vzhůru, rodiče!



Na výchovu selským rozumem. Milena Mikulková, 224 str., 249 Kč, Grada (2015).

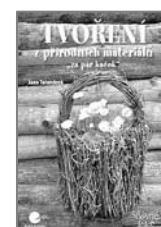
Motto: *Je důležitější připravit děti na cestu, než cestu pro děti.*

Kniha není příručkou pro dokonalé rodiče, ale je průvodcem pro rodiče odhodlané a statečné, pro rodiče, kteří chtějí dát dětem sami sebe. Publikace pomáhá odpovědět na otázky: Je rodičovství umění, nebo jen správná technika, strategie? Co všechno se promítá do našich výchovných záměrů? Kdy a kde se učíme být rodiči? Podle čeho měříme, zda jsme nebo nejsme dobrými rodiči? Co děti skutečně od rodičů potřebují a co je spíš na škodu? Jak dětem nezkažit dětství?

Kniha nabízí rodičům podněty pro jednotlivá období výchovy potomka a upozorňuje, na co se zaměřit. Stručný text doplněný přehlednými schémata nebo

vtipnými ilustracemi pomůže rodičům předcházet zbytečným chybám, kterých později litujeme. Schopnost dobře vychovat své dítě předpokládá porozumět sobě, svým náhledům, ale zároveň porozumět potřebám dítěte. Někdy je velmi těžké rozlišit, kdo koho vlastně vychovává. Kniha představuje několik zásadních principů výchovy dětí od útlého dětství až o jejich osamostatnění.

Tvoření z přírodních materiálů „za pár kaček“



Jana Talandová, 64 str., 199 Kč, Grada (2015).

Autorka hledala během svého pedagogického působení při kreativní tvorbě s dětmi i dospělými různé možnosti a cesty, jak při tvůrčí práci použít materiály za minimální finanční náklady. Nabízí tak vlastnoruční vytvoření přízdob dekorace či dárků z materiálů, které jsou k mání v přírodě. Představuje zajímavé přírodní materiály, z nich vytvořené přízdoby a dekorativní předměty. Jejich výhodou je jedinečnost, zajímavé provedení a komerční nenáročnost. Kniha je studnicí nápadů pro každého, kdo rád pracuje s přírodními, opětovně využitelnými materiály a má pro svoji tvorbu omezený rozpočet. Na své si přijdou všechny věkové skupiny od předškoláků po aktivní seniory.

34 mýtů o zdraví



Donald M. Epstein, 160 str., 249 Kč, Grada (2014).

Kniha je čtivá a praktická, nevyžaduje zvláštní vzdělání. Lze ji číst hezky od začátku do konce nebo si podle potřeby a nálady vybírat, co se vám právě hodí. Najdete rady, jak rozvíjet duševní pružnost a čemu se raději vyhnout, jak uplatnit duševní pružnost v běžném životě. Kdo potřebuje duševní pružnost? My všichni, ale zvláště ti, kdo něco tvoří, kdo v životě zabloudili (možná se dopouštějí stejných nebo podobných omylů a hledají lepší cestu) nebo ti, kdo jsou vcelku spokojeni, jen by si přáli mít život zajímavější...

(bf)

Objevili jste zajímavou knížku? Dejte o ní vědět do VOZKY!

Redakce: Pavel Ploháč, t.: 737 238 933, sefredaktor@vozka.org

Technické pomůcky výrobního družstva nevidomých Spektra

Pomůcky pro zvětšování textu a obrazovky počítače

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.

Moderní pomůcky pro slabozraké nevidomé pomáhají překonávat především informační a komunikační bariéry. Zvětšují text nebo jej přečtou syntetickým hlasem, umožňují práci s počítačem, telefony a s dalšími zařízeními.

Na pořízení pomůcek přispívá Úřad práce ČR podle zákona 329/2011 Sb.

Stolní zařízení



Stolní kamerová lupa snímá předlohu a její zvětšený obraz promítá na monitor

Pro silně slabozraké čtenáře, kteří často čtou větší objem textu, jsou vhodné **stolní kamerové lupy**. Kamera lupy snímá předlohu a její zvětšený obraz promítá na monitoru. I silně slabozraký uživatel může s textem či grafikou běžně pracovat, např. číst knihy, noviny nebo prohlížet mapy. Školní verze zvětšovací lup mají možnost i **pohledu na dálku** – na tabuli.

Přenosná zařízení



Pro práci na cestách se používají **přenosné kamerové lupy**. Pracují na baterie,

jejich zvětšení bývá maximálně dvacitnásobné a jsou velmi malé a lehké. Slouží pro rychlý náhled, např. při čtení cenovek v obchodě, jízdních řádů apod.

Hlasové čtečky



Prakticky či úplně nevidomým jakkoli zvětšení původního textu nepomůže. Další možností, jak zpřístupnit text, je nechat si jej přečíst hlasem – využít **hlasovou čtečku ClearReader**. Pod kameru vložíte tištěnou předlohu, stisknete tlačítko a za pár okamžiků vám hlas předčítá text z předlohy.

Pod kameru vložíte tištěnou předlohu,

stisknete tlačítko a za pár okamžiků Vám hlas předčítá text z předlohy.

Počítače, mobily, tablety

Podle zrakové vady konkrétního uživatele lze počítačovou techniku zpřístupnit několika způsoby.

Pro silně slabozraké se využívá zvětšování obrazovky (případně i s hlasovou podporou), pro nevidomé je nejčastější hlasový výstup či výstup v Braillově písmu.

Pokud máte zájem o **více informací** nebo přímo o **vyzkoušení zařízení** (např. stolní a kapesní kamerové lupy, notebooku se zvětšovacím programem apod.), obraťte se na nás. Rádi vám pomůžeme s výběrem vhodné pomůcky a vyřízením žádosti o příspěvek na nákup pomůcky.

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)

Život bez bariér

Výstava plná inspirací pro lidi s postižením

Pomoci lidem s různými druhy handicapů, a to jak zdravotními, tak společenskými – to bylo hlavním cílem říjnové výstavy Život bez bariér, která se uskutečnila na ostravském výstavišti Černá louka.

Vedle praktických ukázek a prodeje pomůcek pro seniory, lidi s postižením i děti zde byla k dispozici pestrá nabídka firem poskytujících sociální a asistenční služby, úpravy bydlení, možnosti trávení volného času i cestování.

Návštěvníci se mohli přímo na místě seznámit například se speciálně upravenými vozidly, schodolezy, sportovními kočárky nebo s vozíky a různými kompenzačními pomůckami. Mohli si nechat vyšetřit zrak, tlak i chodidla, vyslechnout rady od specialistů na výživu nebo navštívit stánek Knihovny města Ostravy pro handicap.

Zábava, rady a informace

Připraven byl rovněž bohatý doprovodný program na pódiu: ukázky výcviku vodičích a asistenčních psů, taneční vystoupení seniorů, hudební vystoupení skupiny Trigon band a také jedinečné taneční vystoupení Flamenco v podání Bílé holubice, spolku na podporu umělecké a sociální integrace občanů se zdravotním postižením.

Velký zájem projeвили návštěvníci výstavy o promítání dokumentárního filmu kameramana Josefa Hájovského a režiséra Zdeňka Páchy *Rysy 2014 jinak* o očekávání, nejistotě, štěstí i smutku čtyř handi-



„A jak už nebudeš moct, můžeme tě táhnout na vodítku...“



Nosítka a la šerpa



Zájem byl rovněž o elektrická vozítka

capovaných Čechů a šerpů-nosičů Šikulů při výstupu ve Vysokých Tatrách (vysokohorská Belianská jeskyně a vrchol Rysů z polské strany Tater). Režisér a šerpa Zdeněk Pácha na výstavě prezentoval činnost šerpů Šikulů a jejich připravované projekty.

V průběhu výstavy rovněž probíhal

turnaj v ping-pongu pořádaný Sportovním klubem vozíčkářů Ostrava. Kromě toho zde představila své výrobky řada spolků a chráněných dílen, což korespondovalo se souběžnou výstavou Kreativ. Prezentovaly se na ní výtvarné dílničky, kreativní nápady a inspirace jednotlivců i firem, k dispozici byly materiály s výstavní sle-

vou či handmade výrobky.

Návštěvníci se mohli zúčastnit zajímavých workshopů, kde si nejen mohli vyzkoušet svou šikovnost, ale i načerpat mnoho užitečných rad pro život s handicapem.

Jiří Muladi

Foto: Jiří Muladi



Přídavné zařízení pro převoz vozíku na tažném zařízení auta



Tanec na vozíku (Flamenco v podání Bílé holubice.)



Členové Sportovního klubu vozíčkářů Ostrava v akci



Vyšetření očí zdarma



Ukázka ručních prací



Občerstvovací stánek zde vedli lidé s handicapem

Představujeme:

Hřiště hrou s.r.o.

Originální dětská hřiště nejen pro vozičkáře



Varianta uspořádání hřiště

Turnovská firma Hřiště hrou s.r.o. je pravděpodobně nejmladší firmou zabývající se výrobou a instalací dětských hřišť v České republice. Její majitel a zakladatel Ing. Tomáš Tomsa a tým lidí okolo něj jsou však jedni

z prvních, kteří před více než 13 lety začali měnit tvář městských parků, zahrad mateřských a základních škol a mnoha dalších veřejných i soukromých prostor.

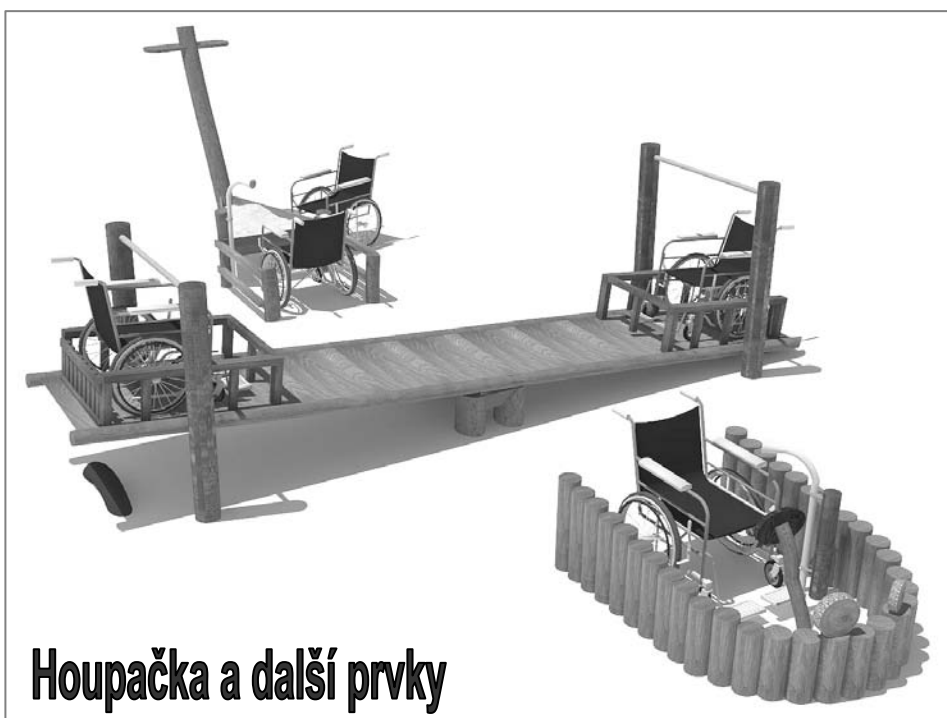
V době, kdy už většina dětských hřišť

v Česku značně překračovala svou životnost a nespĺňovala bezpečnostní požadavky, přišel Tomáš Tomsa s ojedinělým nápadem využít **akátové dřevo**, které se pro jeho přirozenou křivost nedá použít ve stavebnictví, k výrobě originálních dětských hřišť. Od konstrukce malých herních prvků se propracoval až k velkým několikapatrovým hradům, které jsou i po letech pro děti stále atraktivní. A právě křivost použitého dřeva dodává více než třem tisícům dětských hřišť jedinečný styl a originalitu.

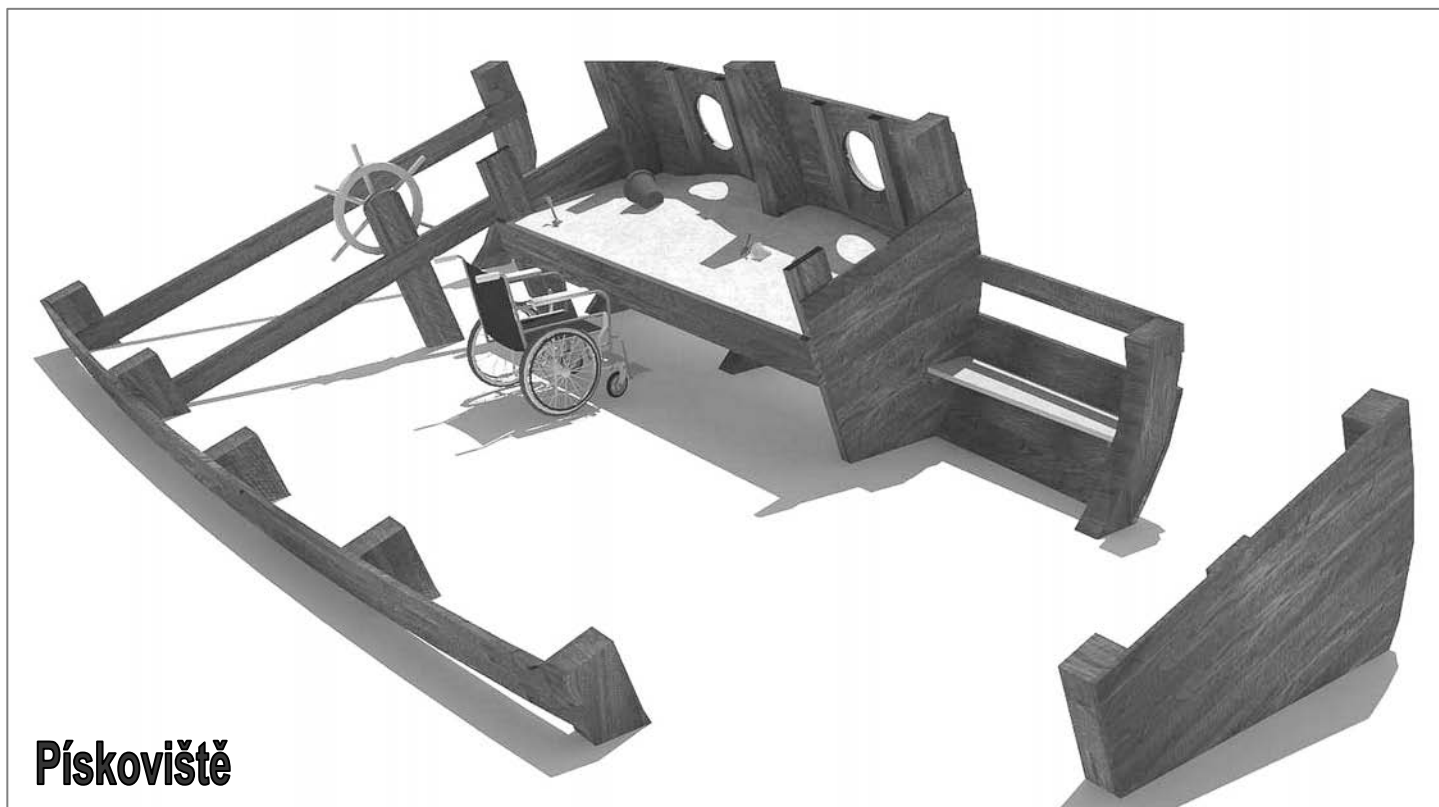
Hřiště a herní prvky pro děti s omezenou mobilitou

Firma Hřiště hrou s.r.o. zaměstnává profesionály, kteří se již dlouho zabývají vývojem jak dětských hřišť, tak i naučných stezek pro děti a jejich rodiče. Jejich cílem vždy bylo nejen děti bavit, ale i vzdělávat, vytvářet prostory, ve kterých si mohou rodiče se svými dětmi aktivně odpočinout a tím tak utužovat pouto rodiny i mimo domov v parku nebo v přírodě.

Zcela logicky se tým pod vedením Tomáše Tomsy dostal do bodu, kdy si uvědomil, že zatím prakticky nikdo nepoptává **hřiště pro děti s handicapem**. Po pravdě – není ani žádná nabídka zajíma-



Houpačka a další prvky



Pískoviště

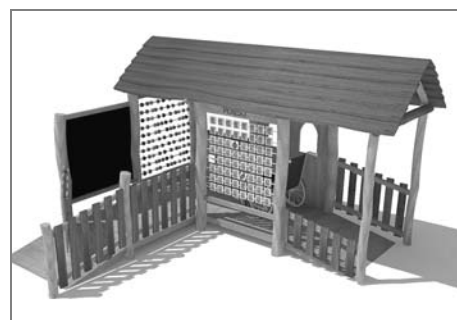
vých herních prvků plně dostupných úplně všem dětem. Po několika schůzkách a konzultacích s různými sdruženími a organizacemi zaměřenými na pomoc a péči o lidi s tělesným postižením vznikly první studie dětských herních prvků pro děti s omezenou mobilitou, které zároveň mohou využívat děti bez zdravotních omezení.

Finálním výsledkem je ucelená řada dětských herních prvků čítající mj. **závěsnou a vahadlovou houpáčku, pružinové houpadlo, domeček, multifunkční pískoviště, ale např. i multifunkční sestavu**

letadlo a různé druhy ručkovadel. Všechny herní prvky jsou navrženy v souladu s normami platnými pro dětská hřiště (ČSN EN 1176) a s důrazem na bezpečnost jejich uživatelů.

Pojďte si hrát s námi!

Tvůrčí tým společnosti Hřiště hrou doufá, že svými nápady pomůže překonat bariéry mezi dětmi, z nichž některé neměly tolik štěstí a svými netradičními výrobky otevřít cestu novému trendu, který by vůči více či méně mobilním dětem mohl být přátelštější.



Průjezdni domeček s hracími prvky na stěnách

Na vývoji herních prvků a hřišť se podílejí majitel firmy Ing. Tomáš Tomsa, vývojáři a grafici Ing. Jan Šimice a Jan Ometák, vedoucí výroby Jan Zakouřil a vedoucí montáží Jakub Dohnal.

Další informace a kontakt: Hřiště hrou s.r.o., Sobotecká 810, 511 01 Turnov, tel.: 733 533 916, info@hristehrou.cz, www.hristehrou.cz.

(red)



Tvůrčí tým při kontrole výrobků: (zleva) Ing. Tomáš Tomsa, Ing. Jan Šimice a Jan Ometák



Prvky hřišť se vyrábí v dílně



Hladové krysy užraly hibernující 90leté želvě z Walesu, jménem Mrs. T, přední nohy. Její majitel, po poradě s veterinářem, jí připevnil ke krunýři kola a nejen že jí umožnil pohyb, ale želva se nyní dokonce pohybuje dvakrát rychleji než dřív. Vzhledem k jejímu věku se bude moci prohánět po světě ještě dalších padesát let. *Zdroj: www.abicko.cz*



Moje asistentka je pěkný pes...

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

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

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



Sexy vozičkářka Rachelle

I žena, která od hrudi dolů necítí tělo, může být sexy. Důkazem toho je Rachelle Friedman Chapman, která je tak inspirací pro ženy s handicapem z celého světa.



Na své rozlučce se svobodou málem přišla o život. Její kamarádka do ní nešťastně strčila a ona narazila hlavou o dno bazénu. Poškodila si páteř a nyní musí být na vozičku. Se svým zraněním se ale smířila, svého snoubence si podle plánu vzala a nakonec se z Rachelle stala maminka. Jenže to není vše – stala se i modelkou.

„Musím tu změnu přijmout. Chci lidem ukázat, že se s tím dá nějak srovnat. Poněkud se stydím za cévku, kterou musím pořád nosit, ale není to středobodem toho, kdo jste či jak vypadáte,“ řekla mladá maminka časopisu People.

„Mnohem důležitější je, aby se lidé soustředili na to, co na sobě milují, a nebyli k sobě tak kritičtí,“ říká Rachelle.

Něco na tom určitě bude, protože poslední série fotografií Rachelle Chapman oblékla celý svět.

Foto: Facebook Rachelle Chapman (di)

Polohovací skřínky kuchyňské linky

V zahraničí se docela dobře prosazují dodavatelé horních polohovacích skříněk. U nás tomu tak není zřejmě kvůli vysoké ceně. Elektrický pohon umožňuje snížit skřínky podle potřeby co nejbližší k pracovní desce a učinit tak jejich obsah více přístupný i z vozíku.



Motorické snížení se může týkat jen vybraných skříněk.



V polohovacích skřínkách nemusí být jen nádobí, ale i např. mikrovlnná trouba.



Pod pečící troubou je vhodné mít vysouvací pracovní desku.

(dz); foto: internet



Tento návrh kuchyňské linky obsahuje horní polohovací skřínky. Bezbariérová pracovní deska je vybavena praktickými nízkými šuplíky, el. zásuvkami pro drobné kuchyňské spotřebiče a elektrickou varnou deskou. Vaření na ní vyjde dražší než na plynu, výhodou je však hladší posouvání hrnců po ní. Rošty plynového sporáku navíc zvyšují polohu hrnců, což vozíčkáři nevyhovuje.



Snížení horních skříněk je limitováno jen vodovodní baterií a momentálně využívanými předměty. Ovládání horních skříněk je pomocí tlačítek na zvýšeném čele kuchyňské desky.

Startovací bydlení pro vozíčkáře

Příznivá lokalita: Bytový dům Malešice a Malešický park

„Startovací bydlení“ je program na pomoc ochrnutým lidem krátce po úrazu páteře a poškození míchy s cílem vyřešit dočasně jejich bydlení. Vznikl v Praze 10 ve spolupráci senátorky Ivany Cabrnchové a ředitelky České asociace paraplegiků – CZEPA Aleny Jančíkové. Pět speciálně vybavených bytů v bytovém domě Malešice je unikátní šancí pro paraplegiky v celorepublikovém měřítku.

Současná legislativa neumožňuje vyřídít příspěvky pro úpravu vlastního bydlení před ukončením hospitalizace v nemocnici a rehabilitačním ústavu, takže mnozí klienti s těžkým pohybovým postižením jej opouštějí v době, kdy nemohou mít doma provedeny bezbariérové úpravy. Často jsou pak nuceni odcházet do pobytových sociálních služeb. A je nesporné, že jen v plně bezbariérovém prostředí lze následně využít a rozvíjet schopnosti a dovednosti nabyté během rehabilitace.

„Lidi s poškozením míchy přibývá. Je to důsledek adrenalinových sportů, dopravních nehod nebo letních skoků do neznámé vody. Postižení jsou většinou mladí a aktivní lidé, kteří mají potenciál a je škoda jej nevyužít. Dlouhodobě zanedbávaný objekt bývalého penzionu prošel v průběhu posledních měsíců náročnou rekonstrukcí. Roky příprav a jednání mají konečně svůj výsledek. Vedle prostor určených jako startovací bydlení pro mladé a ústupových bytů pro seniory je zde i pět bytů připravených speciálně pro osoby po úrazu míchy. Lidé po autohavárii nebo po jiné nehodě, kteří jsou upoutáni na vozík, si zde budou v domácím prostředí zvykat na nový život s postižením,“ říká senátorka Ivana Cabrnchová.



Bytový dům se startovacími byty v Praze-Malešicích

Bezbariérový Malešický park

Nově zrekonstruovaný bytový dům sousedí s Malešickým parkem. Zde proběhla náročná obnova financovaná z evropských fondů v roce 2013. Také park byl postaven s ohledem na lidi s postižením a najdeme zde mimo jiné bezbariérové toalety nebo hřiště, které umožňuje, aby rodič na vozíku mohl doprovázet své děti až ke kolotoči či prolézačce.

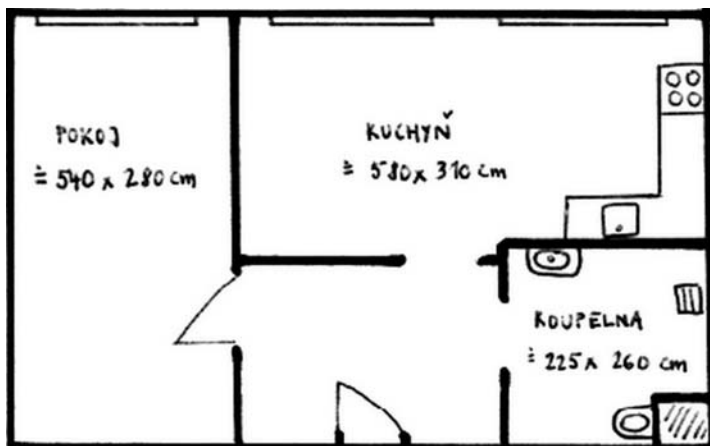
Ředitelka České asociace paraplegiků Alena Jančíková k tomu připomíná: „Když mi bylo 18 let, spadla jsem při fotografování ze stromu a následkem zranění jsem ochrnula. Na vlastní kůži jsem poznala, jak neskutečně těžké je žít v bariérovém prostředí na vozíku. Proto vítám každou pomoc, kterou obce a města nabídnou lidem po zranění míchy. Bezbariérový Malešický park i speciální byty v Bytovém domě Malešice jsou unikátní v celorepublikovém měřítku. Bylo by vhodné, kdyby si i další samosprávy vzaly příklad z těchto projektů.“

Moderní interiér

Bytový dům má vlastní moderní jídelnu, velkou dětskou hernu, klub seniorů a disponuje dalšími službami. K bydlení slouží 99 bytů s plochou okolo třiceti m². Ty nyní čekají na nové nájemce, kteří mohou požádat o byt. Své nájemce nyní získají i byty pro paraplegiky. Jak na to?



Kuchyňská linka ve tvaru „L“ má bezbariérovou úpravu – na vozíku se dá podjet pod kuchyňskou deskou, která je vybavena varnou deskou, horní skříňky jsou snížené.



Půdorys bytu: Pokoj – 540 × 280 cm, kuchyň – 580 × 310 cm, koupelna – 225 × 260 cm



Koupelna je vybavena umyvadlem, sklopnou sedačkou s madly a naklopeným zrcadlem

Nabídka bydlení

■ **Místo:** Praha 10, Počernická 64, objekt Bytový dům Malešice.

■ **Byty:** 5 bytů 2 + kk, plocha 44,3 m², ve 4., 5., 6., 7. a 9. podlaží.

■ **Popis:** Byty mají bezbariérový přístup (3 výtahy) a jsou vybaveny pro uživatele na vozíku. K dispozici je koupelna se sprchovým koutem, toaleta, polohovací postel, uzpůsobená kuchyňská linka se spotřebiči (varná deska, elektrická konvice, lednice, mikrovlnná trouba, pračka). K dispozici jsou také bezbariérově přístupné sklepní kóje k uskladnění věcí. V domě je jídelna.

■ **Lokalita:** V bezprostředním okolí domu stojí Poliklinika Malešice (Plaňanská ulice) s lékařskou pohotovostní službou a nonstop lékárnou; dále obchody, pošta, banka, dostupná kvalitní rehabilitace a další služby.

■ **Doprava:** Bezbariérové autobusové linky MHD s dojezdem na bezbariérové stanice metra (trasa A – Skalka, Strašnická, trasa C – Florenc).

■ **Cena:** Nájemné 60 Kč/m² + energie a služby, vratná kauce 5 000 Kč.

■ **Nájemní smlouva:** Na dobu určitou, max. však jeden rok (povinností uživatele startovacího bydlení je aktivní spolupráce na řešení jeho stabilní bytové situace v průběhu trvání podnájemní smlouvy.)

■ **Kdy?:** Od ledna 2016.



Bezbariérový park je vybaven kolotočem, na který se dá najet s vozíkem...



...a bezbariérovým hřištěm

Komu je nabídka určena?

Startovací bydlení mohou získat osoby s poškozením míchy.

Byty jsou vhodné pro pobyt **jedné až dvou osob** a nejsou určeny pro trvalé bydlení.

Zájemci musejí současně splnit všechny následující podmínky:

■ vyplnit elektronický formulář žádosti na <http://goo.gl/forms/h72p7hkyA1> (pokud nemáte přístup na internet, spojte se s námi telefonicky na čísle 775 980 952);

■ členství v České asociaci paraplegiků – CZEPA;

■ trvalé bydliště na území ČR;

■ nezbytná schopnost plnění finančních závazků (z titulu podnájemní smlouvy nelze čerpat příspěvek na bydlení);

■ zřízení pojištění občanské odpovědnosti.

Služby osobní asistence v projektu startovacího bydlení nejsou zahrnuty.

V rámci poradenských služeb jsou pracovníci České asociace paraplegiků – CZEPA připraveny poskytnout odborné sociální poradenství a kontakty na poskytovatele osobní asistence, pečovatelské služby, domácí zdravotní péče či jiných sociálních služeb.

(di)



Slepý zahradník: „Maminko, letošní úroda jablíček je opravdu výjimečná!“

Milan Linhart

Představujeme:

Neurorehabilitační klinika AXON

Neurorehabilitační klinika AXON je specializovaná soukromá klinika zaměřená především na ambulantní léčbu dětských pacientů postižených dětskou mozkovou obrnou (DMO), nádorem mozku či jinými neuromuskulárními deficity. Hlavním léčebným programem kliniky je terapie Kosmík, jejímž základem je intenzivní neurorehabilitace metodou TheraSuit® a integrace primitivních reflexů.

Odbornou garantkou rehabilitačního zařízení je primářka MUDr. Jarmila Zipserová, která dříve působila jako ředitelka léčebného úseku v Sanatoriích Klimkovic. Díky svým dlouholetým zkušenostem se stala váženou specialistkou v oblasti neurologie a dětské neurorehabilitace. Aktuálně je jedinou lékařkou v České republice, která má čtyřletou praxi s léčbou metodou TheraSuit®. Ředitelem kliniky je její syn, Jan Zipser.



Jan Zipser, ředitel kliniky AXON

Jarmile Zipserové pomáhá s léčbou tým vysoce kvalifikovaných fyzioterapeutek, které mají rozsáhlé znalosti a zkušenosti v oblasti fyzioterapie, léčby metodou TheraSuit® a rehabilitace dětí i dospělých s fyzickým i kombinovaným postižením.



Fyzioterapeutky mají naprostou důvěru dětí

Jarmila Zipserová:
Důvodů, proč něco nejde,
najdete vždycky milion –
jenže já jsem beran...



• **Paní doktorko, co vás vedlo k tomu, že jste se svým synem založila Neurorehabilitační kliniku AXON?**

Za prvé musím říci, že Sanatoriím Klimkovic a speciálně jejich řediteli jsem vděčná za to, jak obrovské školy se mi tam dostalo. Jenže já chtěla ještě dál a s širším záběrem...

Ono mě to vlastně provází celý život. Původem jsem chirurg, pak kardiochirurg – takže jsem měla v rukou několik desítek lidských srdcí, i bijících –, ale pořád jsem cítila, že to pro mě není „to pravé ořechové“. Opravdová celostní medicína je totiž rehabilitace, při ní se musí znát tělo zevnitř i zvenjšku. Proto jsem na osm let odešla do Beskydského rehabilitačního centra a pak jsem vyhrála výběrové řízení v Klimkovicích. Tam jsem se seznámila s Milošem Svobodou, který mi vyprávěl o svém handicapovaném synu Davidovi. Dal mi kontakt na webové stránky Isabely Koscielny. A právě spojení s ní mi pak doslova změnilo život.

• **Takže to byl důvod „postavit se na vlastní nohy“?**

Dá se to tak říci. Když Isabela přiletěla z Michiganského institutu, aby nás vyškolila, po třech dnech začal bezvládný David Svoboda zvedat hlavu – což lze označit za zázrak. Byl to pro mě zlomový okamžik a získala jsem k ní neskonale obdiv. Isabela nám ukázala, že se dá do mozku dostat i „náhradními“ cestami, pomocí perfektně vypracovaných technik. A ještě nám přitom hodila jiskru do oka, zapálila mě i fyzioterapeutu. Tak jsme to rozjeli a začali získávat vlastní zkušenosti. Ale jak už jsem řekla, chtěla jsem ještě dál.

• **Co konkrétního máte na mysli?**

Dětská mozková obrna se nedá vyléčit, ale dají se díky intenzivní rehabilitaci zmírnit její dopady. Území mozku si lze vzít zpátky. Obrazně řečeno, je-li dálnice zničená, dá se to vzít po okružkách. Zároveň ale platí, že život je pohyb – co se nehýbe, je mrtvé. Takže z imobility vznikají další různé komplikace, např. osteoporóza a poruchy vnitřních orgánů. Když budete čtyři hodiny cvičit a dvacet hodin sedět, převládne v mozku vzorec pro sezení. Proto poskytujeme mimořádně intenzivní a dlouhodobé terapie včetně instrukcí, jak dál cvičit doma. A při výsledcích se proměňují nejen klienti, ale i jejich rodiče. Jsou úplně jiní než dřív, mají více energie, přátelských vazeb a považují to tady za svůj druhý domov.

• **Nakolik možnosti této terapie ovlivňují finanční prostředky?**

Ty lze označit za kámen úrazu. Intenzivní čtyřtýdenní léčba stojí bezmála 70 000 korun. Pojišťovny ji dosud nehradí a je pravidlem, že rodiče s takto handicapovanými dětmi mívají hluboko do kapsy. Starají se o své děti a na ekonomické aktivity jim nezbyvá čas. Ale už samotné školení Isabely nebylo o penězích, nýbrž o vášni a výsledcích. Část nadšení jsme tedy promítli i do naší administrativní činnosti, kdy pomáháme rodičům získat finance na terapii prostřednictvím různých nadací a našeho transparentního účtu.

Jinými slovy, důvodů, proč něco nejde, najdete vždycky milion – jenže já jsem beran...“



Příjemné prostředí u vstupu do kliniky

V čem je terapie Kosmík unikátní?

Dětská mozková obrna vzniká zpravidla třemi způsoby:

- poškozením dítěte-plodu v těhotenství vlivem různých infekcí či drog;
- při porodech nebo nehodách, kdy dojde například k přerušení přísunu kyslíku dítěti;

■ jako následek vážných nemocí u novorozenců (těžké záněty plic, močového traktu nebo mozkových blan).

Léčení dětské mozkové obrny se v České republice praktikuje nejčastěji podle Vojtovy metody, canisterapie, hipoterapie, někdy i delfinoterapie (kontakt s delfíny).

V porovnání s těmito metodami terapie Kosmík umožňuje **integraci primitivních reflexů**, díky které se dosahuje skvělých výsledků. U pacientů dochází ke zlepšení motorických schopností v průměru o 65 procent, přičemž se zároveň zlepšují jejich kognitivní schopnosti a samostatnost. Například dítě, které bylo schopno pouze přetočení z boku na bok, se umí po absolvování terapie Kosmík plazit a lézt. Pacient, který chodí o dvou francouzských berlích, je schopen samostatné chůze, popřípadě chůze s vycházkovou holí.



MUDr. Jarmila Zipserová s pacientem v oblečku TheraSuit®

Významnou součástí této terapie je **intenzivní neurorehabilitace**. Zahrnuje cvičení, která mají vliv na trénink mozku a vytváření pohybových vzorců. Zároveň jsou přítom protahovány a posilovány nepoužívané svaly, poskytující pak oporu pro pohyb. Tato náprava probíhá ve speciální cvičební kleci se systémem kladek, za pomoci **oblečku TheraSuit®**.

Terapie je navíc doplněna **programy robotických zařízení, multisenzorickou místností Snoezelen a oxygenoterapií**.

Intenzivní terapií (v délce čtyř týdnů) dochází u klientů k přepsání patologické mapy mozku, k aktivaci neuroplasticity mozku na buněčné úrovni a podpoře nových synaptických spojení.



Rodiče jsou terapii často přítomní

Celou rehabilitační metodu praktikuje klinika AXON jako jedno z oficiálních světových center.

Lukáš Z připravované autobiografie Jarmily Zipserové

Opět se vracím na pokoj lůžkového oddělení OCHRIPu, kde Lukáš leží. Přístroje fungují bezvadně, všechny křivky jsou, jak mají být, tlak, puls, saturace kyslíkem, vše v normě. Podle monitorů je vlastně tenhle člověk OK. Ale on OK vůbec není. Nevím, zda se tomuto dá říkat život, jakou má vlastně hodnotu takováto existence? Předě mnou je bytost, která tu leží už několik měsíců s otevřenou hlavou a s křečovitým úklonem vpravo, na straně, kde chybí lebeční kost. Jeho ruce i nohy jsou deformovány, zkrouceny a stočeny pro nenormální napětí svalů. Trup je vyhublý, bez kvalitních svalů, které spolu moc nekomunikují. Jasně známky toho, že tělu takový stav příliš neprospívá. Vše ještě podtrhuje systém trubiček nejružnějšího průměru z oblasti krku, břicha a močových cest. Dokonale zajištěný okruh, říkám si pro sebe.

Tím, že Lukáš nemá volný krk a dýchá si přes komunikaci v krku, je naše dorozumívání vymezeno jen na mrkání. Dvě mrknutí je ano, jedno ne. Pokouším se o lehkou konverzaci a doufám, že chápe, co říkám, tedy snad... Požádala jsem Lukáše, aby mi stiskl ruku. Přesto, že je to pro něj nesmírně obtížné, snaží se mé výzvě vyhovět. Ano, pravá ruka to zvládá levá už je horší, snad jen letmý náznak stisku.

Postupně přecházím na vyšetření nohou. Tady vědomý pohyb není vůbec možný, navíc kotníky a plosky jsou už deformovány nesprávným tahem svalů. Znovu navazuji konverzaci a moje oči se potkávají s Lukášovým. Jsou tak čisté a jasné, s jakousi zvláštní jiskrou a očekáváním. Copak si asi tenhle člověk myslí? Jsem to právě já, kdo mu má pomoci? Snažím se v těch očích najít odpovědi na svoje otázky, ale nenacházím je. Podvě-

domě však cítím obrovskou vnitřní sílu tohoto muže-bojovníka. Ani vlastně nevím, proč si dávám slib, že vymyslíme cestu ke zlepšení jeho současné existence.

V ten okamžik přemýšlím o neuroplasticitě mozku jako klíči na této cestě. Mám už s touto zajímavou dámou nějaké drobné zkušenosti. Říkám si, že když jde přepsat mozkovou mapu u pacientů po cévní mozkové příhodě, proč by to nešlo u člověka s úrazem hlavy? Jasně slyším svého vnitřního kritika, jak říká: „A co ta střešina, ta ti nevádí?“ Nemám teď chuť si vysvětlovat, jak pracovat s cizím tělesem v mozku, prostě věřím v přepis nefunkčního mozku do nového místa.

Až nyní si všímám přítomnosti Lukášových rodičů, kteří mě celou dobu sledují a čekají, jaký ortel pro „odsouzenec“ vyslovím. Mám chuť jim říct, že bychom to měli zkusit, ale chci o tom ještě hovořit s panem primářem. Odcházím z místnosti s příslibem, že je budu za chvíli komplexně informovat.

Pan primář je opět ve své pracovně a já ho seznamuji s průběhem vyšetření. Informuji ho o možnostech intenzivní neurorehabilitace. Pan primář je k mému návrhu víceméně skeptický, ale dává mi určitý prostor a odkazuje mě na pana profesora Vladimíra Beneše, známou neurochirurgickou kapacitu. Určitě mu zavolám, chci mít jistotu, že se střešina nepohne, až budeme s Lukášem pracovat.

Přicházím zpět na pokoj a oznamuji rodině i Lukášovi, že se vydáme společně na cestu, která bude náročná a také plná rizik. Přesto na ni chtějí vykročit, i Lukáš. Rozloučím se a odcházím k autu. Je obyčejný březnový den, venku ještě drobné sněží. Vracím se zpět do Ostravy. ▶



Maskot léčebné terapie Kosmík



Neurorehabilitační klinika AXON je ambulantním zařízením. Sídlí v Praze 4. Klinikou založila MUDr. Jarmila Zipseřová společně se svým synem Janem Zipseřem v říjnu 2014. V současnosti je jedinou ambulantní klinikou pro léčbu dětské mozkové obrny a jiných neuromuskulárních deficitů v České republice.

Hlavním léčebným programem kliniky je terapie Kosmík, jejímž základním kamenem je intenzivní neurorehabilitace metodou TheraSuit® a integrace primitivních reflexů.

Kouzlo terapie Kosmík tkví v její intenzitě a komplexnosti. Zabývá se nejen rehabilitací svalů, ale také působí na nervovou soustavu.

Terapie Kosmík obsahuje několik dílčích léčebných metod: **neurorehabilitaci podle konceptu TheraSuit®** (zahrnuje nahřívání, terapeutickou masáž, neuromobilizaci a cvičení v oblečku TheraSuit® či za pomoci Spider Therapy®), **pobyt v multisenzorické místnosti Snoezelen** s využitím prvků senzorické integrace, **rehabilitaci pomocí přístroje MOTomed** a prostřednictvím robotických zařízení a nakonec **regenerační oxygenoterapii**, která má pozitivní vliv na tvorbu nervových buněk a synapsí.

Klíčovou součástí terapie je **motivace pacienta a edukace rodičů** (či ošetřovatelů), jejímž cílem je zachovat a rozvíjet pacientův pokrok i po skončení terapie. Důsledkem této komplexní a intenzivní léčby je trvalé přepsání mapy mozku a vytvoření či upevnění správných pohybových vzorců.

Transparentní účet kliniky AXON byl zřízen s cílem pomoci financovat další léčbu dětí, které terapií již jednou prošly a rádi by ji absolvovaly znovu. Kdokoliv může přispět, a to zasláním finanční částky na účet 2200739204/2010.

Podporu lze zasílat konkrétním dětem nebo všem pacientům usilujícím o další opakování terapie, mezi něž se příspěvek následně rovnoměrně rozdělí. Komu konkrétně můžete svým darem pomoci, objevíte na webových stránkách kliniky AXON (www.neuroaxon.cz) v sekci „Naše děti“.

Kontakt: Neurorehabilitační klinika AXON, Marie Cibulkové 879/11, 140 00 Praha 4 – Nusle, tel. (recepce): 601 580 722, info@neuroaxon.cz, www.neuroaxon.cz, www.facebook.com/klinikaaxon, provozní doba: po–pá: 7.30–17 h, so–ne: 8–14.30 h.

Benefiční výstava na pomoc dětem s DMO

Pohybové snění – to je název benefiční výstavy fotografií, kterou koncem listopadu uspořádala pražská Neurorehabilitační klinika AXON v Radlické kulturní sportovně. Na dobrovolném vstupném, prodeji fotografií a nástěnných kalendářů na rok 2016 se zde utrhlo 15 000 Kč, které putují na léčbu dětí postižených dětskou mozkovou obrnou.

Autorkou výstavy je Petra Smolová, fyzioterapeutka Neurorehabilitační kliniky AXON a zároveň absolventka Pražské fotografické školy. Modelem jí stálo nejen dvanáct pacientů kliniky, ale i známé osobnosti jako Jitka Zelenková, Václav Neckář, Mahulena Bočanová, Nela Boudová, Vica Kerekes, Martin Zach a další.

„Vzhledem k intenzitě a komplexnosti naší terapie jsme prozatím nezískali podporu žádné zdravotní pojišťovny. Proto se snažíme našim pacientům pomáhat s financováním léčby, jak jen je to možné,“ řekl ředitel kliniky Jan Zipseř.



Mgr. Petra Smolová, autorka výstavy

„V březnu tohoto roku jsme založili transparentní účet, na který sbíráme prostředky pro další terapie našich pacientů. Tam nyní poputuje i výtěžek z této vernisáže. Přitom dále aktivně sháníme sponzory a jsme připraveni pořádat či spolupřát další benefiční akce.“

Slavnostního zahájení výstavy se zúčastnilo přes 70 návštěvníků, o zábavu (především dětí) se postaral Václav Upír Krejčí a k prohlídce fotografií hrál divákům saxofonista Jan Korbel.

Výstava bude v Radlické kulturní sportovně do 10. prosince. Na konci ledna se pak přestěhuje do prostor Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR, kde zůstane do 7. 2. 2016.

Připravil, foto: Jiří Muladi



Saxofonista Jan Korbel přispěl k decentní atmosféře vernisáže



Pohled do publika vernisáže benefiční výstavy

Představení pro Revma Ligu

Moderní biologická léčba revmatoidní artritidy je nákladná

Vzít do ruky lžičku, otevřít zašroubovanou láhev, ukrojit chleba nebo zajít do divadla – to jsou zdánlivě obyčejné věci, ale pacienti s revmatoidní artritidou s nimi denně svádí bolestivý boj. V Česku s touto nemocí žije více než 100 000 pacientů, od batolat až po seniory.

Revmatoidní artritida je onemocnění imunitního systému, které způsobuje závažné otoky kloubů. U nemocného může propuknout ze dne na den a zcela ho vyřadit z běžného života. Nejprve postihuje klouby na ruce, může se však rozšířit na velké klouby, krční páteř nebo vnitřní orgány a postupně vede až k trvalé invaliditě.

Biologická léčba

Revmatoidní artritidu zatím nelze vyléčit, pro pacienty je tak jedinou záchrannou včasná léčba – jen ta dokáže projevy nemoci zastavit a vrátit nemocné zpět do života. Moderní biologická léčba je však nákladná, a proto zatím není snadno dostupná.

Nezisková organizace **Revma liga v ČR** se snaží upozornit na problémy pacientů s revmatoidní artritidou v ČR a šířit povědomí o revmatických nemocích. Ve spolupráci s Ústavem lékového průvodce usiluje o to, aby moderní biologickou léčbu mohlo dostat více pacientů už při střední závažnosti onemocnění. Ti pak mohou prožít delší a kvalitnější život bez poškození kloubů a bez bolesti.

O změnu v systému úhrad usilují i odborníci z České revmatologické společnosti ČLS JEP. V současnosti musí pacienti čekat, až se jejich stav zhorší natolik, že spadnou do kategorie, kdy nárok na léčbu mají. Pro pojišťovny by tento krok podle analýzy společnosti OAKS Consulting znamenal nárůst nákladů o 600 milionů korun, na druhou stranu by ale stát ušetřil na pracovních neschopnostech či invalidních důchodech.

Na Slovensku přitom už mají biologickou léčbu dostupnou i pacienti se střední aktivitou nemoci. Zatímco v zahraničí užívá biologickou léčbu až 30 procent vhodných pacientů, u nás jsou to stále jednotky procent. Hlavní bariérou jsou finance. Cena léčby se pohybuje mezi 200 až 300 000 korun ročně na jednoho pacienta.

Na druhou stranu je třeba říci, že počet pacientů na biologické léčbě roste už nyní, a to o dvě až tři stovky ročně.



V současnosti je tak na této terapii zhruba 2 800 lidí s revmatoidní artritidou.

Revma výzva

Ve světovém dnu artritidy, který připadá na 12. října, odstartovala kampaň Revma Ligy v ČR **Revma výzva – Poďte pomocnou rukavicí lidem s revmatoidní artritidou**, jejíž hlavní tváří se stal herec Jakub Žáček. Ten vyzval své divadelní kolegy, aby si na kameru vyzkoušeli speciální rukavice a zažili tak přibližně pocity revmatiků. Kampaň vyvrcholila 18. listopadu benefičním představením **S nebo bez** v Divadle Palace v Praze. Výtěžek z představení bude použit na informační a ediční činnost pro nemocné revmatiky.

Revma Liga v ČR je nezisková organizace, která sdružuje pacienty s revmatismem, jejich rodiny a přátele. V České republice působí již téměř 25 let. Mimo jiné vydává bulletin *Revmatik*, do kterého přispívají lékaři, zdravotníci i pacienti. Bulletin je nejen cenným zdrojem informací o revmatických nemocích, ale také důležitým pojátkem pro všechny členy Revma Ligy i v regionálních pobočkách.

Další informace o činnosti Revma Ligy v ČR na www.revmaliga.cz, informace o kampani Revma výzva na www.rev mavyzva.cz a na www.facebook.com/rev mavyzva.

Veronika Ostrá
(di)

Revma liga v ČR

Sídlo: Revmatologický ústav, Na Slupě 4, 128 50 Praha 2, info@revmaliga.cz, fb: <https://www.facebook.com/revmaliga>, www.revmaliga.cz.

Kluby: Brno, Česká Lípa, České Budějovice, Domažlice, Ostrava, Pardubice, Praha, Tábor, Kloubíci.

Florence Nightingalová Zdravotní sestra, která výrazně změnila přístup ke zdravotní péči

Florence Nightingalová je považována za zakladatelku moderního ošetrovatelství, která se zasloužila o rozvoj a zlepšení zdravotní péče v 19. a 20. století po celém světě. Na počest narození této anglické dámy 12. 5. 1820 se slaví Mezinárodní den ošetrovatelství.

Přestože se od ní očekávalo, že se vdá a usadí, ona se rozhodla stát ošetrovatelkou. Při svých cestách po Evropě navštěvovala Florence řadu nemocnic. V německé nemocnici v Kaiserswerthu, se pak rozhodla podstoupit tříměsíční studium ošetrovatelství.

Po svém návratu do Anglie se r. 1853 stala vedoucí Ústavu pro péči o nemocné šlechtičny v Londýně, kde provedla revoluční změny. Mimo jiné zavedla jídelní výtah na oddělení, nechala instalovat signalizační systém od pacientů a rozvést tekoucí vodu po celé nemocnici.

V průběhu Krymské války, která vypukla r. 1853, vedla sesterský tým ve vojenské nemocnici, kde během půl roku snížila úmrtnost z 60 % na 2 %. Zasloužila se také o zavedení tzv. nemocenských dávek pro vojáky. Na základě jejího návrhu byla vytvořena komise pro reformy vojenského zdravotnictví a otevřeny dvě nové, plně vybavené nemocnice s 1 300 lůžky.

Florence se podařilo své znalosti o ošetrovatelství dostat do celého světa, zejména pomocí knihy „Zápisky o ošetrovatelství“ vydané roku 1859. Zde uvedla své zásady dobré péče: ochrana zdravého prostředí, čistý vzduch, funkční odpady, čistota a světlo.

Florence roku 1860 zřídila ošetrovatelskou školu při nemocnici sv. Tomáše v Londýně. Oproti ostatním školám se však lišila v několika věcech. Řadu předmětů vyučovali lékaři a třídy byly méně formální. Posluchačky získávaly znalosti mimo výuky i díky praxi přímo v nemocnici. Florence také jako první technicky rozdělila poskytování péče různým pacientům. Muži, ženy a děti tak nebyli umístováni na pokojích společně jako dříve.

Za své zásluhy získala Florence v roce 1883 Královský červený kříž a v roce 1907 jí bylo jako první ženě předáno vyznamenání za zásluhy. Ke konci života byla Florence úplně slepá a roku 1910 v Londýně zemřela.

(dz)

Bílá holubice uvádí: Cirkus

Velevážné publikum! Přijíždíme za vámi se strhujícím příběhem cirkusových umělců! Cesta za slávou, cesta k úspěchu – velkolepá podívaná!

To je slogan mimořádně netradičního divadelního představení...

Spolek **Bílá holubice** má 40 členů, mnoho přátel a spolupracovníků nejen z řad profesionálních umělců, včetně osmi mladých lidí s tělesným handicapem. Ti spolu se „zdravými“ pravidelně navštěvují taneční tréninky vedené profesionálními choreografy a pedagogy, tančí v divadelních představeních a na různých vystoupeních.

Cirkusová manéž

Poutače na představení s názvem **Cirkus** slibují: Naše produkce je bláznivá, famózní a dokonalá! Čeká vás číslo s nejkrásnějšími vrhacími noži, jaké jste kdy viděli, produkci nejdůležitější krotitelky much, s jakou jste se kdy setkali! Okouzlíme vás estrádou zručnosti, akrobacie a ironického humoru. A jak lze vidět z fotografií, je to pravda.

Světlo v ostravském Divadle loutek pomalu zhasíná, představení začíná. Úvodem musejí vozíčkáři i chodící umělci na jevišti překonat symbolickou kládu přes



Vítejte v našem cirkusu!

propast: přemoci strach, lenost, stereotypy, zkrátka všechna omezení. A cirkusová manéž se otevírá...

Všichni účinkující se zhostili svých



Ještě upravit – a jde se na to!

rolí s velkou chutí, radostí a profesionalitou. Situace humorné i dojemné, kontrasty pohybů, mimořádné výkony, kostýmy vypracované do detailu, stejně jako hudba – to vše sklízí jak průběžný, tak i závěrečný nadšený aplaus diváků.

Radost ze sounáležitosti

„Přes náročnost přípravy představení a zkoušek jsem odcházela vždy nabitá pozitivní energií a radostí účinkujících, kteří mě na konci zkoušek vždy objali



Ladný tanec na vozíku



Akrobati roztleskali publikum

a špitli do ucha: Gabi, zítra se zase poperem, jo?“ říká režisérka představení Gabriela Krečmerová.

Podle předsedkyně Bílé holubice Ivany Martákové je spolupráce vozíčkářů se zdravými lidmi pro mnohé to největší životní hobby.

„Díky tomu se činnost v rámci Bílé holubice stala i částí životní náplně pro rodiče. Navíc se potkávají s lidmi, které by jinak nepotkali, jezdí na zájezdy a mají zážitky, které by jinak neměli. Pro zdravé tanečníky a pro nás pro všechny, kteří tu pracujeme, to má přímo obrovský přesah. Najednou si jinak vážíme některých věcí, přeskládali jsme si hodnoty,“ uvedla Ivana Martáková.

Vrcholem sezóny pro soubor a všechny členy byl tradiční Advent na trůnech, který se letos konal už počtvrté. Koncert s podtitulem **Holubice a Nohavica** pořádala Bílá holubice na svátek Svatého Mikuláše, 6. prosince (po uzávěrce VOZKY). Hostem tanečníků na kolech a zároveň průvodcem koncertu byl už podruhé ostravský bard Jarek Nohavica.

Na činnost spolku Bílá holubice můžete přispět DMS ve tvaru DMS HOLUBI-



Ve správném cirkusu nechybí klaun

CE na číslo 87 777. Cena jedné DMS je 30 Kč, spolek Bílá holubice obdrží 28,50 Kč. Prostřednictvím DMS bude také možno přispívat pravidelně každý měsíc po dobu jednoho roku zasláním SMS ve



Představení mělo švih

tvaru DMS ROK HOLUBICE. Cena jedné DMS je rovněž 30 Kč, po dobu jednoho roku bude tato částka každý měsíc automaticky odečtena.

Další informace o činnosti spolku Bílá holubice a kontakt: Bílá holubice, Černá louka 3188, pavilon C1, 702 00 Moravská Ostrava, www.bila-holubice.cz, osbilaholubice@seznam.cz.

(di)



Tančit se dá i s deštníkem



Skvělé kostýmy, tanec, humor a pospolitost...

Umělci malující ústy a nohama

Kenzi Robi, USA

Kenzi Robi z Kalifornie miluje malování od nepaměti. Jako malý chlapec maloval na papír, který mu nosil jeho otec z továrny, kde ho měli natočený na obřích cívkách. Spolu se svými bratry a sestrami trávili nad natrhanými kousky výkresů nespočet hodin.

Jako mladý muž se Kenzi dal zapsat na City College v San Francisku, kde studoval mj. grafický design. V roce 1992, když mu bylo pouhých 19 let, byl na jednom večírku napaden a třikrát postřelen. Jedna z kulek mu prostřelila krk. Kenzi zůstal ochrnutý.

Nějakou dobu mu trvalo, než přijal svůj osud zůstat zcela závislým na pomoci



Kenzi Robi na výstavě obrazů



Kenzi Robi: Promenáda u přístavu

druhých. Jednoho dne se Kenzi rozhodl pokračovat ve své zálibě, ovšem po mnoha neúspěšných pokusech s používáním složitých nástrojů. Nakonec uchopil štětec mezi zuby a začal znovu malovat.

Kenzi zjistil, že kreativní schopnosti neztratil. Jeho dosud ponurý život, jak sám říká, tím získal nový, příznivější rozměr. Tvořivost se řinula někde z jeho nitra, středu života, a ani nevěděl jak. Prostě tady byla a je... Nezávisle na postižení je-



Kenzi Robi: Růžová tapeta

ho těla.

V letošním roce Kenziho přijali za studenta a člena MFPA – Association of Mouth and Foot Painting Artists. Obyvatelé San Franciska mohou Kenziho vidět jako pouličního umělce na ulici Fisherman Wharf, kde maluje velmi rád.

Zdroj: www.vdmfk.com
(red)



Kenzi Robi maluje na ulici Fisherman Wharf

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

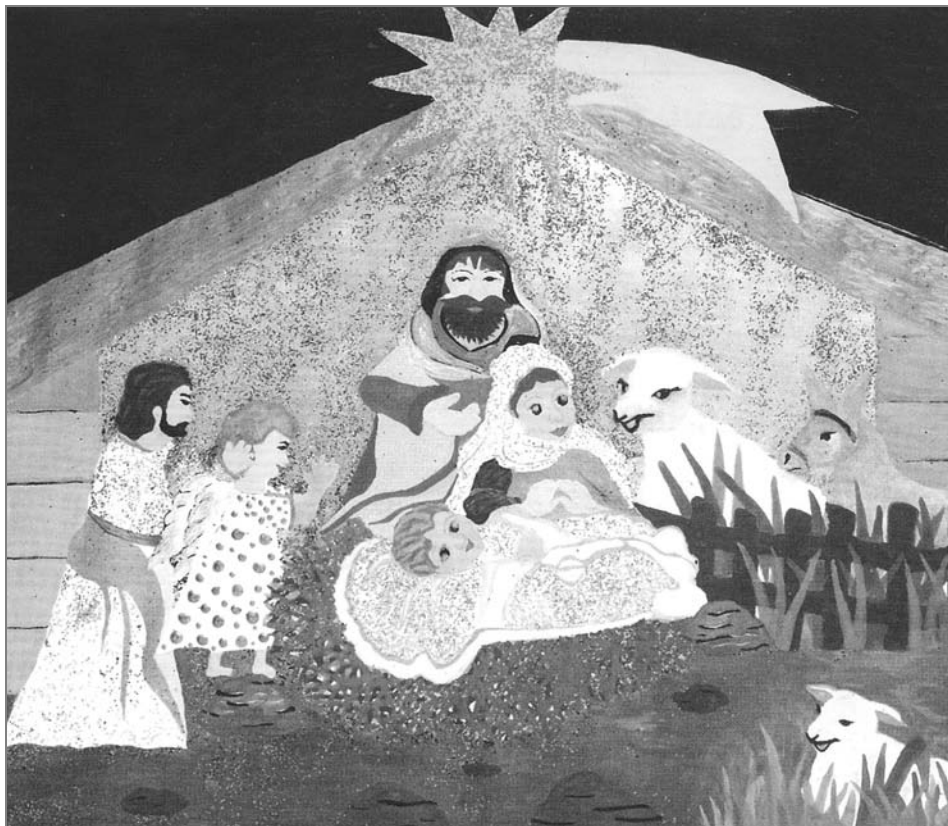
Nakladatelství UMÚN zve na výstavy umělců malujících ústy a nohama

Nakladatelství UMÚN s.r.o. působí v České republice od roku 1993. Jeho hlavní náplní je vyhledávání umělců s tělesným postižením malujících ústy a nohama a poskytnutí podpory těmto malířům. Mimo jiné zprostředkovává kontakt umělců s Celosvětovým sdružením malířů malujících ústy a nohama, které posuzuje uměleckou úroveň jejich tvorby.

Nakladatelství vydává tvorbu malířů malujících ústy a nohama v podobě re-produkcí v kalendářích, na přáních, dopisních papírech a mnoha dalších výrobcích. Z nich sestavuje kolekce pro jarní a vánoční nabídky, které rozesílá poštou. Z jejich prodeje jsou pak financovány honoráře a stipendia pro malíře, výstavy jejich tvorby a jiné projekty na podporu osob s těžkým zdravotním postižením.

Práce spojená s expedicí a přípravou nabídek je zajišťována sezónně i za spolupráce lidí s tělesným postižením, a to konkrétně z Domova a centra aktivity v Hodkovicích nad Mohelkou, ÚSP Rybníček v Litovli, Ústavu sociálních služeb v Děčíně IV., ÚSP Domov Tereza v Benešově u Semil a z Občanského sdružení pro pracovní a sociální rehabilitaci drogově závislých Advaita v Nové Vsi u Chrástavy. Na přípravě zásilek se dále podílejí lidé žijící samostatně v bezbariérových bytech v Petýrkově ulici v Praze 4.

Z prostředků získaných prodejem zásilek jsou financovány výrobní a provozní náklady, v závislosti na úspěšnosti činnosti podporuje Nakladatelství UMÚN také sociální projekty OÚSS Domova a centra aktivity v Hodkovicích nad Mohelkou, kde žije pan Petr Šrámek, který maluje nohama. Tyto peníze nejsou použity jen pro jeho osobu, ale i pro potřeby všech postižených, kteří žijí v péči jmenovaného ústavu. Obdobně je tomu i v ÚSP Rybníček v Litovli, v ÚSP Domov Paprsek v Ol-



Zdeňka Ježková: Svatá rodina

šanech u Šumperka, u občanského sdružení Asociace pro osobní asistenci se sídlem v Chrástěanech u Prahy.

Nakladatelství přispívá i na individuální přepravu lidí s tělesným postižením speciálními mikrobusem v Praze. Rovněž finančně podporuje Národní radu zdravotně postižených České republiky.

Ne ruka, to duše maluje

Výstava v pražské **Tiché kavárně** se koná **od 3. 12. 2015 do 7. 1. 2016**. Kavárnu, kde pracují neslyšící zaměstnanci, najdete na ulici Burešova 1151/12 v Praze 8. Otevřeno má od 13 do 21 hodin.

Další výstava probíhá **od konce listopadu do 31. 1. 2016** ve **Výstavní síni Městského muzea v Čelákovicích**. I tady uvidíte obrazy, které nejsou malovány rukou, ale vznikají neobvyklým způsobem: malíři vedou štětec ústy nebo nohou. Jsou upoutáni na ortopedický vozík a ve všem závislí na pomoci svých blízkých či asistentů, kteří o ně pečují. Přesto to jsou lidé jako ostatní – mají duši a ta promlouvá z jejich výtvarného díla. Obrazy jsou optimistické a prozrazují, že malíři i přes svůj handicap dokážou prožívat štěstí. Za každým obrazem je však skryta velká houževnatost a píle.

V čelákovickém muzeu uvidíte tvorbu

Lenky Bromkové, Mgr. Šárky Dvorské, Zdeňky Ježkové, Barbory Sedláčkové, Veroniky Svatošové, Pavla Hejhala, Jakuba Hříbka, Tomáše Janouška a Petra Šrámka. Jsou to stipendisté Celosvětového sdružení malířů malujících ústy a nohama.

Muzeum najdete v ulici Na Hrádku 464, otevřeno má od 9 do 12 a od 13.30 do 17 hodin.

Video

Velmi zajímavá jsou krátká videa, která na stránkách Nakladatelství UMÚN s.r.o. představují tvorbu českých umělců malujících ústy a nohama, ale i je samotné při práci.

Vidět Petra Šrámka, Mgr. Šárku Dvorskou, Pavla Hejhala, Zdeňku Ježkovou, Tomáše Janouška, Veroniku Svatošovou, Jakuba Hříbka, Lenku Bromkovou Kalinovou a Adrianu Příbylovou při malování rozhodně stojí za to. Video najdete na <http://www.umun.cz/?video,66>.

Kontakt a další informace: Nakladatelství UMÚN s.r.o., Nad Školou 1289, 463 11 Liberec 30, tel.: 485 161 712 (9–16 h), www.umun.cz, umun@umun.cz.

(red)

Ob.: repro kalendář UMÚN 2014



Jakub Hříbek: Husité

Poezie z vašeho pera

Johana Lucie Malardová

Bezhlavé ovce

Nemám ráda, když někteří ani neví
Tam do kaple na mše chodí
Připomínají mi ovce bezhlavé
Miluji Pána, ty lidi ani ne

Co z toho milá paní
Že jste v kapli za důležitou
Nic Vám neříká pozdravení
Jen vše hraje a jste nádobou dutou

Jste jedna z toho stáda
Která ale vnitřně strádá
Bůh za Vás zdravit nebude
Zamyslete se, co z Vás bude

Své ovce hlídá jejich pastýř
Ty, lásko srdce své namiř
K tomu dobrým člověkem být
Který umí dobře a slušně žít

Hrabyně
24. 10. 2015

Hledání

Stále hledáš a čekáš jen
Kdy ožije tvůj krásný sen
O muži, který bude ti oporou
I v době, kdy jsi za závorou

Který tě dělí od všedních dní
Mě v uších tvůj nářek zní
Slyším tvé bolestné volání
Jednou zmizí tvoje strádání

Říká se, kdo hledá, najde
Láska i k tobě jednou přijde
Pak ucítíš v srdci teplo
Kolem tebe boží světlo

Hledali v poli nášlapnou minou
Ty nemáš, děvče, na všem vinu
To on byl ten nelítostně slabý
Byl si jistý, teď neví si rady

Markétě Š. upřímně a ze srdce
Hrabyně
24. 10. 2015

Cizinka ve vlastní zemi

I když žije mezi svými
Je sama mezi ostatními

*Cizinkou ve své zemi
Tak zbytečná, připadá mi*

*Mluvíme řečí stejnou
Naše pohledy se ale minou
Každá to jinak a po svém vidíme
Co na tom, názory si vyměníme*

*Zraněné, ty i já
K lásce jsou potřeba dva
Dvě lidské bytosti
Bez zášti, bez zlosti*

*Zloba jejich mysl kalí
Partnerovi vše dali
Teď nemohou se pohnout z místa
Jejich nitra jsou tak čistá*

Hrabyně
30. 10. 2015

Kapky krve

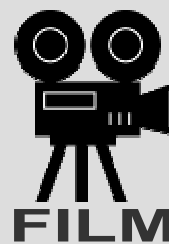
*Pomalou a pozvolna kapou
Ty nejsi vůbec svatou
Nikdy jsi nebyla ikonou
Mrtví se tě zastanou*

*Na zemi rudé krve kapky
Na co chceš, zeptej se matky
Ona ti stejně neodpoví
Proč je taková, kdoví?*

*Je krásná ta krev rudá
Ty jsi, dívko příliš chudá
Jsi takřka nemajetná
Znáš jen slova vzletná*

*Za ty si nic nekoupíš
Ty dívko, pořád sníš
Pořád bloudíš světem
Jsi matkou svým dětem*

Hrabyně
30. 10. 2015



Cake

Zkouška lásky,
lidskosti a trpělivosti

Výborné drama z roku 2014 režiséra Daniela Barnze, kde mj. předvádí vynikající výkon Jennifer Aniston (Claire), je protkáno vypjatými scénami a emočními výbuchy. Ale ne hned od začátku – díky zajímavému režijnímu přístupu první hodinu filmu nevíte, co se Claire vlastně stalo. O to víc mě zajímalo, co nám režisér nabídne a poodkryje dále....

Jennifer Aniston, známá především jako Rachel v Přátelích, se zde představuje v novém světle. Celý film stojí na její postavě a skvělém herectví. Claire má na těle jizvy, je vyčerpaná od věčné bolesti a nevyspaní, bez nálady, vzteká, zuřivá a stále napnutá. Každý její pohyb, grimasa či úsměv je doprovázen nesnesitelnými útrapami. Fyzická bolest se odráží i na její psychice, je podrážděná, agresivní a k lidem se často chová bez špetky respektu. Jediný člověk stále snáší její urážky a výstřelky – mexická posluhovačka Silvana (Adriana Barazza). Ta musí denně sledovat, jak se Claire utápí v duševním marasmu a polyká desítky všelijakých léků.



Clarie vnitřně odmítá jakoukoli pomoc. Pěstuje si jizvy nejen po celém těle, ale zejména na nehojící se duši. Ztráta bolí. Ztráta psa, partnera, dítěte. Překročit ten pocit prázdnoty je snad ještě bolestnější. Claire si ale uvědomí, že když se pokusí vyrovnat se se ztrátou syna, bude

Potřebujete vhodně upravit automobil? Mave, spol. s r. o., vám poradí

Jako firma provádějící mj. nástavby či vestavby vozidel se rovněž specializujeme na úpravy vozidel pro převoz vozíčkářů a osob s tělesným postižením. Na základě specifických požadavků zákazníka mu poradíme, co je u konkrétního typu vozidla vhodné.

■ Nabízíme úpravu **osobních vozů typu MPV** (víceúčelové vozidlo, multi-purpose vehicle, v USA minivan, také Van) **nebo kombi**, jako jsou Citroen Berlingo nebo Jumpy, Peugeot Partner nebo Expert, Renault Kangoo, Dacia Dokker nebo Logan, Mercedes-Benz Citan, Volkswagen Caddy nebo Caddy Maxi, Volkswagen Transporter, Opel Combo, Ford Tourneo Connect, popř. Fiat Doblo. **Snižujeme u nich zadní část podlahy, instalujeme sklopnou rampu a upevňovací pásy.**

■ **Do vozidel pro přepravu jednoho až šesti vozíků** – např. VW T5, VW Crafter, M-B Sprinter, Fiat Ducato, Citroen Jumper nebo Jumpy, Peugeot Boxer, Ford Transit nebo Custom, Renault, Opel Vivaro, Renault Trafic, Nissan Evalia – nabízíme **mechanické výklopné i elektrohydraulické plošiny.**

■ Pro zjednodušení manipulace montujeme do vozidel **převozní lehátka-nosítka** nebo **otočná a sklopná sedadla s kotvením do podlahy**. Pro přepravu více osob můžeme nabídnout i **úpravu malých autobusů** a to jak nízkopodlažních, tak i typů Van. Montujeme přídatné, elektricky výsuvné schody, elektrický posuv k bočním posuvným dveřím, madla pro usnadnění nástupu a pohybu ve vozidle nebo přídatné pneumatické pérování.



■ Novinkou v naší nabídce jsou také vozík Hippocampe vhodný do všech terénů, např. na pláž, do lesa, na sníh, a elektrická zdviž pro snadný přístup do bazénů a vlaků.



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



LUDVÍK ALEŠ s.r.o.

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: upravyvozidel@seznam.cz

Web: www.upravyvozidel.cz

GPS: 49°38'14.12"N 18°21'17.05"E

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



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 ovládáním.

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





OPEL HANDYCARS

SVOBODNÝ POHYB BEZ BARIÉR.

Program mobility osob se zdravotním postižením.

- automatická převodovka u většiny modelů
- cenová zvýhodnění pro TP, ZTP, ZTP/P
- výhodný spotřebitelský úvěr s kartou CCS v hodnotě 5 000 Kč
- pojištění s asistenční službou pro celou Evropu na 5 let zdarma
- odpočet DPH držitelům státního příspěvku
- komplexní servisní služby
- speciální úpravy vozů

5 let
záruka*



Opel Pojištění Opel Finance

www.opel-handycars.cz infolinka: 800 101 101 opel@handycars.cz

Kombinovaná spotřeba a emise CO₂: 3,8–7,3 l/100 km, 99–163 g/km.

*Dvouletá výrobní zákonná záruka a dále tříletá smluvní záruka Opel ve spolupráci se společností CG Car Garantie Versicherungs-AG. Smluvní záruka Opel je poskytována bezplatně dealerem Opel.



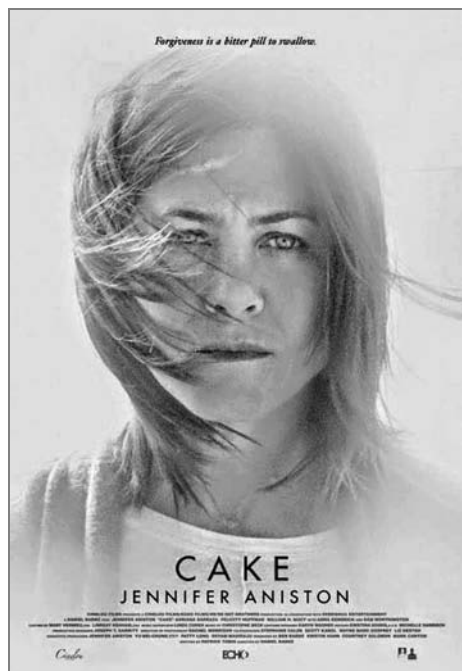
Wir leben Autos.

schopná přijmout pomoc od lidí kolem sebe a bude si moci poradit i s fyzickou bolestí. Dokáže dále žít pro jiné...

Ze smutného stereotypu ji vytrhne sebevražda Niny, která navštěvovala stejnou podpůrnou skupinu jako Claire. Ačkoli nebyly žádné velké kamarádky, Nina se jí začíná ukazovat jako zjevení, které se jí posmívá. To přiměje Claire k tomu, že se o smrt Niny začne zajímat víc. Setkává se s Royem a Caseym, manželem a synem tragicky zesnulé Niny...



Dále prozrazovat nebudu. Křehký, bolestivý příběh o ztrátě toho nejdražšího, co v životě máte, se skvostně herecky cynickou, jízlivou a zlomenou Jennifer Aniston stojí za vidění.



Cake. Drama, USA, 2014, 98 min.

Režie: Daniel Barnz, kamera: Rachel Morrison, scénář: Patrick Tobin.

Hrají: Jennifer Aniston, Adriana Baraza, Sam Worthington, Anna Kendrick a další.

Blanka Falcníková

Pozvánka

PROSAZ oslaví čtvrtstoletí činnosti na 10. reprezentačním plese

„Mladí lidé se chtějí většinou bavit, společně trávit volný čas a věnovat se svým zájmům. U mladých lidí se zdravotním postižením tomu není jinak. Proto vznikl 1. října 1991 PROSAZ Společnost pro sociální rehabilitaci občanů se zdravotním postižením,“ vzpomíná ředitelka pražské organizace Ing. Iveta Pešková.

Z malého občanského sdružení zaměřeného pouze na zájmové a volnočasové aktivity vznikla za čtvrtstoletí činnosti velká organizace, která poskytuje registrované sociální a zdravotní služby, provozuje chráněné dílny zaměstnávající desítky lidí se zdravotním postižením. Kromě toho má vlastní rekreační středisko Lichovy, které u nás patří mezi zařízení s největší kapacitou bezbariérového ubytování.

Vize

„Posláním naší organizace je pomáhat zdravotně postiženým žít normálně. Zapojíme je do běžného života zajištěním přímé péče, zaměstnáváním a nabídkou volnočasových a rekreačních aktivit,“ říká Iveta Pešková. „Proč by si zdravotně postižený nemohl zajistit svůj život stejně tak snadno, jako když si zdravý člověk sám dojde na autobus, nakoupit, či na WC? Proto nabízíme osobní asistenci a zdravotní péči 24 hodin denně na zavolání ve formě terénních a pobytových služeb a umožňujeme osobám se zdravotním postižením pracovat v ekonomicky soběstačné chráněné dílně.“

PROSAZ nabízí své služby na území hlavního města Prahy. Součástí jeho nabídky je ale také stálé zvyšování informovanosti široké veřejnosti v oblasti života lidí s postižením na celém území ČR.

Pojďte se s námi bavit a oslavit naše výročí!

V pořadí už **desátý reprezentační ples** připravuje PROSAZ na **5. února**



2016 v OREA Hotelu Pyramida, který je bezbariérový. Najdete ho na Bělohorské ul. 24 v Praze 6, v blízkosti Hradčan a Strahova.

Ples moderuje Veronika Žilková, k poslechu i tanci bude hrát **April**, zpívat budou i **Miluše Voborníková** a **Marcela Březinová**. O zábavu se dále postarají artisté a tanečníci agentury **Pragoshow Service**. Čeká vás bohatý doprovodný program a narozeninový dort.



Letos na plese zazpíval i **Václav Neckář**. Na snímku s ředitelkou organizace PROSAZ Ing. Ivetou Peškovou

Vstupenky zakoupíte v sídle organizace na ul. Kodymova 2526 v Praze 5 nebo na e-shopu: www.prosaz.cz/eshop. Jejich cena je 350 Kč.

Více informací o činnosti a projektech organizace PROSAZ najdete na www.prosaz.cz nebo na jejich facebookových stránkách.

(red)

Foto z plesu v r. 2015:
Leoš Vojtěch Dalý, www.prosaz.ehm.cz

Petrův zdar, přátelé rybáři!

Podzimní závody i celý „rybářský“ rok se handicapovaným rybářům z Kladrub náramně povedl

Tak jak zpívá český klasik „čas letí jako bláznivý, já nechytím ho, ani vy...“ se nám rok 2015 začíná naplňovat. Kladrubští handicapovaní rybáři se poslední zářijovou sobotou sešli na svých letošních posledních rybářských závodech, pořádaných místní organizací Českého rybářského svazu Kladruby (MO CRS Kladruby).



Podzimní závodní den začal posezením u kávy s vynikajícími Turkovými koláčky. Do zahájení prezentace a losování lovných míst stihli naši rybáři probrat něco ze svých osobních životů a v příjemné atmosféře se po rozlosování rozešli na svá lovná místa. Tam už probíhala příprava náčiní, krmení a všeho, co potřebují k samotnému závodě.



Putovní pohár kladrubských handicapovaných rybářů pro r. 2015 získal Miloš Hirman

Pětihodinová oslava rybaření

Závod zahájil v devět hodin výstřel pořadatele. Povoleny byly všechny techniky lovu na udici s jedním háčkem, které jsou stanoveny v rybářském závodním řádu pro handicapované rybáře. Většinou byla k vidění *plavaná*, *feeder* nebo *položená*. A zakrátko se to v podběrácích pěkně mrskalo: nejčastěji plotice, okouni a kapři. Na řadu přišli i siveni, které hospodáři nasadili do revíru před závodem.

Každou z vylovených ryb přispěchali změřit a zapsat úsekoví rozhodčí a šup s ní zpátky do vody. Závod skončil po pěti hodinách usilovného a krásného rybaření.

Závodníci sklídili rybářské náčiní, uklidili svá lovná místa a setkali se při chutném obědě, který připravovali dobrovolníci kladrubské organizace. Kdo získá Putovní pohár kladrubských handicapovaných rybářů pro rok 2015?

Putovní pohár získal Miloš Hirman

Nejprve byla vyhlášena nejlepší žena-rybářka. Tou se stala **Gábi Tauberová** s celkovou délkou 252 cm nacytaných ryb. Gábi současně získala cenu za největší ulovenou rybu. Poté naši hospodáři a pořadatelé přistoupili k vyhlášení pořadí Podzimních závodů. Na prvním místě, s celkovou délkou 596 cm a počtem 39 nacytaných ryb se umístil vozíčkář **Miloš Hirman**, druhým nejlepším byl také vozíčkář **Martin Kovář** a třetí pozici vybojovala **Gábi Tauberová**. Miloš Hirman nakonec získal i Putovní pohár kladrubských handicapovaných rybářů za rok 2015. Vítěze poháru a prvních deset závodníků odměnili pořadatelé hodnotnými cenami od našich sponzorů. Další závodníci dostali cenu útěchy ve formě krmení a nástrah pro rybu.



Pohoda s očima upřenými na splávek...

Jsme v České televizi!

Nebývalým zpestřením Podzimních závodů byla účast České televize. Štáb programu ČT sport strávil se závodníky celý den a natáčel celý průběh rybářského klání. Děkujeme tímto celému týmu za obětavou práci! Reportáž můžete zhlédnout na webu ČT v Paralympijském magazínu z 12. 11.

Za celý tento úspěšný závod bychom chtěli poděkovat všem našim sponzorům, přátelům a členům MO Kladruby, kteří se na organizaci závodů podíleli a bez kterých bychom naši činnost nemohli provozovat. Zvláštní poděkování patří Středočeskému územnímu svazu a Českému rybářskému svazu. Děkujeme společností Tropic Liberec, Sänger, Big Carp Baits, restauraci U Piškota v Kladrubech, firmě Timár Mix, Pivovaru Ferdinand z Benešova, pekárně Turek a spol., spol. s r.o. z Vlašimi, Stavební firmě Pazdera s.r.o., společností Maso – Třebovle s.r.o., Drůbež Palmovka a Kofola a.s., obci Kladruby i Václavu Sátrovi.

Mediální podporu pro handicapované rybáře zajišťuje ČT4, Deník, časopisy Kajman a VOZKA, internetové portály Mrk, Chytej, SÚS, Žiju s handicapem, Vozejkov a další.

Poděkování

Na závěr si dovoluujeme připojit slova naší úspěšné závodnice Gabriely Tauberové, která se podílela na tvorbě tohoto článku a která si zároveň přála, abychom níže uvedené zmínili.



Berou. berou?

„Dík nás závodníků a členů ČRS MO Kladruby také patří našim hospodářům Honzovi Porhanslovi a Tomáši Kučerovi, kteří nezištně, dobrovolně a s velkou pílí po celý rok zajišťují a organizují velkou část chodu naší organizace. Osobně, a myslím, že mohu mluvit i za ostatní členy, si jich velmi vážím, děkuji za jejich práci a empatii ke všem kladrubským členům organizace. Houževnatost a obrovská vůle, s jakou se pokoušejí zlepšit podmínky pro handicapované rybáře, je hodna obdivu. Poděkování samozřejmě

patří i našim asistentům a dobrovolníkům, bez kterých by naše činnost nebyla možná. Děkuji také všem orgánům naší organizace od předsedy až po členy Rybářské stráže. Přeji všem hodně štěstí! V příštím roce se opět ve zdraví všichni setkáme. Petruv zdar všem!“

Tolik Gábi Tauberová...

Další informace o naší činnosti najdete na <http://handicap-rybari.cz>.

*Za ČRS MO Kladruby
Jan Porhansl a Tomáš Kučera*



Kladrubští handicapovaní rybáři jsou bezva parta

Havířská desítka vynesla 22 000 Kč pro boccisty

Kalendář přání boccistů 2016

Na startu 1. ročníku závodu Havířská desítka stálo v sobotu 17. října téměř 300 běžců ve dvou kategoriích – 2,5 kilometru pro děti, mládež a méně vytrvalé a pak v hlavním desetikilometrovém závodě. Pořadatelé sportovní akce – Handicap Sport Club (HSC) Havířov a SK Fuga triathlon team – plánují do budoucna z běhu ve spolupráci s městem Havířov udělat tradici. Start i cíl byl v centru města Havířov, na náměstí Republiky.

„Cílem takové akce je především podpora sportu a zviditelnění méně známých sportovních odvětví. Na organizaci Havířské desítky ruku v ruce spolupracují handicapovaní boccisté a triatlonový tým,“ řekl jeden z hlavních organizátorů Martin Kučera. Výtěžek ze startovního ve výši 22 000 korun zatím nemá konkrétní uplatnění. Podle Martina však pravděpodobně pokryje běžné náklady na cestování po závodech – ubytování, stravu a cestovné.

„V úvahu ještě připadá také nákup nových dresů především pro nové hráče,“ dodal Martin Kučera.

Závod očima Jana Bajtky

„Na prvním ročníku Havířské desítky mě mile překvapil počet běžců, kteří si přišli poměřit své síly a udělat něco pro své zdraví. Ze své kontrolní pozice přímo na trati jsem obdivoval, s jakým obrovským nasazením všichni závodníci běželi, a i když některým ke konci závodu nohy vypovídaly službu, všichni v sobě našli skryté síly a běh dokončili,“ uvedl Jan Bajtek, sportovec HSC Havířov a letošní

mistr ČR v boccie.

Ať už měl ale organizátor záměry jakékoli, ať už na stupních vítězů stál kdokoli, jedno se podařilo zcela jistě – v Havířově se lidé sešli proto, aby si zaběhali nebo aby běžce podpořili. A to už je výsledek více než dobrý...

První ročník Havířské desítky vyhrál Marek Chracina z Třince, který deset kilometrů uběhl za 33 minut a 56 sekund. Mezi ženami byla nejrychlejší Tereza Šádková z Ostravy s časem 43 minut a 16 sekund. Hlavnímu závodě předcházející trať na 2 500 metrů vyhrál čtrnáctiletý Jan Velička z Havířova, který okruh oběhl za 9 minut a 18 sekund. V ženské kategorii tento závod vyhrála Veronika Kuráňová s časem 11 minut a 49 sekund.

(bf)

Přání z kalendáře: pobyt v kabině hokejistů nebo letět vrtulníkem

Dvanáct originálních příběhů vzniká v projektu havířovských boccistů, kteří přišli s nápadem nafotit unikátní kalendář. Jsou v něm kromě handicapovaných sportovců například fotbalisté Baníku Ostrava, ostravské extraligové volejbalistky, hokejisté Havířova či reprezentační trenér Pavel Vrba. Tyto slavné osobnosti budou navíc v průběhu roku 2016 plnit boccistům jejich tajná přání. Celý kalendář je možno zhlédnout na www.hs-havirov.cz, tamtéž je možné si jej i zakoupit.

„Nechtěli jsme vyfotit jen obyčejný kalendář, ale vymyslet něco, co má při-

běh,“ uvádí předseda klubu a spoluautor nápadu Martin Kučera. „Společně s Mirkem Hodečkem, který je zároveň autorem všech fotografií, jsme přišli s návrhem Kalendáře přání boccistů 2016,“ dodává. V každém měsíci na něm figuruje boccista se svým patronem, který se zároveň zavázal ke splnění přání. Vše se bude dokumentovat a z toho samozřejmě vznikne Kalendář splněných přání boccistů 2017.

Boccia je paralympijský sport

„Máme sice v klubu třináct aktivních boccistů, ale jsem přesvědčen, že v našem kraji je potenciál daleko vyšší,“ objasňuje Martin Kučera s tím, že bude úspěch, pokud se z prodeje podaří pokrýt náklady na jeho tvorbu, se ziskem a výtěžkem na činnost počítá až u varianty splněných přání.

„Naším cílem je osvěta boccii jako takové, propagace tohoto sportu i našeho sportovního klubu,“ řekl Martin Kučera. „Chceme dát veřejnosti najevo, že boccia je plnohodnotný paralympijský sport. Také proto jsme na kalendáři spolupracovali s regionálními sportovci.“

Boccia je podobná pétanque. Hraje se s modrými a červenými koženými míčky a je určena lidem s těžkým tělesným postižením odkázaným na ortopedický vozík. Od roku 1984 je součástí paralympiády, přičemž ji provozují lidé ve více než padesáti zemích světa.

(bf)

Zdraví pomáhají handicapovaným



Na start Havířovské desítky přišlo téměř 300 běžců

Foto: <http://desitka.skfuga.cz/galerie.htm>



Členové Handicap Sport Clubu Havířov při přípravě vydání kalendáře boccistů pro rok 2016

Foto: Miroslav Hodeček

Může kvadruplegik létat na paraglidingu?

Paracentrum Fenix letos již tradičně uspořádalo na začátku srpna pro svoje členy rekondiční pobyt v DS Březejc. Doprovodný program byl jako obvykle velice pestrý. Ovšem, to, co se podařilo koordinátorovi Jarku Náhlikovi, to se vrylo do paměti všem zúčastněným. Jarek domluvil se členy LAAČR (Letecká amatérská asociace České republiky), konkrétně s piloty Jarkem Surým, Jirkou Kutilem a řídicím letového provozu Michalem Uhlířem létat na tandemových motorových paraglidech.

Lety probíhaly na letišti v Křižanově. Dvacet vozíčkářů si prožilo něco, o čem se jim mohlo jenom zdát. Létalo se na dvou motorových tandemových paraglidech. Stroj pilotovaný Jarkem Surým měl tříkolku v provedení „pasážér na háčku“, pokud použiju vodáckou terminologii.

Na snímku je vidět dokonale přikurtovaný Mirek Ryšánek, který je kvadruplegik, podložený molitanem a navíc zabalen do deky, aby ho náhodou „neofouklo“. Vždyť bylo „jenom“ 35 °C ve stínu...

Druhý stroj pilotovaný Jirkou Kutilem měl uspořádání obráceně. Dokázali se do něj nasoukat šikovní paroši nebo chodáči.

Let nad rybníky

Křižanov a jeho okolí je známé především velkým množstvím rybníků. Teprve ale pohled z výšky vám otevře oči dokořán. Můžete se kochat pohledem na skutečné množství rybníků a rybníčků...

Sám jsem prožil tuto nádheru na vlastní kůži. Vzlet byl trochu adrenalínový, nejprve začal řvát motor, pak se tříkolka rozjela pár metrů kupředu, následovalo krátké couvnutí a protože jsem letěl poprvé, doprovázené téměř cvrknutím do textilu. Další fáze už byla v pohodě, tříkolka se už konečně rozjela po letištní ploše a nakonec se vznesla. To, co následovalo, se dá opravdu jen těžko popsat. Prostě nádhera! To si musí každý prožít sám...

Znám otřepané tvrzení, že nejhezčí pohled na svět je z koňského hřbetu. To ale ještě není nic proti pohledu na svět z paraglidu! Nezbyvá než poděkovat chlapům z LAAČR a obsluze letiště Křižanov za nádherný den, na který nikdy nezapomeneme.

Chybí ještě odpověď na otázku z titulku článku: **Může!**

Letu zdar!

Miroslav Župka



Z historie



New York r. 1900: Santa Claus

Českým rájem na vozíku

Speciální web a turistická mapa
slouží nejen lidem s postižením

Foto: Jan Strcula, www.ceskyrajbezbarier.cz

Tři čtvrtě roku jezdil Jan Strcula z Košťálova na vozíčku Českým rájem, aby v něm objevil příjemná místa pro lidi s omezeným pohybem. Díky tomu vznikla jedna sekce na webových stránkách Český ráj bez bariér – Tipy na výlety. Web připravilo Sdružení Český ráj a v Típech na výlety najdete detaily o výletech pro vozíčkáře, seniory i rodiče s kočárky.

Turistická mapa se ale hodí všem, kdo si chtějí Český ráj užít bez nemilých překvapení.

„Těší mě, že Tipy na výlety pro vozíčkáře slouží na tomto webu všem turistům,“ říká Strcula. „Ale vytvářel jsem je hlavně pro lidi s postižením.“

Na projekt Český ráj bez bariér přispěla Evropská unie a web má od roku 2013. Tipy na výlety jsou letošní novinkou.

Důležité informace

„V Českém ráji jsem projel o víkendech asi sto dvacet kilometrů cest. Chtěl

jsem, aby se handicapovaní turisté dozvěděli co nejvíce o místech, na něž se vydají,“ říká Jan Strcula. Tipy na výlety doprovodil stovkami fotografií z cest, kudy jezdil. Nechybí na nich údaje, jestli mají písčité, kamenitý, hliněný nebo asfaltový povrch. Turisté zjistí, kde čeká číhají prudká klesání a stoupání nebo kde se cesty rozbahňují po dešti.

„Nic podobného v Českém ráji dosud neexistovalo,“ tvrdí manažerka projektu Pavla Bičíková. „V současné době se tisknou propagační materiály, které upozorňují na web Český ráj bez bariér. Na jeho stránkách přibudou soubory PDF s popisy tras vhodných pro vozíčkáře a lidi s omezeným pohybem.“

Kolem rybníků Vidlák, Věžák a Nebák

Janovi se při mapování Českého ráje zalíbily především dvě cesty. Doporučuje výlety na **trase mezi podtroseckými rybníky Vidlák, Věžák a Nebák a jízdu**

po cestě ze Sobotky ke Kosti, rezervaci Údolí Plakánku.

V popisu tras jsou i informace o vhodném parkování, které bývá pro vozíčkáře, ale i starší lidi klíčovou záležitostí. Web pomůže i s ubytováním.

„V dalších letech by bylo dobré, aby na popis cest navázaly jejich úpravy. Je třeba, aby lépe se po nich chodilo a hlavně jezdilo na vozíčku. Vystavět by se okolo nich měly lavičky a další místa k odpočinku,“ vysvětluje Pavla Bičíková.

Ubytování a stravování

Web Český ráj bez bariér nenabízí pouze tipy na výlety. Turisté, ať již handicapovaní nebo zdraví, tam najdou další tři významné odkazy: **památky a turistické cíle, doprava a služby a ubytování a stravování.**

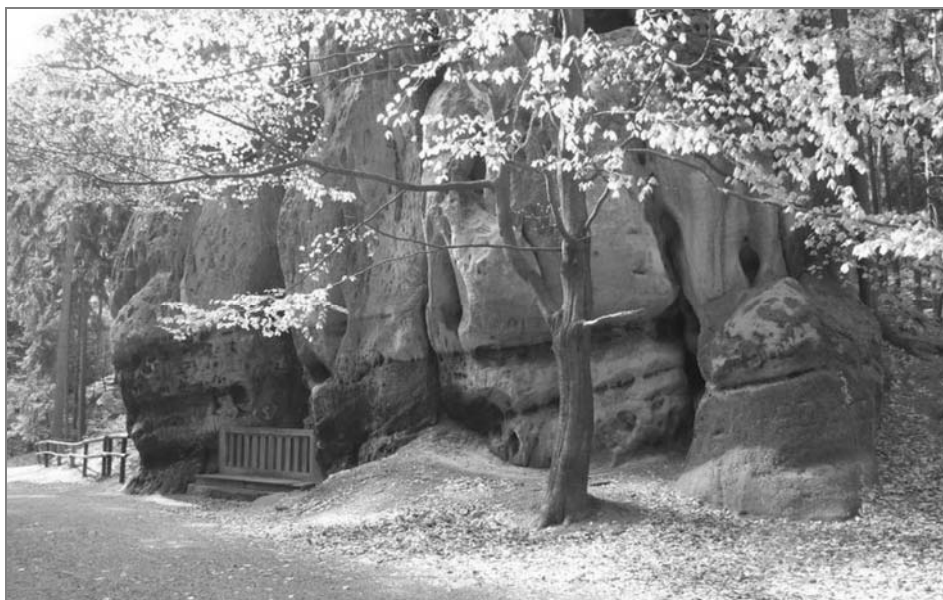
Sdružení **Sport bez bariér** zmapovalo pro web jednatřicet hradů, zámků, historických lidových stavení a dalších turistických cílů, osmadvacet hotelů a penzionů a třiačtyřicet restaurací a dalších pohostinských podniků.

Kromě dvaceti výletů pro vozíčkáře nabízí web Český ráj bez bariér tip na **čtyřdenní dovolenou v Českém ráji.**

Komu dělá pohyb problémy nebo je odkázaný na vozík, může se vypravit na cestu z Turnova do Dolánek a pak k Bartošově peci. Bezbariérová jsou muzea v Turnově a v Nové Pace. Na zámku Sychrov se vozíčkáři dostanou do parku a také do klenotnice. Z parkoviště u zámku Hrubá Skála dojedou až na hrad Valdštejn. I za jeho hradbami existují místa, kam mají vozíčkáři navzdory svému handicapu přístup.

Další informace včetně popisu jednotlivých tras a fotografií z nich na www.ceskyrajbezbarier.cz.

Zdroj: <http://liberec.idnes.cz>
(red)



Na trase hruboskalským skalním městem

Foto: Jan Strcula, www.ceskyrajbezbarier.cz

Do Vlčnova na vozíku

Milan Linhart



Moravské Slovácko je oblast rozprostírající se na jihozápad od Napajedelské brány v úrodné nížině Dolnomoravského úvalu po obou březích

Moravy. Je to oblast prozářená sluncem, pod jehož paprsky po staletí dozrává vinná réva.

Slunce a víno ovlivnily i zdejší folklor. Na mnoha místech se dochovala jedinečná architektura, zastoupená drobnými žudry, samostatně stojícími patrovými komorami a soubory vinných sklepů. V Bílých Karpatech je typický kopaničářský dům, který je roubený, ohozen hrubou hliněnou omítkou se stodolou s vjezdem ve štítovém průčelí.

Větší částí Slovácka dominuje vinná réva, v Bílých Karpatech se daří spíše švestkám, tzv. „trnkám“, či oskerušim a pije se tady víc slivovice než víno. Jiho-východní Morava je místem, kde vznikl první samostatný státní útvar Slovanů.

Vlčnov: venkovská památková rezervace

Klub českých turistů – odbor zrakově postižených Ostrava pořádá už mnoho let do oblasti Moravského Slovácka výlety v rámci seriálu Slovácký rok. Během této akce jsme zhlédli a prošli četné atraktivy a památky Kyjovska, Hodonínska, Uherskohradištska, Uherskobrodsko, Břeclavska, Luhačovicka, Veselíčska a Mikulčicka. Viděli jsme městské pamětihodnosti, venkovské památkové rezervace, hrady a zámky, poutní místa, vinné sklepy, muzea a galerie.

Pro letošní rok jsme si v polovině srpna pro celodenní program vybrali obec Vlčnov, která je venkovskou památkovou rezervací. Je vyhlášena udržováním folklórních tradic, zejména **Jízdou králů** nebo činností pěveckého spolku s názvem **Vlčnovské budovaly umělkyně**. Jeho vedoucím je Marcela Ulčíková, která se nám při naší návštěvě Vlčnova stala průvodkyní po všech významných místech obce.

Búdy a muzeum lidových pálenic

Naše první kroky zaměřily do zdejšího „chrámu kultury“, který nese název Klub kultury a sportu. V něm je umístěna galerie na Měšťance. Tam jsme si prohlédli a částečně i osahali časovou výstavu místních cestovatelů a ukázky vlčnovských



Muzeum lidových pálenic ve Vlčnově

Foto: www.kskvlnov.cz

krojů. Ocenili jsme skvělý výklad naší průvodkyně, která je zdejší rodačkou a místní folklor, život, tradice, zvyky a historii má „v malíčku“. Při následné procházce obcí jsme se dozvěděli řadu informací o dnes už neexistujících stavebních, o dřívější podobě těch, které si svůj původní vzhled nechovaly. Prošli jsme kolem gotického kostela v barokní podobě zasvěceného sv. Jakubu Většímu.

ních destilačních přístrojů, množství částí souvisejících s pálením, texty a dokumenty. Ty mapují minulost a současnost podomácku vyráběných ovocných pálenek.

Vozíčkáři najdou ve Vlčnově příznivé prostředí

Hezký den s mnoha zážitky jsme ukončili posezením ve stylové hospůdce Na pekárně a koupí letošního burčáku.

Pokud byste chtěli absolvovat návštěvu Vlčnova na vozíku, je třeba obrátit se na Klub kultury a sportu, kde pro vás tuto variantu upraví. Kontakt: Klub sportu a kultury Vlčnov, 687 61 Vlčnov 186, tel.: 572 675 130, ksk@vlcnov.cz, www.kskvlnov.cz.

Pohyb po obci je vcelku nenáročný i pro osoby s těžkým tělesným postižením. Vstup do expozice Muzea pálenic je zcela bezbariérový, taktéž se dostanete na vozíku i do zdejší cukrárny a do objektu pana Kováře, v němž lze zakoupit vzorky červeného nebo bílého burčáku.

V příštích letech budeme v návštěvách Moravského Slovácka pokračovat. Ještě máme stále co obdivovat a poznávat. Kromě toho sem rádi zajíždíme pro srdečnost a pohostinnost zdejších lidí.

Slovácký rok 2016 budiž pochválen!



Vlčnovské búdy

První chloubou Vlčnova jsou tzv. **búdy – nadzemní vinné sklepy** z 18. a 19. stol. V části zvané Kojíny je jich 35 a mají typickou slováckou podobu domečků s bílou fasádou a modrým soklem.

Druhou chloubou obce jsou produkty místní pekárny, zejména vyhlášené vdolečky velmi lahodné chuti. Naší další zastávkou je stavení dochované v neporušeném původním stavu. Jeho majitelka v něm žila až do 90. let minulého století a dům neprošel modernizací a žádnými nevhodnými úpravami. Je vzácným dokladem slováckého stavení s patrovou komorou a doškovou střechou. V usedlosti je vystaven úplný inventář vlčnovské jizby, síně, komory a černé kuchyně. V hospodářské usedlosti bylo díky obětavosti a vytrvalosti nadšenců otevřeno v roce 2010 unikátní **muzeum lidových pálenic**. Je v něm umístěno 30 komplet-

Další informace:

- Muzeum lidových pálenic: www.slovackemuzeum.cz.
- Vyhledávač bezbariérového ubytování: www.e-chalupy.cz.
- Tip na ubytování: Hotel Skanzen ***, (20 km od Vlčnova): Velehrad, tel. 572 508 034, www.hotelskanzen.cz – 1 bezbariérový dvoulůžkový pokoj.

Indiánské léto s handicapovanými dětmi a mladými lidmi v Davidově mlýně

Ve dnech 19.–25. 7. 2015 se uskutečnil již čtvrtý ročník tábora pro děti a mladé lidi s handicapem, který organizuje Klub přátel tělesně postižených dětí Opava (KPTPD) ve spolupráci s pedagogy Základní školy pro tělesně postižené v Opavě. Jeho realizace by však nebyla možná bez sponzorské podpory opavských rotariánů (Rotary club Opava).

Třetí červencový týden se celkem 32 dětí a mladých lidí, z toho 15 upoutaných na ortopedický vozík, sjelo do Davidova mlýna, kde již na ně čekali asistenti a vedoucí. Bez osobní asistence by se totiž většina účastníků nemohla tábora zúčastnit. Pro tuto práci není vždy jednoduché najít vhodné asistenty. Tentokrát se však sešla úžasná parta lidí. Zpočátku možná někteří z nich měli jiné představy o tom, co práce osobního asistenta obnáší, ale zvládli vše stoprocentně a stali se dětem a mládeži výbornými kamarády.

Radost a jiskra v oku

„Když jsem byl osloven, že mám jet jako asistent na tábor, v duchu jsem si řekl: jo, proč bych nejel? Po příjezdu, vybalení a procházce po Davidově mlýně začaly přijíždět děti a mladí z KPTPD. Přidělené kluky jsme si převzali a začalo to pravé rodeo,“ vzpomíná asistent Luky.

„První dva dny byly zkouškou ohněm. Nijak mě to ale neodradilo a začal jsem se s tím rvát. Myslím, že úspěšně. Ani na okamžik jsem nemohl před kluky dát najevo svou nezkušenost a nejistotu. Asistenti, kteří se účastnili i předešlých ročníků, říkali, že to byl prozatím ten nejlepší



tábor. To mě zahřálo u srdce. Práci na táboře jsme zvládli na jedničku. Já jsem sám za sebe strašně rád, že jsem se tábora mohl zúčastnit. Pokud budu mít možnost jet i příští ročníky, ani na minutu nebudu váhat. Jiskra v očích, radost a smích dětí byly tou nejlepší odměnou, které se mi mohlo dostat!“

Skvělá parta

„Začátek byl velmi těžký a bylo málo času se s roli asistenta sžít. Byl jsem hozen do vody a neuměl jsem plavat,“ říká asistent Dany.

„Ale díky skvělé partě, úžasnému prostředí a taky díky vědění, že se těmto dětem během pár dnů můžeme stát skvělými kamarády, jsem se ‚plavat‘ rychle naučil. Výsledkem byl jeden z nejpříjemnějších týdnů v mém životě. Přebalování, oblékání, krmení... Vše šlo najednou samo, a co víc – bavilo mě to. Tábor mi v mnoha věcech otevřel oči a hlavně mě posunul zase o kousek dál. Nebojím se říct, že jsem sám na sebe pyšný.“

Vděčnost, slzy, láska...

„Nikdy jsem nic takového nezažila a nikdy mi k srdci nepřiřostlo tolik lidí najednou. Člověk si vážně hrozně moc uvědomí a už nikdy nebudu stejná...“ vyznává se asistentka Klárka.

„Spolu s Míšou vám děkujeme za to, že jsme si mohli najít velké kamarády, ať už mezi zdravými nebo těmi s postižením, protože všichni do jednoho jste byli skvělí. Od návratu z tábora si všichni píšeme,

posíláme fotky – v životě mi nikdy nebylo víc smutno. Po každém jednom z vás se mi stýská a jak poslouchám reakce ostatních, mají to stejně. Přistihuji se často se slzami v očích, když na vás všechny vzpomínám. Ještě jednou to největší díky za neúžasnější týden mého života, za obrovskou zkušenost a lekci a za tolik lásky, co jsme z vás všech s Míšou cítily.“

Poděkování

Za organizátory tábora mohu říct, že jsme všichni strávili opravdu nádherný indiánský týden v nádherném prostředí Davidova mlýna a za krásného letního počasí.

Velké poděkování si zaslouží všichni asistenti a vedoucí, pan David Kostruh a jeho zaměstnanci v Davidově mlýně, ale také opavští rotariáni, kteří nás přišli pozdravit na výletě v ostravské zoo.

*Za organizátory
Hana Paterková
KPTPD Opava*



Spolek DMO POBYTY nabíral síly v Lázních Vráž

První listopadový týden se lidé s dětskou mozkovou obrnou spolu s dobrovolnými asistenty spolku DMO POBYTY zúčastnili další z akcí, **lázeňského pobytu ve Vrážích u Písku**. Klienti absolvovali obvyklé procedury a vzhledem ke krásnému počasí si užili množství procházek, a to jak do zámeckého parku, tak i k nedalekému Jezírku lásky.

Nezapomněli jsme ani na kulturu, ostatně naše večerní setkání jsou mezi účastníky našich pobytů velmi oblíbená. Jeden večer jsme např. prozpívali u kytar, další strávili ve víru tance a společenské zábavy. Následoval večer s promítáním filmu o Katce Maxové a beseda, které se zúčastnili i ostatní lázeňští hosté.

„Jsem moc ráda za skvělé asistenty, kteří se tohoto pobytu zúčastnili. Bez nich by to totiž nebylo možné. I když to pro ně bylo fyzicky i psychicky náročné, vše perfektně zvládli,“ chválí asistenty předsedkyně spolku DMO POBYTY Katka Maxová.

Velký úspěch měla i Vojtova metoda, kterou přijela s klienty procvičovat tera-



peutka Dáša. Klienti absolvovali také prohlídku zámku, kterou moderoval samotný pan ředitel Jiří Veselý.

„Děkujeme celému personálu lázní, který nám ve všem vycházel vstříc. Starali se o nás krásně a s úsměvem. Děkujeme také firmě Help Centrum za zapůjčení kompenzačních pomůcek, jmenovitě He-

leně Šádkové, která pomohla nejen s organizačními záležitostmi, ale i na samotném pobytu coby jedna z asistentek,“ prohlásila Katka Maxová.

Poděkování ale patří i asistentům, kteří se zcela zdarma starali po dobu pobytu 24 hodin denně o klienty a připravovali úžasný program. A samozřejmě i řidiči autobusu Pavlu Ceralovi za jeho vstřícnost při přepravě handicapovaných cestujících.

Závody a adventní setkávání

Kromě pobytu připomeňme ještě jednu akci z poslední doby. Na konci října proběhly v Janově nad Nisou běžecké závody na trasách 11 a 19 km. V závodě vozíčkářů na dva kilometry startovalo 10 osob se zdravotním znevýhodněním. Ze spolku DMO POBYTY se umístila na druhém místě Katka Maxová, která trasu absolvovala na elektrickém skútru.

„Mám ze svého umístění obrovskou radost,“ řekla v cíli Katka. Vítězkou se stala Dana Vávrová. Závody se všem moc líbily a vydařilo se i počasí. Spolek DMO POBYTY tady měl i svůj informační stánek.

Během celého období adventu jste mohli zástupce spolku potkávat na vánočním jarmarku a dalších akcích. Děkujeme vám za to, že jste si našli čas a přišli nás podpořit! I my vám přejeme mnoho štěstí v příštím roce.

Informace o naší činnosti a o tom, co chystáme najdete na našem webu www.dmopobyty.cz nebo na našich facebookových stránkách.

*Za realizační kolektiv
Kateřina Maxová
předsedkyně DMO POBYTY, z. s.*

(red)



Lázeňským švihákem během pouhého týdne

Reportáž Michala Pospíšila

V úvodu musím přiznat, že jsem lázním vzdoroval několik let. Jako dítě jsem sice pobyl v Hamzově léčebně a Jánských Lázních, do mé dětské paměti se vrylo bolestivé cvičení a studená voda v bazénu, i když nepříjemné chvíle vyvážila v Jánkách báječná škola. Letos mě mamka doslova umluvila k týdennímu relaxačnímu pobytu ve Františkových Lázních. Kdysi tam byla po operaci, moc si je pochvalovala a vždy se tam chtěla vrátit. Objednala tedy týdenní relaxační pobyt.

Aby se vše dobře zvládlo, bydleli jsme v téměř bezbariérovém hotelu Pawlik (nebylo to úplně bez komplikací, ale nevadily), který je ve dvou budovách propojený dlouhou spojovací chodbou a sousedí s aquaparkem. Ten je vozíčkářům dobře přístupný, dokonce má k zapůjčení mechanický vozík, abyste si nenamočili ten svůj. Různé trysky, bublinky, teplý bazén s vířivkou se i v letním slunečném počasí staly mým oblíbeným způsobem relaxace. V bazénech mi totiž bývá zima a moc je tedy nevyhledávám.



Hotel Pawlik je téměř bez bariér

Přírodní areál lázní

Areál lázní a park jsou v rovině, vozíčkář ocení rovnou dlažbu i asfaltový povrch, někde jsou cestičky vysypané pískem. Všude je zeleno i barevno: tráva, mnoho záhonů s květinami, keře, stromy, fontány, sochy a zvířátka – krotké veverky, upovídáné kavky, hrabiví holubi a v jezírcích červené rybky. Lesoparkem lze dojít (nebo dojet vláčkem) od kavárny Milano k zoo a jezeru Amerika. Vstup na pláž je 35 Kč a můžete zde strávit celý den. Jezero je útočištěm mnoha ptáků, kachny a kačery uvidíte všude, pro dobrotu si majestátně doplují i labuť. Obklopen přírodou si odpočine každý.



U stolu v cukrárně se dá pozorovat poklidná atmosféra lázní



V lázeňském parku je co obdivovat

Báječné procedury

Hned po příjezdu a ubytování nás čekala lékařská prohlídka, kde nám (po dohodě, protože jsme vlastně přijeli na odpočinkovou dovolenou) bylo naordinováno deset procedur (hlavně na pohybový aparát). Dříve se za procedurami běhalo z jednoho lázeňského domu do druhého, dnes jsou soustředěny v přízemí hotelu Pawlik a v nedalekých Císařských lázních. Ty jsou s hotelem dokonce propojené dlouhým tunelem, takže v chladnějším období se vůbec nemusí ven (jen vozíčkář musí poslední úsek projet kolem hotelu).



Parafinový zábal ruce příjemně uvolní

Měl jsem samé báječné (ohřívací) procedury – slatinné zábaly na záda, plynové uhlíkové obálky od pasu dolů, parafinové zábaly na kolena a ruce.



Honosné prostředí Císařských lázní

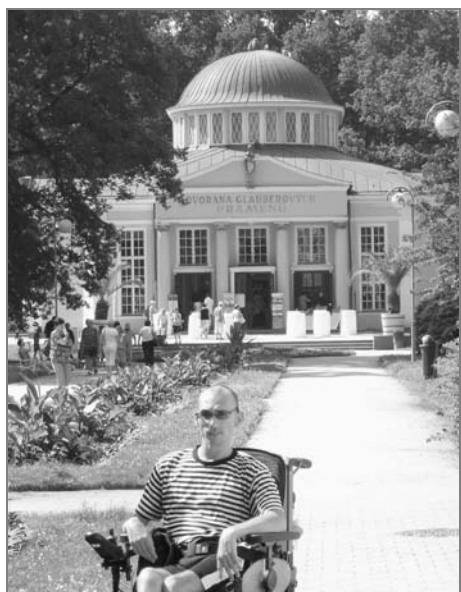
Léčebné prameny

Lázně mají 24 funkčních léčebných pramenů, tudíž mě nemohla minout ani pitná kúra. Ochutnal jsem všechny prameny, ale dbal jsem upozornění lékařky, abych jen „ucucával“ a nezpůsobil si zdravotní komplikace. Léčí prý již 20 ml a je dobré tedy popíjet celý den a nalačno, moc prameny nemíchat, protože by vážně mohly ohrozit váš zdravotní stav – od dehydratace (nenahrazují totiž tekutiny) přes střevní potíže až po celkový kolaps organismu. Zvláště pozor na Glauber IV, je silně projímavý.



Štěpánka – jeden z léčivých pramenů

Nejvíce mi zachutnal Solný pramen, ale doporučuji nejvíce Nový kostelní a Františkův. Prameny skýtají léčbu nejen v podobě pitné kúry, ale také v podobě koupelí (uhličité, bylinné...). Jenže k pramenům se vozíčkář většinou nedostane! Buď je před nimi soklík nebo je k nim třeba sejít po schodech dolů. I do krásné odpočinkové Glauberovy dvorany se třemi prameny se vstupuje po schodech...



Korzo po Glauberově dvoraně

Stravování a volný čas

Jelikož jsme měli polopenzi, mohli jsme si ze švédských stolů vybrat, co jsme chtěli – k snídaním džusy, čaj nebo kávu, jogurty, sýry nebo uzeniny, k večerům pak

jídla z české kuchyně – ryby, ovoce a zeleninu či kouzla studené kuchyně v podobě nářezů, paštik, kyselých ryb atd. Kdo chtěl, jedl dietně, spíš ale bylo třeba být v jídle ukázněný. Ubytování si ve Františkových Lázních zamluvíte v hotelích nebo penzionech.

Ceny v kavárnách a restauracích nejsou jiné než kdekoli jinde – někde dražší, někde levnější, ale na to přijdete sami.

Volný čas lze trávit různě. O aquaparku jsem již psal, stal se mým jednoznačným favoritem. Letní počasí umožňovalo různé procházky po okolí. Sice jsem se s vozíkem leckdy nedostal, kam jsem chtěl, ale nevadilo mi to. Navíc mezi Ašem a Chebem jezdí autobusy, ve všední dny každou půlhodinu, a zjistil jsem, že většinou bezbariérové, tedy s plošinou. Nikdy jsem je ale nevyužil. Mými cíli se totiž staly hrady Vildštejn ve Skalné, v níž prý vyrůstal fotbalista Pavel Nedvěd, a románský hrad Seeberg v Ostrohu.

Historický Cheb (německy Eger) mě omámil komplexem k sobě nastavených jedenácti kupeckých domů, kterým říkají Špalíček, ohromným kostelem a skutečností, že zde byl zabit Albrecht z Valdštejna. Za mimořádnou zvláštnost považuji hradby a časovou přímkou na pěší zóně, kde se v češtině, němčině a angličtině u každého roku píše nejdůležitější událost. Mám rád historii, takže jsem tím byl nadšen.

Ale ani příroda nezůstává pozadu. Samozřejmě jsem se vypravil do přírodní rezervace SOOS, kterou vede okružní naučná stezka. Cestou jsem v Žírovici zastavil u Motýlí farmy, ale expozice tropických motýlů je v prvním patře, takže jsem je viděl jen na fotkách. Za zmínku stojí i hezká procházka na nejmladší sopku u nás – na Komorní hůrku.

Rád se do „František“ vrátím

Vlastně hned po pár dnech sháním letáčky a nabídky, vím totiž, že se chci na toto místo vrátit. Všem ho vřele doporučuji. Když jsem první dny neviděl nikoho na vozíčku, ba ani s berlemi, kladl jsem si otázku: „Pro koho vlastně tyto lázně jsou?“ Kolem sebe jsem registroval ně-

mecky mluvící důchodce, ruské rodiny s dětmi, vracející se české samoplátce a mladé ženy, které si tady zřejmě léčí své gynekologické potíže. Ale pak jsem se uklidnil a nepřipadal si na vozíku tak exoticky – přece jen se objevili berlíčkáři či lidé s chodítky, parkem se proháněly elektrické vozíky, potkával jsem i mechaníčky. Ta úleva...

Později jsem si uvědomil, že bez asistenta by lázeňský pobyt mohl být i pro jinak samostatného vozíčkáře problémem. Personál je sice ochotný, ale znáte to – oblékání, obouvání, sprchování, šup na stůl, šup dolů... A při pohledu na subtilní dívky a ženy, kterých je ve zdejším personálu značná převaha, má postižený člověk pocit, že pomoc ani nemůže chtít.

Skvělý „lázeňský život“

Nastal čas, abych se vrátil k nadpisu svého příspěvku. Kromě báječných lázeňských procedur a procházek po okolí je nezanedbatelnou součástí lázeňského pobytu i tzv. lázeňský život. U mě nespočíval v tanečcích, večírcích a návštěvách kasína, ale díky teplému počasí ve vyseďování v zahrádkách restaurací a pozorování lázeňského života. Ve vzduchu občas zajiskřilo víc než náhodné setkání, mnohé oblečení, rozuměj večerní ohoz, signalizovalo „jsem tady“...

Mně stačila „nahodilá“ setkání s příjemnými lidmi – s chytrými českými důchodci – inženýry, i ve vyšším věku půvabnou paní profesorkou, panem docent na penzi...Věřte, byla to velmi podnětná setkání.

Již po pouhém týdnu mě lidé zdravili, účastně mávli rukou přes ulici na pozdrav a to mě velmi těšilo. Když jsem se na električáku hnal Národní ulicí dolů k cukrárně Kolonáda, na moment jsem si připadal jako „lázeňský švihák“, i když na vozíku...

Lázně mi učarovaly jako kdysi moře, kam se také každý rok vracím. Domů jsem přijel odpočatý, s jiným rozhledem, ale i s plánem, že si lázně musím určitě zopakovat!

pospmichal@email.cz



Karavanning a vozíčkář? Jde to...

Srazy karavanistů jsou otevřené i lidem s postižením

Národní sraz karavanistů, tentokrát 43., se uskutečnil v polovině září ve Strážnici v Jihomoravském kraji. Jeho pětidenní program absolvovalo 251 posádek, mezi kterými nechyběli ani vozíčkáři a další lidé s postižením.

Účastníci srazu se mohli vydat na řadu výletů, např. do vodního areálu Živá voda Modrá nebo na státní zámek Milotice. Zájem byl o sjezd řeky Moravy na raftech a kánoích či o výlet lodí po Baťově kanálu. Dětem se pak předvedl profesionální animátor Jirka Hadaš s programem „Kouzelný karneval“.

O dobrou náladu se postaraly folklorní kapely Rančeři a Vermona a velmi dobrý burčák.

Karavany či obytná auta pro vozíčkáře

Vozíčkář se do běžného neupraveného karavanu samozřejmě nedostane, ale např. malá rodinná firma Rolli-Freizeit z bavorského Augsburgu pronajímá karavany se speciální úpravou pro osoby s postižením už dvacet let. Velkou výhodou cestování v podobných vozidlech je to, že na svých cestách nemusíte složitě hledat vhodné ubytování. To si vezete s sebou. Nevýhodou bývá vyšší cena těchto speciálních vozů, pokud se rozhodnete některé z nich vlastnit.

Pokud vás láká vyzkoušet si karavanning, aniž byste se hned začali zajímat



Z letošního Národního srazu karavanistů ve Strážnici

Foto: (di)

o koupi a speciální úpravu karavanu či obytného vozidla, jde to celkem levně. Za den zaplatíte 129 € V ceně je ručení a 250 volných kilometrů.

Moderní karavany SKY FREE jsou postaveny na základě Fiatu Ducato s třilitrovým naftovým motorem. Řízení je přestavěno na ruční ovládání, takže



Interiér je bezbariérový



Pokud má vozíčkář elektrický se zdvihem, je to výhodou

Foto: www.senioren-online.at



Bezbariérový záchod je samozřejmostí

vozičkář nemusí být pouze jedním z pasažérů, ale může usednout i za volant. Karavan má čtyři postele a výbavu uzpůsobenou pro vozičkáře včetně bezbariérového WC a koupelny. Do karavanu se vozičkář dostane výtahem-plošinou s dálkovým ovládáním.

Více informací na <http://rolli-freizeit.t.de>, popř. rollifreizeit@arcor.de.

Nechte si poradit

V České republice prodává nebo půjčuje karavany a obytné vozy např. firma Karavany Bydliky.cz. Provozuje i bazar ojetých karavanů nebo levnějších obytných vozů. Zástupci firmy poradí i s úpravou karavanu pro vozičkáře.

Kontakt a další informace: Karavany Bydliky.cz, tel.: 603 468 231, 602 126 127, www.bydliky.cz, info@bydliky.cz.



(di) *Moderní karavany pro vozičkáře nejsou levnou záležitostí*

Foto: www.rehatreff.de



V karavanu je sice stísněnější prostor než v hotelovém apartmánu, ale na mechaničáku se dá projet ke všemu nutnému vybavení

Foto: www.schwaebische.de



Paní Zdenka Kunčická je mezi karavanisty známou a mimořádnou osobností. Více než dvacet let byla mimo jiné (jako první žena v ČR) ve funkci předsedkyně ostravského Caravan clubu

Foto: (di)



Tento vozičkářský pár je velkým fanouškem karavaningu. Jeho vůz je opatřen zdvižnou plošinou a průjezdem z obytné části na místo řidiče

Foto: <http://reisemobil-international.de>



Karavaning je životní styl, kterého se nevzdávají ani lidé s postižením

Foto: (di)

Test Opelu Meriva z hlediska nakládání vozíku

Vozidlo Opel Meriva je středně velký rodinný vůz. I přes své menší vnější rozměry poskytuje mimořádně prostorný interiér. Test provedl slovenský server vozickar.sk. Vozidlo zapůjčilo zastoupení Opelu z Banské Bystrice Final-CD, které nedávno dodalo stejné vozidlo autoškole v Kováčové, kde je ve verzi upravené pro vozíčkáře.

Předmětem zájmu testu byla **možnost nakládání a převozu vozíku** nebo i několika vozíků pro případ použití vozidla skupinou vozíčkářů, např. sportovců na závody.

Jednoznačně nejsilnějším rozlišovacím prvkem Merivy je systém otevírání dveří nazvaný FlexDoors®. Zadní dveře se otevírají v úhlu 84° a usnadňují tak nastupování a vystupování, stejně jako umístění dětské sedačky do vozu.

- Nastupování a vystupování se nyní odehrává v místě, kde je sřecha nejvyšší, což znatelně zvyšuje pohodlí při těchto úkonech.
- Úhel otevření zadních dveří (84°) umožňuje přirozený pohyb těla při nastupování a vystupování. Praktické madlo na B sloupku pak tuto činnost činí ještě pohodlnější.
- V těsných parkovacích prostorech se z vozu lépe vystupuje.
- Dveře poskytují čtyři možné polohy otevření, nemusíte se tak bát, že poškodíte vozidlo stojící vedle.
- Systém FlexDoors® usnadňuje také ukládání nákupu nebo jiných předmětů na zadní sedadla.
- Světlo umístěné ve spodní části B sloupku osvětluje nástupní prostor do vozu.
- Systém FlexDoors® také umožňuje snadnější přístup k systému organizace sedadel FlexSpace®.

Na rozdíl od posuvných bočních dveří neomezují opačně zavěšené boční dveře rozměr zadní nápravy, která pak může způsobit horší ovládání vozu. Navíc otevírání posuvných dveří vyžaduje větší sílu, jelikož je potřeba posunout celou jejich hmotnost. To může být velmi složité především při parkování v kopci.

Široké prahy

Nastupování do auta může usnadnit deska na přesun. Krásně „přemostí“ široké prahy, které musejí výrobci kvůli bezpečnostním testům vytvářet. (Pozn. red. VOZKY – široké prahy se vyskytují téměř u všech aut, např. i Škody Octavie).



Nejsilnějším rozlišovacím prvkem Merivy je systém otevírání dveří nazvaný FlexDoors®. Zadní dveře se otevírají v úhlu 84° a usnadňují nastupování a vystupování nebo umístění dětské sedačky do vozu.



Nakládání skládacího vozíku



„Dosáhnutí“ na vozík je nesrovnatelně snadnější než u běžně otevíraných dveří.

K naložení vozíku s pevným rámem je potřeba dostatečná stabilita horní části těla. Na náš dotaz nám bylo ale potvrzeno, že lze vymontovat sedák části zadního sedadla za řidičem. Nakládání vozíku by potom bylo o to lehčí (jen prostě musíte obětovat to jedno místo k sezení).



Nakládání vozíku s pevným rámem





Díky snadnému sklopení řidičova sedadla se dá vozík s pevným rámem pohodlně vložit vedle sebe i na zadní sedadlo.

Naložení většího počtu vozíků

Opel Meriva značně procvičil naši fantazii v hledání vhodné kombinace uložení vozíků. Samozřejmě záleží na tom, jaké verze rámců potřebujete naložit (pevné či skládací). Ale rozhodně tři vozíčkáři s vozíky se do Merivy vejdou. Chce to ale armádní poslušnost a nastupovat v přesně nacvičeném pořadí.



Kufr má „falešné“ dno, které lze nastavit do vyšší a nižší polohy.



Tento skútr patří mezi ty nejmenší – v kufru se skoro ztratil.

Ruční ovládání

Testované vozidlo bylo vybaveno ručním ovládáním vícefunkční pákou ukotvenou k podlaze, napravo od pravé nohy.



Závěr

Opel Meriva nám připadá jako auto, které vymýšlel vozíčkář. Technologicky dražší posuvné zadní dveře konstruktéři nahradili protilehlým otevíráním FlexDoors® a velmi tím vozíčkářům usnadnili život.

Každý si musí samozřejmě najít svůj způsob nakládání a tomu přizpůsobit konfiguraci vozu. Např. pro naložení pevného rámu na sedadlo spolujezdce není příliš vhodné objednávat středový posuvný box.

Negativa: Vozidlo s konkrétním ručním ovládáním (redakci VOZKY se nepodařilo zjistit jakého druhu, ale podle fotografií se dá usuzovat, že nejde o typ podobný RO v ČR) mělo na ovládací páce příliš mnoho bočních výstupků, které tlačily zprava do nohy.



Zdroj: Mirek Zeman, www.vozickar.sk
Zpracoval (dz)

Mezinárodní setkání bývalých pacientů Lázní Velké Losiny se nadmíru vydařilo

Setkal se rok s rokem a v pořadí už druhý sraz bývalých pacientů pavilonu VI (dnes Šárka) Lázní Velké Losiny byl tady. O víkendu 11.–13. září se do bezbariérového Penzionu Horinka ve Velkých Losinách sjelo tolik účastníků, že jeho ubytovací kapacita nestačila, takže někteří museli vzít zavděk pokoji v penzionech Terasa či Švihák lázeňský.

První účastníci, většinou „kolegové“ ze Slovenska, přicestovali už ve čtvrtek a s předstihem si prohlédli známá místa. Den pak společně zakončili večerním posezením ve společenské místnosti Penzionu Horinka.

Sraz byl oficiálně zahájen v pizzerii bývalého Hotelu Praděd, dnes Hotel Istria. Bylo nás celkem 36. Zavzpomínali jsme na pobyt na Šestce a někteří se museli po těch letech znovu představit. Zábava probíhala až do pozdních večerních hodin.

Vzpomínky jsou stále živé

V sobotu po půl desáté se většina účastníků sešla před budovou Šárky, kde na nás již čekala pracovnice lázní paní Konečná, aby nás provedla pavilonem. Opět jsme nejprve zašli do bývalé „školkky“, kde stále stál nám tolik známý původní dřevěný stůl, který pamatoval několik generací pacientů. Vedení lázní se ho rozhodlo zachovat. Po vzpomínkové rozpravě nám průvodkyně opět umožnila prohlídku prostorů lázní.

Několik z nás pak odjelo na místní hřbitov, kde jsme položením kytičky a zapálením svíček chtěli poděkovat už neži-



Pavilon Šárka v Lázních Velké Losiny – naše srdeční záležitost

jícím pracovníkům lázní, kteří se o nás v té době starali. Byli nám často i náhradními rodiči – sestřička Kolářová, manželé Valovi a další.

Odpoledne si mnozí poseděli před lázeňskou kavárnou a zavzpomínali na svá mladá lázeňská léta a nejen na ně. Další skupinka si udělala zdravotní procházku po lázeňském parku nebo ke známému sirnému pramenu „Vejcovka“.

Před sedmou hodinou se účastníci sra-

zu opět začali scházet v jídelně Elišky na společnou slavností večeři. Po večeři jsme se přesunuli do Hotelu Istria na další příjemný večer plný zábavy, tance a zpěvu. Hudební doprovod nám skvěle zajistili Jarek Boško a Ondrej Mocko.

Srazy mají velký úspěch

Návrh na uskutečnění třetího ročníku setkání na sebe nenechal dlouho čekat. **Rádi přivítáme další nové, a jak doufáme, i trvalé účastníky těchto setkání. Jedinou podmínkou pro účast je absolvování léčebného pobytu v Šestce v době své neploletosti.** Pozvání k účasti je směřováno i pro bývalé „kolegy“ ze Slovenska, kteří byli pravidelnými pacienty těchto lázní. Pokud máte i fotografie z pobytů, nezapomeňte je vzít s sebou.

Bližší informace a fotografie z letošního srazu naleznete na FB veřejné skupiny Lázně Velké Losiny – LVL. Pokud se rozhodnete také zúčastnit a máte požadavek na ubytování, pište na Zdenek1157@seznam.cz.

*Zdeněk Špalek
Karviná*



Vzpomínalo se na staré časy, ale život jde dál

**A co zajímavého jste zažili vy?
Napište nám o tom! Redakce: Pavel Plohák
P.Plohak@seznam.cz, tel.: 737 238 933**

DRŽÍME SPOLU

Jindřich Štreit nafotil kalendář o neobyčejných vztazích

Třináct fotografií pro kalendář na rok 2016 nafotil mistr sociálního dokumentu prof. Jindřich Štreit. Kalendář tvořil spolu s Asociací rodičů dětí s dětskou mozkovou obrnou a přidruženými neurologickými onemocněními ČR. Snímky vznikaly postupně od letošního února do srpna v Sanatoriích Klimkovice. Konečný výběr prováděl autor tak, aby zdůraznil lásku, sílu, neobyčejný vztah mezi rodiči a jejich postiženými dětmi. Peníze z jeho prodeje půjdou právě jim.

Autorem nápadu na unikátní kalendář je zakladatel asociace Miloš Svoboda, sám otec postiženého Davida. Na fotografiích jsou rodiče, kteří nerezignovali, kteří bojují, mnohdy nejen za své dítě. Ocítají se v potupných situacích při shánění prostředků na další rehabilitaci, která jejich dítěti pomáhá. Proto samozřejmě udělají i nemožné, aby jim ji zajistili. Nejprve se spoléhají na pomoc široké rodiny, pak jsou nuceni sbírat plastová víčka, kterých je ale na jednu léčbu zapotřebí čtyři tuny, nakonec musí obcházet sponzory. A přitom si nezajdou večer jen tak do kina, protože sehnat hlídání pro postižené dítě se specifickým chováním a specifickými potřebami je téměř nemožné.

Kalendář s názvem **Držíme spolu** se představil veřejnosti na vernisáži výstavy fotografií, která se pod stejným mottem uskutečnila v listopadu v Sanatoriích



Jindřich Štreit: David Svoboda

Klimkovice. Výstava je putovní a prodejní, postupně se bude stěhovat do mnoha měst a institucí v celé ČR.

Jeden příběh za všechny: Lucie

„Po porodu v sedmém měsíci nastaly komplikace. Později jsme se během vyšetření u neurologa dověděli, že Lucinka má poškozený mozek,“ říká její tatínek. „Když měla Lucka deset let, zemřela jí maminka, tak jsem musel začít bojovat

sám. Lucka potřebuje každodenní rehabilitaci, jezdíme na hipoterapii i plavat do bazénu, jezdí na kole – speciálním rotopedu. Veškerý volný čas se snažíme zaměřit na zlepšení pohybu. Rehabilitaci a další péči jsem dosáhl toho, že Lucinka navštěvuje základní školu pro tělesně postižené. Je na vozíčku, ale dokáže se pohybovat i pomocí chodítka. Je stále šikovnější. V lázních Klimkovice otevřeli rehabilitační program KLIM-THERAPY. Tato rehabilitace by byla pro Lucinku vhodná, ale pojišťovna na ni nepřispívá. Celou dobu se snažím veškeré finance investovat do zlepšení jejího zdravotního stavu a doufám, že se na KLIM-THERAPY dostaneme. Mnoha dětem, které vidím kolem sebe, pomohla.“

(di)



Z vernisáže: zleva Jindřich Štreit a Miloš Svoboda

Foto: Jiří Muladi



Kultura na vernisáži

Foto: Jiří Muladi

Sociální fotografie Jindřicha Štreita

Jindřich Štreit: fotograf, vysokoškolský pedagog – přednáší na Slezské univerzitě v Opavě, kurátor a organizátor kulturního života. Žije se svou ženou Agnes na Sovinci nedaleko Rýmařova či Šternberka, ale nikoli na známém hradu založeném v první polovině 14. století, nýbrž v objektu bývalé školy. Býval v ní i řídícím.

Od roku 1967 realizoval přes 1160 samostatných výstav v řadě zemí Evropy i v zámoří. Od roku 1964 se zúčastnil přes 300 výstav na čtyřech kontinentech světa a byl účastníkem mnoha mezinárodních dílen a symposií.

Od 70. let minulého století se intenzivně věnuje také realizaci výstav jiných umělců, po roce 1989 rovněž v mezinárodním měřítku. Vyhlášenou formou neoficiální kultury se staly v osmdesátých letech jeho vernisáže českých a slovenských umělců na Sovinci. Od roku 1990 část své práce soustavně věnuje podpoře humanitární a charitativní činnosti. Za svoje fotografie získal řadu domácích i mezinárodních ocenění.

Připravil Jiří Muladi





Jindřich Štreit Foto: www.ceskatelevize.cz

Velké téma prof. Jindřicha Štreita

Mezinárodně uznávaný mistr sociálního dokumentu prof. Jindřich Štreit tvořil letos od února do listopadu kalendář s názvem „Držíme spolu 2016“. Toto dílo osobně prezentoval na vernisáži fotografií v Sanatoriích Klimkovice a při té příležitosti také poskytl magazínu VOZKA malý rozhovor.



• **Pane profesore, je o Vás známo, že odmítáte komerční práce a reklamu. To u dnešních umělců rozhodně není běžné...**

Nikdy v životě jsem to nedělal a nemám důvod to dělat ani nyní. Pokud pracovní nabídka není v souladu přímo s tím, co fotografuji, tedy pokud nejde výhradně o sociální téma, tak ji nepřijmu. I tak mám potom docela dost obav, jestli se mi podaří splnit přání zadavatele.

• **Konkrétně v případě kalendáře „Držíme spolu“ to vidíte jak?**

Ohlasy jsou dobré. Nechtěl jsem ve fotografiích ukazovat léčebné postupy – propagačních materiálů mají Sanatoria Klimkovice dost. Mně šlo o vztah rodičů k handicapovaným dětem, o to, kolik sil, energie, času a lásky jim věnují. Zároveň jsem nechtěl zdůrazňovat negace. To je velké téma.

• **Jakým krédem se při své práci řídíte?**

Makej, makej, makej – až na doraz. S respektem k tomu, že dokumentární fotografie chce i svůj čas a cit pro detail. Když jsem mluvil o velkém tématu, přiblížím to asi takhle: mám za sebou 1 160 samostatných výstav v zemích po celém světě, od Broadwaye po Tokio. Ale tato výstava je pro mne důležitější než ta na Broadwayi.

(di)

Meningitida připravila Amy Purdy o nohy, přesto dál sportuje



Na paralympiádě v Sochi loni skončila třetí (vpravo)

Foto: Super.cz/Profimedia.cz

Když americkou snowboardistku Amy Purdy v devatenácti letech postihla meningitida, měla podle lékařů minimální šanci na přežití. Amy přežila. Nemá ale slezinu, musela podstoupit transplantaci ledvin a amputaci obou nohou pod kolena.

ná žena zazářila za doprovodu snoubence Daniela Gala i na udílení sportovních cen ESPY.

Purdy, jež se rovněž aktivně věnuje charitativní činnosti, se loni zúčastnila americké verze Star Dance (Dancing With The Stars), kde skončila na druhém místě.



Přesto nepropadla beznadějí, začala se rvát s osudem a po sedmi měsících stála znovu na svahu – s protézami. A rok od amputace dosáhla na třetí příčku ve snowboardové soutěži na paralympiádě v Soči. Aby ještě víc sdělila osudu, že na ni nemá, letos v červenci tato obdivuhod-

Zdroj: Super.cz, (red)
(bf)

To nejdůležitější je očím neviditelné...

Vánoční anketa s těmi, kteří mají k Vánocům co říct

Křesťanství nás učí, že všechno dobro (dárky i sama láska k dětem a blízkým) pochází svou příčinou od Boha-Ježíše-Ježíška. V tomto smyslu jsou všechny dárky skutečně od Ježíška. Nicméně toto vánoční tradici několika dárců pod stromčkem příliš nevystihuje. Vánoce jsou podle biblického pojetí především oslavou Ježíšova narození. A přirozené je připojit se k betlémským pastýřům a mudrcům a Ježíška také obdarovat svými dary. To lze udělat ale jen symbolicky – darovat lásku, pozornost, sounáležitost, klid...

Co by na dnešní pojetí vánočního shonu mohl říci Ježíšek?



„Vánoce jsou dobou zklidnění a rozjímání. Jsem potěšen, že lidé dneška staví v takovém počtu chrámy, které několikrát týdně v hojném počtu navštěvují. Jsem trochu zmatený, když vidím, že v těchto chrámech dneška nezůstávají v klidu a míru, ale neklidně krouží, nekomunikují spolu o věcech své duše, ale spíše se sobě vyhýbají. Někdy do sebe vráží, zejména tehdy, je-li návštěvnost tohoto stánku obzvláště hojná. Což bývá právě v době vánoční.“

Lidé si berou různé věci – jídlo, věci osobní spotřeby, ale třeba i nábytek. Tyto věci více či méně prozkoumají, pak si je odnášejí. Trochu je mi toto konání nepochopitelné. Nicméně mě velmi těší tato hojnost. A když tak přemýšlím, že o Vánocích by člověk měl v klidu zkoumat své nitro, přemýšlím, že to možná dnešní člověk umí už jen skrze hmotné věci. Tím, že už tolik nepotkává druhé lidi



přirozeně – neb lidi oddělil internet –, jsou tyto velké a větší stánky možností, jak se potká člověk s člověkem. Jen se přestat sobě vyhýbat a zase spolu začít mluvit, usmívat se, podat si pomocnou ruku nebo si jen tak podat ruku a být spolu. Možná právě tady má dnešní člověk tuhle velkou příležitost...“

A co Mikuláš či Santa?



Byť jsou naše středoevropské Vánoce spojené s postavou Ježíška, jeho celosvětově o něco populárnější kolega je Santa Claus. Jeho jméno vzniklo z holandského pojmenování pro svatého Nicholase (Mikuláše) Sintaklaas, který se proslavil jako dobrotivý světec. Ačkoli si jej s sebou holanďáci imigranti přivezli do USA už v 17. století, nebyl ještě dlouho nikterak významnou postavou. Proslavil se, až když ho spisovatel Washington Irving zakomponoval do své knihy v roce 1809 (stále však jako svatého Nicholase). Kouřil dýmku, létal ve svém kočáru (bez sobů), neměl svůj červený oblek a nebydlel na Severním Pólu. I bez sobů však

přinášel dětem každý rok dárky. Až kolem roku 1865 byl přejmenován na Santu Clause. Získal svůj specifický oblek, soby a saně...

Takže Santo, co ty říkáš na ty naše Vánoce?

„Ho, ho, ho! Rád obdarovávám, rád jezdím po světě a přináším dárky. Rád vidím, že je kolem spousta lidí a hodně věcí. Také ale vidím, že čím více věcí, tím méně srdce. Čím více věcí u jedněch, tím méně mají ti druzí a jsou méně šťastní. Vidím to shora, když na svých saních letím krajem. Vidím, že jeden dárek je *dárkem*, ale když je dárců deset, jsou to jen věci. A největším dárkem nemusí být nic drahého, nic, co bychom zaplatili penězi. Čeho se nám nedostává? Úsměv – a přitom je to tak snadné! Podívejte se na sebe do zrcadla nebo se zrcadlete v očích svých blízkých a zvedněte koutky úst nahoru! Možná to zpočátku nepůjde tak snadno, trénink ale dělá mistra. Každý den, pak každou hodinu – a půjde to samo. Začněte od vaší tváře, nakazíte tím ostatní a tento úsměv se vám přenesení do duše. Odtud už pak nikdy nezmizí...“

Ho, ho, ho! Uvidím to shora, jak se vám vede.“

Další redakcí VOZKY dotázaní aktivisté vánočních svátků – francouzský Pappa Noel, Father Christmas z Anglie, finský Joulupukki, Дед Мороз z Ruska či z Itálie čarodějnice Befana vzkazují:

„Mějte se všichni rádi, nejen o Vánocích.“

(bf)

EVA PEKÁRKOVÁ: Já – Bobeš a jeho paničky**VĚRA SCHMIDOVÁ:** Až se zima zeptá: Človíčku vozíčkářský, co teď?**LUCIE BLAŽKOVÁ:** Pomalý zánik české literární naděje?**Já – Bobeš a jeho paničky**

Nedávno jsem četl o pejskovi Azúrovi, který neměl lehký život. Je mi ho líto. Dal mi podnět k tomu, že o svém životě napíši. Také jsem prožil krušné chvíle, které si dodnes pamatuji, ale přeci jen jsou v pozadí následujících šťastných let.

Když mi byly necelé tři roky, můj pán mě hodil do výtahové šachty někde daleko od našeho domova. Žil jsem ve tmě mezi namazanými lany výtahu, který se občas rozjel. Byl to příšerný rachot, kabina na mne padala... Já se krčil v koutku a moc jsem naříkal. Nikdo mě neslyšel. Až po třech dnech mě někdo zaslechl. Pánové v oranžových kabátech mě vytáhli, zavezli k panu doktorovi, kde mě vykoukali a ošetřili. Byl jsem moc vyděšený, tak jsem se ani nebránil.

Pan doktor se moc snažil zajistit mi domov, abych nemusel do útulku. Líbil jsem se mu, ale nechat si mne nemohl. Jednoho dne přišla taková velká paní a ta slíbila, že mě někomu nabídne. Zanedlouho opět přišla, strčili mě do přenosky a někam vezli. Ocitl jsem se v nějakém bytě a já uviděl svoji novou paničku. Byla jiná, měla takový vozíček, na kterém seděla. Promluvila na mě a já věděl, že toto bude jiný domov, než jaký jsem měl před tou hrůzou s výtahovou šachtou.

Později přišla ještě jedna panička, Katka. Obě se nade mnou skláněly, mluvily na mě a jemně hladily. Bylo mi dobře, proto jsem se odvážil vyskočit z přenosky a začal jsem příst. Už jsem se nebál. Přesto pár dní trvalo, než jsem si zvykl. Dostal jsem nové jméno – Bobeš. Bobeš, Bobík, Bobíneček a další „jmeníčka“ doléhaly k mým ouškám a mi to bylo moc milé. Také jsem dostával dobrotky. Můj nový domov se mi začínal líbit...

Jak dny a týdny utíkaly, otrkal jsem se a začal s prozkoumáváním bytu a balkónu. Ten jsem si obzvláště zamiloval. Byl jsem ještě mladý, a tak mi nedělalo potíže skočit na stůl, dále na skříň a zpátky. Po bytě jsem zkrátka lítal jako d'ábel. Paničky mi pořídily škrabadlo na dráčky, já si však vyhlídl křesla. Jasně že jsem dostal vyhubováno, ale potom starší panička přišla na nápad zakrýt křesla přehozem. To bylo něco pro mě. Byla to dobrá skrýš a v ní jsem si opět brousil dráčky. Měl jsem rád noční život. To jsem mohl pátrat

na místech, která pro mě přes den byla tabu. Například v kuchyni, ve spíži – to byl pro mě ráj. Potom jsem prospal celé dopoledne. Panička se rozplývala nad tím, jak hodně spím, jak jsem hodný. Kdyby věděla, co tropím v noci, kolik mám práce!

Každý rok jsem absolvoval cestu k panu doktorovi na celkovou prohlídku a očkování. Jen jednou pan doktor řekl, že bych měl zhubnout, že mám větší břicho. Při mých aktivitách mi ale nevadilo, přesto jsem se snažil a při další kontrole mě pochválil. Zapomněl jsem vám říct, že nejsem žádný kocour s rodokmenem. Jsem obyčejný kocourek mourek, ale dost jsem narostl a na kráse mi příroda spíše přidala. K panu doktorovi jsem však jednou musel i mimo pravidelnou kontrolu.

Před čtyřmi roky jsem se nemohl vyčůrat a dost mě bolelo břicho. Dostal jsem cévku a infúzi, dietní jídlo – fuj! Dietní granule sice nejsou nic moc, ale budiž. Musím vám říct, že po té terapii se mi moc ulevilo a od té doby mám klid.

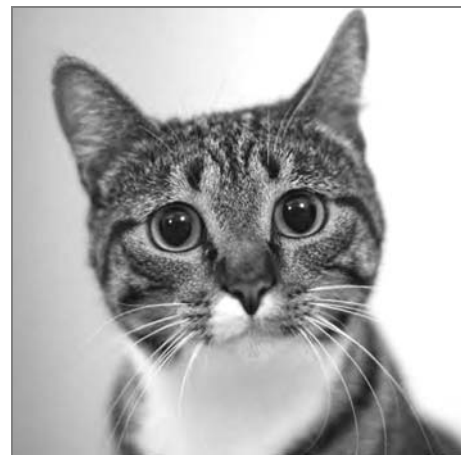
Ze začátku povídání jsem napsal, že mi koupání nevádí. Co jsem ale začal vyvádět při koupání po tom zákroku u pana doktora, si nepřejte vidět. Obě moje milé paničky jsem podrápal, zkrátka řádil jsem jako čert. Moc mě to mrzelo, ale nemohl jsem jinak. Uvědomil jsem si, že vodu – kromě na pití – nesnáším. Ale bylo mi odpuštěno...

Starší panička taky pracuje na počítači. Nu a já nesmím zůstat pozadu. Jsem v důchodu a mám dost času na to, abych jí pomáhal. Moc mě láká přeběhnout ji po klávesnici notebooku. Nadává mi, ale mi to nevádí, baví mě to. U Katky jsem měl zase rád, když studovala. Koukala do knih či papírů a já je rád používal jako podestýlku. Naučila se mi nenápadně podstrkovat papíry, které nepotřebovala, já to ale prokoukl. Dělal jsem, že mi je to jedno, vždyť jsem také chtěl, aby dostudovala. To se jí podařilo a teď už pracuje. Sice v jiném městě, ale dojíždí k nám na víkend. Mi se po ní přes týden stýská. Zvláště po tom, jak se ke mně chová. To mě vezme jako miminko a nosí mě po bytě. Nohy mi trčí do vzduchu, ocásek visí a hlavičku mám k ní přitisknutou. Je mi moc fajn...

Roky rychle utíkají a já jsem tu doma už dvanáct let. Nejsem sice tak aktivní, protože k těm dvanácti musíte připočítat

roky v „minulém“ životě, ale zato jsem se naučil mluvit. Jsem doslova ukecanej kocour. Paničky se mnou rády diskutují. Dovedu kočičím jazykem odpovědět i mladší paničce do telefonu. K oslovování jako Bobiku, Bobínku přibýlo *Můj starý dědku, Dědku, Koťátko dědku* aj.

Podělil jsem se s vámi v čase předvánočním o svůj osud. Moc bych si přál, kdyby se všechna zvířátka měla tak dobře jako já u svých paniček. Aby nepoznala špatné zacházení, aby jim bylo odpuštěno, provedou-li nějakou lotrovinu. Zkrátka, aby se měla fajn...


**Až se zima zeptá:
Človíčku vozíčkářský,
co teď?**

Ne všichni vozíčkáři mají na zimu stejný pohled. Hodně z nich ji vysloveně nesnáší, nejráději by ji „zrušili“. Zvláště ti, co mají nějak postižené nebo oslabené ruce. Už jenom představa, že na každý pohyb či přesun po venku si musejí brát asistenta, popř. někoho k sobě, a vysvětlovat, kam chtějí jít a proč...

A to věčné běhání na záchod!

Taky představa oblékání několika vrstev oblečení, balení se do deky, čepice, šály, rukavic... Představa promrzlých nohou, rukou, nosu a uší...

Nic moc.

Ale jsou lidi, i na vozíku, kteří se na zimu vysloveně těší. Nevadí jim, že musí více času trávit doma, naopak. Rádi sedí u okna a sledují poletující sníh, bílou zasněženou krajinu. Někdo sní, někdo vzpomíná. Jiní poté vyrazí do hor na monoski, užívají si tu krásu, když sjíždí

zasněžené sjezdovky, milují pohled na bílé kopce a nevadí jim ani to, když se vyválí v čerstvě napadaném sněhu. I taková koulovačka stojí za to...

Jiní vítají zimu jako období společenského života. Vytáhnou ze skříň šaty, obleky a těší se na zábavy, plesy, vánoční besídky a Silvestra – možností ke společenské zábavě je vcelku dost. Vůbec to nemusí být akce nějakého vozíčkářského spolku. Někteří lidé na vozíku naopak vyhledávají a raději navštěvují akce zdravých lidí. Proč ne? Také jsme přece zdraví, pouze nechodíme...

Někteří vítají zimu jako období klidu, odpočinku a relaxace. Zima je přece samotnou přírodou určená ke spánku, odpočinku a načerpání nových sil do nového roku, abychom byli na jaře plni elánu.

Jenom si to na chvíli představte. Uvaříte si horký čaj a v teploučku a přítmí pokoje relaxujete jenom tak v tichu či za jemného proudění tónů příjemné hudby. Uvolňujete celé tělo, ale hlavně – svou mysl. Po celém tom dlouhém roce si i ona zaslouží trochu se zklidnit, zpřítomnit a vyprázdnit. No není na to zima ideální? Dopřejme si toho plnými doušky...



Pomalý zánik české literární naděje?

„Musíte si uvědomit, že jste spisovatelka, jinak se nepohnete dále,“ řekl mi loni v srpnu český spisovatel a majitel nakladatelství Temné vody Petr Doležal. Omyl. Pane Doležale, přestože díky vám vyšel knižně můj životní příběh, který někteří vidí jako pouhou smyšlenou povídku o záměru spáchat sebevraždu, a napsala jsem přes dvě stě básní, *od slov o sebevraždě osud přešel k činu*. Vzala jsem si léky a doufala, že se neproberu...

Jenže já, hloupý amatér, jsem si jich vzala „málo“, přežila jsem to a skončila v Psychiatrické nemocnici v Opavě. Tam jsem zažívala nechutnosti šilných žen,

křivdy a ponížení. Nic z toho už nemuselo být... A proč jsem to vlastně udělala? Protože nevidím prostor k životu a můj zdravotní stav není dobrý. Psychickou oporu mi poskytují „jen“ paní doktorka Markéta Dobrá, pan magistr Přemysl Mikoláš a pár mých přátel.

Žiji v CSS Hrabyně, kde se se svou spolubydlící a dvěma elektrikáky a dvěma mechanikáky tísíme v pokoji o velikosti 40 m². Má spolubydlící (za posledních šest let je to čtvrtá) mi nevyhovuje. Její životní styl je zcela odlišný od mého. Už šest let mám požádáno o jednolůžkový pokoj, ale Centrum mi prozatím nevyhovělo. Mou nynější spolubydlící tady všichni znají, nikdo mě ale na její chování neupozornil, takže jsem nevěděla, s kým budu mít tu čest... Přesto, že se nedávno vdala, se svým mužem nežijí. Její muž žije na dvoulůžku a nevěsta se mnou. Všichni tady hráli mrtvého brouka, tak se teď nemohou divit, že jsem to psychicky nezvládla, i když to nebylo jediným důvodem mého nerozumného činu.

Jsem prý *literární nadějí*, napsala jsem přes dvě stě básní. Zveřejňuji je v různých tiskovinách, na Facebooku nebo na serveru tvorba.blogger.cz. Jak ale doopravdy žiji? „Utíkám“ z CSS Hrabyně, před šilnými produkty ústavního života. To pak skončím v Psychiatrické nemocnici v Opavě, závislá na tom, co pro mě její personál „udělá“. Naposledy jsem „žila“ na pokoji se šesti ženami na uzavřeném oddělení. Neměla jsem tady žádné soukromí, přesto jsem se cítila bezpečně. Jen mě moc mrzí, že pochopení nenacházím u svých nejbližších, i když je velmi miluji. Cizí pro mě dělají víc, např. moje doktorka psychiatrie Markéta Dobrá, psycholog Přemysl Mikoláš nebo moje kamarádky Lenka Š., Renata T. a pár dalších...

Když mi tenkrát v létě řekl spisovatel Doležal, že jsem *literární naděje*, nevěřicně jsem se na něj dívala těma svýma nemocnýma, zničenýma očima. K čemu mi to ale je? Život mě nešetří a ušetřuje mi jednu ránu za druhou. Tenkrát v Chrudimi na literární soutěži „V rukojmí slov“, kde mě doprovázeli paní doktorka Dobrá a můj kamarád Libor Goj s jezevčicí Sunynkou, mi bylo krásně a doufala jsem v příjemnou budoucnost. Ale teď je asi všemu konec. Jsem nýmand, troska, člověk neustále hledající pomoc, své místo, své soukromí, klid a mír...

Dny na psychiatrii jsou dlouhé, táhnou se jako smažený sýr, ale je tu klid. Přemýšlím tam nad tím, proč vůbec existuji, jaký tu mám vlastně úkol. Asi každý má v životě nějaké poslání, své místo, jenže já stále nevím, kde je to mé. Bůh dal každému nějaký dar, mně asi dar psaní poezie. Ale stejně často přemýšlím nad tím, proč si vyvolil zrovna mě pro všechna ta

trápení...

Například můj vztah s M. S., zvanou Soptík. Tuto ženu jsem poznala v opavské psychiatrické nemocnici letos v květnu. Zdála se mi milá, příjemná a s obrovským smyslem pro humor. V rámci soukromé dramaterapie jsme si spolu uspořádaly svatbu, kdy já jsem byla nevěsta a ona ženich. Opatřila i snubní prstýnky a přinesla mi kytici konvalinek. Zažily jsme spolu hodně legrace. Když jsme končili pobyt v psychiatrické nemocnici, klečela na zemi u mých nohou a řekla: „Když se budu chtít zabít, tak jedině s tebou.“ Přijela za mnou několikrát do Hrabyně, jednou i se svým mužem a jorkširákem Charleym. Napsala jsem jí tehdy: „A opravdu tvému muži nevádí, že za mnou jezdíš?“ Napsala mi, že nevádí. Přivezla mi vždy nějaké dárky a šperky. No a najednou byl konec. Přátelství zmizelo jak pára nad hrncem... Prý vadilo jejímu muži! Dárky jsem rozdala, prstýnek dala své známé, fanynce Baníku. Mně zbylo jen hluboké zklamání, vzpomínky a jen se prohloubila moje nedůvěra k lidem.

O to větší šok jsem zažila, když jsem ji v psychiatrické nemocnici uviděla i v srpnu. Skoro přede mnou utekla. Druhý den byla přemístěna na jinou stanici. Asi za týden se objevila znovu u mne na jedničce. Ani jsme na sebe nepromluvily. Jen když jsem už odjížděla a seděla v sanitce, Soptice volala na sanitáky: „A někde ji vyložte, když už umí sama chodit!“



Učení nemusí být vždy mučení

Humorné i poučné příběhy slasti života se nevzdávajícího vozičkáře

Když dospíváte pomalu v chlapa, je vám čtrnáct pryč, dokončujete školní docházku a máte se rozhodnout na celý život, co z vás bude a co vás bude nejen bavit, ale také živit, není to jednoduché. Nutnost rozhodnutí přichází ve velmi nevhodné chvíli, když s vámi nádherně cloumá puberta a koukáte jak tele z jara, kterak holkám raší prsa. To se vám i spolužákům pěkně zapalují lýtka a máte za sebou první platonické lásky či první letmá pohlazení. Když pak ukecáte nějakou zvědavou vyvinutější potvoru, kterou nemilujete, ale je zrovna jako vy sexuálně zvědavá, cítíte se jako King. Ona zkoumá, co to máte schovaný v kalhotách a vás zase zajímá, jaký poklad skrývají její kalhotky. Moc toho na první pohled, a popravdě zrovna u holky, k vidění není. Nic vám napoprvé neukáže, protože má strach, aby náhodou někdo odněkud nepřišel. A i kdyby nakrásně ano, stejně toho moc neprozkoumáte, protože je tma. Co můžu udělat, je alespoň průzkum podprsenek, které znám od vidění, když jich má naše sousedka jednou za čas hned několik pověšených na balkóně vedle nás.

Touha po takovém poznání je u kluků i holek našťastí oboustranně veliká. Ale je k tomu potřeba důstojnějšího prostředí, než je sklep. Např. doma, v teple a čistotě. Když máte dvě mladší sestry a matku v domácnosti, šance pro nádherné poznávání jsou téměř nulové. Ale znáte to. Pudy i touhu po ovoci nepoznaném prostě neoblafnete. Musíte na to jít od lesa.

Naši s námi jezdili každou neděli do Všebořic k babičce, kde měl táta na nádherné dědově zahradě včely. Stačí mi nasimulovat, že je mi blbě a že mám teplotu. Naši mě nechají doma, dostanu prášek na vypocení a čaj s medem. Táta s ním velmi úspěšně léčil všechny naše nemoci. Ale hlavně máme pár hodin času na živočišné zkoumání s kámošem Pepanem. Přivedl jednu holku, která se s námi jako jediná o věcech těla bavila...

Když přišel koncem školního roku do devítky jeden z náborářů ke studiu na učilišti, zapůsobil na mě nejvíc ten z JZD Všebořice. Od vidění jsem ho znal. Bydlel vedle babičky a ukecal by snad i jalovou krávu, aby porodila ne jedno, ale hned tři telata. Ukecal i mne...

Táta přišel večer z práce a mě nenařadilo nic lepšího, než mu ukázat přihlášku na vyučení se traktoristou. Táta neskutečně vycákl a chtěl mě zabít. Křičel, že jsem opravdu blbější, než si myslel. Po deseti minutách vztekání se najedl a na-

konec i uklidnil. Pak šel na mě s jinou taktikou.

„A co budeš dělat v JZD, když se ti rozbije traktor? Budeš kravám otírat prdele, než ti ho opraví? To už můžeš rovnou jít do předlické konzervárny zavírat sardinkám oči,“ sdělil mi suše. Pak chodil po obýváku jako tygr v kleci kolem stolu dokola, dával si ruce na hlavu a bědoval.

„Já budu mít, panebože, syna jezedačka!“ Nemohl to pořád vydýchat a pokračoval v monologu. „Můj táta měl jen pár tříd a holou prdel. Uměl akorát trošku číst, psát a počítat. Já už mám černé řemeslo a udělal jsem si tříletou večerní průmyslovku. Povýšil jsem na mistra a i vy se máte o hodně lépe než já v mládí, když nás bylo osm hladových krků v chalupě. Nemusíte chodit v jedněch botách několik let a po několika sourozencích jako já. Nechci nic víc, než abys byl chytřejší a vzdělanější, než jsem byl já. Od tebe chci maturitu, aby se jednou i tvé děti měly lépe, než se máte vy tři. To snad už pochopíš, vole!“



Došlo mi, že by to s tou mou vyklepanou prdelí a žaludkem opravdu nebylo to pravé ořechové. Na svého tátu jsem dost dal, ale musela mu ještě pomoci mamka, aby to byla tutovka. Na maminku jsem dal mnohem víc. Když se mě děda Kočárků ptal, koho si vezmu za manželku, až budu dospělý, odpověděl jsem, že mamku. Přešlo mě to až ve věku okolo deseti let.

„Zámečník, to je práce pro chlapa,“ říkal. „Pěkně makat v teple na dílně a ne si někde vyklepávat prdel na traktoru, při žních na kombajnu a mít ve třiceti žaludeční vředy.“ Takovou mi dával sodu. Měl pravdu. Ale já neměl prozatím o nějaké práci ani ponětí.

Táta hodně kamarádil s panem Josefem Koprivou, mistrem z mechanické dílny v Ústecké sklárně. Ten mu řekl, že se tam budou během dvou let modernizovat sklářské provozy, kde bude spousta nové měřicí techniky. Budou přijímat pět mechaniků. Táta neváhal a vzal mou budoucnost pevně do svých rukou. Vyjednal exkurzi v ZPA Střekov, kde měl kamaráda náměstka. Prohlédl jsem si provoz, kde

se vyráběly přístroje na montážní lince. To samé jsem viděl i v ZPA v Nové Pace. Sedět ale jako debil u montážní linky se mi vůbec nelíbilo, i když tam byly samé nádherné mladé kočky. Otec mi klidně a logicky vysvětlil, že ve sklárně nebudu přístroje vyrábět, ale budu je opravovat. To už bylo jiné kafe. Podal jsem si tedy přihlášku a stal jsem se učněm Sklo Unionu, s tím, že se budu učit v Nové Pace, kde je velké učiliště i internát.

Nádherně kozatá kádovačka sklárny, která kypěla neskutečnou živočišností, myslela nejspíše na příjemnější věci, než je mne a Mílu Sejčka přihlásit do učiliště v Nové Pace. Prošvihla o týden termín přihlášky a my museli zvolit náhradní řešení.

První rok jsem se učil nástrojařinu v Povrlech, kam jsem to měl z domova tramvají a vlakem jen 15 km. Druhý rok mě a Mílovi Sejčkovi už kádovačka zajistila s půlročním předstihem v Nové Pace učiliště i ubytování na internátu. Třetí rok jsme už byli ubytovaní na privátu u Kotíků.

Po letech vzpomínám na mistry odborového letčvíku pana Bryknera a pana Vrabce, kteří nás zasvěcovali do tajů našeho velmi pěkného a čistého řemesla. Na internátě byl velmi přísný šéf vychovatelů, nějaký pan Remsa, bratr státního trenéra úspěšných skokanů na lyžích. Dále tam sloužil pan Fejfar, kterému jsme neřekli jinak než Žofan. Když ho z učňů bažantů někdo sháněl, tak jsme mu řekli, že je v kanclu jen pan Žofan a ten určitě ví, kde pan Fejfar je. Pak jsme už jen čekali, až Žofan-Fejfar vycákne a toho nebožáka požene svinským krokem ven z kanclu.

Privát měl výhodu. Nikdo nás nebuzeroval, nekontroloval, jestli máme umyté nohy a uši. Kdyby si naše jediná vychovatelka řádně plnila své povinnosti a kontrolovala občas naše pindoury, zjistila by, že jsme je měli vždy důkladně a s láskou vymydené.

Míla Sejček mě nejen naučil pít pivo, ale i chodit za holkami. Mechaniky už byly ale dávno rozebrané. V Nové Pace bylo také učiliště cukrářek a Velvety. Cukrářky byly nádherné a stydlivé kočky. Přadleny a tkadleny většinou hulily, byly hrubší a sprostější. I mezi nimi byly krásné holky, které se mi líbily. Když ale v tanečních otevřely při tanci pusy, veškerý jejich půvab byl v háji. Tak nemluvili ani dlaždiči...

No jo, učit se člověk musel nejen ve škole. To ale nebylo žádné mučení!

Josef Procházka

VSP

Vy Se Ptáte...,

...Poradna NRZP
v ČR odpovídá.

Poradna Národní rady osob se zdravotním postižením

Otázky a odpovědi

Výše podpory v nezaměstnanosti

Zajímá mě, z čeho se bude vycházet při výpočtu výše podpory v nezaměstnanosti.

Manželovi byl snížen invalidní důchod (ID) 3. stupně na 2. stupeň (důchod pobíral asi půl roku před evidencí na ÚP, před důchodem pracoval). V posledních dvou letech tedy splnil dobu důchodového pojištění jednak ze zaměstnání, jednak náhradní dobou. Poslední činností, než se zaregistroval na ÚP, bylo pobírání ID 3. stupně. Zajímá mě, zda výpočet výše podpory bude vycházet ze skutečnosti, že pobíral důchod (koeficienty z průměrné mzdy v národ. hospodářství), nebo se to bude vypočítávat ze zaměstnání, které bylo před odchodem na ID 3. stupně (tj. z průměrného čistého měsíčního výdělku).

Zákon o zaměstnanosti v § 50 uvádí, že výše podpory v nezaměstnanosti se stanoví procentní sazbou z průměrného měsíčního čistého výdělku (pobírání ID je příjem, ale není to výdělek, který byl u uchazeče o zaměstnání zjištěn a naposledy používán pro pracovníprávní účely v jeho posledním ukončeném zaměstnání v rozhodném období. Rozhodným obdobím pro posuzování nároků na podporu v nezaměstnanosti jsou poslední dva roky před zařazením do evidence uchazečů o zaměstnání.

V případě, kdy uchazeč o zaměstnání nemůže osvědčit výši průměrného měsíčního čistého výdělku nebo vyměřovacího základu, popř. u něho nelze stanovit průměrný měsíční čistý výdělek nebo vyměřovací základ, stanoví se výše podpory v nezaměstnanosti po dobu prvních dvou měsíců ve výši 0,15násobku (3 777 Kč), další dva měsíce 0,12násobku (3 022 Kč) a po zbývající podpůrčí dobu ve výši 0,11násobku (2 770 Kč) průměrné mzdy v národním hospodářství za 1. až 3. čtvrtletí kalendářního roku předcházejícího

kalendářnímu roku, ve kterém byla podána žádost o tuto podporu.

Z uvedeného plyne, že pobírání ID nebude mít vliv na výši podpory, pouze bude doba jeho pobírání zahrnuta jako náhradní doba zaměstnání.

PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně

Přebírání důchodu

Babička, které lékaři diagnostikovali demenci, byla zcela zbavena způsobilosti k právním úkonům (dle starého občanského zákoníku) a ustanoven opatrovník. Babička je nyní v domově se zvláštním režimem.

Může sociální pracovník tohoto zařízení převzít babiččin důchod? Nebo ho může (musí) přebírat pouze opatrovník?

Skutečnost, že je osoba umístěna v domově se zvláštním režimem a zároveň omezena ve způsobilosti k právním úkonům, neznamená, že za ni automaticky může důchod přebírat jiná osoba, než která je k tomu určená.

Nemůže-li babička převzít důchod sama, tak k tomu má opatrovníka. Ten následně rozhoduje, jak bude s důchodem naloženo. Může jej tedy nechat posílat přímo na účet poskytovatele, nebo jej přebírat a hradit z něj potřebné.

Pokud tento postup poskytovatel nedodrží, je možné si stěžovat. Než si ale začnete stěžovat, prohlédněte si dobře smlouvu. Mnohdy jsou ve smlouvě uvedeny věci, které při podpisu nikdo nerozporoval, ale po čase začnou vadit (viz přebírání důchodu).

V takovém případě, jste-li jako opatrovník přesvědčen o nutnosti změny přebírání důchodu, iniciujte změnu smlouvy. Poskytovatel s vámi musí jednat individuálně a má zákonnou povinnost revidovat čas od času všechny smlouvy.

Pokud tak nečiní, porušuje standardy kvality a v případě inspekce sociálních služeb se vystavuje případnému postihu.

PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně

Školné na VŠ

Mám ID 1. stupně a příspěvek na péči (průkaz TP). Dokončila jsem studium 1. ročníku kombinovaného studia. Jelikož začínám šestým rokem studium na veřejné vysoké škole (se sedmiletou přestávkou ze zdravotních důvodů) a je mi víc než 26 let, vedení chce po mně již platit školné ve výši okolo 12 000 Kč za půl roku studia. Jak to přesně je s placením školného pro zdravotně postižené?

Zákon o vysokých školách v § 6 uvádí, že do samosprávné působnosti veřejné vysoké školy patří zejména stanovení výše poplatků spojených se studiem. Z toho plyne, že každá vysoká škola může mít poplatky stanoveny jinak vysoké. Jestliže má vysoká škola nějaké úlevy, např. pro zdravotně postižené studenty, pak si to upravuje sama.

Z důvodu zdravotního postižení tedy nemáte automaticky nárok na úlevu školného. Zkuste však požádat písemně vedení školy o úlevu na školném a zdůvodnit to zdravotním stavem a nízkými příjmy. Popř. můžete zkusit oslovit nadace, které by vám mohly na studium přispívat.

PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně

Autoškola

Prosím o radu ohledně řízení vozidla osobou se zdravotním postižením. Kdo zhodnotí a rozhodne, jaké úpravy vozidla jsou nutné (dostačující) pro bezpečné řízení? Jaký lékař vydá potvrzení (případně stanoví požadavky na úpravu vozidla) a jak seženu odpovídající autoškolu?

Nejdříve k druhé části dotazu. Zdravotní způsobilostí k řízení motorových vozidel se rozumí tělesná a duševní schopnost k řízení motorových vozidel.

Zdravotní způsobilost posuzuje a posudek o zdravotní způsobilosti vydává posuzující lékař na základě prohlášení ▶

žadatele o řídičské oprávnění nebo držitele řídičského oprávnění, výsledku lékařské prohlídky a dalších potřebných odborných vyšetření. Zdravotně způsobilý k řízení motorového vozidla není ten, kdo má poruchy chování způsobené závislostí na alkoholu nebo jiných psychoaktivních látkách podle posudku o zdravotní způsobilosti.

Posuzujícím lékařem se pro účely tohoto zákona rozumí:

a) lékař se způsobilostí v oboru všeobecné praktické lékařství nebo v oboru praktický lékař pro děti a dorost registrujícího poskytovatele ambulantní zdravotní péče (dále jen „registrující poskytovatel“),

b) lékař poskytovatele pracovnělékařských služeb,

c) lékař uvedený v písmenu a) kteréhokoliv poskytovatele této ambulantní zdravotní péče, jde-li o posuzovanou osobu, která nemá registrujícího poskytovatele nebo poskytovatele pracovnělékařských služeb.

Další právní předpisy upravují podmínky zdravotní způsobilosti, rozsah lékařské prohlídky a odborného vyšetření, obsah prohlášení žadatele o řídičské oprávnění nebo držitele řídičského oprávnění, nemoci, vady nebo stavy, které vylučují nebo podmiňují zdravotní způsobilost k řízení motorových vozidel.

V případě výběru ručního ovládání není žádná legislativa. Ruční ovládání musí vyhovovat vašemu postižení, musíte zvládat ovládací síly, ale hlavně bezpečně a včasné brzdění a zastavení vozidla. Měl byste mít jednu ruku neustále na volantu, abyste kontroloval směr jízdy.

Před nákupem ručního řízení vám mohou doporučit si některá z nich vyzkoušet, aby vám co nejvíce vyhovovala. Pak vám firma zaměřená na tyto úpravy udělá úpravu na míru.

*PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně*

Odvolání proti zamítnutí žádosti o motorové vozidlo

Přišlo mi rozhodnutí o zamítnutí žádosti o motorové vozidlo, které bylo určeno pro mého postiženého syna. Jelikož s tím nesouhlasím, chtěla bych podat odvolání. Mám na to jen 15 dní a vůbec nevím, jak takové odvolání má vypadat. Co všechno musí obsahovat?

Z odvolání musí být patrné, kdo je činí, které věci se týká a co se navrhuje. Podává se k věcně a místně příslušnému správnímu orgánu (bývá uveden v poučení rozhodnutí). Tedy musí obsahovat základní identifikační údaje – jméno, příjmení, datum narození a místo trvalého

pobytu, popřípadě jinou adresu pro doručování. Dále musí obsahovat údaje o tom, proti kterému rozhodnutí směřuje, v jakém rozsahu ho napadá a v čem je spatřován rozpor s právními předpisy nebo nesprávnost rozhodnutí či řízení, jež mu předcházelo.

Není-li v odvolání uvedeno, v jakém rozsahu odvolatel rozhodnutí napadá, platí, že se domáhá zrušení celého rozhodnutí. Odvolání se podává s potřebným počtem stejnopisů – jeden stejnopis zůstává správnímu orgánu a každý účastník dostane jeden stejnopis. Nepodá-li účastník potřebný počet stejnopisů, vyhotoví je správní orgán na náklady účastníka.

*Mgr. Jana Bendová
Poradna NRZP ČR v Brně*

Příspěvek na péči a odvolání

Pobírala jsem na dlouhodobě nemocného syna příspěvek na péči (PnP) II. stupně. Přestože se jeho zdravotní stav nezlepšil, byl mu nyní snížen na I. stupeň. Pracovnice na ÚP nám poradila, abychom do pěti dnů napsali námítku proti posouzení zdravotního stavu. Můžete nám poradit, jak takovou námítku napsat, co přiložit, eventuálně zda existuje nějaký vzor?

Pokud ještě nebylo vydáno úřadem práce rozhodnutí o snížení PnP, je možné se vyjádřit k podkladům před vydáním rozhodnutí a doložit nové skutečnosti, které by měly vliv na znovuposouzení nároku na PnP. Ze zkušeností v poradně víme, že ideální je doložit novou aktuální lékařskou zprávu, která prokazuje nezvládnání základních životních potřeb, které posudkový lékař uznal za zvládnuté. Případně můžete detailně popsat životní potřeby, které syn nezvládá, a jak mu při jejich zvládnutí pomáháte.

Pokud již ÚP vydal rozhodnutí, je třeba do 15 dnů od převzetí rozhodnutí podat odvolání. Vzor odvolání vám posílám mailem. I k odvolání je vhodné přiložit lékařskou zprávu a žádat o osobní účast u jednání odvolací posudkové komise.

*Mgr. Eliška Škrancová
Poradna NRZP ČR v Brně*

Podpisové razítko

Dozvěděla jsem se, že je možné si nechat vyrobit razítko s vlastním podpisem. Mohou se osoby se zdravotním postižením tímto razítkem právoplatně podepisovat? Zdá se mi to divné, že by razítko s podpisem nahrazovalo podpis. Jsem nevidomá a podepisuji řadu fi-

remních dokumentů, proto by pro mě bylo určitě ulehčení na daný dokument dát razítko přímo s podpisem.

Podpisové razítko nevidomých osob je opravdu běžně používané. Nahrazuje podpis všude tam, kde není vyžadován vlastnoruční podpis. Pravost takto podepsaných dokumentů není zpochybňována. U firemních dokumentů opět záleží na druhu dokumentu, ale ani u těch by s podpisovým razítkem neměl být problém.

*Mgr. Jana Bendová
Poradna NRZP ČR v Brně*

Zaměstnanci s ID a práce přesčas

Pracuji v dílně, kde je zaměstnáno devět invalidních důchodců. Tito důchodci pracují šest hodin denně za mzdu 4 800 Kč čistého měsíčně. Je to již 14 dní, co paní majitelka nařídila povinné přesčasy 16 hodin týdně až do odvolání. Pracovníkům dala podepsat nové smlouvy, kde požaduje práci přesčas 150 hodin za rok bez nároku na odměnu. Někteří lidé jsou více či méně psychicky nemocní, smlouvu podepsali všichni. Jinak nám hrozila okamžitá výpověď. Má vůbec paní majitelka nárok na to aby postižení zaměstnanci museli pracovat za měsíc 64 hodin přesčas bez nároku na odměnu?

Práci přesčas je možné konat jen výjimečně, každopádně vám za ni náleží odměna či náhradní volno. Zaměstnavatel ji může zaměstnanci nařídít jen z vážných provozních důvodů, a to i na dobu nepřetržitého odpočinku mezi dvěma směnami, popř. za podmínek uvedených v zákoně i na dny pracovního klidu. Nařízená práce přesčas nesmí u zaměstnance činit více než 8 hodin v jednotlivých týdnech a 150 hodin v kalendářním roce.

Zaměstnavatel může požadovat práci přesčas nad uvedený rozsah pouze na základě dohody se zaměstnancem. Celkový rozsah práce přesčas nesmí činit v průměru více než 8 hodin týdně v období, které může činit nejvýše 26 týdnů po sobě jdoucích. Jen kolektivní smlouva může vymezit toto období nejvýše na 52 týdnů po sobě jdoucích. Do počtu hodin nejvýše přípustné práce přesčas ve vyrovnávacím období se nezahrnuje práce přesčas, za kterou bylo zaměstnanci poskytnuto náhradní volno.

Práci ve dnech pracovního klidu může zaměstnavatel nařídít jen výjimečně. V den nepřetržitého odpočinku v týdnu může zaměstnavatel nařídít zaměstnanci jen výkon těchto nutných prací, které nemohou být provedeny v pracovních

dnech: naléhavé opravné práce, nakládací a vykládací práce, inventurní a závěrkové práce, práce konané v nepřetržitém provozu za zaměstnance, který se nedostavil na směnu, při živelných událostech a v jiných obdobných mimořádných případech. Patří tady i práce nutné se zřetelem na uspokojování životních, zdravotních, vzdělávacích, kulturních, tělovýchovných a sportovních potřeb obyvatelstva, práce v dopravě, krmení a ošetřování zvířat. Ve svátek může zaměstnavatel nařídit zaměstnanci jen výkon prací, které je možné zaměstnanci nařídit ve dnech nepřetržitého odpočinku v týdnu, práce v nepřetržitém provozu a práce potřebné při sřežení objektů zaměstnavatele.

Za dobu práce přesčas přísluší zaměstnanci mzda, na kterou mu vzniklo za tuto dobu právo a příplatek nejméně ve výši 25 % průměrného výdělku, pokud se zaměstnavatel se zaměstnancem nedohodli na poskytnutí náhradního volna v rozsahu práce konané přesčas místo příplatku. Neposkytne-li zaměstnavatel náhradní volno v době tří kalendářních měsíců po výkonu práce přesčas nebo v jinak dohodnuté době, přísluší zaměstnanci k dosažené mzdě výše uvedený příplatek.

Na mzdu a příplatek nemáte nárok, je-li ve smlouvě dojednána mzda již s přihlédnutím k případné práci přesčas. Mzdu s přihlédnutím k případné práci přesčas je možné takto sjednat, je-li současně sjednán rozsah práce přesčas, k níž bylo při sjednání mzdy přihlédnuto. Mzdu s přihlédnutím k případné práci přesčas je možné sjednat nejvýše v rozsahu 150 hodin práce přesčas za kalendářní rok a u vedoucích zaměstnanců v mezích celkového rozsahu práce přesčas.

Na dodržování povinností vyplývajících z právních předpisů dohlíží Státní úřad inspekce práce, který také může vyžadovat odstranění zjištěných nedostatků a ukládat pokuty. Proto se na něj obraťte s podmětem na prošetření dané situace. Podrobnosti naleznete na jejich webových stránkách www.suip.cz.

*Mgr. Jana Bendová
Poradna NRZP ČR v Brně*



Částečný ID II. stupně

Jsem zaměstnaná jako účetní ve strojírenské firmě s plným pracovním fondem (osmihodinová pracovní doba). V červnu mi byl přiznán ČID II. stupně, míra snížení poklesu pracovní schopnosti 55 % na období tří let.

Mohu pracovat nadále osm hodin denně? Zaměstnavatel mi nechce snížit pracovní dobu ani poskytnout její pružné rozvržení. V některých přípa-

dech je to pro mě nevládnutelné – mám astma. Nepřijdu při přezkoumávání ČID po třech letech kvůli tomu o tento důchod?

Zákon o důchodovém pojištění přímo předpokládá, že osoby s priznaným ID I. a II. stupně budou pracovat. To proto, že za tyto osoby není hrazeno (v případě nezaměstnanosti) sociální pojištění.

Jedna věc však je, že pracovat můžete, a druhá, že nevládnete práci na plný úvazek. Zaměstnavatel nemá žádnou povinnost vám umožnit práci na zkrácený úvazek, a to ani v případě, že jste invalidní důchodce. Buď se se zaměstnavatelem dohodnete, nebo si musíte vybrat – odejít ze zaměstnání či vydržet osmihodinovou pracovní dobu. Jelikož má však zaměstnavatel za zaměstnance s ID určité benefity, mohl by také trochu vyjít vstříc.

Zůstanete-li v zaměstnání a zvládnete pracovat na plný úvazek, zákon o důchodovém pojištění sice nikde nestanovuje, že to je důvod pro odebrání ID. Ale na druhou stranu zákon umožňuje v případě stabilizace zdravotního stavu nebo adaptace na zdravotní postižení, že vám může posudkový lékař z tohoto důvodu odebrat až deset procentních bodů. Pokud tak učiní, tak ze stávajících 55 % spadnete na 45 % a tím i do I. stupně invalidity. Připomínám, že posudkový lékař může tohoto ustanovení využít, ale nemusí.

*PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně*

Poradna NRZP

Na otázky do VOZKOVY 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.

Pracovníci:

Vedoucí poradny: PhDr. Leoš Spáčil;
poradce: Mgr. Eliška Škrancová; právník: Mgr. Jana Bendová.

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.nrzp.cz/>.



Z moravských mouder

O smyslu života a světa

Někdy sa sám sebe ptám: Kdo sme? Odkáď sme prišli? Kam míříme? Jaký má smysl lidská existence?

Pak si naleju odpověď – a je mně dobře!

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!!!



Kontaktní osoby:

Miroslav Filipčík a Tomáš Dvořák

• telefony:

596 914 660 (11–12 h, po–pá)

596 131 202 (12–14 h po–pá)

uvedená doba je bez záruky

• e-mail: poradnaoov@seznam.cz

• <http://bariery.xf.cz>

• adresa pro korespondenci

Slavíkova 4409, 708 00 Ostrava 8

• osobní kontakt (nutná telefonická objednávka)

Služba je určena pro pohybově postižené z Ostravy a okolí

Činnost projektu podporují:

Statutární město Ostrava, městské obvody Ostrava-Jih, Slezská Ostrava, Poruba, Moravská Ostrava a Přívoz, Vítkovice, Radvanice a Bartovice, Michálkovice a Martinov, Nadace Lesy ČR, Nadace Rozvoje zdraví, Stavební firma Procházka s.r.o., Projekční kancelář Ing. Milan Blasbalg, Zdravotní pomůcky Tomáš Vlk.

S foťákem „bezbariérovou“ Ostravou



Dvě možnosti – buď někdo zapomněl na dveře, nebo postavil nájezdovou rampu ze špatné strany budovy...

Ocenění

Ve středu 7. října byla v Domě kultury města Ostravy předána prestižní ocenění Křišťálový kamínek za práci, péči a pomoc lidem s handicapem.



Tomáš přebírá cenu od náměstka primátora města Ostravy Zbyňka Pražáka

Foto: Asociace TRIGON

Za letošní rok je získal i Tomáš Dvořák, průkopník samostatného života lidí na vozíku, sportovec a propagátor sportu na vozíku.



Tomáš přijímá gratulace od dlouholetého předsedy Komise pro handicapované děti a mládež Rady města Ostravy Pavla Zvolánka

Foto: Dáša Filipčíková

Další zastávka MHD po rekonstrukci



Autobusové nástupiště MHD Kino Luna

Tramvajová i autobusová nástupiště zastávky MHD Kino Luna splňují parametry bezbariérového užívání staveb. Za to je třeba Dopravní podnik města Ostravy pochválit. Připravují se další rekon-

strukce tramvajových nástupišť a my vás o nich budeme informovat v dalších číslech magazínu VOZKA.



Tramvajové nástupiště MHD Kino Luna

Co možná nevíte

Pokud bychom hodnotili přístupnost stávajících budov pouze podle platné legislativy, podstatná část z nich by nevyhověla. Některé z nich však mohou být pro řadu osob s pohybovým omezením přístupné. Proto Pražská organizace vozíčkářů iniciovala vznik jednotné Metodiky kategorizace přístupnosti objektů, kterou podpořilo i Ministerstvo pro místní rozvoj ČR.

Dle této metodiky se jednotlivé objekty označují barevně i obsahově odlišnými grafickými znaky: zelený pro přístupný objekt, oranžový pro částečně přístupný a červený pro obtížně přístupný nebo nepřístupný.



Podrobné informace naleznete na stránkách <http://www.presbariery.cz>.

Poradenství BEZ BARIÉR již podniklo první kroky v nákupu měřicí techniky, takže pokud bude podpořena tato nová činnost i dotačně, aktivně se zapojí do mapování objektů po boku města Ostravy.

Text, foto: (mf)

Připravil Mirek Filipčík

PROGRAM

Poradenství
a informace



Liga vozíčkářů, Bzenecká 23, 628 00 Brno
bezplatná linka: **800 100 250**
e-mail: **poradna@ligavozic.cz** **www.ligavozic.cz**

INTIMNÍ PORADENSTVÍ

Nová služba
Poradny pro život s postižením
Ligy vozíčkářů

Velmi diskutovaným tématem poslední doby je sexualita osob se zdravotním postižením. Pro některé z nás je pojem sexualita obecně stále tabu. Naše poradna však vidí tuto oblast jako velice důležitou a nepřehlédnutelnou. Vždyť každý z nás, ať už jde o osobu zdravou či se zdravotním postižením, má právo na plnohodnotný partnerský a sexuální život.

Liga vozíčkářů je jedna z mála organizací, která se zmíněnou problematikou zabývá a nebojí se o ní otevřeně hovořit. Již v minulosti toto téma nastínila, nicméně podrobněji a komplexněji jsme se jím rozhodli zabývat až nyní.

Chceme podpořit nejen osoby se zdravotním postižením a jejich rodiny, ale také pečující osoby a pomáhající profese, aby neměli zábrany hovořit o problémech ve svém intimním životě či životě svých klientů a aby tyto problémy mohli aktivně řešit.

V jakých oblastech můžeme poradit?

Jde o devět oblastí:

- komunikace o sexualitě;
- vysvětlení problematiky masturbace;
- pomoc při nastavení hranic sexuality;
- nepřiměřené sexuální chování;
- důsledky sexuálních aktivit;
- informace o možnostech antikoncepce a bezpečném sexu;
- edukace v oblasti hygieny;
- upozornění na téma sexuálního násilí (znásilnění, nucení k sexu apod.);
- pomoc při navazování partnerských vztahů, pomoc handicapovaným pářům se začátkem pohlavního života i v jeho průběhu.

Služeb intimní poradny můžete využít prostřednictvím telefonu 778 761 309 každou středu od 15 do 17 hodin. Pokud využijete druhý způsob prostřednictvím mailu: **intimni.poradna@ligavozic.cz**, odpověď obdržíte do pěti pracovních dní. S naším odborným konzultantem, který se intimnímu poradenství věnuje, si můžete sjednat také osobní konzultaci. **Všechny konzultace jsou naprosto anonymní a diskrétní, přístup k ní mají pouze pověřeni pracovníci.**

Kdo se vám bude věnovat?



Odborným sociálním poradcem je **Bc. Aleš Vosáhl**. Má pětadvacetiletou praxi ve zdravotnictví, desetiletou jako učitel na středních zdravotnických školách. Jedenáct let pracoval jako lymfoterapeut a má zkušenosti v osobní asistenci u osob s těžkým pohybovým postižením.

Své vzdělání získal na střední zdravotnické škole a rozšířil si ho na Masarykově univerzitě v Brně bakalářským studiem sociální pedagogiky. Je absolventem školení organizace InSeBe ze Švýcarska, která se zabývá školením sexuální asistence a samotnou sexuální asistencí.

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



Anekdota

Zázračné uzdravení

Do baru dopajdá Irčan, namáhavě si zvedne zchromlou nohu na barovou stoličku a vysouká se nahoru.

„Jednu irskou!“

Rozhlédne se a zeptá se barmana: „Člověče, nesedí tamhle na konci Ježíš Kristus?“

Barman přikývne a Irčan Pánu Ježíši poručí také jednu irskou.

Za chvíli do baru vejde hrbatý Talián a poručí si sklenku chianti.

Rozhlédne se: „Madonna mia, vždyť tamhle sedí Ježíš Kristus! Šéfe, nalej mu taky jednu na mě.“

Potom si to přihlásí Čech. „Dej mi jedno dobře vychlazený...“

Hele, nesedí támhle synátor toho starýho nahoře? Esli jo, tak mu natoč taky jedno.“

Ježíš dopije, vstane, dojde k chromému a řekne: „Synu, za své dobré srdce jsi vyléčen. Vstaň a chod.“ A Irčan opravdu vstane a roztančí se radostí.

Ježíš se dotkne Italových zad a řekne: „Také jsi prokázal laskavost, a tak jsi uzdraven.“ A ten se narovná a vyrazí šťasten ze dveří.

Sotva se Ježíš otočí k Čechovi, ten začne křičet: „Opovaž se na mě šáhnout. Já beru invalidní důchod!“

* * *



Zajímavosti z vědy a techniky

Mozek pořád překvapuje • Pánevní náhrady na míru • Roboti už jdou

Nové cesty v mozku

Když se objeví stařecká demence či Alzheimerova choroba, mozkové buňky se zmenšují, nebo dokonce umírají, protože synapse, které přenášejí informace z jednoho neuronu na druhý již nejsou pevné a stabilní. Zatím na to neexistuje léčba.

Tuto situaci by ale mohl zvrátit výzkum, jehož výsledky jsou zveřejněny ve vědeckém časopise Journal of Neuroscience.

„Lék označovaný jako RGFP966 by mohl chránit schopnost mozku vytvářet si nové vzpomínky, které budou bohaté na detaily i obsah,“ tvrdí neurovědkyně a psycholožka Kasia M. Bieszcadowá. Lék totiž způsobuje, že laboratorní potkani snáz přijímají nové poznatky, informace v mozku déle udrží a víc si toho pamatují.

Podle Bieszcadowé lék umožňuje neuronům reorganizovat se a vytvořit nové cesty, kterými putují vzruchy. Tím se ukládá víc informací do krátkodobé, ale zejména dlouhodobé paměti. Tak se může v budoucnu pomáhat lidem, kteří se učí znovu mluvit po nemoci a zranění, či lidem, kterým byl voperován kochleární implantát.



Ilustrační foto

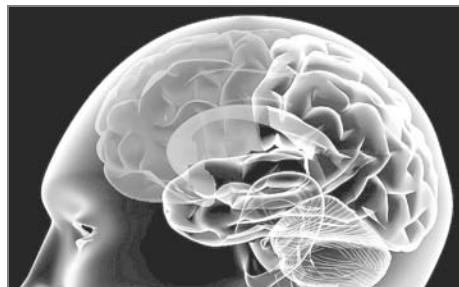
Mozek pořád překvapuje

Chirurgický zásah zvaný komisurotomie brání šíření epileptických záchvatů z jedné hemisféry do druhé a vede ke snížení jejich frekvence. O pacientech, kteří podstoupili tento zákrok, se hovoří jako o pacientech s rozděleným (rozštěpeným) mozkiem.

A jaké jsou důsledky této náročné operace? Obecně lze říci, že se pacienti nemusí omezovat ve svých běžných aktivitách. Mohou normálně chodit, běhat nebo plavat. Také jejich poznávací funkce nejsou vážně poškozeny. Záhy po operaci se ale zpravidla objevuje symptom odci-

zené ruky (alien hand), který se projevuje tím, že se jejich levá ruka chová, jako by měla „vlastní hlavu“. Vymyká se vědomé volní kontrole. Například nemocný, který právě s největším zaujetím čte nějakou knihu, zjistí, že ji jeho levá ruka odkládá. Jindy je překvapen tím, že jeho levá ruka dělá obscenní gesta.

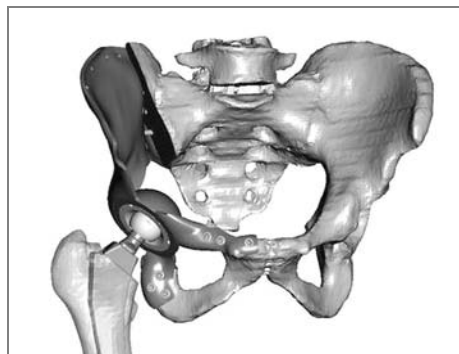
Dalším následkem komisurotomie je tzv. intermanuální konflikt, který se projevuje zjevně protikladným chováním pravé a levé ruky – například jedna ruka zapíná knoflíčky od košile a druhá je rozepíná.



Ilustrační foto

Pánevní náhrady na míru

Firma Beznoska je v České republice výrobcem unikátních náhrad částí pánve, které například zasáhla rakovina. Na základě rentgenů a CT snímků lze takovou náhradu kosti vyrobit do 14 dnů, nejdříve jako prototyp ve 3D tiskárně. Po konzultaci s lékaři se pak na míru vyrobená náhrada připraví v Německu 3D tiskem z titanového prášku.



Počítačový návrh kostní náhrady vytvořený v systému ProEnginner

Foto: konstrukter.cz

Výroba ortopedických implantátů začala v Kladně už v roce 1969 a první náhradní kyčelní kloub zde vyrobili v roce 1972. O dvacet let později byl podnik privatizován. Jeho produkce v posledních letech stále roste. Od roku 1972 firma vyrobila 400 000 náhrad kyčelních kloubů a 50 000 náhrad kolenních kloubů.

Genetika a nádory

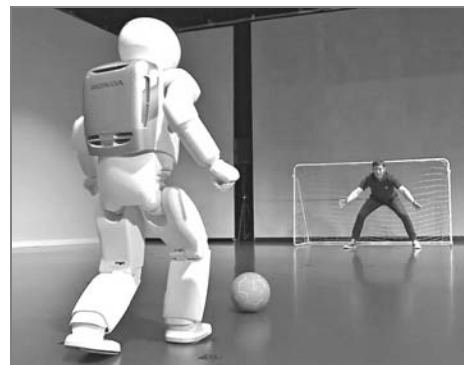
Laboratoři doktorky Ostranderové, vedoucí oddělení onkologické genetiky a komparativní genomiky National Human Genome Research Institute, prošly tisíce vzorků psí DNA, většinou od chovatelů. Výjimečně šlo o zatoulané psy. Nedávno její tým identifikoval genetickou chybu, která se vyskytuje u 85 procent nádorů močového měchýře psů, ale hraje důležitou roli i u mnoha lidských nádorů.

„Dříve jsme si nemysleli, že to bude u člověka důležité. Nyní máme léky cílící na protein zvaný BRAF,“ vysvětluje dr. Ostranderová. Aktuálně vyvíjený diagnostický test přináší naději pro včasnější léčebný zásah u psů i lidí s rakovinou močového měchýře.

Také farmaceutický průmysl se mění. Onkologové – lékaři a veterináři – více spolupracují a farmaceutické firmy věnují větší pozornost zdraví zvířat.

Roboti už jdou

ASIMO je humanoidní robot vyrobený firmou Honda. Jeho první prototyp byl vytvořen v roce 2000.



Robot ASIMO

Foto: youtube.com

Je jednoduchý na ovládání, vyhovující svými rozměry a hmotností, může se bez obtíží pohybovat v lidském prostředí, to vše s přátelským designem. Dokáže rozeznat a reagovat na lidské jednání a řeč. V současné době je možné ho ovládat i myšlenkou.

Člověk, jemuž má robot ulehčit každodenní život, jej řídí pomocí helmy, kterou má na hlavě a skrze kterou vysílá radiové pokyny do senzorů přístroje. Když člověk myslí na jednoduché pohyby, elektrické výboje z pokožky hlavy jsou následně překládány do skutečných pohybů robota. A ten pak může kráčet, pohybovat pažemi či běhat.

Připravil Jiří Muladi

Vaříme s VOZKOU

Rychle a jednoduše



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

Silvestrovské menu

Skvělé jednohubky

Silvestrovské hodování – kdo by si nechtěl užít poslední den v roce ve společnosti příjemných lidí, s chutným pitím a jídlem. Zkuste si pro své přátele nebo rodinu připravit různé druhy stále oblíbených a na přípravu jednoduchých jednohubek.

Jednohubka (můj tatínek říkával „jednotlamka“) je vítaným pohoštěním zejména v situacích, kdy se předpokládá konzumace alkoholu. Naše dnešní tipy mohou využít zejména ti, kdož mají k dispozici omezené množství surovin, přesto chtějí se svým občerstvením sklízet úspěch.

V gastronomické literatuře se pro jednohubky používalo názvu chuťovky, miňonky, někdy také kanapky (ačkoliv kanapka se počítá tak na dvě sousta). Jednohubky bývají pikantní až ostré. Příprava je jednoduchá – pochutiny vrstvíme na podklad, který bývá nejčastěji z pečiva. Nejpřístupnější jsou řezy z rohlíku. Dnes máme pro vás nabídku, jak si různé druhy jednohubek ozvláštnit.

Česnekové stále vedou

Půl kostky másla dobře rozetřete nebo našlehejte se čtyřmi většími nebo šesti středními rozetřenými stroužky česneku. Jemně osolte a okořeňte třemi špetkami mletého černého pepře. Podle chuti přidejte sůl či pepř – pomazánka by měla být pikantní. Česnekové máslo naneste na asi centimetr silné plátky rohlíku. Na pomazánku položte kousek syrové cibule a plátek kyselý okurky, případně kousek nakládané feferonky. Spíchněte párátkem.

(Podle E. Beránkové Friessové z Týniště nad Orlicí)

Jednoduché a levné „selské“

Bude vám stačit jen dobré vepřové sádlo (případně škvarkové sádlo), chleba, cibule, česnek a hořčice. Nakrájejte krajíce chleba a namažte sádlem. Polovinu jich jemně potřete plnotučnou hořčicí, ostatní jemně posolte. Krajíce rozkrájejte na kousky (i s kůrkami). Na hořčici položte plátek cibule, na posolené také plátek cibule a poctivý plátek česneku (nebo jen česnek).

Grahamové jednohubky s lososem a bylinkami

Z grahamového toustového chleba vykrájejte kolečka, potřete máslem, posypte nasekanými bylinkami a nakonec nahoru naaranžujte kousky uzeného lososa.

Eidam s hroznovým vínem či angreštem

Kousky eidamu obložte čerstvým nebo kompotovaným angreštem, případně hrozny vína. Sepněte párátkem a je to...

Pavoučci



Do misky dejte sardinky a k nim přidejte máslo, hořčici, sůl a pepř. Vše důkladně rozmixujte. Sardinkovou pomazánkou potřete kolečka rohlíku. Nakrájejte olivy podélně na půl a jejich část pak ještě znovu na menší obloučky. To vytvoří tělo a pavoučí nohy. Máte hotovo!

Kostičky sýra s olivami

Tentokrát budete potřebovat více ingrediencí: eidam, bílý pepř, kousek melounu, sůl, 20 černých oliv, sýr Lučinu, máslo, cukr, šťávu z kompotu (např. ananasového), sladkou mletou červenou papriku a petrželku na ozdobu.

Lučinu se změkklým máslem vyšlehejte do pěny. Pěnu rozdělte na polovinu. Jednu ochuťte cukrem a šťávou z kompotu a dejte do lednice ztuhnout. Druhou ochuťte solí, pepřem a paprikou a ještě jednou našlehejte. Eidam nakrájejte na kostičky asi 1,5 cm. Pěnu nastříkejte do středů kostek. Sladké můžete ozdobit kousky melounu, slané černými olivami, snítkami petrželky a posypat paprikou. Před podáváním je dejte vychladit.

Skládání kanapky

Připravte si tmavý slunečnicový chle-

ba, dvě Lučiny, 100 g másla, sůl, bílý pepř, svazek pažitky, asi lžičku sardelové pasty a petrželku na ozdobu.

Lučinu s máslem, nejmenno nasekanou pažitkou, solí, pepřem a sardelovou pastou vyšlehejte do pěny (trochu krému bez pažitky si ponechte na ozdobení). Plátek chleba potřete stejně silnou vrstvou pomazánky, překryjte dalším plátkem chleba a takto vytvořte čtyři vrstvy.

Chléb zatížte prkénkem a nechte v lednici dobře ztuhnout. Pak ho rozkrájejte na kostky, ozdobte zbývající pěnou a lístkem petrželky.

Mrkové chuťovky

Očištěnou mrkev nastrouhejte najemno, přidejte prolisovaný česnek, majonézu, pepř a sůl. Pomazánku dobře promíchejte a podle potřeby nechte vychladit. Pomazánku namažte na kolečka rohlíků a ozdobte podle své fantazie.

Zapečené sýrové jednohubky



Bagetu a rajčata nakrájejte na plátky. Otrhejte lístky tymiánu a nadrobno nasekejte. Sýr nakrájejte na tenké plátky nebo na kostičky. Bagetu obložte plátky rajčete, osolte a opepřete. Rajčata posypte zhruba polovinou tymiánu, na ně rozdělte kousky hermelínu a posypte zbylým tymiánem. Obložené plátky bagety naskládejte na plech vyložený pečícím papírem. Jednohubky zapečte při vyšší teplotě do zlatova.

Barevné jednohubky



Bezlepková kombinace sýru a zeleniny vypadá na talíři výtečně. Použijte červenou a žlutou papriku, vypeckované olivy, nivu, camembert a okurku. Všechny ingredience kromě oliv nakrájejte na malé kostičky a napíchejte na párátko. Zeleninu dejte dospod, doprostřed sýr a nahoru pak olivu.

Dobrou chuť přeje Blanka!

Arteterapie pro zdraví i pro radost

Sněhulák i bez sněhu

Vánoce jsou za dveřmi, a pokud je za dveřmi i sních (což v době uzávěrky magazínu vědět nemůžeme), je to dobře. Meteorologové nám ho sice každoročně alespoň trochu naslibují, počasí ale většinou mívá jinak. I vloni ho bylo poskrovnu. Nicméně atmosféru velmi podobnou sněhovému veselí si můžete přiblížit i doma pomocí náhražek – bílého papíru, bílé barvy a bílých kuliček. Z toho všeho zkuste vyrobit symbol zimy – **sněhuláka**. A samozřejmě na to nebuďte sami! Přizvěte děti, babičky dědečky, prostě kohokoli, kdo si bude chtít na chvíli hrát.

Vyrobte si vánočního sněhuláka, který vám neroztaje...



Postup: Na velký balicí papír si předkreslete sněhuláka a pomocí vatových kuliček a lepidla vyplňte jeho tělo. Potom můžete použít barevné papíry nebo zbytky barevných kousků látky a doladit sněhuláka podle vašich představ – oči, nos, smeták, knoflíky... Nezapomeňte na vločky. Takovým velkým sněhulákovým plastickým plakátem můžete ozdobit dveře dětského pokoje, ale lze ho také využít k posílání vzkazů Ježíškovi.

Kdo by si snad netroufal na tak velké dílo, může zvolit malý výkres nebo se spokojit s hlavou sněhuláka ve tvaru papírového táčku. Nicméně – kreativité se meze nekladou, takže můžete skočit do doby, kdy sněhulákům pomalu zvoní hrana a jarní sluníčko jim dává „utrům“. Z bílého filcu vystříhnete tvar tajícího

sněhuláka a nalepte na barevný papír. Hlavičku umuchlejte z vaty, nalepte do středu a dozdobte kloboučkem (víčko z PET lahve), větévkami a černými kuličkami zmuchlaného papíru (poslouží i černý pepř nebo nové koření).

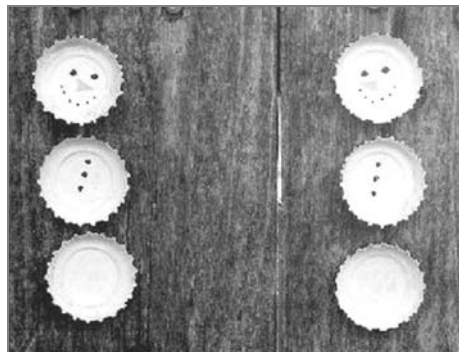
Sněhulák Toaletřák

Postup: Roličku od toaletního papíru natřete bílou barvou (např. temperou), z černého papíru ustrihnete malý kousek a nalepte na ruličku jako klobouk. Nezapomeňte sněhulákovi fixem dokreslit obličej a ruce.



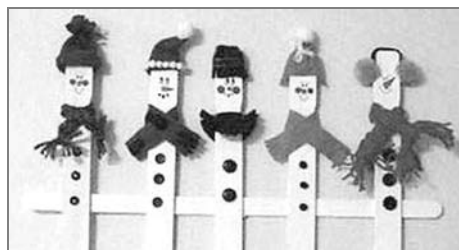
Sněhuláci z kovových zátek

Jestliže najdete pár kovových zátek, můžete si vyrobit sněhuláky, které jen tak někdo nemá. Zátky nalepte na motouz hezky pod sebe a už jen fixem domalujte oči, nos, pusku a knoflíky.



A co špachtlička?

Lékařskou špachtličku obarvíte bílou barvou, z barevných papírů nebo zbytků látky vystříhnete čepici a šálu, dolepte knoflíky a přimalujte oči a nos.



Bez zavařovačky ani ránu

Zavařovací sklenici naplňte chomáčky vaty nebo natrhanými kousky papíru, nasadte na ni menší čepici nebo třeba momentálně nepotřebnou ponožku, nejlépe čistou. Pak vystříhnete a nalepte šálu z filcu či barevného papíru, příp. zbytků látek, oči, nos a pusku. Sněhulákovou ozdobu na okna můžete jednoduše vystříhat z bílého kancelářského papíru a navléknout na provázek. Jestli sněhuláky necháte bílé nebo jim domalujete nosy, oči a knoflíky, to už necháme na vás.



Originální sněhuláci

Malé hliněné květináčky obarvíte nejlépe temperou či akrylovou barvou, dolepte oči a nos (z filcu, barevného papíru nebo zbytků látek) a fixou dozdobte.



Sněhuláci z obyčejné žárovky

Budete potřebovat staré žárovky, motouz, pár větviček, akrylové barvy nebo fixy, bílý sprej, třpytky a lepidlo. Sněhuláky si můžete udělat jen v bílé barvě pomocí bílého spreje nebo můžete použít mléčné žárovky.



Zdroj: minibazar.cz, kamineknaceste.cz, msskrivanek.cz, skolnihratky.blogspot.cz, promaminky.cz, www.dooffy.com

Připravila Blanka Falcníková

Kvíz

Kuriózní vánoční zvyky

Krájení jablíčka, házení střevícem, lití oliva – tyhle vánoční tradice se dodržují v českých domácnostech. Jenže i při pohledu za hranice objevíme tradice, které jsou zase pro nás zvláštní.

1. Katalánská vánoční tradice je spojena s vyměšováním. Ve zdejších betlémech sedí v rohu chlěva kakající postavička zvaná Caganer. Ten se v posledních letech těší velké popularitě, možná i proto, že jim výrobci propůjčují podobu mocných lidí, například amerického prezidenta Baracka Obamy, papeže Benedikta XVI., německé kancléřky Angely Merkelové nebo ruského premiéra Vladimira Putina. Co symbolizuje tradice, která pochází z 18. století?

- Nezbytnost zúrodnovat půdu, aby přišel rok dávala sklizeň.
- Pokoru v přítomnosti narozeného dítěte.
- Že i nadpřirozené bytosti mají smysl pro humor.



Caganer

2. Podle norské legendy na Štědrý večer vycházejí zlé čarodějnice a hledají košťata, na kterých by se proletěly. Proto musí být všechna košťata v domě pečlivě schovaná. Proč zase muži zase střílejí z brokovnice?

- Aby bylo jasné, kdo je doma pánem.
- Aby kulky protrhly mraky a přišlo jaro.
- Aby zahnali zlé duchy.

3. U nás máme kapra a bramborový salát, v Grónsku je vánoční pochoutkou kiviak. Co je to?

- Syrové maso z alky, které se nechává několik měsíců „dozrát“ pod kamelem, zabalené do tulení kůže.
- Velrybí hlava zabalená do vrstvy tuku.
- Zelená travička, která po vzoru naší

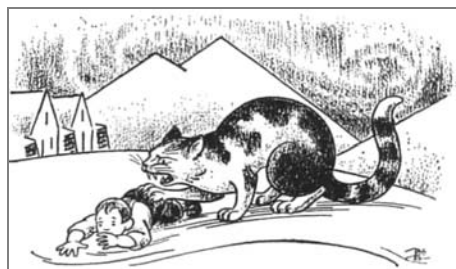
české „Barborky“ vyraší na Štědrý den. Kalaallit (obyvatelé Grónska) ji pak jedí s příslibem jara jako pochoutku.

4. V Norsku dětem nosí dárky skřítek Tomte, který obvykle žije ve stodole a chrání hospodářství. Je to ovšem tvor prchlivý. Co se stane, když ho rozzlobíte?

- Uteče a dva roky nejsou Vánoce.
- Začne škodit, krade a někdy dokonce zabíjí dobytek.
- Unáší a jí zlobivé děti.

5. Na Islandu se zase traduje pověst o krvežíznivé kočce Jólakötturinn. Jak se ta projevuje?

- Obchází vesnice a sežere každého, kdo má na sobě něco modrého.
- Obchází vesnice a sežere každého, kdo u sebe nemá nějakou sladkost.
- Obchází vesnice a sežere každého, kdo nedostal žádné nové oblečení.



Jólakötturinn

6. Řekové svým dětem vyprávějí, že na Vánoce se z hlubin země vynoří děsiví skřeti Kallikantzaroí, kteří během roku podřezávají strom světa. Jaká je před nimi ochrana?

- Na dveře pověsit cedník a hloupí d'áblíci stráví celou noc tím, že se budou pokoušet spočítat jeho díry.
- Každou hodinu oběhnout dům – pohyb je zmate, d'áblíci se zamotají, upadnou a už nevstanou.
- Položit na zápraží kousek nejlepšího vánočního jídla – to d'áblíky udobří a odejdou.

7. Ukrajinci si své vánoční stromky zdobí umělými pavučinami a pavouky. V čem má kořeny tato prazvláštní tradice?

- V pověsti o tom, že pavoučci přinášejí štěstí.
- V pověsti o chudé vdově, která neměla svým dětem čím nastrojit vánoční borovičku. Když to zaslechli pavouci žijící v jejich chatrči, opředly přes noc stromek svými vlákny.
- V tom, že pavoučí vlákno je podobné vláknu bource morušového a že je hedvábí vzácné. Na Vánoce pak omotaný stromek volá po hojnosti.

8. Santa Claus získal své jméno v roce 1865. S ním získal i svůj oblek, soby a saně (asi byl celý rok hodný). Kdo má

na tom zásluhu?

- Firma Coca-Cola.
- Banka Červená liška.
- Firma McDonald's.

9. Mezi tradiční pokrmy ve Francii patří vánoční krůta a tzv. vánoční poleno. O jakou pochutinu jde?

- Pokrm z vařených brambor, sýra a vejce, zapečený ve tvaru polínka.
- Pokrm ze dřeva kaštanovníku jedlého.
- Dezert polévaný čokoládou ve tvaru polínka.

10. Skoro po celém Německu na Štědrý den prochází Christkind, německý bráška našeho Ježíška. Koho nebo co si na roznášení dárků osedlává?

- Vítr.
- Kolo.
- Oslíka.



Christkind

11. V nejlidnatější zemi planety se „klasické“ Vánoce spíše neslaví. Mnohem důležitější jsou pro Číňany oslavy čínského Nového roku. Kdy se slaví?

- Když o datu rozhodne vládní garnitura, třeba i nikdy.
- Může připadnout na jakékoli datum mezi 21. lednem a 21. únorem.
- Vždy 1. dubna.

12. V Dánsku je tradičním vánočním jídlem rýžový pudink, ve kterém je jedna celá mandle. Kdo najde ve své porci tuto mandli, je jistým způsobem „odměněn“. Jak?

- Musí uklidit nepořádek po vánočním veselí.
- Vyhrává dárek. Obvykle je to malé marcipánové prasátko.
- Má celý rok výsadní postavení v rodině, např. nemusí uklízet.

13. Pravoslavné Vánoce připadají až na 6. a 7. ledna. Po zákazu Vánoc v roce 1918 však zvyky upadly v zapomnění a nyní většina Rusů raději slaví Nový rok. Od koho dostávají dárky?

- Od úřadu práce.
- Od Ježíška nebo Santa Clause, podle toho, komu napíšou.
- Od Деда Мороза, který se přísaný (dopraví na saních...) až z Čukotky spolu se Sněhurkou v bílém kožíšku.

Správné odpovědi: 1a, 2c, 3b, 4b, 5c, 6a, 7b, 8a, 9c, 10a, 11b, 12b, 13c.

Připravila Blanka Falcníková

INZERCE

Soukromou inzerci vám redakce může umístit také na web **Vozky** www.vozka.org

KOUPÍM

• Jsem těžce zdravot. postižená a upoutaná na ortopedický vozík. Potřebovala bych proto na přepravu vhodnější větší auto (např. Ford Tranzit), do něhož bych mohla bez problémů zajet i s mým elektrickým vozíkem. (Nebudu řídit.) Na koupi mám přibližně 200 000 Kč. Pokud víte o někom, kdo takové auto prodává, nebo vy sami máte takové auto na prodej, ozvěte se mi prosím na tel. číslo 731 939 879 (město Šternberk). Děkuji.

PRODEJ

• Prodám dětské chodítko WALK STAR firmy OTTO Bock, velikost 3 (do výšky dítěte 155 cm, váhy 59 kg). Stáří 7 let, barva modrá, možnost nastavování. Při chůzi se táhne za sebou, kolečka s brzdami. Pův. cena 15 830 Kč, prodejní cena 9 000 Kč + doprava. Kontakt: tel. 608 505 567.



• Prodám elektrický vozík zn. EKON, cca 5 let starý. Nové baterie 9/2014. Pův. cena 38 000 Kč, nyní 10 000 Kč. Možnost dohody. Kontakt: A. Černá, Ostrava-Poruba, tel. 596 962 490, mob. 604 437 405, cerna.anicka@seznam.cz.



• Prodávám handbike – Sporttester POLAR, náhradní galuska. Cena 18 000 Kč. Email: potucektomas@seznam.cz, tel.: 777 690 900.



SEZNÁMENÍ

• Jmenuji se Adam. Je mi dvacet let. Jsem společenský, na ortopedickém vozíku. Hledám asistentku na trávení volného času, nejlépe Slovenku, případně kamarádku na konverzaci ve slovenštině přes Skype. Jsem z okresu Náchod. Kontakt: adam.rousek@seznam.cz.

Příhláška k odběru magazínu VOZKA

Přihlásit se můžete

- telefonicky:
 - tel. redakce: 596 783 174, 10-17 h,
 - tel. vydavatele, Ostravské organizace vozíčkářů, spolek: 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

*
www.vozka.org

www.facebook.com/magazinvozkaz

VOZKA

Magazín o životě a pro život na vozíku

Rady, inspirace a motivace

www.vozka.org

Vydává: Ostravská organizace vozíčkářů, spolek; Horymírova 3054/121, 700 30 Ostrava 30, www.vozickari-ostava.cz, tel. 596 786 353, IČO: 66933579 ■ **Magazín Vozka**, č. ú.: 256261415/0300 ■ **Facebook:** <https://www.facebook.com/magazinvozkaz>, internet: www.vozka.org ■ **Redakce - šéfredaktor, vedoucí vydání, styk s dopisovateli, web, facebook:** Pavel Plohák (pp), Dolní 87, 700 30 Ostrava 30, tel.: 595 545 083, sefredaktor@vozka.org ■ **Objednávky, inzerce** (redaktor, sazba, grafika, správa webu): Ing. Petr Dzido (dz), 596 783 174, (10-17 h); dzido.petr@vozka.org ■ **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, Mgr. Milan Linhart ■ **Administrativní spolupráce:** Marie Báňová ■ **Registrace:** MKČR E 12818 ■ **Vychází 4× ročně v Ostravě** ■ Tiskne Repronis, Ostrava ■ **Cena předplatného:** (minimálně) 160 Kč/rok ■ **Náklad:** 1 100 ks ■ **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 zkratkov) nemusí být shodné 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, 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, veřejnosprávním institucím, zabývajícím se problematikou občanů s TTH, firmám, poskytujícím služby občanům s TTH, do hlavních knihoven ČR aj.

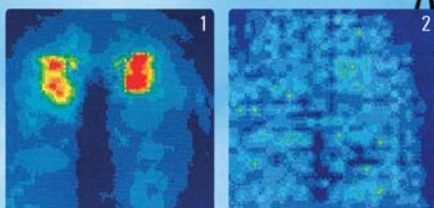
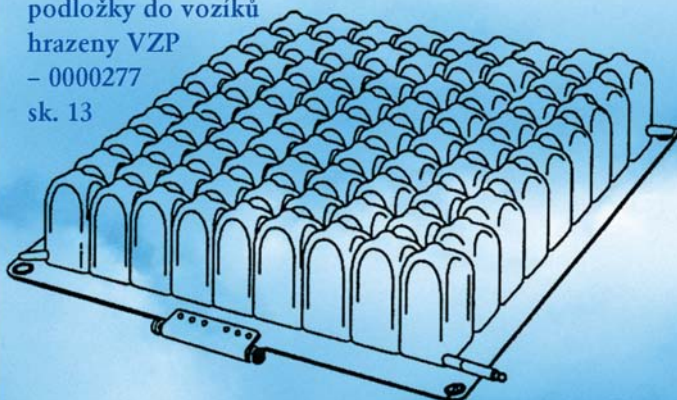
Ocenění redakce: Výroč. cena ministra zdravotnictví ČR za práci ve prospěch zdravot. postiž., Stříbrný kamínek Ostravské radnice a Asociace Trigon za nápaditou zpravodaj. a publicist. činnost, III. cena Vlád. výboru pro ZP za publicist. dílo zaměř. na problematiku zdravot. postiž. v kat. tisk. prací, 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



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

**Život
bez bariér.**

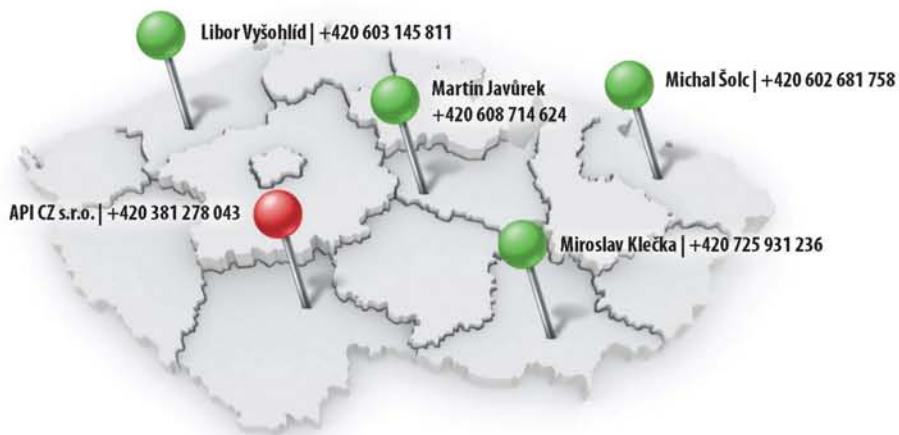
**Automobily
bez bariér.**



Pobočky API jsou rozmístěny po celé ČR.

Ve všech pracují vozíčkáři, kteří Vám dokáží poradit nejen s úpravou vozidla.

- ✓ **Montáž úpravy automobilu v místě bydliště.**
- ✓ **Speciální slevové akce s automobilkami.**
- ✓ **Jediní výrobci v ČR s certifikací pro celou EU.**



www.APICZ.com