



**SEDAČKY**  
do sprchy – přehled

**PŘÍPAD NAISER**  
Software pro psaní zrakem

**KOLEM BAŽOVA KANÁLU**  
Tipy na pobyty a cestování

č. 2/10

RADY, INSPIRACE A MOTIVACE PRO ŽIVOT NA VOZÍČKU

**Motorka**  
pro vozíčkáře

# VOZKA

Národní plán pro ZP

Ročník XIII.

Severomoravský magazín pro vozíčkáře a jejich přátele

2. červenec 2010



Osudy šampiónů: po haváriích manažery rychlých kol – str. 48

## Pětiletý Davídek Benas dostal elektrický vozík

Bez účasti zdravotních pojišťoven...

David Benas, pětiletý chlapec s dětskou mozkovou obrnou, pro svůj samostatný pohyb potřebuje dětský elektrický vozíček. Pro jeho přidělení a financování zdravotní pojišťovnou musí ovšem pojištěnec splnit určitá kritéria. Davídek zdárně absolvoval jak neurologické, tak psychologické vyšetření nutné pro bezpečné ovládání vozíčku.

### Pojišťovny platí až 10letým

Nevyhovujícím měřítkem byl však nakonec jeho věk. **Zdravotní pojišťovny totiž v České hradí elektrické vozíky až klientům starším deseti let.** Těm nejmladším, mezi které patří i Davídek, je tak znemožněno plnohodnotné začlenění mezi vrstevníky a správný, zejména psychologický vývoj.

Díky aktivnímu přístupu Davidovy maminky se našťastí k patové situaci postavily čelem **Nadace Charty 77 – Konto bariéry, Dobrý skutek a Sluníčko pro děti.** Tyto subjekty poskytly fi-

nanční prostředky na nákup dětského vozíku Skippi od společnosti Otto Bock v hodnotě 140 826 Kč (nadace Charty 77 – Konto bariéry 75 000 Kč, Dobrý skutek 40 826 Kč, Sluníčko pro děti 25 000 Kč).

Vozíček malému Davidovi slavnostně předala 28. dubna 2010 **Miss 2003 Lucie Váchová**, která nově spolupracuje s nadací Dobrý skutek, přímo ve firemním domě výrobce vozíčku společnosti Otto Bock.

### Čtyřletá Klárka jezdí na električáku již rok

Na Davidka se přijela podívat i **Klárka Šimková**, která na totožném vozíčku jezdí již skoro rok. Jelikož jí budou teprve čtyři roky, do procesu s pojišťovnou se Klárčina maminka ani nepouštěla. Vozík byl i tehdy financován nadacemi (o. s. Zrnka a Sluníčko pro děti). **Obě mamin-**



Za el. vozík vděčí Davídek mamince a nadacím.

ky se shodly na tom, že věkový limit pro získání elektrického vozíku od zdravotní pojišťovny je příliš vysoký a mnoha dětem s tělesným postižením je tak zkomplikována i běžná školní docházka.

*Mgr. Tomáš Hajský,  
Otto Bock ČR  
Mezititulky Vozka  
Pokračování na str. 22*



## Světový rekord v Brně!

Český paralympijský výbor odmítá nominovat naše rekordmanky na letošní MS kvůli byrokracii!

Brněnský plavecký areál Za Lužánkami hostil 4. a 5. června plavce s tělesným postižením, účastníky Mistrovství ČR – HARTMANN OPEN. Nejhodnotnější výkony mítinku předvedli dlouholetí reprezentanti Kateřina Lišková a Vojtěch Franěk (na snímku). Oba potvrdili svoji příslušnost ke světové špičce a je tristní, že Český paralympijský výbor je stále odmítá nominovat na letošní MS v Holandsku. Více na str. 38.

*Foto: KONTAKT bB - Plavecká akademie bez bariér, Brno*

## Progeo Joga

Je pro vás důležitá maximální skladnost vozíku pro vaše časté cestování? Překážky při transportu jsou již minulostí. Objevte absolutní nezávislost s inovativním revolučním skládacím systémem.



možnost nezávazného a bezplatného vyzkoušení, více informací naleznete na:

[www.dmapraha.cz](http://www.dmapraha.cz)



## Infocentra o digitalizaci pro zdravotně postižené

V rámci přechodu na digitální televizní vysílání otevřela 10. května Národní koordináční skupina pro digitální vysílání v ČR v oblasti České Budějovice 9 nových speciálních informačních center pro osoby se zdravotním postižením. Právě v této oblasti dojde k ukončení zemského analogového televizního vysílání již 30. 6. 2010. V infocentrech si vyzkoušíte práci se set-top-boxem, novým dálkovým ovladačem nebo se poradíte ohledně přechodu na digitální televizní vysílání. Centra proto přibudou i ve Strakoncích, Písku, Jindřichově Hradci, Táboře, Českých Budějovicích, Českém Krumlově, Vimperku, Prachaticích a Volarech. Další informace: [www.ozp-digitalne.cz](http://www.ozp-digitalne.cz).

## Svatoanenské zahradní slavnosti v Žirči

Poslední sobotu v červenci se už po deváté otevřou brány areálu Domova sv. Josefa v Žirči u Dvora Králové pro širokou veřejnost. Uskuteční se tam Svatoanenské zahradní slavnosti aneb slavnosti bez bariér. Výtěžek bude věnován na provoz a rozvoj Domova. Slavnosti budou zahájeny ve 13 hodin mší, v kostele bude pokračovat program pro milovníky vážné a duchovní hudby. Na pódiu v parku zazpívá milovníkům country a folku skupina Marien z Pardubic a legenda trampské písně Jitka Vrbová se Standou Chmelíkem. Nakonec trochu „přitvrdí“ kapela Vařák – revival skupiny Kabát. Ani děti nepřijdou zkrátka – budou připraveny Rytířské hrátky, projížďky na ponících, dětský koutek Žirafka a další program. V zámeckém parku bude tradiční jarmark se stánky s výrobky chráněných dílen a s ukázkami lidových řemesel.

## Ministerstvo vydalo Rádce pacienta

K lepší orientaci pacientů při kontaktu se zdravotními službami má přispět publikace **Rádce pacienta**, kterou připravilo společně s předními odborníky Ministerstvo zdravotnictví ČR. Je k dispozici ke stažení i v elektronické podobě na <http://www.mzcr.cz/files/radce00.html>.

Kromě jiného publikace seznámí s právy a povinnostmi pacientů v rámci poskytování zdravotních služeb a posílí jejich postavení v systému zdravotnictví. Distribuce publikace Rádce pacienta probíhá od dubna zejména v krajských nemocnicích a prostřednictvím praktických lékařů pro dospělé.

## HANDICAP TOUR 2010 se změnami

Pořadatel seriálu motoristů s handicapem Handicap Tour 2010 rozhodl o přesunutí termínů druhé poloviny seriálu kvůli zatím menšímu množství potvrzených účastníků – handicapovaných motoristů – na září 2010. Pořadatel by rád zapracoval na tom, aby školu bezpečné jízdy pro handicapované co nejvíce naplnil a dostal tak i do podvědomí tuto pomoc při integraci handicapovaných do motoristického života. Přesný termín přesunutí bude upřesněn začátkem srpna a aktuální informace sledujte na webových stránkách [www.handicap-tour.cz](http://www.handicap-tour.cz).

## Integrační tábory o letních prázdninách

Centrum pro všechny, občanské sdružení z Nymburku, které se věnuje volnočasovým aktivitám zdravých i postižených dětí, nabízí integrační tábory o letních prázdninách. Pobyt je skautského typu ve vlastních stanech, ale s rodinnou atmosférou a dostatečným počtem dobrovolníků coby asistentů k vašim dětem. Místo konání: Jizbice 32, okr. Nymburk. Turnusy: 25.–31. července 2010 – Tábor pro maminky s předškoláčkama, 8.–14. srpna 2010 – Tábor pro starší školní děti (2. stupeň), 15.–21. srpna 2010 – Tábor pro předškoláky a mladší školní děti. Cena tábora: 1 800 Kč pro děti, 2 000 Kč pro maminky s dítětem. Tábor lze kombinovat jako příměstský pobyt. Bližší informace a nutné konzultace na tel. číslo **606 846 048** (M. Kučerová), [centerumprovsechny@seznam.cz](mailto:centerumprovsechny@seznam.cz).



## Prosaz v létě

Sjíždění Berounky, letní dětský tábor, rehabilitační pobyt a další akce nabízí zájemcům se zdravotním postižením pražské občanské sdružení Prosaz. Více informací na [www.prosaz.cz](http://www.prosaz.cz), kontaktní osoba Mgr. Mária Lazarčíková, tel.: **777 701 867**, [poradna@prosaz.cz](mailto:poradna@prosaz.cz).

(bf)

## Obsah čísla

ZPRAVODAJSTVÍ .....	1–5
ČERNÁ KRONIKA .....	5
SOCIÁLNÍ SLUŽBY .....	6–10
VZDĚLÁVÁNÍ.....	12
ZAMĚSTNÁNÍ.....	12
FEJETON.....	14
ZDRAVOTECHNIKA .....	15–
SPRCHOVÉ SEDAČKY.....	18–21
ASISTENČNÍ PSI.....	16–17
ZDRAVOTNICTVÍ.....	22–32
ANEKDOTA, HUMOR.....	43, 50, 68
KULTURA .....	33–
PŘEDSTAVUJEME NNO.....	37
SPORT .....	38–45
OSUDY ŠAMPIÓNŮ .....	44–45
POBYTY, CESTOVÁNÍ.....	3, 46–50
NAPSALI JSTE NÁM.....	49
MOTORISMUS .....	11–14, 51
VZTAHY .....	52–55
ROZHOVOR.....	52–53
PORADNA .....	55–63
FOTOGRAFOVÁNÍ.....	57
VAŘÍME S VOZKOU.....	62
NOVÉ KNIHY.....	63
BYDLENÍ – SUŠENÍ PRÁDLA....	64–65
OHLÉDNUTÍ .....	66
VOLNÝ ČAS .....	67–69
ERGOTERAPIE PRO RADOST .....	67
INZERCE, VZKAZY .....	70
TIRÁŽ .....	70

## Přílohy

BAREVNÉ REKLAMNÍ STRÁNKY

## Osobnosti

### Weller Thomas Huckle (\* 15. 6. 1915)

Americký lékař, pediatr a bakteriolog. Nobelova cena v r. 1954 – spolu s J. F. Endersem, a F. Ch. Robbinsem – za objevy při výzkumu viru dětské obrny (poliomyelity), zejména jeho schopnosti růstu v různých tkáňových kulturách. Společně se jim podařilo získat účinnou očkovací látku, která zachránila zdraví miliónům dětí.

### Z myšlenek moudrých

*Smích je branou a úsměv dveřmi, kterými může do člověka vklouznout mnoho dobrého.*

*Ch. Morgenstei*

## Vozičkářkou Ameriky 2010 je Erika Bogen

Vozičkářkou Ameriky pro rok 2010 byla zvolena Erika Bogen, která už loni získala titul krásy na vozíku v Severní Karolině.



Erika má bakalářský titul v oboru psychologie a je zaměstnána v Lékařském Mobilním Centru. Na vozík se dostala v důsledku automobilové nehody v roce 2002. Na rozdíl od tradičních soutěží krásy, soutěž Vozičkářka Ameriky není zaměřena pouze na atraktivitu žen, ale také na jejich úspěch v komunikaci s okolím (i v podnikatelské a zákonodárné oblasti) stejně jako na příkladnost a prezentaci osob se zdravotním postižením.

Vozičkářka Ameriky tak plní řadu povinností. Patří mezi ně podpora povědomí o nutnosti odstraňovat architektonické bariéry, informování veřejnosti o úspěších milionů lidí se zdravotním postižením v celé zemi a také pomoc při vytváření různých sociálních programů. Během svého ročního kralování bude mít Erika Bogen možnost navštěvovat zákonodárce, ale bude také veřejně vystupovat v rozhlasu, tisku a televizi. Mimo jiné tak posílí sebevědomí a poskytne příležitosti k seberealizaci více než 52 milionům handicapovaných Američanů.

Mimoходом, nestálo by za to uvést podobný projekt do života i v našich lůžkách a hájkách?

(di)



Vozičkářka Ameriky 2009 Michelle Colvard z Texasu.

## Asimo je první vlašťovkou

Nová technologie by jednou mohla pomáhat postiženým lidem, pro které je těžké komunikovat. Počítač už umí analyzovat snímky magnetické rezonance mozku a tak určit, na co člověk myslí. Podle aktivace označených oblastí mozku proběhl test, v němž se určovalo, na které ze dvou slov člověk myslí: úspěšnost přístroje byla devadesátiprocentní. Podle manažerů projektu jde o první krok k tomu, abychom vyspělou techniku ovládali pouhou myšlenkou, třebaže zatím jsou schopnosti nové technologie velmi skromné. Navíc se ještě nehodí na analýzu abstraktních myšlenek.

Vedle toho se rozvíjejí projekty na nejrůznější zařízení, která by se dala ovládat pouhou myšlenkou, což by značně usnadnilo život postiženým lidem. Příkladem jsou japonští vědci, kteří naučili jejich robota Asima poslouchat lidskou myšlenku.

Člověk jej ovládá pomocí helmy, která vysílá radiové pokyny do senzorů robota. Elektrické výboje z pokožky hlavy jsou pak překládány do skutečných pohybů, takže robot pak může kráčet, pohybovat pažemi či běhat.

Vědci ovšem upozorňují, že k uvedení projektu do praxe vede ještě dlouhá cesta. Zatím se jim totiž nepodařilo lidskou mysl zbavit všech ruchů, které komunikaci mezi mozkiem a robotem komplikují. Navíc jednotlivé myšlenkové vzorce se u různých lidí liší a nastavení u každého člověka tak představuje až tříhodinovou práci.

(di)



Komentář

## Musíme jít s dobou (?)

Petr Džido



Počátkem fungování nové vlády bude náš stát šetřit. To je jasné jako facta. Prozatím víme, že bude ustavena vláda „rozpočtové odpovědnosti“. A kdo tu odpovědnost naplní? Zatím se hovoří o alternativách, ale že to budou občané, je zřejmé už nyní. Nevyhneme se tomu ani útekem do virtuálního světa.

MUDr. Vašíčková píše o svém nemilém překvapení z opakované návštěvy spinální jednotky v německém Heidelbergu. Před léty neskrývala nadšení nad systémem péče pro pacienty s míšním poškozením a týmovým přístupem všech odborníků. Po 9–12 měsících od přijetí byl pacient „na druhém konci“ propuštěn jako soběstačný, rekvifikovaný, pomůckami vybavený člověk, na nějž čekalo upravené bezbariérové bydlení a informovaná rodina. Dnes je, jak píše, tento proces z úsporných důvodů zkrácen na nezbytné minimum. Délka pohybu na rehabilitaci se řídí typem pojištění, poté je pacient propuštěn bez ohledu na to, zda je para či tetraplegik. A celkově péče už není tak komplexní.

V ČR je jen s poškozením míchy ošetřeno ročně 250 pacientů. Na jiném místě Vozky publikujeme o našem dobře pracovaném a již spolehlivě zavedeném a fungujícím systému péče o nemocné s míšní lézí, který stojí na předním místě v zemích EU. Bude se u nás šetřit po německém vzoru i v této oblasti?

Naše vláda přijala chválný Národní plán vytváření rovných příležitostí pro osoby se zdrav. postižením v ČR na období let 2010–2014. Je však jasné, že kvůli časové a finanční náročnosti se plán nejméně na vytvoření, ale jen na vytváření. Realizace plánu bude financována v rámci výdajových limitů a bude nutno zajistit ekonomickou vyváženost a stabilitu celého systému sociálních služeb.

V dokumentu je také zmíněno, že poskytování příspěvků a dávek sociální péče pro těžce zdrav. postiž. občany je nezbytné upravit speciálním zákonem. Dávky by měly být zaměřeny na celkovou aktivaci těchto osob. Při posuzování dnešních nároků zdrav. postiž. na dávky, které jsou odvozeny od diagnózy bez ohledu na skutečné individuální důsledky, bude třeba významněji zohledňovat snahu občana o vyrovnávání příležitostí a předcházení sociálnímu vyloučení.

Novou vládu a poslaneckou sněmovnu čeká schvalování změn. Máme se nač „těšit“. Musíme být přece „in“ a jít s dobou. A propos, kdy že je termín stávky?



## Černá kronika

### Vozíčkář skočil do přehrady

Se středně těžkými poraněními zad, hrudníku a pánve leží ve Fakultní nemocnici v Brně-Bohunicích devětatadvacetiletý invalidní muž, který se pokusil ve čtvrtek 6. 5. 2010 spáchat sebevraždu skokem z hráze Brněnské přehrady. Záchranáře přivolali strážníci, kteří si na vrcholku hráze všimli odstaveného vozíku a na betonové ploše u elektrárny uviděli ležící bezvládné tělo. Všimli si, že muž nepatrně pohybuje hlavou, zalarmovali proto okamžitě další záchranáře. Po příjezdu záchranky byl muž naživu a se zdravotníky komunikoval. Zdravotníci jej při vědomí převezli do bohunické nemocnice. Obdobný případ se stal v Brně už letos v únoru, kdy chtěl vozíčkář na mostě spáchat sebevraždu.



Zdroj, foto: ČT Brno

### Tvrdí, že se čeká na jeho smrt

Slovenský invalidní důchodce Milan Gužík z Velkého Rovného se cítí být poškozený jednáním Sociálnej poisťovne. Tvrdí, že mu od roku 2004 vyplácejí o polovinu méně, než mu podle rozhodnutí soudu patří. To má podle něj za následek jeho zhoršení zdravotního stavu, přičemž si musel začít píchat inzulín. Postižený tvrdí, že mu jmenovaná pojišťovna dluží více než 16 tisíc eur, což mu měl přiznat i v odvolacím řízení Nejvyšší krajský soud. Sociální poisťovna naopak tvrdí, že postupuje v souladu se zákonem.

Milan Gužík měl v roce 1986 pracovní úraz a bývalý zaměstnavatel mu až do roku 2003 vyplácel náhradu mzdy 10 650 korun. Od roku 2004 „zdedila“ tuto povinnost Sociální poisťovna a panu Gužíkovi vyplácí úrazovou rentu – ale jen v poloviční výši. Pracovníci pojišťovny totiž tvrdí, že mu částku před lety vypočetali špatně a že mu ji po celou dobu vypláceli neoprávněně. Gužík se ale soudil

a má právoplatný rozsudek. To se nelíbí pojišťovně, která se rozhodla celý případ nechat přezkoumat, a tak koncem minulého roku podala na Okresní soud v Žilině žalobu o určení sumy náhrady. No, a dokud soud nerozhodne, vyplácí jen takovou sumu, o které se domnívá, že by měla invalidovi náležet. Postiženého Slováka se zastal také mluvčí slovenského ministerstva spravedlnosti. Gužík to vše považuje za obstrukci: „Myslím si, že čekají, kým konečně zomriem, aby sa ma zbavili. Nevidel som iný taký prípad, keď štátna inštitúcia nerešpektuje rozhodnutie krajského ani najvyššieho súdu.“ Do této doby mu pojišťovna dluží více než půl milionu slovenských korun.

Zdroj: [www.sme.sk](http://www.sme.sk)

### Odpadla mu protéza, nemohl brzdit

Tak vypadalo auto, které se letos v březnu převrátilo při nehodě, kterou kuriózním způsobem utrpěl invalidní řidič z Prešova. Ten měl při řízení na noze protézu, která mu ale během jízdy odpadla, a proto nemohl zabrzdít. Dvojčlená posádka však může hovořit o štěstí, jejich auto sjelo z vozovky, převrátilo se a zůstalo v poli. Oběma mužům se nic nestalo.



Zdroj: TV Markíza

### Vydával se za invalidu a neoprávněně parkoval

Policisté odhalili v polovině února řidiče Škody Superb, který se prokázal podezřelými doklady se značením pro invalidy a falzifikátem průkazu ZTP. Neoprávněně tak využíval možnosti parkování na místech pro handicapované občany. Při běžné kontrole v únoru letošního roku zadržený 31letý muž podle policie takto pohodlně parkoval svůj vůz Škoda, označený právě nálepkou ZTP. Muž se bude zpovídat z trestného činu padělání a pozměňování veřejné listiny. Za uvedený trestný čin hrozí pachatelům trest odnětí svobody až na tři léta nebo zákaz činnosti.

Zdroj: [Mediafax](http://Mediafax)

### Nehodě předcházel infarkt

K tragické dopravní nehodě došlo v dubnu na hlavní silnici mezi Lázněmi Bohdaneč a Pardubicemi. Po srážce dvou automobilů nedaleko hlavní brány chemičky Synthesia na místě zemřel řidič – invalidní důchodce z Lázní Bohdaneč.

Čtyřiašedesátiletý řidič se v protisměru střetl s protijedoucím automobilem. Náraz auto odhodil zpět do původního jízdního pruhu, kde čelně narazil do sloupu trolejového vedení. Muž na místě zemřel. V osobním automobilu citroen, do kterého řidič narazil, jela v tu chvíli matka s dvěma malými dětmi. Nikomu z nich se naštěstí nic nestalo. Muž zřejmě dostal těsně před nehodou infarkt a navíc nebyl ani připoután bezpečnostními pásy.



Zdroj, foto: Právo

### Muž znásilnil a oplodnil 17letou postiženou vnučku své partnerky

Policie podezřívá od letošního února dvašedesátiletého muže, že zneužil bezmocnosti a postižení sedmnáctileté dívky upoutané na invalidní vozík a loni v září při procházce poblíž zdravotnického zařízení na Ostravsku ji znásilnil. Vnučku své 57leté přítelkyně vyzvedl z ústavu s tím, že ji vezme na procházku. Matka dívky si po čase všimla, že dcera nedostala menstruaci. Vzala ji tedy k lékaři na prohlídku, kde lékař zjistil, že je dívka těhotná. Dívka pak byla vyslýchána s ohledem na svůj zdravotní stav a duševní postižení za přítomností znalců a ve speciální místnosti. Musela také podstoupit interrupci. Vyšetřování muže uzavřeli policisté již loni a sdělili mu obvinění z trestného činu znásilnění.



Zdroj, foto: [www.novinky.cz](http://www.novinky.cz)

Připravila: (bf)

# Učíme se zvládat SMA!

Kolpingova rodina pořádá víkendové vzdělávací kurzy pro osoby pečující o osobu s onemocněním spinální muskulární atrofii.

V rámci Operačního programu Lidské zdroje a zaměstnanost, projektu Učíme se zvládat SMA!, proběhl již **třetí víkendový vzdělávací kurz pro pečující osoby o osobu blízkou s onemocněním spinální muskulární atrofii**. Programová skladba víkendových akcí se dotýká oblastí, které jsou šité na míru cílové skupině, tedy pečujícím osobám. Vzhledem ke kladným ohlasům účastníků a pozitivní zpětné vazbě je kurz i velkým informačním přínosem. Projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem.

Čtenářům Vozky i širší veřejnosti bychom rádi přiblížili obsah, formu a také trochu z atmosféry víkendových vzdělávacích akcí. Obecně se dá říci, že se setkávají milí lidé se stejným cílem. Tento cíl se dá rozdělit do několika rovin – informace, sdílení a setkávání. Dohromady to vytváří prostředí předávání kvalitních informací, bezpečí, důvěry a přátelství. Začíná se v pátek příjezdem a ubytováním. Zpravidla je následující prostor vyhrazen ke konzultaci, vyzkoušení a prohlédnutí kompenzačních a rehabilitačních pomůcek, které prezentují renomované firmy. Před večerí pak proběhne první přednáška a páteční program končí neformální výměnou zkušeností a diskutující skupinky se pomalu slévají v jednotný organizmus. Prostě jsme všichni na jedné vlně.

## Putování za Blanickými rytíři

Sobotní program začíná po snídani. V devět hodin předají rodiče své děti týmu zkušených osobních asistentů, pečovateli a zdravotníkům, rozdají poslední instrukce a začíná se. Zkusíme být konkrétnější na příkladu z květnového víkendu, který se konal v Hodoníně v okr. Blansko.



Zatímco se venku rozbíhal **konceptuální program pro děti na téma Blaníční rytíři**, v přednáškové místnosti zahajovala dopolední blok Mgr. Nad'a Máchová svou přednáškou na téma **Školní zralost se zaměřením na děti s handicapem**. Poté následovala diskuze, ve které si rodiče vyměnili svoje zkušenosti z dané oblasti. Po obědě přijeli zdravotní klauni, kteří rozesmáli naše děti svým skvělým programem. Souběžně se uskutečnil seminář sociálně právního minima v podání Daniely Jeníčkové. Po krátké pauze, kterou rodiče s dětmi mohli využít k vyzkoušení kompenzačních a rehabilitačních pomůcek, se opět skupina rodičů a dětí rozdělila a začala přednáška **Nervosvalová onemocnění** od MUDr. Jany Haberlové. Děti měly připraveny tvořivé dílničky a posléze byly pasovány na rytíře, což korunovalo tematický program pro děti – Putování za Blanickými rytíři. V přednáškové místnosti zatím prezentovala Mgr. Markéta Vlčková svůj blok o integraci, ve kterém dávala do souvislostí teorii s praktickou zkušeností dcery Magdaleny a její rodiny. Po skvělé přednášce o integraci se opět sešly celé rodiny a děti

předaly svým rodičům medaile za kamarádství. Po večeri vystoupil brněnský fyzioterapeut Mgr. Václav Farář, který letos přijel se svými přáteli, dospělými vozíčkáři. Oficiální program plynule přešel do besedy s přáteli Mgr. Faráře (teď i našimi) a velmi příjemný večer končil hodně pozdě v noci.

Neděle proběhla ve znamení loučení a všichni jsme se vydali na své dlouhé cesty k domovům.

## Další kurz v září

Další víkendový vzdělávací kurz proběhne 3.–5. září 2010 ve Smečně. Výstupy a informace o proběhlých a připravovaných víkendových akcích, o projektu Učíme se zvládat SMA!, o projektu Podpora Rodin s onemocněním SMA, rané péči, realizačním týmu, financování projektů a ostatních aktivitách můžete najít na našem webu [www.dumrodin.cz](http://www.dumrodin.cz).

*Za tým Kolpingovy rodiny Smečno  
Pavel Dušánek*

## Kontakt:

Mgr. Pavel Dušánek, tel.: 777 558 057,  
email: [pavel.dusanek@dumrodin.cz](mailto:pavel.dusanek@dumrodin.cz).

## Centrum pro zdrav. postiž. MSK nabízí asistenční služby

Naše organizace **Centrum pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje, o. s.**, na svých pěti detašovaných pracovištích poskytuje službu osobní asistence. Poskytujeme ji už od roku 2003, a to na pracovištích v **Ostravě, Opavě, Frýdku-Místku, Novém Jičíně a Bruntále.**

Cílem naší organizace ve službě osobní asistence je poskytovat individuální pomoc a podporu osobám se zdravotním postižením a seniorům při zmírňování a překonávání potíží na území Moravskoslezského kraje, které musí v důsledku svého zdravotního postižení překonávat. Podporujeme integraci osob se zdravotním znevýhodněním, aby měly možnost nezávisle žít ve svém přirozeném prostředí a mohly se neomezeně zapojit do běžného života. Tohoto cíle chceme dosáhnout kvalitním poskytováním služby osobní asistence.

### Co je osobní asistence?

Osobní asistence je sociální služba tvořená činnostmi směřujícími k podpoře osob se zdravotním postižením a seniorů, aby dokázali zvládnout za pomoci osobní

asistentky nebo asistenta běžné činnosti všedního dne.

Osobní asistent/-ka podporuje osoby se zdravotním znevýhodněním v činnostech souvisejících s pomocí při hygieně, stravování, sebeobsluze, pomocí při zajištění chodu domácnosti, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, s pomocí při prosazování práv a oprávněných zájmů. **Služba je sebeurčující,** klienti si tedy sami určí, co budou během asistence potřebovat zvládnout ke svému plnohodnotnému fungování.

Rozhodnutím pro službu osobní asistence se nezbavujete možnosti využívat i jiné služby. **Osobní asistence se dá kombinovat i doplňovat jinými službami, např. pečovatelskou, ošetrovatelskou i „nesociální“ službou.** Osobní asistence je však částečně hrazenou službou klientem.

### Jak se zajímat o službu osobní asistence?

Je to jednoduché. Stačí kontaktovat naši organizaci. Sdělíme vám veškeré podrobnější informace a podmínky námi poskytované služby, navštívíme vás

i v místě vašeho bydliště a dojednáme všechny potřebné záležitosti, abyste službu mohli využívat.

*Mgr. Veronika Vyletělková,  
sociální pracovnice CZP MSK, o. s.*



Pohled na budovu CZP detašované pracoviště Ostrava. Foto Libor Schenk

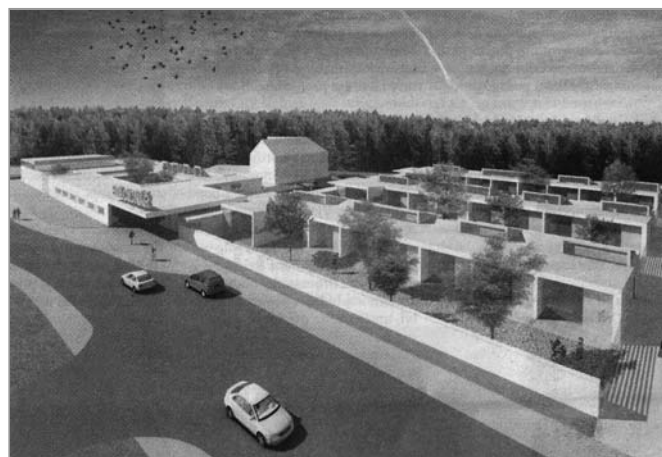
### Kontakt a další informace:

Centrum pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje, o. s., Bieblova 3, 702 00 Ostrava, Ing. Zuzana Navrátilová – koordinátor osobní asistence, tel: 596 115 318, [czp.ostrava@czp-msk.cz](mailto:czp.ostrava@czp-msk.cz), [www.czp-msk.cz](http://www.czp-msk.cz).

## Ostrava připravuje výstavbu Komunitního centra

Do konce roku 2012 vyroste na Hulváckém kopci v Ostravě další sociální zařízení města i kraje.

Komplexní zařízení pod názvem Komunitní centrum, které bude poskytovat pobytové i ambulantní služby pro osoby s těžkým tělesným a kombinovaným postižením, má vyrůst v Ostravě na Hulváckém kopci na louce vedle lesíka. Zařízení obdobného typu dosud kraj nemá, přípra-



Vizualizace projektu napovídá, že půjde o zajímavé zařazení objektu na Hulváckém kopci – obklopený zelení i dostupný městskou dopravou.

vu projektu vyvolala poptávka budoucích klientů a jejich rodičů.

Centrum má propojovat sociální služby pro cílovou skupinu osob. Budou zde ubytovací služby – domov (18), odlehčovací služby pro 6 klientů a ambulantní služby – denní stacionář pro až 54 klientů.

V objektu budou 3 apartmánové domy vzájemně propojené koridorem. Každý z nich bude nabízet 7 pokojů se sociálním zařízením a s možností přijímat návštěvy, jeden pokoj bude dvoulůžkový. Součástí apartmánů má být kromě společných prostor také potřebné provozní zázemí a zázemí pro personál. U každého apartmánového domu bude klidový prostor – obytné atrium přístupné z jednotlivých pokojů. To umožní venkovní relaxaci v chráněném prostředí se zelení.

Objekt denního stacionáře bude kromě sociálních služeb zajiš-

ťovat také fyzioterapii v multifunkčních prostorách, tělocvičnu a místnosti pro rehabilitaci a pracovní terapii. Denní stacionář zajistí osobám se sníženou soběstačností seberealizaci mimo domov.

„Projektová příprava je nyní ve fázi zpracování dokumentace pro územní řízení a dokumentace pro stavební povolení. Samotné zahájení stavby předpokládáme začátkem roku 2011 a termín dokončení v závěru roku 2012. Provozovatel zařízení bude vybrán na základě výběrového řízení. Odhadované náklady stavby představují 156,9 milionu korun. Financování až do maximální výše 92,5 procenta nákladů (bude záležet na výši přidělené dotace) plánuje město Ostrava získat z Regionálního operačního programu NUTS II Moravskoslezsko 2007 – 2013,“ řekl náměstek primátora Lubomír Pospíšil. „Projekt má svůj význam pro celý kraj a jako takový je prezentován. Pomůže to lidem s postižením a zároveň naplní priority Moravskoslezského kraje v rámci koncepce rozvoje sociálních služeb,“ dodal.

(ao),  
Ostravská radnice 5/2010  
(red)

# Vláda schválila Národní plán vytváření rovných příležitostí pro osoby se zdravotním postižením na období let 2010–2014

Hlavní cíl: zajištění přístupu zdravotně postižených k fyzickému, ekonomickému, sociálnímu a kulturnímu prostředí, ke vzdělávání, k rehabilitaci, informacím a komunikaci

Vláda České republiky 29. března 2010 projednala a schválila nový Národní plán vytváření rovných příležitostí pro osoby se zdravotním postižením na období let 2010–2014, který navazuje na cíle a úkoly Střednědobé koncepce vlády v této oblasti.

Přípravu i podobu tohoto plánu významně ovlivnila Úmluva o právech osob se zdravotním postižením, kterou Česká republika ratifikovala v září 2009. (Text národního plánu je k dispozici ve formátu „PDF“ i „doc“ na webových stránkách Vlády ČR <http://www.vlada.cz/cz/ppov/vvzpo/dokumenty/narodni-plan-vytvareni-rovných-přiležitosti-pro-osoby-se-zdravotním-postižením-na-období-2010---2014-70026/>).

Z originálního textu (46 stran) jsme pro vás vybrali, zkrátili a zvýraznili několik podle nás významných citací.

## Jak šel vývoj

Vznik a existence zdravotního postižení představuje takovou sociální událost, která zásadním způsobem ovlivňuje život každého člověka, jehož se dotýká. Bezprostřední dopady má nejen na samotné občany se zdravotním postižením, ale také na jejich rodiny. Zejména u těžších forem zdravotního postižení dochází k výrazným změnám v možnostech plnohodnotné účasti a zapojení jak v soukromých aktivitách, tak i ve veřejném životě.

Nepříznivé důsledky a dopady vyplývající z existence zdravotního postižení je však možno do určité míry eliminovat propracovaným systémem opatření, na jejichž realizaci musí participovat celá společnost.

Česká republika se v posledních dvou desetiletích zařadila mezi státy, které si uvědomují zvýšenou odpovědnost za odstraňování bariér bránících občanům se zdravotním postižením v plnohodnotné účasti a zapojení do společnosti. Systematicky usilovala o postupné řešení jednotlivých dílčích oblastí, které se bezprostředně zdravotně postižených dotýkají, s cílem zlepšit podmínky i kvalitu jejich života.

Za tímto účelem byly v uplynulém ob-

dobí postupně vypracovány, vládou schváleny a realizovány již čtyři Národní plány, které formulovaly politiku státu ve vztahu ke zdravotně postiženým občanům a ve kterých byla pro jednotlivá ministerstva stanovena konkrétní opatření, pro dané období vytipovaná jako důležitá a prioritní.

- Prvním přijatým vládním dokumentem byl **Národní plán pomoci** zdravotně postiženým občanům, který byl schválen v roce 1992. Mezi jeho prioritní cíle patřilo zejména odstranění nejzávažnějších případů diskriminace a zahájení systémových změn v oblasti podpory občanů se zdravotním postižením.

- Posledním doposud realizovaným je **Národní plán podpory a integrace** občanů se zdravotním postižením na období 2006–2009, který byl vládou přijat v roce 2005.

- Dalším důležitým dokumentem je **Střednědobá koncepce státní politiky** vůči občanům se zdravotním postižením schválená vládou v roce 2004.

Vláda konstatuje, že naplňováním Národních plánů prokazatelně **došlo ke zlepšení přístupu státu k občanům se zdravotním postižením, což se pozitivně promítlo v řadě oblastí**, které jsou k zajištění podmínek pro kvalitní a důstojný život této skupiny osob důležité a napomáhají jejich integraci do společnosti.

Kladem je rovněž skutečnost, že se **na přípravě Národních plánů vždy aktivně podílely reprezentace zastupující zájmy zdravotně postižených a konečné znění opatření tak bylo kompromisem** mezi těmito reprezentacemi a příslušným ústředním orgánem státní správy.

## Dosavadní pozitivní změny

**Za nejvýznamnější pozitivní změny v posledním období vláda považuje zejména:**

- Přijetí zákona o sociálních službách, na základě kterého byla zahájena reforma sociálních služeb, v jejímž rámci byla konstruována nová sociální dávka – příspěvek na péči.

- V oblasti vzdělávání dětí, žáků a studentů se zdravotním postižením byl kla-

den stále větší důraz na rovný přístup a nediskriminaci těchto osob.

- Postupné zpřístupňování jednotlivých druhů veřejné dopravy, na základě kterého roste počet bezbariérově přístupných stanic a zastávek i bezbariérově přístupných dopravních prostředků.

- Zlepšení přístupu k informačním systémům pro osoby se zdravotním postižením zakotvila novela zákona o informačních systémech veřejné správy, která institucím veřejné správy uložila povinnost, aby jimi zveřejňované informace umožňovaly dálkový přístup i těmto osobám.

- V oblasti přístupu ke kulturnímu dědictví postupně přibývá muzeí a galerií, které jsou bezbariérově přístupné i těžce zdravotně postiženým. Zlepšila se i dostupnost veřejných knihovnických a informačních služeb pro tyto osoby.

## Přetrvávající nedostatky a opatření

**Přestože většina opatření obsažená v doposud realizovaných Národních plánech byla splněna, zůstává i nadále řada otevřených a nedořešených otázek, které se přímo dotýkají života jednotlivých skupin zdravotně postižených, např.:**

- Přetrvávající nepříznivá situace v zaměstnávání osob se zdravotním postižením. Ke konci roku 2009 bylo na úřadech práce registrováno okolo 68 000 uchazečů se zdravotním postižením. V příštím období bude nezbytné provést celkovou revizi systému podpory zaměstnanosti této skupiny osob.

- Systematické pokračování v odstraňování bariér u veřejných budov i dopravních staveb, které byly postaveny ještě před účinností stavebního zákona, který bezbariérovou výstavbu uložil.

- Důsledně uplatňovat princip inkluzivního vzdělávání (*pedagogický koncept, podle něž by všechny děti měly navštěvovat třídy hlavního vzdělávacího proudu, a to bez ohledu na stupeň svého postižení – pozn. red.*) pro žáky a studenty se zdravotním postižením, návazně systematicky dořešit podmínky vzdělávání studentů se



zdravotním postižením v rámci terciárního stupně vzdělávání (*vzdělávání pokračující po maturitní zkoušce, a to nejen na školách vysokých, ale např. i na vyšších odborných a jazykových – pozn. red.*).

- Zachování specifických dotačních programů pro organizace občanů se zdravotním postižením, jejichž cílem je zabezpečení veřejně účelných i vzájemně prospěšných aktivit pro tyto osoby.

## Mezinárodní vlivy

Významnou událostí, která ovlivnila přípravu i podobu nového Národního plánu, je skutečnost, že Česká republika v září 2009 ratifikovala **Úmluvu o právech osob se zdravotním postižením, kterou v prosinci 2006 schválilo Valné shromáždění OSN**. Úmluva navazuje na sedm již existujících lidskoprávních úmluv OSN. Nezakládá žádná nová práva, pouze ukládá důsledné naplňování existujících lidských práv a svobod z hlediska osob se zdravotním postižením. Uznává jejich důstojnost a rovné postavení, právo na samostatnost a nezávislost, na svobodné rozhodování, podporuje zapojení osob se zdravotním postižením do všech politik, které se jich dotýkají.

Za mimořádně důležité Úmluva pokládá **zajištění přístupu zdravotně postižených k fyzickému, ekonomickému, sociálnímu a kulturnímu prostředí, ke vzdělávání, k rehabilitaci, informacím a komunikaci.**

Úmluva je založena na principu rovnoprávnosti a jejím cílem je chránit a zajistit rovný přístup k právům a svobodám pro osoby se zdravotním postižením a zajistit respektování jejich důstojnosti.

Základní podoba nového Národního plánu obsahově i strukturou vychází z obecných zásad, na kterých je tato Úmluva založena.

## Struktura a obsah Národního plánu na období 2010–2014

Do nového Národního plánu byly rozpracovány úkoly vycházející z ustanovení již zmíněné Úmluvy o právech osob se zdravotním postižením schválené v r. 2006 Valným shromážděním OSN.

Národní plán je rozdělen do samostatných kapitol. Každá pak vedle citace příslušného článku Úmluvy obsahuje stručný **popis stávajícího stavu a cílů, kterých má být prostřednictvím opatření dosaženo, a soubor termínovaných a průběžných opatření včetně uvedení resortu, který je za jejich plnění odpovědný.**

## Stěžejní kapitoly

- Rovné zacházení a ochrana před diskriminací
- Ženy se zdravotním postižením

- Výchova veřejnosti a osvětová činnost
- Přístupnost staveb a dopravy, přístup k informacím
- Rovnost před zákonem
- Nezávislý život
- Osobní mobilita
- Život v rodině
- Vzdělávání a školství
- Zdraví a zdravotní péče
- Rehabilitace
- Zaměstnávání
- Sociální zabezpečení a sociální ochrana
- Participace občanů se zdravotním postižením a jejich organizací na správě věcí veřejných
- Přístup ke kulturnímu dědictví a účast na kulturním životě
- Finanční dopady realizace jednotlivých opatření Národního plánu

## Stěžejní články Úmluvy obsažené v Národním plánu

- I nadále je nutné systematicky seznamovat širokou veřejnost se škodlivostí diskriminace a s důsledky, které do života osob se zdravotním postižením přináší, a podporovat příznivý postoj společnosti k odlišnostem a individualitě každého jedince.

- Pokračovat v systému vzdělávání úředníků v oblasti problematiky zdravotního postižení.

- Mezi mimořádně důležitá základní lidská práva je z hlediska občanů se zdravotním postižením třeba zařadit také právo na svobodný pohyb, neboť bez realizace tohoto práva není v moderní společnosti prakticky možné dosáhnout plného začlenění.

- Je možno konstatovat, že současná česká legislativa v oblasti bezbariérového užívání staveb je zcela srovnatelná se standardy platnými v zemích Evropské unie.

- Státy, které jsou smluvní stranou této úmluvy, přijmou odpovídající opatření, aby umožnily osobám se zdravotním postižením přístup k asistenci, kterou mohou pro uplatnění této právní způsobilosti potřebovat.

- Státy zajistí, aby osoby se zdravotním postižením měly možnost si zvolit, na rovnoprávném základě s ostatními, místo pobytu, kde a s kým budou žít, a nebyly nuceny žít ve specifickém prostředí.

- Státy zajistí, aby osoby se zdravotním postižením měly přístup ke službám poskytovaným v domácím prostředí, rezidenčním službám a dalším podpůrným komunitním službám, včetně osobní asistence, která je nezbytná pro nezávislý způsob života a začlenění do společnosti a zabraňuje izolaci nebo segregaci.

- **Neméně důležité je do budoucna**

**legislativně i věcně zajistit ekonomickou vyváženost a stabilitu celého systému sociálních služeb.**

- Státy umožní osobám se zdravotním postižením přístup ke kvalitním kompenzačním pomůckám, zařízením, podpůrným technologiím a k různým formám asistence a prostředků, mimo jiné i tím, že je učiní finančně dostupnými.

- Státy uznávají právo osob se zdravotním postižením na vzdělání. S cílem realizovat toto právo bez diskriminace a na základě rovných příležitostí státy zajistí začleňující vzdělávací systém na všech úrovních a celoživotní vzdělávání zaměřené na:

- a) plný rozvoj lidského potenciálu a smyslu pro vlastní důstojnost a uvědomění si vlastní hodnoty, stejně jako na posilování úcty k lidským právům, základním svobodám a lidské různorodosti;

- b) rozvoj osobnosti, nadání a kreativity osob se zdravotním postižením, jakož i jejich duševních a tělesných schopností, a to v co největší možné míře.

## Sociální zabezpečení a sociální ochrana

**Problematiku poskytování příspěvků a dávek sociální péče pro těžce zdravotně postižené občany upravuje vyhláška MPSV ČR č. 182/1991 Sb.**

Ukazuje se jako nanejvýš **nezbytné tuto oblast nově upravit speciálním zákonem**. Dávky by měly být výrazněji zaměřeny na celkovou aktivaci těchto osob. Cílem nově definovaných dávek by měla být kompenzace individuálních důsledků zdravotního postižení, a to zejména v oblasti bydlení, omezených možností mobility a potřeby technických pomůcek.

**Více než v současnosti, kdy jsou nároky odvozeny od diagnózy bez ohledu na skutečné individuální důsledky, bude třeba při poskytování dávek významněji zohledňovat snahu občana o vyrovnávání příležitostí a předcházení sociálnímu vyloučení.**

## Finanční zajištění

Národní plán je přijímán na léta 2010–2014 jako souhrn základních úkolů, které je třeba realizovat.

**Realizace navržených opatření bude finančně zabezpečena v rámci schválených výdajových limitů příslušných kapitol a střednědobých výdajových rámců stanovených pro jednotlivé kapitoly.**

Vyplnou-li však z úkolů obsažených v Národním plánu finanční nároky, musí příslušný resort, resp. rozpočtová kapitola, najít konkrétní zdroj, ze kterého budou tyto nároky kryty.

(dz)

## Nadace Charty 77 rozdělila více než 60 milionů korun pro handicapované

Více než 60 milionů korun – takový je auditovaný účetní výsledek hospodaření Nadace Charty 77 včetně jejího stěžejního projektu **Konto BARIÉRY** za rok 2009.

Jedinečným projektem loňského roku byl nákup speciálních inkubátorů pro 12 českých nemocnic, který se především díky získanému grantu z Norských fondů vyšplhal na celkových 24 milionů korun.

„Veškeré peníze od našich dárců a sponzorů jsou přerozdělovány na základě zaslaných žádostí od lidí, kteří potřebují naši pomoc. Rady každého z našich projektů, které o přidělení příspěvků rozhodují, všechny žádosti detailně projednávají a posuzují jejich potřebnost,“ popisuje pracovní postup Božena Jirků, ředitelka Konto BARIÉRY a výkonná ředitelka Nadace Charty 77.

Největším nadačním projektem je **Konto BARIÉRY, které v roce 2009 podpořilo 735 žádostí částkou 12 686 000 Kč.** Pomohlo tak lidem s handicapem odstraňovat bariéry z jejich života, usnadnilo jim návrat do života, který žili před úrazem. Není to lehké a ta cesta je krkolomná. Nejvíce tito lidé stále potřebují moderní kompenzační pomůcky. V roce 2009 dostalo Konto BARIÉRY cca 300 žádostí z této kategorie a částka schválená na jejich podporu přesáhla 4 milióny korun. Pomohli jsme s pořízením opravdu základních potřeb – mechanických vozíků (celkem ve 176 případech), elektrických vozíků, skútrů a tříkolek, speciálních kočárků či cyklovoziků atd.

Konto BARIÉRY zůstává věno svému názvu, a proto po celá léta podporuje žadatele, kteří potřebují odstranit architektonické bariéry, a to jak soukromých bytů či garáží, tak veřejných budov a škol (celkem za 2,7 milionu Kč). Na vzdělání a stipendia pro studenty přispěla Nadace částkou převyšující 1,5 milionu korun.

V letošním roce je však v souvislosti s krizí očekáván značný nárůst počtu žadatelů, a to v řádu desítek procent. Jen za první tři měsíce nadace obdržela 224 žádostí o příspěví, z toho 204 bylo podpořeno.

*Kristina Jakubcová,  
redaktorka webových stránek  
www.kontobariery.cz.*

### Kontakt a další informace:

Nadace Charty 77, Melantrichova 5,

110 00 Praha 1, tel.: 224 214 452,  
224 230 216, 224 225 092,  
nadace77@bariery.cz, www.kontobariery.cz.

### Konto BARIÉRY

Konto BARIÉRY – za šestnáct let činnosti rozdělilo více než 220 miliónů korun, podpořilo tisíce projektů, jejichž hlavním cílem bylo zlepšení života handicapovaných spoluobčanů a jejich plnohodnotné zapojení do společnosti. Díky desetitisícům dárců, kteří přispívají Kontu BARIÉRY pravidelným měsíčním příspěvkem, pomáhá těm, kteří to opravdu potřebují. V prvních letech se pomoc soustředila především na to, aby handicapovaní měli kvalitní rehabilitační a kompenzační pomůcky, aby z jejich bytů, škol a dalších veřejných budov zmizely architektonické bariéry. Nyní se těžiště pozvolna přesouvá k financování projektů, které umožňují rovnoprávné pracovní uplatnění a plnohodnotný život těchto lidí. Příkladem může být Burza práce Konto BARIÉRY a především Fond Stipendium, ze kterého jsou vyplácena stipendia 72 mladým talentovaným středoškolákům a vysokoškolákům s těžkým zdravotním postižením.



## Nadace OKD

### rozdělila téměř

### 20 milionů korun

**Nadace OKD** podpoří i letos neziskové organizace a obce, především v moravskoslezském regionu. Správní rada nadace v úterý rozhodla o podpoře **162 projektů**, mezi které rozdělí přibližně **19,5 milionu korun.**

V programu **Pro zdraví**, který se věnuje především podpoře zdravotních a sociálních služeb, podpoří Nadace OKD nejvyšší částkou (600 000 Kč) občanské sdružení Heřmánek, které v Karviné provozuje stejnojmenný Dům na půli cesty pro děti odcházející z dětských domovů.

Nejvyšší pomoc v programu **Pro radost**, který se zaměřuje na podporu kulturních, sportovních a vzdělávacích aktivit, získá obecně prospěšná společnost Respekt institut na projekt Žurnalistika v praxi. Jeho cílem je vzdělávání talentovaných novinářů, především studentů vysokých škol.

V programu **Pro budoucnost**, jehož cílem je především podpora životního prostředí v regionu a péče o kulturní památky, obdržel grant ve výši 500 000 Kč hned dvě organizace. Město Orlová plánuje vybudování dětského hřiště pro školáky, ostravská Charita sv. Alexandra chce pokračovat v obnově chráněné kulturní památky – bývalého Dolu Alexandr, kde již nyní zaměstnává v chráněných dílnách několik desítek hendikepovaných lidí.

Ve specifickém programu **Pro Evropu**, jež přispívá organizacím na přípravu žádostí pro získání grantu z EU, podpořila nadace 10 organizací. Nejvyšší částku (200 000 Kč) obdržel Oblastní charita Uherské Hradiště, která chce vytvořit chráněné bydlení pro lidi s mentálním postižením.

### Program Pro zdraví

V programu Pro zdraví byly rozděleny finance těmto organizacím starajícím se o lidi se zdravotním postižením:

- **Charita Studénka**, projekt Schody nejsou bariérou, částka 400 000 Kč.
- **Podané ruce, o. s., projekt OsA Frýdek-Místek**, Společenská integrace handicapovaných osob a seniorů, 300 000 Kč.

- **Mikasa, o. s.**, volnočasové aktivity pro mládež s kombinovaným postižením, Podpora vzniku a provozu denního stacionáře pro děti a mládež s kombinovaným postižením Mikasa, 300 000 Kč.
- **Charita sv. Alexandra**, Podpora zaměstnávání osob se zdravotním postižením v chráněných dílnách, 275 000 Kč.
- **Občanské sdružení při Základní škole speciální Diakonie ČCE Ostrava – Škola plná zážitků**, Rekonstrukce nájezdové rampy v objektu školy, 230 000 Kč.
- **Asociace Trigon**, Příprava na práci včetně zajištění rekvalifikací pro osoby se zdravotním postižením, 200 000 Kč.
- **Kamarád** – Sdružení rodičů a přátel zdravotně postižených dětí a mládeže, Domov Kamarád – sociálně terapeutické dílny, 90 000 Kč.
- **Roska Ostrava**, region. org. Unie Roska v ČR, Rekondiční pobyt pro imobilní osoby s roztroušenou sklerózou mozkomíšní, 70 000 Kč.
- **S.T.O.P.**, Dobrovolníci v Moravskoslezském kraji, 50 000 Kč.
- **Charita Hlučín**, „I. Vo“ – invalidní vozíky pro potřebné!, 40 000 Kč.
- **Ostravská organizace vozíčkářů, o. s.**, Ozdravný pobyt vozíčkářů, 23 500 Kč.

Vladislav Sobol,  
mluvčí Nadace OKD,  
(pp)

## Nadace OKD

**Nadace OKD** vznikla v lednu 2008. Od té doby rozdělila zhruba 120 milionů korun mezi téměř 800 veřejně prospěšných projektů. Zakladatelem Nadace OKD je černouhelná těžební společnost OKD, která dává nadaci každý rok jedno procento ze svého zisku. Mezi další dárce patří společnosti NWR, RPG RE, Green Gas, OKD, Doprava a OKK Kokšovny.

**Kontakt:** Nadace OKD, Prokešovo nám. 6/2020, 728 30 Ostrava, tel.: 596 262 118, e-mail: info@nadaceokd.cz, www.nadaceokd.cz.



# ELBEE míří do finále homologace

„Vozidlo pro tělesně postižené **ELBEE** složilo dalších 10 homologačních zkoušek a dostalo se tak do úplného finále procesu homologace,“ říká **Ing. Martina Brázdilová**, marketingová manažerka ZLKL.

Jako jednu z prvních absolvoval tým kolem Elbee klíčovou zkoušku maximálního výkonu a krouticího momentu, která mu uvolnila ruce pro absolvování dalších zkoušek. Nově tedy má složený i tyto zkoušky: brzd, hluku, zvukových výstražných zařízení, pneumatik, zpětných zrcátek, palivové nádrže, zařízení proti neoprávněnému použití, rychloměru a EMC.

Z posledních pěti zkoušek, které tým čekají, je klíčová zkouška emisí.

Ing. Martina Brázdilová, Marketing Manager, ZLKL  
(pp)



## Co je to ELBEE

• **Elbee je vozidlo speciálně vyvinuté pro tělesně postižené osoby,**

a to především pro osoby využívající invalidního vozíku. Díky svému provedení se jedná o **celosvětově unikátní projekt** – vyznačuje se totiž nejen množstvím inovativně řešených technických prvků, ale i velmi příjemným a přátelským designem.

• **Elbee oproti automobilům** (upraveným na ruční řízení) dává možnost najet řidiči do vozidla přímo na invalidním vozíku. Pro pohodlný vjezd slouží čelo Elbee, které se otevírá dálkovým ovládním. Řidič si uvnitř vozík zafixuje, zavře dveře a za pomoci ručního řízení, které může být individuálně upraveno dle míry postižení, vozidlo ovládá.

• **Elbee tak poskytuje svým řidičům**

dlouho hledanou možnost jednoduché motorové přepravy bez nutnosti asistence dalších osob. Svou velikostí je navíc určeno i pro příčné parkování, např. přímo k chodníku. Pokud řidič zaparkuje čelem, může s vozíkem vyjet na chodník ven, aniž by se dotkl vozovky.

• **Elbee je určeno pro každodenní jízdu** a to jak ve městě, tak mimo něj. Je to dvoumístné vozidlo – přední místo obsadí řidič i s vozíkem a zadní místo slouží pro spolujezdce, nebo jako zavazadlový prostor.

• **Elbee** je v rámci své kategorie řešeno tak, aby byla dosažena jeho maximální možná funkčnost a praktičnost v kombinaci s příjemným designem.

• **Elbee patří dle svých technických parametrů do kategorie čtyřkolek**, což znamená, že splňuje váhové (400 kg) i výkonostní (15 kW + 5% odchylka) omezení. Zařazení do této kategorie má řadu podstatných výhod. Kromě kompaktních rozměrů majitelé jistě ocení i fakt, že pořízení, provoz a údržba jsou finančně příznivé. Díky objemu motoru 250 ccm mohou navíc vozidlo řídit osoby již od 17 let jejich věku – stačí disponovat řidičským průkazem B1.

Rám Elbee je zkonstruován z lehkých slitin a jednotlivé díly karoserie jsou vytvořeny z kompozitových materiálů.

Samozřejmostí je, že Elbee splňuje zákonné podmínky pro státní příspěvek na zakoupení a úpravu vozidla pro zdravotně postižené osoby.



### Technické parametry:

- Max. rychlost: 80 km/hod,
- Rozměry: délka – 2 479 mm, šířka – 1 330 mm, výška – 1 725 mm, šířka vnitřního průjezdu – 770 mm,
- Váha: 400 kg,
- Motor: Piaggio, Italia, objem motoru – 250 ccm, maximální výkon – 15,6 kW
- Průměrná spotřeba: 4,5 l/100 km.

# Vytvořme mozkový trust osob se zdravotním postižením!

Strategická vize Asociace zdravotně hendikepovaných akademiků

## Obohacení trhu práce o mozkový trust osob se zdravotním postižením

Problematika integrace osob se zdravotním postižením do společnosti se zaměřením na integraci do pracovního procesu je otázka, kterou se musíme zabývat daleko efektivněji, pokud chceme dosáhnout hmatatelné výsledky.

Vycházíme s přesvědčením, že jako každé skupině ohrožené sociálním vyloučením chybí střední management, který se musí etablovat ve všech veřejných i neveřejných funkcích pracujících nejen v sociální oblasti. Samotný vozík ale nesmí být hlavním kvalifikačním předpokladem!

Znalostní audit musí být na ještě větší úrovni než u osob zdravých. Proto jsme založili AZHA – asociaci zdravotně hendikepovaných akademiků, jejímž úkolem musí být i pomalé, ale efektivní bourání mýtu, že vozíčkář (nebo i jinak postižený) je automaticky postižený mentálně a tudíž patří do ústavu.

## Hlavní cíle a systém fungování AZHA

### ■ PROFESNÍ DATABÁZE – akademiků – osob se zdravotním postižením (OZP).

- Vytvořit pružnou softwarovou aplikaci databáze OZP podle oborů.
- Nastavit systém sběru dat – ustanovit odborné garanty dle jednotlivých oborů.
- Stále ctít zásady – preferovat kvalitu nad kvantitou – práce s individuálním



Jaroslav Dembinný na jednom z jednání brainstormingového charakteru, která jsou hnacím motorem k vytvoření solidního systému fungování AZHY.

člověkem, ne plošně nekonkrétní kroky.

• Jsme nezisková organizace s cílem **samofinancování pomocí nabídky našich odborných znalostí.**

### ■ NABÍDKY ODBORNÝCH PROFESÍ NA TRHU PRÁCE.

- V případě ověřených znalostí našich členů je možná **nabídka směrem k trhu práce.** Mechanismus odpovídající plnění dle § 81 odst. b) je nastaven dle podrobné metodiky AZHA.
- Spolupráce s UP – **nabídka odborných profesí firmám** s problémy se zaměstnáváním OZP.
- Vypracovat systém **zpracování požadavků versus naše nabídka.**

### ■ CSR (Corporate social responsibility – Sociální odpovědnost firem) A SYSTÉM ZAMĚŠTNÁVÁNÍ OZP.

- Ve spolupráci s MEGFI (Middle European Group For Integration – Středoevropská skupina pro integraci) a NRZP nabízet firmám komplexní řešení **problému zaměstnávání OZP.** Vše v souladu s ISO 26000.
- Odborně se podílet na zavádění značky FE (friendly employer – *přátelský zaměstnavatel*) MEGFI.

• Aktivně se zapojit do procesu definování funkce **ombudsmána pro OZP** v otázkách integrace do pracovního procesu.

### ■ PODPORA STUDENTŮ OZP.

- Odborná **pomoc při jakémkoliv formě studia na VŠ osobě**



Autor článku vozíčkář Jaroslav Dembinný (vpravo) v Bruselu na jednání se zástupci MEGFI o systému Sociální odpovědnosti firem.

se zdravotním postižením.

- Navrhnout řešení problému **diskriminace OZP na Univerzitách třetího věku.**
- Zapořádání členů AZHA do **celoživotních studijních aktivit.**
- Úzká spolupráce se vzdělávacími institucemi ve všech zemích působnosti MEGFI.

Ing. Jaroslav Dembinný,  
předseda AZHA  
Foto: autor

## VÝZVA!

Disponujete odbornými znalostmi pro práci v nejrůznějších hospodářských i veřejných funkcích?

Dejte o sobě vědět asociaci zdrav. hendikep. akademiků!

# Pomůžeme vám najít uplatnění!

### Kontakt na AZHA:

Asociace zdravotně hendikepovaných akademiků, Ing. Jaroslav Dembinný – předseda, Polní 36, 737 01 Český Těšín, dembinny@megfi.eu, tel.: 775 622 449.

# HANDY CARD - šetří vaše peníze



Víte, co je Handy Card? V čem všem Vám pomáhá?  
Proč je čerstvým laureátem nominace na cenu MOSTY09 ?

Jak jsme Vás informovali v prvním letošním čísle, Handy Card je originální projekt společnosti CAR CLUB, který již rok vzniká s podporou Národní rady osob se zdravotním postižením ČR a dalších partnerů. Projekt Handy Card vám pomáhá získat pojištění, která dosud nebyla možná (například pojištění státního příspěvku na váš automobil nebo vozík), pomáhá vám získat upravené auto, prožít zajímavou dovolenou s CK ATIS nebo získat kvalitní oblečení od společnosti HUSKY za výhodných podmínek. To vše vždy se slevou a přizpůsobené vašim individuálním potřebám.

CAR CLUB ve spolupráci se svými partnery – významnými společnostmi na českém trhu – pomáhá lidem se zdravotním postižením. Jedním z našich partnerů je i jazyková agentura Skřivánek, největší ve střední a východní Evropě, s pobočkami ve více než 20 městech České republiky a v dalších 13 zemích světa. Pokud se tedy chcete naučit jazyk, je to ta správná volba. Jazyková škola Skřivánek disponuje nejlepšími lektory, kteří Vám pomohou naučit se jazyk tak, jak potřebujete. Na stránkách [www.skrivaneck.cz](http://www.skrivaneck.cz) naleznete všechny potřebné informace. Skřivánek pro vás také připravil malý kvíz, který najdete níže.

Karta Handy Card vám zajistí slevu 10 % na všechny druhy jazykových kurzů společnosti Skřivánek. Kromě klasických pobytových kurzů můžete využít moderních způsobů výuky přes Skype nebo jiné způsoby studia z domova, v časech a rozsahu, který Vám vyhovuje. Dále Vám karta přinese slevu 20 % na veškeré překlady z oblasti zdravotnictví, a to na jakoukoliv jazykovou kombinaci a řadu dalších výhod.

Tyto výhody a slevy při studiu cizích jazyků nebo při potřebě překladů se zdravotní tematikou jsou určeny výhradně pro osoby se zdravotním postižením, držitele karet Handy Card. Jedná se o osoby se ZTP, ZTP/P, osoby s invalidním důchodem, osoby s dlouhodobě nepříznivým zdravotním stavem dle § 9 zákona 117/1995 Sb. nebo poživatele příspěvků na péči podle zákona č. 108/2006 Sb.. Kartu mohou získat i zákonní zástupci postižených dětí nebo určené opatrovníci osob se zdravotním postižením.

Kromě specializovaných zlevněných služeb a zboží můžete s kartou Handy Card uplatnit slevy na více než 7000 místech v celé České republice, paleta služeb je široká a najdete v ní výhodné nabídky od opravy auta přes vstupenky do divadel a kin až po restaurace, nákup elektroniky, slevy v e-shopech, slevy na dovolenou nebo předplatné novin. To vše díky logu systému Sphere na Vaší kartě Handy Card. Více informací získáte na [www.handycard.cz](http://www.handycard.cz).

**Cena karty s platností na 2 roky je 600,- Kč, úspory a výhody jsou však mnohonásobně vyšší. Zkuste vyplnit malý jazykový test a získejte kartu Handy Card se slevou 200,- Kč!**



## Jakými jazyky je napsána následující věta?

SKŘIVÁNEK

Karta Handy Card mi ušetří několik tisíc korun ročně.....

Čeština

Handy Card will save me several thousands crowns a year.....

Die Karte Handy Card spart mir einige Tausend Kronen jährlich.....

La Carta Handy Card mi fa risparmiare migliaia di corone all'anno.....

La tarjeta Handy Card me ahorra varios miles de coronas por año.....

Vyplňte správný jazyk do kolonky a tento kupon společně s kontaktem na Vás zašlete na naši adresu, obratem se s Vámi spojíme. Kromě karty Handy Card získáte možnost vyhrát víkend pro 2 osoby v hotelu Harmonie v Lánově u Vrchlabí. Bližší informace Vám zašleme.

Vaše jméno a příjmení:

Kontakt na Vás (telefon, adresa, e-mail):



# Vozičkář na motorce? Žádná utopie!

Nadšenci z občanského sdružení **Adrenalin bez bariér** už dva roky pracují na projektu **jednostopého motocyklu s ručním řízením**. Chtějí tak splnit sen lidem, kteří by i přes své postižení poutající je na invalidní vozík rádi v sedadle motorky uháněli silnicí. A vypadá to, že by letos mohli projekt dokončit ve spolupráci s ČVUT tak, aby motorka získala povolení k řádnému provozu na českých silnicích. Jsou nejspíše první v České republice a podle údajů SDA žádný jednostopý motocykl upravený pro vozičkáře zatím zřejmě nikdo ze zahraničí do Česka nedovezl.



## Stabilizační kolečka

Základním prvkem kromě kompletně ručního řazení a brzdění jsou **stabilizační kolečka s vlastním motorkem u zadního kola**. Když motorka stojí v klidu, jsou kolečka spuštěna, a udržují tak rovnováhu místo motorkáře-vozičkáře, který se nemůže opírat o nohu. Při rozjezdu se pak kolečka zasunou, a nebrání tak klopení stroje do zatáčky. Při zastavení motorky se zase automaticky vysunou. Handicapovaný motorkář na ni může nasednout a vysednout.

„Chtěli jsme dokázat, že vozičkář a motorkář jde dohromady,“ podotkl Jiří Suchánek, který se na projektu podílí s tím, že chtějí především umožnit vozičkářům nepříliš složitou úpravu jakékoliv motorky. V tomto případě upravili **Yamahu o obsahu motoru 250 kubických centimetrů** a doposavad úprava motorky stála zhruba 70 000 korun. Podle Suchánka by to ale v budoucnu mohlo být i méně.

Někteří odborníci jsou ale skeptičtí a míní, že pro vozičkáře jsou mnohem vhodnější motocykly v podobě tříkolek a

čtyřkolek. „U nich odpadá problém se stabilitou,“ řekl tajemník Svazu dovozců automobilů (SDA) Pavel Tunkl. Tříkolevé motocykly a stále více populárnější čtyřkolky už čeští vozičkáři využívají. „Je otázka, jestli udrží stabilitu na dvou kolech. Rozhodně by to nebyla velká výroba, spíše malá, kusová. A otázka je, jestli to ministerstvo schválí do provozu,“ míní Tunkl.

Foto: Stanislav Peška – ČTK, (bf)



## Fejeton

### Zobák tluče do antény

Je začátek února. Sem tam přes noc zasněží a sem tam přes den zasnívá. A my tyto dny trávíme v RÚ Chuchelná. Tak jako všude se i zde kácí stromy, jelikož už jsou přestárlé. A protože někteří ptáci cítí, že jaro už ohřívá vzduch a rozpouští zimu, vylétají ze svých dutin a hledají červíky k snědku. Ale nejenom červíky jsou ptáci živi.



Ráno, když jdeme kolem jedné budovy na snídání, slyšíme ťukání do tyče od antény. To víte, hlava zvědavá uvažuje a ptá se. Přece datel takto tluče do stromu, ale do tyče? Vždyť ho vidím, má červenou hlavičku. Asi jak zvuk rezonuje, datel si myslí, že zde bude spousta červíků. Tak svým zobanem ťuká a ťuká. Vždyť ho musí zobák bolet, uvažují. Udělá díru do toho železa a potom konečně přestane ťukat. Ale vydrží vždy do jedenácté hodiny a odletí. Tak ťuká, den po dni.

Končí nám pobyt a my odjíždíme domů. Nedá mi to a jdu se podívat do knížky o ptácích. A vida, nebyl to datel, ale strakapoud. Ten doopravdy zobákem ťuká do železa, aby zvuk rezonoval, a takto si přivolává samičku.

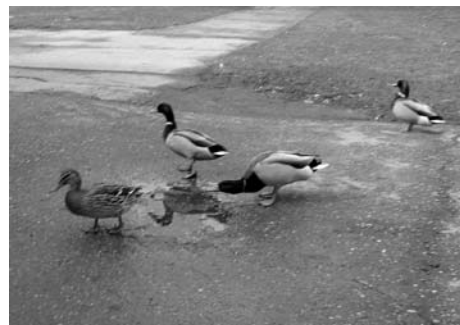
Nyní vidíte, co všechno ti samci dokáží vydržet, aby si zachovali rod!

### Kačeny

Zde v Olomouci máme zajímavě zvědavé kačeny. Jednou byly na atletickém stadionu TJ Lokomotiva Olomouc na Envelopě, delší čas se taky zdržovaly ve veliké louži na parkovišti před bývalým ONV.

## Vzpomínka na jaro

A nyní jsem je potkala na vysokoškolských kolejích na Envelopě. Jistě, nevím, zda jsou to ty samé, musela bych je mít nějakým způsobem označené. Ale ta jejich houpavá chůze je u každé kačeny jiná. A tak si myslím, že jsou to ty samé. Proč by jim ale měla lépe chutnat zdejší travička u kolejí než travička dole u řeky Moravy, to nevím. Zřejmě ale šly pochytit vědomosti od vysokoškoláků!



Jinak to být nemůže, protože na druhý den se tady procházela jinak vybarvená kačena se třemi kačery. Přece si nemohu myslet, že se jen tak procházeli?!

Dagmara Sedláčková, Olomouc

# Na bezmocných lidech by se nemělo „rýžovat“

**Filip Naiser**, student gymnázia A. Jiráka v Litomyšli, vyvinul software, který umožní lidem s paralizací končetin psát na počítači prostřednictvím zraku. Webová kamera (přípevněná na kšiltovce) snímá pohyb oka a kurzor tak označí potřebné písmeno. Naučit se psát tímto způsobem zvládla asistentka za několik hodin.

Filip se svým projektem **Eye-Controlled Cursor** vyhrál Festival vědy a techniky pro děti a mládež, který pořádá asociace Amavet a prosadil se i na soutěži v texaském Houstonu mezi 600 soutěžícími z více než 70 zemí.



Student gymnázia Filip Naiser je autorem softwaru, který umožní lidem s paralizací končetin psát na počítači prostřednictvím zraku.

Foto: [www.signal.cz/flip](http://www.signal.cz/flip)

## Vědkyně Fejtová: Jde o plagiát!

Jenže tím lid z okruhu vědecké pracovníce **Marcely Fejtové** přišel s tvrzením, že projekt Eye-Controlled Cursor je plagiát a je postaven na ukradeném nápadu. Od roku 2008 se totiž na trhu prodává (za necelých 40 000 korun) systém I4Control, který také využívá pohybů oka k ovládní kurzoru.



Vědecká pracovníce Marcela Fejtová je členkou týmu, který u nás jako první vyvinul podobné zařízení „I4Control“.

Foto: Dalibor Puchta, iDNES.cz

## Předseda Amavet: Software je autorský

Předseda asociace Amavet Stanislav Medřický myšlenku plagiátorství rezolutně popírá: „Nejde o žádný vynález, ale čistě o soutěž mladých a dětí,“ uvedl. „Je to uměle vyvolaná kauza, jen nevím, komu ku prospěchu. Ukazuje se, co je to za lidi, když pořádají hon na sedmnáctiletého kluka. Jeho software je autorský, ani jej nemohl opsat, protože toto nikdo nezveřejňuje.“

Nakonec musela rozhodnout nezávislá expertíza ředitele Ústavu teorie informace a automatizace Akademie věd a profesora z ČVUT Jana Flussera. Ten prošel všechny dostupné materiály k oběma systémům s následujícím závěrem.

Samotná myšlenka ovládní kurzoru počítače nebo jiného zařízení pomocí detekce pohybu oka podle něj není původní, takže **není ani plagiát**. „Tato myšlenka je v civilním výzkumu používána asi 25 let, ve vojenství pravděpodobně ještě déle, a je odborně veřejnosti obecně známa. Ani paní Fejtová, ani ten student Naiser k ní v této obecné rovině nijak nepřispěli,“ míní profesor.

## Odborník: Jen necitoval zdroj

Marcela Fejtová nejdříve napadala **okopírování frekvenční klávesnice**, tedy takového zařízení, které ušetří čas i počet pohybů oka a kde budou nejčastěji užívaná písmena a dvojice písmen nejbližší středu. Ani to však podle profesora Flussera **není její koncept**.

„V několika internetových obchodech se dají frekvenční klávesnice pro všechny jazyky koupit. Je možné, že Fejtová poprvé navrhla frekvenční klávesnici pro češtinu. Frekvenční analýza jazyka, ze které návrh klávesnice vychází, byla ale lingvisty studována už předtím,“ dodal Jan Flussler.

„Rozložení kláves student pravděpodobně z materiálů Fejtové převzal – klávesnice jsou totiž totožné. Principy konstrukce frekvenční klávesnice jsou ale známé, a kdyby několik osob nezávisle na sobě tuto klávesnici konstruovalo, musí zákonitě dojít k velmi podobnému výsledku.“

Podle odborníka **nemohl student okopírovat ani software**. „Zdrojové kódy nejsou dostupné ani pro zákazníky, kteří si systém Fejtové koupí, nejsou samozřejmě nikde na webu a nejsou ani součástí přístupné dokumentace. Za neetické však považují to, že student necitoval zdroj, ze kterého převzal rozložení kláves na frekvenční klávesnici. Jenže neumím posoudit, zda tím chtěl zvýraznit své zásluhy, nebo zda v sedmnácti letech prostě nezná pravidla správného citování zdrojů,“ uzavřel Jan Flussler.

„Jsem přesvědčena o tom, že když pan profesor uznal, že student převzal rozložení klávesnice, je oprávněné používat termín plagiát,“ komentovala tento výsledek Marcela Fejtová.

## Za vším hledej peníze

Student svoji chybu při necitování zdroje přiznal, ale zároveň se brání: „K tvorbě zařízení jsem se rozhodl mimo jiné kvůli našemu postiženému známému. V jednu chvíli jsem již chtěl s projektem seknout. Zjistil jsem, že něco podobného už existuje. **Ale cena byla dost vysoká a to mne vyburcovalo, abych projekt dokončil**. Rozhodně to ovšem není plagiát. Použil jsem amatérské technologie.“

Skutečná podstata útoku na studentův projekt však bude asi jinde: jak sám prohlásil, **dokáže Eye-Controlled Cursor pořídít zhruba čtyřicetkrát levněji než kolik stojí I4Control na současném trhu**. A podle Marcely Fejtové bylo na základě této informace už několik zakázek odřeknuto...



„Eye-Controlled Cursor“ Filip Naiser pořídil zhruba čtyřicetkrát levněji než kolik stojí „I4Control“ od týmu vědecké pracovníce Marcely Fejtové

Foto: Jiří Sejkova, hradecky.denik.cz

## Hlas lidu:

Zdá se, že **nejvýstižněji vystihnul jádro celé kauzy jeden z příspěvků na internetu**: „Mladý pan vědec přeci nic nepagoval, pouze použil nějaké rozložení klávesnice, které není nijak patentované, tudíž žádný zákon neporušil. Porušil jen pravidlo slušného chování (kdy měl do své práce uvést zdroj čerpání, což neudělal), ale tuto chybu uznal a omluvil se za ni. Není to moc fajn, ale stalo se.“

Na opačnou stranu, vymyslel a zprovoznil zařízení, které je dostupné v podstatě jakémukoliv těžce postiženému člověku za cenu opravdu legrační oproti jiným, kteří teď mají pocit, že by jim kvůli němu přestaly přitékat peníze. Využívají jenom postižené a nemocné lidi ke svým nehorázným ziskům...“

Zdroj: [www.denik.cz](http://www.denik.cz)

Zpracoval Jiří Muladi

# Česká republika má historicky prvního mistra ve výkonu asistenčních psů



MS ČR – Nejlepší junior ve výkonu asistenčních psů: Barbora Reiterová, 9 let a retriever Eliška.

V sobotu 19. 6. 2010 se sjelo do Prahy z celé ČR mnoho majitelů asistenčních a vodících psů, aby se utkali o tituly nejvyšší. Nezisková organizace **Helpes** spolu s **Klubem speciálního výcviku Českého kynologického svazu** připravila mistrovství vodících psů již po šesté a **poprvé dala možnost také majitelům psů asistenčních utkat se o tituly nejvyšší.**

Obě mistrovství probíhala pod záštitou primátora hl. m. Prahy Pavla Béma a ve spolupráci s Městskou částí Praha 5 a Městskou policií, která zajišťovala bezpečnost účastníků na rušné Plzeňské ulici, kde sídlí areál výcvikového centra Helpes.

## Soutěžili i vozíčkáři a lidé s těžkým tělesným postižením

Mistrovství asistenčních psů mělo jednu kategorii, kde soutěžili společně vozíčkáři a lidé s těžkými tělesnými handicap.

U vodících psů byli soutěžící rozděleni do kategorií podle zrakového postižení – soutěžili v kategoriích zcela nevidomý, těžce zrakově postižený a kombinovaný handicap. V této kategorii měli všichni soutěžící svůj zrakový handicap kombinovaný sluchovou vadou, jedna ze soutě-

žících má, krom slepoty a sluchové vady, i handicap pohybový. Dokladem schopností a možností lidí s postižením je bezesporu to, že právě slečna s nejvíce kombinovaným postižením stanula nakonec v soutěži vodících psů na stupínku nejvyšším.

Majitelé asistenčních i vodících psů soutěžili ve dvou disciplínách – poslušnosti a speciálních úkonů, podle typu handicapu. U psů asistenčních to jsou praktické dovednosti, kterými denně pomáhají svým paničkám a páníčkům, např. pomoc při svlékání

či oblékání, otevírání dveří a zásuvek, podávání nejrůznějších předmětů, vyhledání a přinesení ztracených osobních věcí a zvonícího mobilu, rozsvícení a zhasínání světla, podávání upadlých předmětů, odnášení či přinášení věcí od druhých lidí apod.

Majitelé psů vodících soutěžili ve vedení zrakově postiženého po určené, pro všechny stejné trase, kde měli za úkol vyhledat a přejít přechody, schody, vyhledat místo k sezení, vyhledat dveře do prodejny a v ní nalézt pult, vyhýbat se nejrůznějším přírodním i umělým překážkám, včetně překážek v úrovni hlavy člověka. Všichni psi pomocníci museli také projít zkouškou nezávislosti vůči po-

hozené potravě a netečnosti vůči zvěři. Výkony posuzovala mezinárodní komise nezávislých rozhodčích.

## Špičkové výkony

Základem každého výcviku je dobré zvládnutí poslušnosti psa. Pro psí pomocníky je poslušnost možná ještě důležitější, než pro kteréhokoliv jiného psa. Asistenční a vodící pes má de facto svým způsobem v tlapkách zdraví i život svého handicapovaného páníčka. Proto nepřipadá v úvahu, aby se radostně rozešel mrknout na psího kamaráda na protější chodníku nebo se při výletě přírodou rozeběhl za kočkou. Předjetí výše zmiňovaným karambolům může právě a jenom precizní poslušnost. Je velice potěšitelné, že majitelé asistenčních psů předvedli v této disciplíně, až na jednu výjimku, se svými svěřenci špičkové výkony. Také většina zrakově postižených předvedla ve cvičích poslušnosti se svými psy výkony na velmi dobré úrovni.

Důležité v této soutěži není pouze to, kdo se stane Mistrem republiky, nýbrž vůbec možnost setkání lidí s různými typy postižení, ale se stejnými potřebami a zájmy, představení práce asistenčních a vodících psů nejširší veřejnosti, možnost



Mistr ČR ve výkonu asistenčních psů Milan Langr a Mistryně ČR ve výkonu vodících psů Monika Růžičková.



srovnání výkonů psů a v neposlední řadě pro majitele psích pomocníků možnost zjištění chyb a předností svého psa a získání odborných rad od zkušených posuzovatelů a trenérů.

V letošním roce se na mistrovství přijeli podívat a soutěžící podpořit také zástupci ze školy pro výcvik vodících psů z Německa.

Bez významné podpory sponzorů by se takováto nezisková akce vůbec nemohla konat. Díky nim bylo předáno vítězům množství nádherných cen, které byly hlavně určeny – komu jinému – jejich čtyřnohým pomocníkům. Soutěžící přišla dekorovat za Magistrát hl. m. Prahy paní Irena Ondráčková, zástupkyně ředitele MHMP pro oblast obecních a krajských působností.

Státní hymna nakonec zněla na počest obou mistrů – historicky prvního Mistra ČR ve výkonu asistenčních psů, pana Milana Langra z České Lípy a jeho zlatého retrievera Barona Splendid Fellow a Mistryni ČR ve výkonu vodících psů, kterou se stala soutěžící s nejtěžším kombinovaným postižením z kategorie kombinovaný handicap, slečna Monika Růžičková se svou, již desetiletou, fenkou labradorského retrievera, Florou Elva Bohemia.

### Výsledky Mistrovství ČR ve výkonu asistenčních psů 2010

- **Mistr ČR ve výkonu asistenčních psů:** Milan Langr a zlatý retriever Baron Splendid Fellow,
- **Nejlepší poslušnost:** Lukáš Šafr – věk 9 let (nejmladší účastník mistrovství) a zlatý retriever Bady,
- **Nejlepší speciální část – asistence:** Milan Langr, zlatý retriever Baron Splendid Fellow,
- **Nejlepší junior:** Barbora Reiterová – věk 9 let a zlatý retriever Eliška,
- **Nejlepší žena:** Martina Justiánová, zlatý retriever Ema,
- **Nejmladší pes:** labradorský retriever Asiya, nar. 3. 6. 2007 /majitel – Věra Vinkevičová,
- **Nejstarší pes:** zlatý retriever Baron Splendid Fellow, nar. 6. 6. 2005 /majitel – Milan Langr.

Rozhodčí: Poslušnost – Jiřina Volšická, Speciální cviky – asistence: 1. část – Julia Zlešia / Slovensko, 2. část – Milan Doktor.

### Výsledky Mistrovství ČR ve výkonu vodících psů 2010

- **Mistr ČR ve výkonu vodících psů:** Monika Růžičková a labradorský retriever Flora Elva Bohemia,
- **Nejlepší poslušnost:** Ladislav Holba

a labradorský retriever Pedro,

- **Nejlepší speciální část** – vedení nevidomého po určené trase: Monika Růžičková a Flora Elva Bohemia,
- **Nejlepší žena:** Monika Růžičková a Flora Elva Bohemia,
- **Nejmladší účastník:** Martin Hrtús, věk 17 let s německým ovčákem Jessi,
- **Nejmladší pes:** labradorský retriever Dedee z Lazebnictví nar. 11. 5. 2008 /majitel Petr Spousta,
- **Nejstarší pes:** labradorský retriever Flora Elva Bohemia, nar. 14. 10. 2000 /majitel Monika Růžičková.

Rozhodčí: Poslušnost – Lubomír Jonáš, Speciální část – vedení zrakově postiženého po určené trase: Jana Smidová / Slovensko, Miroslav Melichar.

Traséři: Jana Brožová, Ing. Ivan Benda.

Zuzana Daušová, *Helppes*, (pp)

následný servis po celou dobu aktivní služby psa.

Pro své klienty připravuje tyto typy speciálně vycvičených psů – **vodící psy pro zrakově postižené, asistenční a balanční psy pro vozíčkáře a tělesně postižené, signální psy pro neslyšící, asistenční signální psy pro osoby trpící záchvatovým onemocněním (epileptici, kardiaci apod.), canisterapeutické psy určené zejména pro dětské klienty**, kterým pomáhají s rozvojem jemné i hrubé motoriky, řečových a hmatových schopností, a s rozvojem sociálního chování. Helppes je registrovaným poskytovatelem sociálních služeb – ty poskytuje tým profesionálních pracovníků a odborníků na výcvik psů, včetně pracovníků s odborným zaměřením na práci s osobami se zdravotním postižením.

Více informací o občanském sdružení Helppes, jeho projektech a jeho aktivitách najdete na [www.helppes.cz](http://www.helppes.cz).

### Helppes – Centrum výcviku psů pro postižené:

Helppes je první a jediná profesionální nezisková organizace svého druhu v ČR, která pomáhá osobám se zdravotním postižením na cestě k integraci, soběstačnosti a samostatnosti pomocí speciálně vycvičených psů. Helppes poskytuje zcela komplexní soubor souvisejících služeb – od zaškolení žadatele o speciálně vycvičeného psa přes proškolení klienta až po



Cvičitel Milan Langr a retriever Baron při předvádění cviků asistence.

# Pro pohodlné a bezpečné koupání – díl II.

## Sedačky a židle do sprchy, sedačky do vany, křesla a vozíky do sprchy

V minulém čísle se magazín Vozka věnoval prezentaci firem, které mají v nabídce sedačky s možností položení nebo zavěšení na horní okraj vany.

Tentokrát vám představíme nabídku dalších pomůcek pro pohodlí a soběstačnost při koupání, jako jsou **sedačky – židle do sprchy nebo závěsné sedačky s montáží na stěnu, popř. stoličky do vany nebo křesla a vozíky do sprchy.**

### HEROS

- Sedačka do sprchy Varadero bez opěradla



Nosnost do 120 kg, hmotnost 3,5 kg. Cena 2 343 Kč, pojišťovna nehradí.

- Židle do sprchy DH40/L



Nastavitelná výška sedadla včetně držadel, uchycení pro sprchu na sedadle, šíře sedadla 380 mm, nosnost 110 kg, hmotnost 3,8 kg. Cena 1 705 Kč, úhrada VZP 1 550 Kč.

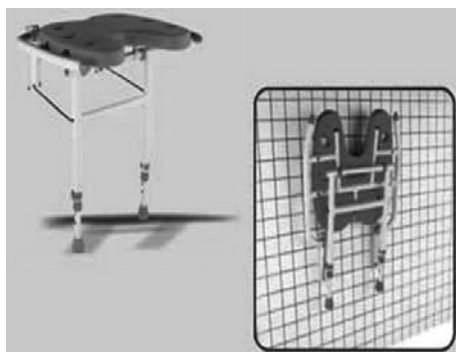
- Sedačka do sprchy Trinidad s opěradlem



Nosnost do 120 kg, hmotnost 4,7 kg. Cena 2 504 Kč s DPH, pojišťovna nehradí.

- Sklápěcí sedačka do sprchy Haiti

Úspora místa sklopením na stěnu, s ergonomicky tvarovanou plochou sedadla a nožkami, které neuklouznou. Uchytení na stěnu. Nosnost 120 kg, hmotnost 4,9 kg. Cena 2 750 Kč, úhrada VZP 2 300 Kč.



Novojičínská firma Dušan Vinklar – HEROS nabízí široký sortiment zboží usnadňující pohodlné a bezpečné koupání.

#### Další informace a kontakt:

Dušan Vinklar – HEROS, Beskydská 45, 741 01 Nový Jičín, tel.: 556 705 825, e-mail: heros@heros-nj.cz, web: www.heros-nj.cz.

### MEDICCO

Firma MEDICCO nabízí širokou škálu pomůcek pro bezpečné koupání.

- Sprchový a toaletní vozík



Sprchový a toaletní vozík zajistí kvalitní hygienu. Sedák křesla, zádová opěrka i odklopné područky jsou polstrované, aby nedošlo k odření kůže, zachována možnost desinfekce. Centrální vykrojení sedáku (po vyjmutí toaletní nádoby, která může být součástí vozíku) usnadňuje hygienu intimních částí. Obruče na zadních kolech vám dávají nezávislost.

- Sprchovací židle bez opěradla a s opěradlem



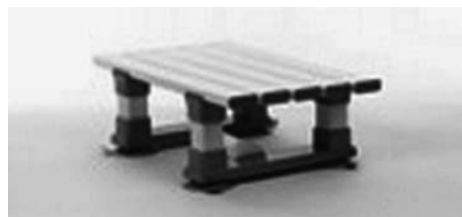
- Židle Merlin bez opěradla a s opěradlem



Sprchovací židle s opěradlem nebo bez opěradla, židle Merlin standard nebo deluxe ve verzi s opěradlem a odklopnými

područkami vám zajistí pohodu ve sprše. Možnost desinfekce jak židlí, tak i vozíku, všechny židle jsou výškově nastavitelné pro pohodlné sezení a stabilitu.

- **Stolička do vany Merlin**



Vysoce trvanlivé a vyztužené PVC, ze kterého je vyrobena, se výborně udržuje a je možno stoličku i desinfikovat. Gumové přísavky na nožkách zabrání jak nechtěnému posunutí, tak i chrání vanu. Stolička je ve třech různých výškách, je plně hrazena zdravotní pojišťovnou, může ji vypsat neurolog, ortoped či rehabilitační lékař a nepodléhá schválení revizním lékařem.

Všechny pomůcky od firmy MEDICCO jsou uvedeny bez cen. Aktuální ceny a případné hrazení pojišťovnou sdělí zástupci firmy na uvedených kontaktech, případně v uvedených pobočkách.

### Další informace a kontakt:

MEDICCO, s. r. o., Netroufalky 3, 625 00 Brno, tel.: 547 250 955, 800 900 809 (zdarma), e-mail: info@medicco.cz, www.medicco.cz, pobočky: Brno, Luže, Praha, Plzeň, Přerov, Ostrava.

## MEYRA

Společnost Meyra má v nabídce speciální sklopnou sprchovou sedačku.

- **Sklopná sprchová sedačka DuBaStar**



Sedátka koupelňových sedaček obecně mohou být plná bez výřezu, nebo mohou být opatřena hygienickým výřezem pro maximalizaci možnosti intimní osobní hygieny. Toto nabízejí i sedačky z řady DuBaStar s hygienickým výřezem. K úspoře místa lze sklopit ke stěně, čtyři výšková nastavení bez upevňovacího materiálu. Šířka x hloubka 47,5 x 48,5 cm, hloubka v odklopeném stavu 11,5 cm, hmotnost 2,5 kg, nosnost 120 kg. Cena 1 842 Kč, plně hrazení pojišťovna.

### Další informace a kontakt:

MEYRA ČR, s. r. o., sídlo – prodejna

Hrusická 2538, 141 00 Praha 4-Spořilov, tel.: 272 761 102, e-mail: meyra@meyra.cz, www.meyra.cz.

## PATRON BOHEMIA

Mělnická firma Patron Bohemia nabízí sedačky do sprchy i do vany nebo židle do sprchy.

- **Sedačka do vany Cosby**



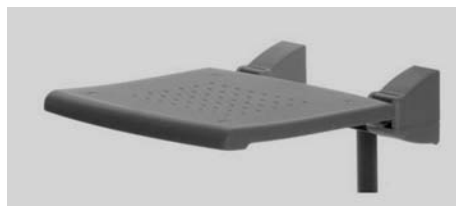
Výška 20 cm, cena 1 214 Kč, plně hrazena pojišťovnou.

- **Sedačka do sprchy Profilo**



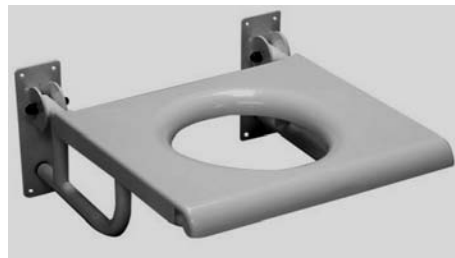
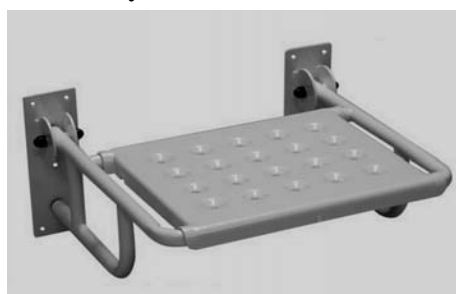
Průměr sedátka 35 cm, duralová, výškově nastavitelná s přísavkami (min. 38, max. 50 cm), nosnost až 135 kg. Cena 952 Kč, plně hrazena pojišťovnou.

- **Sedačka sprchová Profilo-S**



Rozměry 38 x 42 cm, Nosnost až 130 kg. Kotvící materiál je součástí balení. Cena 2 299 Kč, plně hrazena pojišťovnou.

- **Sedačka sprchová sklopná bez výřezu a s výřezem**



Cena 1 536 Kč, plně hrazena pojišťovnou.

- **Sedačka do sprchy ALU 90-1067**



Cena 1 371 Kč, plně hrazena pojišťovnou.

- **Sedačka do sprchy ALU 90-1067A**



Cena 1 717 Kč, plně hrazena pojišťovnou.

- **Sedačka do sprchy ALU 90-1068 s opěradlem**



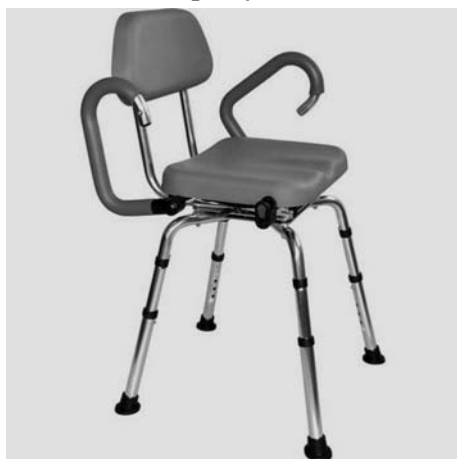
Cena 1 631 Kč, plně hrazena pojišťovnou.

- **Sedačka do sprchy ALU 90-1068A s opěradlem**



Cena 1 995 Kč, plně hrazena pojišťovnou.

- **Sedačka do vany 90-1369**



Konstrukce z duralových trubek, vy-měkčené ergonomické sedátko a opěradlo z PUR hmoty, otočná sedačka, odklopné područky, nastavitelná výška 78–87 cm, nosnost do 135 kg. Cena 2 990 Kč, hraze-na pojišťovnou od 1. 7. 2010.

- **Další informace a kontakt:**

Sídlo společnosti, výroba a distribuce: **PATRON Bohemia, a. s.**, Českolipská 3419, 276 01 Mělník, tel.: 315 630 111, e-mail: reha.cz@patron.eu, www.reha.patron.eu. **Prodej zboží a služby:** Jana Lamačová – vedoucí REHA, tel.: 315 630 120, e-mail: jana.lamacova@patron.eu, Jolana Žižková – obchod REHA, tel.: 315 630 121.

### DMA Praha

Koupelnový program této společnosti je velmi široký. Představíme vám základní typy sedaček do vany a sedaček či židlí do sprchy.

- **Sedačka do vany plastová**



Šířka sedátka 46 cm, hloubka 35 cm, výška sedu 18 cm, nosnost 190 kg. Cena 1 162 Kč, plně hrazeno pojišťovnou. U všech sedaček do vany jsou k dispozici protiskluzové přísavky. Sedačky jsou vyrobeny v několika výškách.

- **Sedačka do vany plastová**



Šířka sedátka 46 cm, hloubka 28 cm, nosnost 190 kg. Cena 1 455 Kč, plně hrazeno pojišťovnou.

- **Sedačka do vany rozpěrná**



Vnitřní šířka vany 43–50 cm, šířka se-dátka 40 cm, hloubka 22 cm, nosnost 100 kg. Cena 1 334 Kč, plně hrazeno pojišťovnou.

- **Sedačka do sprchy nastavitelná**



Výška sedu 35,5–53,5 cm, nosnost 136 kg. Cena 1 420 Kč, plně hrazena pojišťovnou.

*Další sedačky jsou opatřeny madly a mají nastavitelnou výšku.*

- **Sedačka do sprchy nastavitelná s opěrkou zad**

Výška sedu 34–44 cm, nosnost 136 kg. Cena 1 936 Kč, plně hrazena pojišťovnou.

*Další sedačky s opěrkou zad jsou zesílené nebo se sedátkem s výřezem.*



- **Židle do sprchy**



Výška sedu 41 cm, nosnost 127 kg. Cena 2 281 Kč, plně hrazena pojišťovnou.

*Další židle do sprch jsou zesílené, s nastavitelnou výškou.*

- **Židle do sprchy pojízdná**



Výška sedu 46 cm, výška opěrky zad 36 cm, nosnost 127 kg. Cena 3 571 Kč, plně hrazeno pojišťovnou.

*Další židle do sprchy mohou mít jed-nodílnou podnožku a jsou nastavitelné.*

- **Sedačka do sprchy sklopná**

Šířka sedu 49 cm, hloubka 29 cm, nosnost 160 kg. Cena 2 840 Kč, pojišťov-na hraří 2 300 Kč.

*Další sklopné sedačky jsou se sedátkem s výřezem, s polstrovaným sedátkem nebo s opěrkou zad.*



• **Křeslo do sprchy pojízdné**



Výška sedu 56 cm, nosnost 100 kg. Cena 5 809 Kč, pojišťovna hraří 4 210 Kč.

*Další křesla mají polstrovaná sedátka, bezpečnostní nebo sklopné područky*

• **Vozík do sprchy pojízdný**



Výška sedu 53 cm, nosnost 130 kg, plastová toaletní nádoba, zadní poháněcí kola s obručkami. Cena 8 500 Kč, pojišťovna nehradí.

**Další informace a kontakt:**

Kunice – centrála: **DMA PRAHA, s. r. o.**, Kunice 207, 251 63 Strančice, tel.: 323 664 465, 323 664 466, 323 664 355, 323 664 358, [www.dmapraha.cz](http://www.dmapraha.cz), e-mail: [dmapraha@dmapraha.cz](mailto:dmapraha@dmapraha.cz).

**Sanitec**

Sanitec je největším výrobcem a dodavatelem sanitární keramiky, koupelno-

vého nábytku, sprchových koutů a van v Evropě. V České a Slovenské republice jej reprezentuje obchodní a marketingové zastoupení Sanitec, s. r. o. Specializuje se na komplexní koupelňové a toaletní programy

Sedátek do sprchy nabízí několik druhů – sklopná, pevná, s opěrkami i bez, k pevné montáži na stěnu nebo přenosná – pro zavěšení na madlo. Výrobky jsou certifikované, jsou vyráběné v Německu.

• **Sedátka do sprchy Kolo**



Sklopné sedátko pro sprchování s opěrkou nebo bez opěrky, série Lehnen Evolution, rovné madlo, série Lehnen Evolution (pro zavěšení sedátka).

• **Sklopné sedátko pro sprchování, s opěrkou**



Sedátko z PVC modulů + nerez. Série Funktion. Rozměry: šířka 48,6 cm, vyložení 52,5 cm, výška s opěrkou 50 cm. Montáž na stěnu ((plná cihla, beton). Cena 9 780 Kč.

**Další informace a kontakt:**

Sanitec, s. r. o., Komenského 2501, 390 02 Tábor, tel.: 381 254 910, mobil: 602 212 565, e-mail: [info@sanitec.cz](mailto:info@sanitec.cz), [www.sanitec.cz](http://www.sanitec.cz).

*Zpracovali: (pp), (dz)  
Foto: jednotliví dodavatelé*

**Život bez bariér nabízí k zapůjčení kompenzační pomůcky**

V půjčovně občanského sdružení Život bez bariér z Nové Paky si můžete zapůjčit mechanický vozík, elektrickou tříkolku, nejrůznější chodítka, berle, elektrické polohovací postele, zdravotnickou sedačku do sprchy, vany (gramofon) a mnoho dalších pomůcek.

Pro další informace můžete kontaktovat paní Ivetu Brendlovou na tel. čísle 493 724 159 nebo 731 070 142, popř. na e-mailu [iveta.brendlova@zbb.cz](mailto:iveta.brendlova@zbb.cz).

Upozorňujeme, že mimo region je možné zaslat pomůcky DPD přepravní službou.

**Kontakt:**

Život bez bariér, Lomená 533, 509 01 Nová Paka, [www.zbb.cz](http://www.zbb.cz).



# PĚTILETÝ Davídek Benas dostal elektrický vozík

Bez účasti zdravotních pojišťoven...  
Ty totiž hradíš elektrické vozíky až klientům starším deseti let

Pokračování ze str. 1



Elektrický vozíček Davídkovi slavnostně předala Lucie Váchová, která spolupracuje s nadací Dobrý skutek.



Díky aktivnímu přístupu své maminky a nadacím má Davídek Benas šanci na rychlejší plnohodnotné začlenění mezi vrstevníky a správný, zejména psychologický vývoj.

Foto: Mgr. Tomáš Hajský,  
Otto Bock ČR  
Popisky, titulky: Vozka

**Také máte dítě mladší 10 let, které by potřebovalo el. vozík?**

**Jaký je Váš názor na postoj zdravotních pojišťoven?**

**Napište nám o tom! Do Vašeho Vozky!**

**„Jsem vděčná, že žiju,“ říká Katy**

**Kvůli infekci při porodu přišla o všechny končetiny**

Američanka Katy Hayesová z amerického Kingwoodu je matkou tří dětí. Při posledním porodu se jí ale do těla dostala vzácná infekce a lékaři jí museli amputovat obě ruce i nohy. I přes nepřízeň osudu je žena vděčná, že přežila.

Obdivuhodná žena se i po amputaci všech svých končetin dokáže radovat ze života. Šťastná je především za to, že přežila a její děti tak neztratily matku.

Hayesové se po třetím porodu dostala do těla streptokoková infekce typu A. Streptokok se obvykle projeví pouze bolestí v krku, horečkou nebo jako kožní infekce. Bakterie streptokoku jsou přítomnou běžnou součástí organismu lidí i zvířat.

O provedení amputace rozhodl její milující manžel. Katy byla totiž po celou dobu pobytu v nemocnici v bezvědomí. Zpočátku se však bál, jak jeho žena zareaguje. Otec tří dětí je však odhodlaný se postarat nejen o své potomky, ale i o manželku.



„Je to zázrak, že jsem naživu. Jsem tak vděčná. Kdyby nedošlo k zákroku, už bych tady pro své děti nebyla. A já mám tři krásné děti, proto stojí za to žít,“ dodala statečná Hayesová.

Dagmar Plecháčová  
www.novinky.cz

Foto: www.wfaa.com  
(pp)

**Víte, že**

v roce 2008 vydala jen Všeobecná zdravotní pojišťovna (VZP) na inkontinentní pomůcky 1,14 mld. Kč, což je částka výrazně převyšující náklady VZP na tradičně velmi drahá cytostatika (látky používané se k léčbě nádorových onemocnění)?

Zdroj: Sestra květen 2010; (dz)

# Piešťany: raná rehabilitace rizikových dětí reálně sníží jejich invaliditu

Ochránit děti, kterým hrozí postižení před budoucností na invalidním vozíku – takový cíl si dává **rehabilitační centrum ADELI** v Piešťanech (SR) ve svém novém rehabilitačním programu.

Dlouholeté zkušenosti s těžkým tělesným postižením a fakt, že většina postižených dětí začíná s rehabilitací pozdě, když už jsou změny zdravotního stavu nezvratné, byly předpokladem vzniku tohoto programu.

## Čas se nedá vrátit

V rámci projektu rané rehabilitace byla vydána informační brožura „**Čas sa nedá vrátiť**“ určená pro maminky, které měly problémy v průběhu těhotenství, porodu, anebo jejichž děti mají projevy zaostávání či jiné zdravotní problémy v prenatálním vývoji. V informační brožůře a na webových stránkách [www.rizikovedeti.sk](http://www.rizikovedeti.sk) jsou soustředěny všechny podstatné informace, které by měly maminkám pomoci správně se rozhodnout a včas vyhledat odborníka.

V ADELI centru se často setkáváme s příběhy, které by právě díky včasné diagnostice a následné rehabilitaci měly šťastnější konce.

„Romanka se narodila z rizikové gravidity, podle lékařů ale úplně zdravá“, říká o své dceři Slávka Dejcová. „V její zdravotní dokumentaci se 7 měsíců opakuje věta, že dítě je zdravé a cílé. Když ale Romanka seděla, po jisté době se sesouvala do levé strany. Měla problémy samostatně sedět, a ačkoli se to časem naučila, bylo to v porovnání s dětmi v jejím věku o dost později. Jej zdravotní stav se mi přestal líbit, když při snaze chodit neustále padala. Podstoupili jsme různé ambulantní vyšetření, ale přesná diagnóza stanovená nebyla.“

Po dlouhých komplikacích jsem se



nakonec obrátila na neurologa v jiném městě a jeho vyšetření potvrdilo, že má DMO, levostrannou hemiparézu. Verdikt byl neúprosný a mně se zhroutil svět. Nikomu nepřeju prožít takové okamžiky. Zanedbané cvičení! V případě potvrzení diagnózy ihned po porodu to ale takhle špatně skončit nemuselo. U novorozence rehabilitace dokáže doslova zázraky. V našem případě jsme měli skluz 11 měsíců.

I když dnes na mé dceři Romance laik na první pohled nezpozoruje tělesné postižení, můžu dodat jen tolik – **jsou to výsledky velmi tvrdé dřiny.**“

## První děti už rehabilitaci ukončily

„Věříme, že i státní organizace podpoří náš nový projekt. Včasnou rehabilitací se nejen dětem a jejich rodičům, ale i státu ušetří hodně námahy, času a nakonec i finančních prostředků. Fakt, že nemocem je lepší předcházet, než je léčit, je přece dávno známý“, vysvětluje Maxim Raskin, ředitel ADELI Medical Center v Piešťanech.

V těchto dnech ukončili dvoutýdenní rehabilitaci první děti v rámci programu Rané rehabilitace. Dva týdny intenzivně cvičily pod dohledem zkušených fyzioterapeutů, přičemž cvičení byla doplněna o další procedury, které účinek cvičení znásobují. Maminky budou v rehabilitaci s doporučenými cvičeními pokračovat i v domácím prostředí. Budou pravidelně docházet na kontroly a v případě potřeby budou rehabilitaci opakovat i přímo v ADELI centru.

*Mgr. Miriam Juhanesovičová, ADELI Medical center.  
(pp)*

## ADELI Medical Center

ADELI Medical Center je rehabilitační zařízení s vysoce intenzivním a individuálním léčebným programem, který má svůj základ v kosmické medicí-



Ochránit děti, kterým hrozí postižení před budoucností na invalidním vozíku, je cílem jednoho z programů **rehabilitačního centra ADELI** v Piešťanech na Slovensku.

ně. ADELI terapie je naprosto jedinečná. Na dosažení co nejlepšího výsledku rehabilitace pracuje s každým jednotlivým pacientem individuální skupina, která se skládá z 5 až 6 terapeutů. Léčba trvá denně několik hodin a skládá se z různých terapií, které mají podíl na celkové účinnosti. Rehabilitace v ADELI obleku je doplněna dalšími terapiemi, jako jsou bahenní zábaly, léčba kyslíkem, manuální terapie, kryoterapie, logopedie, léčebná a reflexní masáž nebo laseropunktura, které umocňují účinek cvičení. Personál centra tvoří zkušení odborníci: neurologové, šéfterapeuti, fyzioterapeuti, logopedi, maséři, zdravotní sestry, rodinní asistenti a další.

**Kontakty:** ADELI Medical center, Mgr. Miriam Juhanesovičová, Hlboká 47, 921 01 Piešťany, tel.: 033/77 18 107, mobil: 0905 409 570, [miriam@adeli-method.com](mailto:miriam@adeli-method.com), [ww.appa.sk](http://ww.appa.sk), [www.adeli-method.com](http://www.adeli-method.com), [www.rizikovedeti.sk](http://www.rizikovedeti.sk).

# ASISTIVNÍ TECHNOLOGIE - relativně snadný způsob, jak přerušovaný nerv přemostit

Prvního února proběhlo na Fakultě elektrotechnické ČVUT slavnostní předání diplomů studentům oceněným v soutěži o nejlepší návrh projektu z oblasti **asistivních technologií**. Tyto technologie zahrnují hardwarové a softwarové prostředky podpory a usnadnění života handicapovaným spoluobčanům – invalidům, nemocným, seniorům a dětem.

## Systém pro rehabilitaci pacientů

Jedním z vítězů byl **Jan Sova**, student Fakulty elektrotechnické ČVUT. „Můj návrh se týká **systému pro rehabilitaci pacientů, kteří utrpěli zranění zapříčiněné přerušáním drah periferního nervstva**. Toto přerušování může být různého rozsahu, vždy má ale za následek vyřazení jisté části těla, do níž se z mozku nedostanou povely,“ uvádí Jan Sova.

Důsledkem zranění však není utlumení činnosti mozku, který dále po nervu vysílá povely, jež ale vzhledem k přerušování nervu nedojdou k cíli. Vlivem toho postupně zaniká jak nervová dráha, tak i vůle pacienta. Postupně se vytrácí schopnost vědomé tvorby vzruchů. Existuje relativně snadný způsob, jak přerušovaný nerv přemostit. Na místo, kde je nerv přerušován, se umístí buď na, nebo pod kůži senzor snímající elektrickou aktivitu nervu putující z mozku. Za přerušování nervu se umístí elektrický generátor, který je schopen vytvořit dostatečný signál pro vybudování přerušování od mozku oddělené části nervu. Pokud se na nervu objeví elektrická aktivita, senzor ji zaregistruje a přes externí obvod mimo tělo pacienta vede až ke generátoru. Ten na základě této informace vybudí zbylou část nervu. **Primárním cílem je udržet zdravou část nervu v dobré kondici, aby pacientovi zůstala vůle i důvod pokračovat v rekonvalescenci, která může vést až k úplnému uzdravení.**

„Popisovaný princip je v současné době konceptem, na němž bych v budoucnu rád pracoval,“ říká Sova. „Nejedná se o nic, co by nebylo z technického hlediska možné realizovat. **Otázkou je, jak se myšlenka může uplatnit v praxi a jaký bude přístup pacientů a skutečná pomoc během rehabilitace,**“ doplňuje.

Jedná se o rozsáhlé téma, které může být rozděleno do více diplomových či bakalářských prací, a to nejen na Fakultě elektrotechnické ČVUT, ale i na Lékařské



Jan Sova přebírá diplom od prof. Maříka, předsedy správní rady nadace, na slavnostním vyhlášení za účasti děkana FE ČVUT doc. Šimáka a prof. Klímy.

fakultě UK. Vedle realizace a měření je nutné provést klinické studie, které teprve prokážou přínos celé myšlenky. Nezbytná je aktivní spolupráce pacientů i ošetřovatelů.

## Výzva pro lidskost

Asistivní technologie řeší problémy, které lze doslova vidět a cítit. „Lákají mě především proto, že řeší skutečné problémy, které mají skuteční lidé,“ říká Jan Sova. „Vědec zabývající se touto problematikou stojí uprostřed komplikované situace a samotná technická realizace je jen jednou z mnoha stránek věci. Stejně tak důležitou součástí celého procesu vývoje každé asistivní technologie je, vedle technického návrhu a realizace, nést kříž s pacientem či handicapovaným člověkem a projít si kousek strastiplné cesty s ním. To je velká výzva pro lidskost, která je v každém z nás. **Asistivní technologie jsou výzvou pro ty, kteří věří, že technika může skutečně pomáhat, a co víc, řešit lidská neštěstí.**“

Jan Sova plánuje uplatnit se v oboru asistivních technologií i nadále. „Oslovuje mě možnost pomáhat lidem vyrovnat se s

nepřízní osudu. Je mi také sympatické, že během vývoje je nezbytné komunikovat s lidmi a naslouchat jejich zkušenostem, člověk tak není izolován ve své laboratoři daleko od skutečnosti, kterou chce ovlivnit. Fantastická je také interdisciplinarita, v rámci níž se člověku naskytuje příležitost nahlédnout do mnoha oborů, které s asistivními technologiemi souvisejí. Vedle očekávané lékařské vědy, fyziky, matematiky a techniky jsou to i obory jako psychologie, sociologie, speciální pedagogika, etika a podobně. Člověk tak dostává možnost rozvíjet se v dalších zajímavých oborech.“

*Zdroj: TECNICALL, duben 2010, (pp)*

## Nadace ČVUT Media Lab

Nadace ČVUT Media Lab neustále hledá nejlepší studentské projekty, zejména z oblastí elektrotechniky a informatiky, strojírenství, stavebnictví, přírodních věd a dalších. Další informace na [www.cvutmedialab.cz](http://www.cvutmedialab.cz).



# Mezinárodní kongres ESCIF v německém Lobbachu

Co nového v organizaci sdružující lidi po úrazu páteře a míchy?

**ParaCENTRUM Fenix** bylo v loňském roce na kongresu ve Vídni přijato za řádného člena ESCIF – **European Spinal Cord Injury Federation**. Tato federace sdružuje vždy jednoho zástupce z evropských zemí z řad organizací, které **sdružují lidi po úrazu páteře a míchy (SCI)**. Letos se konal kongres ESCIF v Německu.

## Setkání v moderním bezbariérovém areálu

Letošní setkání se konalo ve dnech 19.–21. května v Lobbachu v centru Manfred-Sauer-Stiftung. Centrum je uprostřed přírody, blízko lesíka a golfového hřiště. Může se zde ubytovat 77 lidí ve 49 pokojích (některé v centrální budově, jiné v přilehlých bungalovech), má vlastní restauraci a bar. Okolo je plno květin, jezírko s vodopádem, ohniště, sezení pro vypití kávičky či něčeho jiného – vše přístupné pro vozík. Pokoje jsou všechny bezbariérové včetně koupelny a toalety, je v nich polohovací lůžko, v některých je zvedák na stropní kolejnici, jinde příprava – háček na zavěšení hrazdičky. Jsou obsazovány dle potřeby klienta. V centru je posilovna jak pro chodící, tak pro vozíčkáře, motomechy na dolní končetiny, rumpál na posilování rukou, místnost na skupinová cvičení, sauna nebo masáže. Celá rehabilitační část je přístupná i lidem na vozíku. Fungují tady terapeutické dílny s možností zpracování papíru, hlíny, kovu, skla, dřeva, malování, výroby šperků a realizují se zde i další činnosti. Součástí centra jsou přednáškové sály, výukové místnosti a prostory pro workshopy. A také prodejna oděvů speciálně šitých pro vozíčkáře – od spodního prádla přes jeans a trika až po košile, obleky, sukně a společenské oblečení dámské i pánské. Součástí je i menší regál s obuví.

## Kongres

Vlastní kongres je možno rozdělit na přednáškovou část, schůzi delegátů a zprávy z pracovních skupin. Přednáškovou část zahájil prof. MUDr. Fin Soerensen, DMSci, prezident ISCoS (International Spinal Cord Injury, tedy mezinárodní společnosti pro spinální traumata, která sdružuje zdravotníky) sdělením o **současných klinických možnostech v oblasti regenerace po spinálním traumatu**. Profesor Hunt hovořil o kardiiovaskulární rehabilitaci lidí po úrazu páteře a míchy a na jeho přednášku navázala panelová diskuse.

Na ní bylo konstatováno, že i přes velký pokrok v léčbě spinálních traumat za posledních 30 let (zlepšila se značně „operativa“, úspěšná je dispenzarizace v urologii, neurologii, v prevenci dekubitů atd.), je to **stále pouze léčba důsledků vlastního traumatu a nikoliv cílená léčba vlastního zranění, tedy míchy**. Je nutné zlepšit informovanost lidí, kteří jsou nově po úrazu. Dále je žádoucí, aby se neopakovaly výzkumy, ale **propojily se výzkumné týmy (informačně a prakticky) tak, aby finanční prostředky na výzkum byly vynakládány účelně**. Byly investovány již stovky milionů dolarů, ale výsledky nepřinesly zásadní změny.

Čtyři pracovní skupiny pracovaly formou videokonferencí, skype-konferencí, výměnou mailů a proběhla i dvě pracovní setkání. V jejich zprávách se hovořilo o **nutnosti vzniku registru lézí míšních**, aby se shromáždila celoevropská data o množství lidí po SCI a na základě toho bylo možné žádat srovnatelnou péči ve všech zemích a prosazovat zájmy lidí SCI.

Druhá pracovní skupina hovořila o **potřebě centralizace péče** – jak ve specializovaných spinálních centrech (medicínská část), tak i komunitních centrech (naše občanská a další sdružení) pro lidi SCI. Třetí skupina se zabývala tématem rehabilitačních center a **ucelenou rehabilitaci s cílem zapojení člověka po spinálním traumatu na trhu práce**. Nosným tématem čtvrté pracovní skupiny byla rodina – **umožnění návratu a začlenění člověka SCI do vlastní rodiny či možnost vybudování rodiny nově**.

## V kuloárech bylo živo

Součástí kongresu byly bohaté kuloárové diskuse, kde se účastníci mohli seznámit se situací nejen v poúrazové péči jednotlivých zemí. Byli jsme překvapeni, jak se stávající evropská ekonomická situace promítla i do situace v sociální sféře a zdravotnictví v jednotlivých zemích. Veliké úspory odsouhlasili jak ve zdravotnictví, tak i ne-

ziskovém sektoru v Belgii, Španělsku, Nizozemí. Kolega z Litvy hovořil o podmínkách, které musela přijmout jeho země jako garanci půjčky od Mezinárodního měnového fondu. V rámci mnoha úsporných opatření došlo i ke snížení veškerých důchodů o 15 %. Nyní bude ekonomická situace přehodnocena, a pokud to bude nutné, budou redukovány i sociální dávky.

## Na spinální jednotce v Heidelbergu

Všichni jsme se shodli na tom, že nás velmi překvapila návštěva spinální jednotky v Heidelbergu (fakultativně po skončení oficiálního programu). Já sama jsem byla v Heidelbergu před sedmi lety a tehdy jsem neskrývala nadšení nad systémem péče pro pacienta s míšním poškozením a týmovým přístupem všech odborníků. Systém fungoval tak, obrazně řečeno, že „na jednom konci“ byl člověk po SCI přijat, prošel urgentním příjmem, „operativou“, JIP, standardním oddělením, rehabilitací, rekvalifikací a po 9–12 měsících byl „na druhém konci“ propuštěn jako soběstačný, rekvalifikovaný, pomůckami plně vybavený člověk, na něž čekalo upravené bezbariérové bydlení a informovaná rodina.

Dnes je situace **radikálně jiná. Všichni projdou urgentním příjmem, „operativou“, JIP, oddělením a jdou na rehabilitaci. Délka pohybu na rehabilitaci se řídí typem pojištění, které si každý platil před úrazem. Pokud to bylo pouze zákonné minimum, pobyt na rehabilitaci je 8 týdnů a člověk je propuštěn!!! Bez ohledu na to, zda je para či tetraplegik**. Některé pojišťovny mají svá rehabilitační centra, kam potom člověk musí jít ze standardního oddělení, kde ale nebývá přítomen tým odborníků na spinální traumata. Pojišťovny navíc neplatí opakovaný rehabilitační pobyt, pouze ten první (i když byl třeba jen oněch 8 týdnů).

Letošního kongresu se účastnili zástupci z 18 zemí, jednání byla velmi konstruktivní. O přijetí požádalo Turecko, jeho zástupce představil programy pro spinální pacienty a péči. Hlasováním bylo rozhodnuto o přijetí.

Po odstoupení dosavadního předsedy dr. Daniela Joggi ze Švýcarska se novou předsedkyní ESCIF stala Jane Horwell z Dánska, místopředsedkyní pak paní Winnifred de Moes z Nizozemí. Setkání bylo intenzivně pracovní a všichni ocenili prostředí centra v Lobbachu.

Dr. Lia Vašíčková,  
ParaCENTRUM Fenix Brno



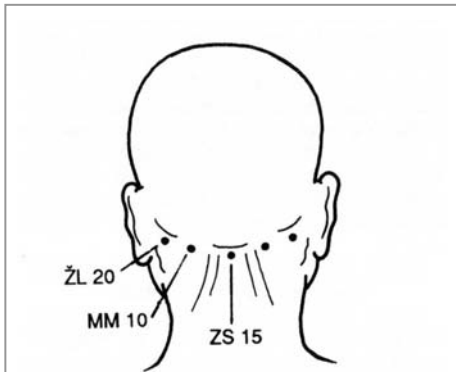
# Pomozte své páteři od bolesti – VI

## Tentokrát pro osoby pomáhající vozíčkářům...

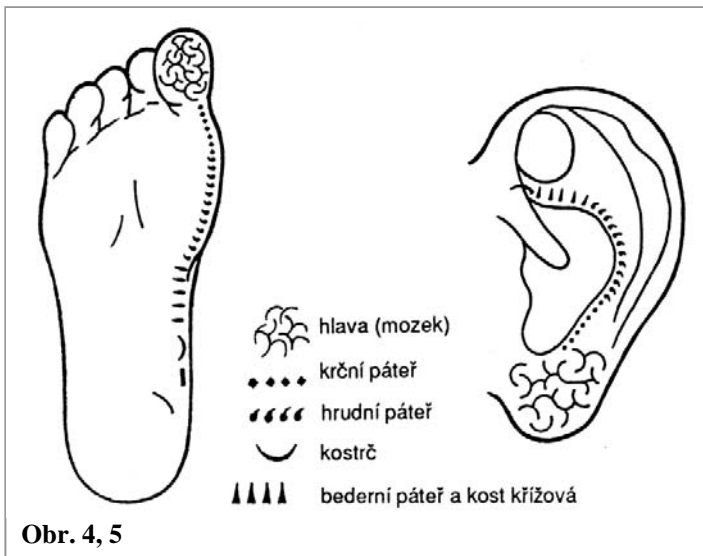
(Pokračování z minulého čísla)

Není tak zcela běžné, aby moderní lékař používal ve své praxi východní techniky, byť přizpůsobené našemu prostředí. Velmi vhodným a snadno použitelným způsobem doporučuje MUDr. Jana Kombercová v 62 stránkové publikaci, jak si sám pomoci při bolestech a při potřebě rozhybání páteře. Vybíráme na pokračování některé části knížky s doporučením – stojí za to si publikaci pořídit.

V tomto pokračování seriálu nabídneme netradičně návod na terapii bolestí, pro uvolnění, protažení a posílení svalů v oblasti hrudníku a zad pomáhajícím osobám, asistentům, rodinným příslušníkům a dalším lidem starajícím se každodenně o osoby na vozíčku. Namáhavá pomoc při různých přesunech z vozíku a na vozík se projevuje právě v těchto oblastech.



Obr. 7: Masáž 5 bodů pod lebkou: oběma palci rukou promasírujeme týlní oblast v místech akupresurních bodů od středu k uším a obráceně.



Obr. 4, 5

### Autoterapie hrudní páteře a žeber

Bolesti v hrudní páteři jsou často způsobeny změnou funkcí hrudní páteře vlivem blokády hrudních obratlů a žeber. Příčinou těchto funkčních změn a bloků jsou zejména problémy v klíčových oblastech páteře, fyzické přetížení a svalová disbalance. Velmi často s bolestmi a bloky hrudní páteře souvisejí onemocnění vnitřních orgánů. Dá se říci, že v tomto úseku se nejvíce projevují tzv. vertebroviscerální vztahy.

Do oblasti cervikotorakálního přechodu a horní hrudní páteře se promítají i onemocnění dýchacího ústrojí, srdce a oběhového systému. Také bloky obratlů Th 3–Th 5 spojené s posunutím zejména 3.–5. žebra na levé straně mohou způsobit kromě zhoršení dechových funkcí i úzkostné stavy s bušením srdce či jiné poruchy srdečního rytmu. Také mohou napodobovat projevy anginy pectoris. V těchto případech je na místě vyhledat lékaře a podrobit se řádnému internímu vyšetření, které vyloučí závažnější srdeční onemocnění.

Bolesti a funkční poruchy ve střední a dolní části páteře mají vztah zejména k zažívacímu ústrojí – k nemocem žaludku, dvanácterníku, slinivky, jater a žlučníku. Na zádech vedle páteře často nacházíme reflexní změny jak na kůži, tak ve svalech (např. bolestivé svalové spazmy, ulpívání kůže a podkoží na svalových fasciích, viditelné změny na kůži atd.).

Onemocnění střev, ledvin, močododů a pohlavních orgánů se promítají do oblasti torakolumbální a mohou vyzářovat i do nižších partií páteře, do dolních končetin a do spojení sakroiliakálního, v jehož okolí jsou také přítomny reflexní změny.

### Terapie akutních bolestí

Při bolestech v hrudní páteři spojených s dechovými obtížemi a teplotou, s bolestmi za hrudní kostí a poruchami srdečního rytmu, se zvracením a bolestmi břicha vyhle-

dejte lékaře. Rovněž zajděte k lékaři při silných bolestech hrudní páteře bez vedlejších projevů, které sami nevládáte.

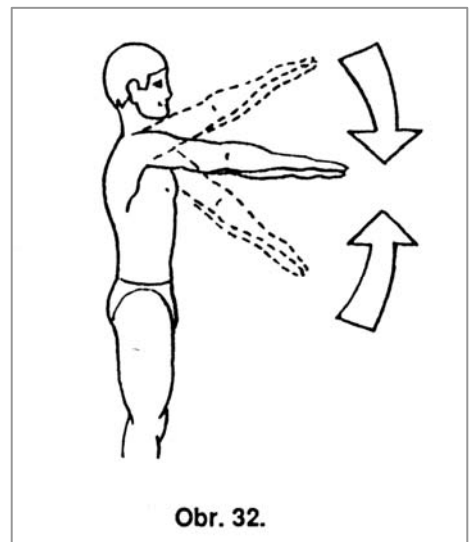
V první pomoci při akutních bolestech je vhodné doplnit tekutiny (např. uklidňujícím bylinným čajem, vhodná je i minerální voda s vyšším obsahem hořčiku – Magnesia) a zaujmout klidovou polohu.

Na bolestivé místo můžeme použít teplou křenovou nebo česnekovou placku nebo citlivé místní body potřít Menthosanem či francovkou. Jsme-li toho sami schopni, přistoupíme k masáži mikrosystémů a vzdálených protibolestivých akupresurních bodů nebo o to požádáme druhou osobu. Nejsnadněji můžeme ovlivnit páteř masáží ušních boltců v místech, kam se páteř promítá (viz obr. 5). Na ploskách obou nohou potom masírujeme oblast klenby nožní, zejména v nejcitlivějších místech uklidňujícím způsobem (viz obr. 4). Na vzdálených místech tlačíme body vzadu pod lebkou (viz obr. 7), příp. na vrcholu temene hlavy, kolem kotníků a na nártách nohou (viz rozsáhlý obr. 6 ve zmíněné publikaci).

Jestliže se nám ulevilo, můžeme provést poklepovou masáž hrudníku vpředu, po stranách a vzadu, kam dosáhneme. Kroužením dopředu a dozadu uvolníme ramena. Aktivní rotací páteře, záklonem a úklony zjistíme, kde je centrum bolesti a omezený pohyb.

### Terapie chronických bolestí

Chronické obtíže hrudní páteře lze zmírnit přikládáním zázvorových obkladů, je však nutno vyloučit uvedené kontraindikace. Vhodné je pravidelné ošetřování mikrosystémů plosky nohy, ušního boltce a masáže akupresurních protiboles-



Obr. 32.

tivých bodů v záhlaví (viz obr. 4, 5, 7), příp. na vrcholu temene hlavy, kolem kotníků a na nártách nohou (viz rozsáhlý obr. 6 ve zmíněné publikaci).

Úlevu přináší také pořízení bolestivých míst i akupresurních bodů jak na mikro-systémech, tak kolem kotníků Menthosanem nebo francovkou.

Také léčení vnitřních orgánů, nejlépe komplexní (kromě jiného vhodnou dietou, fototerapií či homeopatií nebo za pomoci dobrého léčitele), přispívá ke zmírnění chronických bolestí hrudní páteře.

Pro trvalé odstranění bolestí i jako prevence jsou však důležitá následující cvičení.

## Cviky na uvolnění, protažení a posílení svalů hrudníku

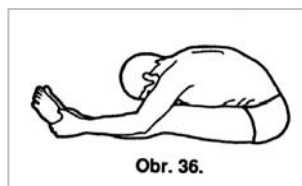
### 1. Cvik (obr. 32).

Ve stoji mírně rozkročeném vzpažíme a klidně dýcháme. Střídavě vytažujeme pravou a levou ruku z ramen do prostoru před tělem všemi směry, do předpažení, šikmo do stran, do upažení atd.

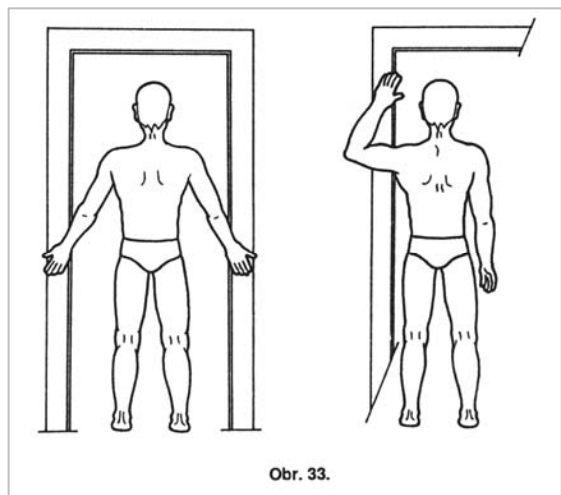
### 2. Cvik (obr. 33).

Ve stoji výkročněm se opřeme levým loktem o rám dveří nebo se opřeme oběma rukama. Při nádechu tlačíme loktem

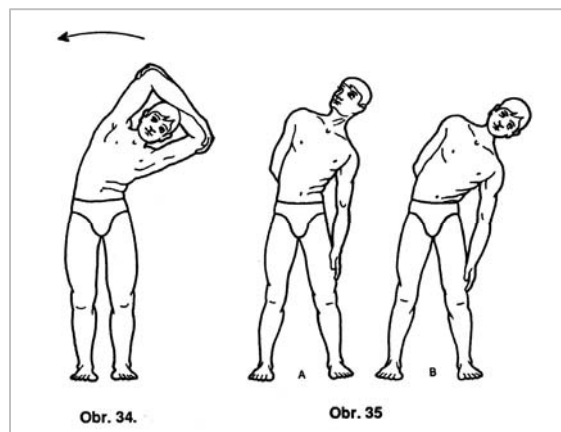
nebo oběma pažemi do dveřního rámu a při výdechu napětí uvolníme



Obr. 36.



Obr. 33.



Obr. 34.

Obr. 35.

a protlačíme hrudník vpřed. Tímto cvičením se upravuje postavení žeber vůči hrudní kosti a zároveň se protahují prsní svaly. Opakujeme několikrát a střídáme ruce.

### 3. Cvik (obr. 34).

Ve stoji mírně rozkročeném překřížíme ve vzpažení ruce a uchopíme lokty. Ukloníme se k jedné straně. Při nádechu se podíváme nahoru, s výdechem dolů, a stále více trup ukláníme. Tahem vrchní ruky za loket pomáháme většímu protažení postranních partií trupu. Totéž cvičíme na druhou stranu. Tento cvik je vhodné provádět zejména po ránu, zlepšuje dýchání a přispívá k lepšímu uvolnění stolice.

### 4. Cvik (obr. 35).

Ve stoji mírně rozkročeném položíme pravé předloktí na bedra. Při výdechu se ukloníme vlevo, levou ruku suneme po straně stehna co nejbližší ke kolenu. Při nádechu se podíváme vzhůru, při tom vytočíme hlavu a mírně se zakloníme v hrudní páteři. Po několika nádeších a výdeších cvičíme totéž na opačnou stranu.

### Protažení zádových svalů v lehu na zádech do předklonu (obr. 36).

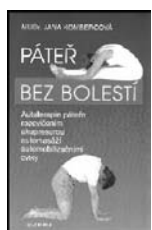
V lehu na zádech vzpažíme. Při nádechu pomalu zvedáme paže, když zvedáme i hlavu a postupně obratel po obratli, odvíjíme celou páteř do předklonu a vydechujeme. V předklonu volně dýcháme a s každým výdechem předklon prohlubujeme. Prsty rukou se snažíme obejmout kotníky nebo prsty nohou. Při nádechu se pomalu obratel po obratli vracíme zpět, hlava setrvává v předklonu a spolu s pažemi se uvolní až ve výchozí poloze nakonec. Cvik můžeme 2–3krát opakovat.

### Uvolnění a protažení zádových svalů v lehu na zádech do rotace.

Svaly uvolníme a protáhneme nejlépe spinálními cviky (jako celek jsou uvedeny v jiné literatuře).

*Pokračování příště.  
Přípravila: (bf)*

## Doporučujeme



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

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

# Káva snižuje riziko mrtvice

Podle výzkumu týmu vedeného epidemioložkou Yangmei Li z britské Cambridgeské univerzity vede moderovaně pití kávy ke snížení rizika vzniku cévní mozkové příhody. Sdělení o tom zaznělo na jednání American Stroke Association.

## Prospektivní klinické studie

Celkem 22 232 lidí, 9 978 mužů a 12 254 žen, ve věku 39–79 let (průměr 59 let) se zúčastnilo prospektivního klinického hodnocení trvajících 12 let, během nichž bylo zkoumáno pití kávy ve sledované populaci a případná souvislost se vznikem cévní mozkové příhody. Sledovaní dobrovolníci byli předtím zařazeni do jiného klinického hodnocení – European Prospective Investigation into Cancer Norfolk (EPIC) – a při zařazení do studie účinků pití kávy prokazatelně netrpěli žádným kardiovaskulárním onemocněním, neprodělali mrtvici ani neměli rakovinu.

## Když už kouříte, tak i pijte kávu

Celkem 17 807 z nich pilo kávu (v průměru 3 šálky denně), naopak 4 425 ji nepilo vůbec. Do března 2008 plných 855 dobrovolníků utrpělo mrtvici, přičemž ti, kteří pili kávu v libovolném množství, měli o 30 % nižší pravděpodobnost vzniku cévní mozkové příhody než kávoví „abstinenti“. Při interpretaci dat byly zohledněny rozdíly mezi účastníky, jež se vztahovaly ke kouření, sociální třídě, úrovni vzdělání, body mass indexu, příjmu alkoholu, fyzické aktivitě, pití čaje, hladinám sodíku a draslíku, vylučování kreatininu, systolickému krevnímu tlaku, diabetu a hladině sérového cholesterolu. Přestože analýza dat jednotlivých podskupin podle hlavní autorky studie trpí nedostatečnou statistickou významností, je třeba zmínit, že mezi kuřáky, kteří zároveň pili kávu, došlo k 61%(!) snížení rizika vzniku cévní mozkové příhody.

## Příčina asi není v kofeinu

Přesný mechanismus účinku pití kávy není znám, nicméně se ví, že látky v ní obsažené mohou člověku prospívat několika způsoby – zvýšením citlivosti vůči inzulínu, inhibicí agregace trombocytů a snížením endoteliální dysfunkce. Bylo též prokázáno, že káva má určité **antioxidační vlastnosti**. V této souvislosti je třeba ještě zmínit, že nebyl pozorován rozdíl mezi kávou normální a bez kofeinu.

*Zdravotnické noviny, 18/2010, (dz)*

# Co byste měli vědět o úrazech páteře

Náš stávající systém péče o míšní léze stojí na předním místě v zemích EU

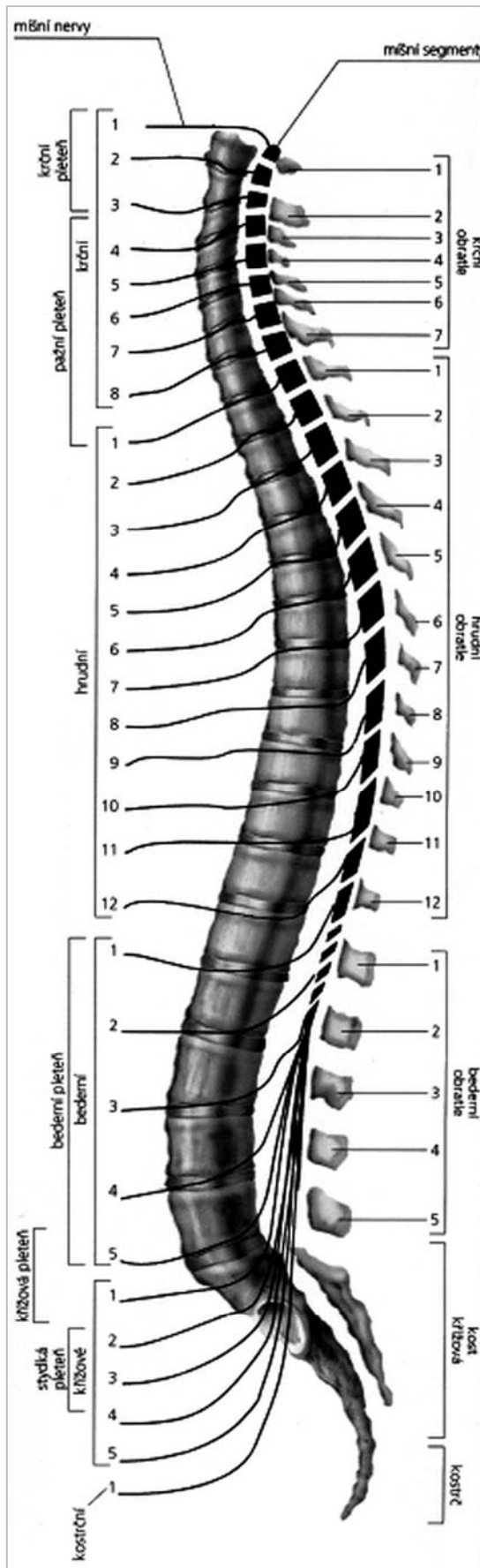
Poranění páteře tvoří asi 3 % všech úrazů. Ze všech případů poranění páteře je asi 25 % lokalizováno v oblasti krční, 75 % v oblasti hrudní a bederní. Asi třetina případů poranění páteře je spojena s poraněním míchy a nervových kořenů. Každoročně přibývá v ČR 20 až 40 lidí s poraněním míchy na jeden milion obyvatel a každý rok dojde ke vzniku zhruba 250 míšních postižení, např. ve Spojených státech je to 5 000 postižení. Ve dvou třetinách se poranění míchy týká mladých mužů ve věku 15 až 30 let.

Nejčastěji tato poranění vznikají při dopravních nehodách, na druhém místě jsou pracovní úrazy, následují sportovní úrazy a násilné trestné činy. Po nemocích oběhové soustavy a zhoubných novotvarech jsou úrazy páteře třetí nejčastější příčinou úmrtí a v nižších věkových kategoriích (do 44 let) dokonce nejčastější.

## Dopravní nehody

Dopravní úrazy jsou nejčastější příčinou závažnějších poranění včetně poranění páteře. Počet úmrtí při dopravních nehodách osciluje mezi 1300–1600 ročně, téměř 6 000 osob je poraněno těžce a více než 30 tisíc lehce. Nejtěžší úrazy utrpí automobilisté (68 %), pak chodci (16 %) a cyklisté (10 %). V ČR trvale roste počet automobilů (za posledních pět let se intenzita silničního provozu zdvojnásobila), a tím i počet dopravních nehod.

Dopravní úrazy jsou způsobeny náhlou decelerací vysoké kinetické energie. Při vzájemné kolizi protijedoucích vozidel se jejich okamžité rychlosti sčítají. Některé úrazové mechanismy jsou typické – u dvoustupňových vozidel jsou to poranění hlavy a krční páteře nárazem na přední část interiéru vozidla, poranění hrudníku či hrudní páteře nárazem na volant, poranění bederní páteře, pánve či dolních končetin nárazem na přístrojovou desku nebo vymrštění z vozidla, kde jsou častá mnohočetná kombinovaná poranění s těžkým páteřním či míšním postižením. Rovněž nárazem zezadu může dojít k prudkému švihovému poranění krční páteře s poškozením vazů, vymknutím obratlů až jejich zlomeninou, často následovanou úplným ochrnutím. Při rotaci auta na střechu jsou účastníci autonehody nezajištěni bezpečnostními pásy vystaveni vysokému riziku poranění horní i střední krční páteře pádem na hlavu v otočeném vozidle. U dětí je



nejčastější příčinou těchto úrazů náhle vběhnutí do vozovky, hra na vozovce nebo v její blízkosti, úrazy při jízdě na kole – nerespektování pravidel dopravního provozu, nepoužívání ochranné přilby.

## Příčiny a prevence

Mezi nejčastější příčiny dopravních nehod způsobujících těžké úrazy patří nízké právní vědomí některých účastníků silničního provozu, agresivní jízda, nedodržování pravidel, alkohol, nízká úroveň používání prvků pasivní bezpečnosti, jako jsou bezpečnostní pásy. **Pásy sniží riziko sekundárního poranění hlavy, páteře, hrudníku i končetin o 50–83 % a u vzadu sedících pasažérů o 17–58 %.** Bylo rovněž prokázáno pětinašobně zvýšené riziko smrti pro cestující na předním sedadle automobilu, které je způsobeno nepřipoutáním zadního spolucestujícího. Až 80 % těchto úmrtí mohlo být zabráněno připoutáním zadních cestujících. Podle údajů IRTAD (Mezinárodní databáze silniční nehodovosti) nebyly použity bezpečnostní pásy při závažných nehodách ČR u 63 % osob sedících na předním sedadle v období let 2002–2003. V používání dětských zadržovacích systémů se ČR zařadila na třetí nejhorší místo v Evropě.

## Sjezdové lyžování

Při nehodách na lyžích dochází častěji při pádech k poranění horní bederní páteře v důsledku rotačního a distrakčního mechanismu úrazu.

## Pády ze žebříku

Pády ze žebříku, eventuálně ze stromu jsou častější zejména v období podzimu (sbírání ořechů), dále při domácích činnostech (odklizení listů a nečistot z okapů). Poranění vznikají při pádu na hýždě obvykle v dolní bederní páteři a při pádu na záda spíše v hrudní páteři, kde jsou častěji sdružena s míšním poraněním.

## Následky poranění míchy

Důležité je, v jaké výšce je mícha zraněna. Může být poškozena částečně nebo úplně. Podle toho také dochází k různým neurologickým projevům – omezení hybnosti a citlivosti pacienta. Orientačně se dá stanovit následující rozdělení:

- **Poranění nad čtvrtým krčním obratlem:** kromě ztráty hybnosti všech končetin je postižen i brániční nerv a člověk není schopen samostatného

dýchání. Pouze umělá plicní ventilace poskytnutá do pěti minut zachrání život, hybnost již nikoli.

- **Poranění u páteřního obratle:** většinou je poškozena funkce deltového svalu, člověk nedokáže zvednout ani rama.

- **Poranění u šestého krčního obratle:** člověk pouze hýbe rameny, neohne ruku ani jinak se nehýbá.

- **Poranění u sedmého krčního obratle:** pacient je pouze schopen zvedat paže a ohýbat ruce v loktech.

- **Poranění na přechodu krční a hrudní páteře:** člověk již může ovládat triceps, natáhnout ruku v lokti a většinou má neúplnou manipulační schopnost ruky.

- **Poranění hrudní části páteře:** ta je nejzranitelnější a postižení míchy je zde nejčastější – lidé ochrnou na dolní polovinu těla a jsou odkázáni na invalidní vozík.

- **Poranění na úrovni prvního bederního obratle:** zde končí mícha a při jejím porušení má pacient ochrnutou dolní končetinu a porušenou funkci svěřačů.

- **Poranění u druhého bederního obratle:** zde odstupují již pouze nervové kořeny a jejich poranění může znamenat částečné poškození funkce svalstva dolních končetin, člověk většinou není schopen samostatného stoje a chůze, často má omezenou citlivost dolních končetin a funkci svěřačů.

- **Poranění nižších bederních oblastí:** poškození nervových kořenů ovlivňuje částečně – podle výšky a rozsahu poranění – hybnost dolních končetin a svěřačů (močení, defekace, erekce, citlivost genitálií a konečníku).

## Moderní léčba úrazů páteře

V léčbě úrazů páteře, pokud nejsou provázány současně poškozením míchy, **dominuje jednoznačně léčba konzervativní.**

Zlomeniny se léčí:

- **klidovým režimem,**
- **speciální gymnastikou zádového svalstva,** tzv. izometrickým posilováním (posilování bez pohybu páteře),

- **korzet:** díky špičkové úrovni současné protetiky jsou korzety vytvořeny každému pacientovi přesně na míru a existuje řada druhů korzetů podle jednotlivých typů a lokalizace poranění páteře. Korzet pacient nosí většinou 4–12 týdnů. Především starší lidé, postižení osteoporózou, často utrpí zlomeninu páteřního obratle po pádu na zledovatělém chodníku. Obratel se zlomí leckdy nepřímým nárazem poté, co člověk dopadne na hýždě na tvrdý povrch či schody. Nejčastěji se takto lámou první bederní a střední hrudní obratle. Pro tyto pacienty medicína využívá intervenční léčbu. Ta probíhá za navigace počítačovým tomografem (CT), takže ji obvykle provádějí radiologové, pouze v menším počtu případů neurochirurgové. Nevyžaduje otevřenou operaci ani celkovou anestezii, pouze anestezii částečnou.

**Radiointervenční léčba** zahrnuje dva možné postupy.

1. **Vertebroplastika:** nástřik zlomeného obratlového těla, do nějž se aplikuje pod tlakem kostní cement. Ten zpevní obratlové tělo tak, aby pacient nevnímal bolest a mohl bezpečně zatěžovat páteř bez nutnosti nošení korzetu. Ten někdy omezuje u starších lidí dýchání a je nepohodlný. Mladým pacientům však tento zákrok nabízet nelze, jelikož netrpí osteoporózou, mají hustou kostní trámičinu a kostní cement by nebylo možné aplikovat.

2. **Kyphoplastika:** do poraněného obratlového těla se perkutánně (přes kůži) zavede kanyla, na jejímž konci je umístěn speciální balonek. Ten se pod velkým tlakem nafoukne zpevňujícím médiem, a tím se obratlové tělo roztáhne zpět téměř do původního tvaru.

Chirurgická léčba se provádí u 20–30 % úrazů páteře bez míšního poranění a téměř u všech poranění páteře s míšní lézí. Páteřní chirurg operativní léčbu indikuje tehdy, když se jedná o nestabilní či potenciálně nestabilní poranění, kdy by i po relativně úspěšné konzervativní léčbě mohlo po letech dojít k deformitě páteře. Operaci upřednostňují i někteří pacienti, kteří si přejí rychlejší než konzervativní léčbu s korzetem a hodlají se rychle vrátit do práce. Pokud jejich zdravotní stav dovoluje podstoupit možná rizika chirurgického zásahu, lékaři jej provedou.

Mezi techniky **spondylochirurgických operací páteře** patří:

- Přímé kostní spojení neboli přímá osteosyntéza.
- Nepřímá osteosyntéza
- V případech těžkého poranění páteře, je-li obratlové tělo rozdrveno, jej lze nahradit řadou moderních implantátů, jež se přizpůsobí tvaru odstraněného obratle.

V páteřní chirurgii se dnes preferuje využívání **miniinvasivních přístupů.** Při některých zlomeninách hrudních i bederních obratlů lékaři k páteři přistupují z pouze 5 až 6 cm dlouhých řezů. Zadní stabilizaci po náhradě obratlového těla lze některými systémy provést i perkutánně, kdy se šrouby do obratlů zavádějí z malých dírek přes kůži. Operace provedené miniinvasivními přístupy pacienty tolik nezatěžují, mají menší procento pooperačních komplikací, menší bolestivost, kratší hospitalizaci i rekonvalescenci a rychlejší návrat do zaměstnání.

## Rehabilitace

Pacienti, konzervativně či operativně léčení v některém z 16 páteřních center v České republice, absolvují rehabilitaci podle druhu svého poranění.

- Nemocní bez neurologického postižení, tedy pouze se zlomeninou páteře, odcházejí na spádové rehabilitace v místě bydliště, kde jejich léčba spočívá v posilování páteřního svalového korzetu.

- Nemocní s částečným nebo úplným poškozením míchy jsou překládáni na specializované spinální jednotky. Jestliže je míšní funkce zcela ztracena, nelze ji žádným způsobem obnovit a je třeba pacienta s postižením naučit žít. Je-li zachována alespoň zbytková funkce míchy (vede nervové vzruchy například jen z 10 %, takže nějaká hybnost či citlivost v končetinách existuje), mají pacienti díky pokrokům v oboru rehabilitace a fyzioterapie naději na alespoň částečné zlepšení svých neurologických funkcí. **Možnost užitečného zlepšení neúplných míšních poškození přesahuje 70 %.**

## Péče o nemocné s poraněním páteře a míchy v ČR

V ČR je péče o nemocné s poraněním míchy zajištěna platnými metodickými pokyny ministerstva zdravotnictví, které vypracovala Česká spondylochirurgická společnost (ČSCHS). Vyhláška s metodickými pokyny byla uvedena do praxe v červnu 2002. Primárně se nemocní s poraněním páteře či míchy soustřeďují v **páteřních centrech ČR**, která jsou s roční aktualizací definována výborem ČSCHS. Jedná se o 16 pracovišť v nemocnicích II. a III. typu – neurochirurgické, ortopedické či traumatologické kliniky nebo oddělení. Zde proběhne akutní fáze ošetření nemocného (většinou operativní) s postiženou páteří či míchou a po 2 až 3 týdnech jsou pacienti s míšním postižením přeloženi k subakutní péči na některou ze **4 spinálních jednotek v ČR**, které jsou ve FN Motol Praha (17 lůžek), Krajské nemocnici Liberec (15 lůžek), FN Ostrava (15 lůžek) a Úrazové nemocnici v Brně (18 lůžek). Zde se zahájí cílená rehabilitace a resocializace nemocného.

Od 12. týdne probíhá chronická fáze léčby v některém rehabilitačním ústavu – RÚ Kladruby, RÚ Hrabyně a Luže-Košumberk. Ročně je ošetřeno na spinálních jednotkách zhruba 200 nemocných s úrazovým poškozením míchy a 50 nemocných s neúrazovým poškozením (nádory, záněty). Z těchto míšních postižení je asi 50 % úplných – kompletních a 50 % částečných. Zde jsou nejčastější příčiny dopravní úrazy a pády v poměru 1:1.

**Vzhledem k dobře propracovanému a již spolehlivě zavedenému a fungujícímu systému péče o nemocné s míšní lézí evidentně ubylo nemocných s trvalým úplným ochrnutím,** protože zde má klíčovou roli časový faktor, a tak se nemocní dostávají k operační a následně k rehabilitační léčbě velmi brzy. Náš stávající systém péče o míšní léze stojí na předním místě v zemích EU.

MUDr. Jiří Chrobok, MUDr. Luděk Prokop, neurochirurgické oddělení, Nemocnice Na Homolce, Praha.

(pp)

# Přijďte si zacvičit!

**Pražské rehabilitační centrum  
pro tělesně postižené Rehafit**



Myšlenka zřídit rehabilitační centrum pro tělesně postižené, které by plně odpovídalo potřebám těchto osob, **na něž se již nevztahuje bezplatné pojistné plnění zdravotních pojišťoven**, nevznikla náhodou. Byla jen logickým vyústěním porovnání potřeb lidí po úrazech s trvalými následky a možnostmi, které jsou jim nabízeny naší společností a rámcem poskytované péče. Stálý nedostatek následné kvalifikované péče a služeb vedl ke vzniku **Rehafitu**.

Podle Bc. Pavlíny Zvelebilové, vedoucí osobnosti celého realizačního týmu a odborného garanta centra, **není fér, aby možnost jít si pořádně zacvičit, když mám chuť a zrovna nemám lékařský předpis, měli ve větší míře jen „zdraví chodáci“!**

#### Nabídka služeb:

- Individuální rehabilitace s fyzioterapeutem
- Specializovaná posilovna
- Odborné konzultace
- Nutriční poradna
- Sociální poradna
- Reiki (práce s energií)
- Masáže (klasické, sportovní, rekonvalescenční)

Pro sportovní kluby, organizace, školy nabízí centrum možnost individuálního sestavení RHB programu, tréninku vztahujícímu se k danému sportu, školení nebo semináře.

Veškeré služby jsou poskytovány kvalifikovaným personálem. Při cvičení je vždy přítomen fyzioterapeut, fitness instruktor nebo odborný asistent. Tým je vždy ochotný poradit a pomoci.

Celý objekt je bezbariérový, včetně WC.

(pp)

#### Další informace a kontakt:

- Poliklinika Parník (3. Patro), Gen. Janouška 902, Praha 9-Černý Most, otevírací doba: 8–20 h.,
- Bc. Pavlína Zvelebilová, ředitelka centra, fyzioterapeut, sportovní instruktor, tel.: 602 692 868, Zvelebilova@rehafit.cz, info@rehafit.cz,
- Jana Blahušová, ergoterapeut, blahusova@rehafit.cz.



## Milagros znamená „záračná“

Šestiletá Milagros Cerronová je v Peru známa jako „**Malá mořská víla**“ kvůli unikátní genetické anomálii zvané **sirenomelie** (syndrom mořské panny), s níž se narodila. Tato vzácná porucha způsobuje srůst nohou obvykle od stehna až po kotníky.

„Poté, co Milagros prodělala za posledních pět let řadu operací, dosahuje velmi dobrého pokroku,“ říká lékař Luis Rubio, který ji zná od narození. „Většinu vnitřních orgánů, včetně srdce a plic, má dívka v perfektním stavu, ale nefungují jí dobře ledviny, proto musí čtyřikrát denně podstupovat dialýzu. Do dvou let však počítáme s transplantací ledvin a později se chystáme upravit ještě oblast genitálií,“ dodal.

Malá Peruánka má podle lékařů velké štěstí, že vůbec přežila. Většinu dětí se sirenomelií totiž jejich matky potratí, případně zemrou při porodu či do několika hodin po narození. Milagros se však v dubnu dočkala oslav svých narozenin na radnici v Limě. Radnice uhradila všechny její operace, protože Milagrosini rodiče pocházejí z chudé peruánské vesnice. Mezi hosty byli kromě rodiny a přátel také ošetřující lékaři dívky a několik představitelů hlavního města Lima.

(di)



# Tělem půlchlapi, duší hrdinové

Jedinou možností, jak je zachránit, bylo uříznout jim spodní část těla.

Robert, Miroslav a Michal mají jedno společné: v pražské nemocnici Na Bulovce se podrobili naprosto unikátní operaci, kdy jim nad páňví byla odňata půlka těla. Jsou tak jedinými pacienty v Evropě, kteří hemikorporektomií (jak se asi deseti hodinový zákrok nazývá), úspěšně prodělali.

Dosud tuto operaci přežilo 65 lidí v Americe, jeden v Rusku a tři u nás.

„Pacientům odřízneme pětáctýřicet procent těla,“ objasnil profesor František Antoš. „Je to vzácný operační výkon, při kterém se rozpůlí trup na dvě části, všechny svaly, tepny a cévy se musí odříznout, podvázat a navíc udělat umělé vývody pro vyměšování.“

Operace se provádí v případech, kdy už selhaly všechny ostatní zákroky, tělo je napadeno infekcemi a trpí strašnými bolestmi. „Ze všeho nejdůležitější ale je, že pacienti mají nezdolnou touhu žít. Je to zákrok, při kterém doslova zmizí hrobníkovi z lopaty,“ vysvětluje profesor.

## Robert Kypěna má 44 let

A 52 centimetrů. Narodil se s poruchou páteře i míchy a byl ochrnutý na dolní polovinu těla. Od dětství prodělal 40 různých operací včetně amputací nohou. Na těle se mu ale dál vytvářela proležená místa, která se postupně musela odstraňovat. Nakonec mu lékaři jako prvním pacientovi v ČR museli při unikátní operaci uříznout celou spodní část těla. Byla to jediná možnost, jak Robertovi zachránit život. Dnes žije v Ústavu sociální péče pro tělesně postižené v Hořicích v Podkrkonoší.

„Elektricky poháněný vozík ovládám tlačítky na opěradle pravé ruky,“ vypráví. „Když vyjždím, ještě vše zkontroluji. Akumulátor vozíku musí být nabitý, v taštičce na krku mám mobil, doklady, hřebec a další věci.“ Jeho velkým koníčkem je astronomie, má malý dalekohled a pozoruje v noci hvězdy. „Chtěl bych prožít noc na hvězdně a pozorovat obrovským dalekohledem noční oblohu. To je můj životní sen.“

## Miroslav Holub (37 let)

Mírek se na vozíku ocitl po nehodě na motorce ve svých devatenácti letech. To už byl ženatý a s manželkou vychovávali ročního synka. Po nějaké době se na jeho ochrnuté spodní části těla objevily proleženiny. Výsledkem dvaatřiceti operací pak byla amputace končetin. Ovšem ne-



Profesor František Antoš společně s týmem kolegů zachránili třem zdánlivě odepсанým pacientům život. Zleva Miroslav Holub, Michal Hanus a Robert Kypěna, který hemikorporektomií absolvoval jako první v ČR.

Foto: Petr Merta, Blesk.cz

pomohl ani vývod tlustého střeva a močodů a kvůli pokračujícímu odumírání tkání skončil na umělé plicní ventilaci. Hemikorporektomie byla jedinou šancí. „O hemikorporektomií jsem přemýšlel asi pět vteřin a kývl,“ uvádí Miroslav. Risknul raději riziko smrti při zákroku, než aby umíral pomalu.

Jenže zcvičit začal příliš brzo po operaci a nezahojená rána se otevřela. Lékaři pak museli zákrok opakovat a odebrat mu ještě jeden bederní obratel. „Chtěl jsem žít. S rodinou, se synem,“ říká – a podařilo se mu to. Pracuje doma na počítači, cvičí a má rád vyjížděky ven. Ve vozíku není usazen v závěsné skořepině jako jiní, má vodní polštář, který si sám vymyslel.

## Jednadvacetiletý Michal Hanus

Michal se po operaci zotavil velmi rychle. I do jeho života zasáhla nehoda – v patnácti ho srazilo auto. „Poslední rok to už bylo špatné, měl jsem záněty v kyčlích. Když mi nabídli tuhle operaci, okamžitě jsem souhlasil,“ říká.

Michal si dodělává maturitu na obchodní akademii, kde se také seznámil se svou přítelkyní Veronikou. „Jestli nám to

bude klapat, tak na společných plánech do budoucna se určitě dohodneme,“ dodává.

Je na místě zdůraznit, že odstranění celé dolní poloviny těla se pacientům provádí jen v krajních případech a že pro úspěch operace je nejdůležitější jeho vůle žít.

(di)

## Foto z vašeho archívu



To je nějaký divný kočárek!? A stojí mi v cestě na záchod, když se zrovna přebaluju!

Zaslala: Mila Kristová

# Jak na nemoci – domácí první pomoc

(Pokračování z minulého čísla)

## Aloe Vera



Tuto skvělou rostlinu mohou používat všechny věkové kategorie – pro zdravé lidi se hodí jako prevence a pro nemocné jako doplňková léčba ke zlepšení účinnosti a snížení nežádoucích účinků klasické léčby (farmakoterapie, radioterapie, chirurgická léčba apod.).

Produkty z Aloe Vera jsou určeny k zevnímu i k vnitřnímu použití. Doporučujeme pohlídat si v prodáváných produktech **obsah účinné látky**.

## Příklady nejčastějšího použití těchto produktů:

- **Choroby látkové výměny a nesprávné výživy** – obezita, cukrovka, detoxikace, podvýživa, zvýšená hladina cholesterolu, anémie.
- **Choroby trávicí soustavy** – záněty ústní dutiny, afty, poruchy trávení, pálení žáhy, žaludeční vředy, chronická zácpa, infekční průjemy, hemeroidy.
- **Choroby jater a žlučových cest** – stavy po infekční žloutence, poškození jater následkem otravy, léků, alkoholu, poruchy činnosti žlučníku, žlučové kameny.
- **Choroby ledvin a močových cest** – záněty močového měchýře, ledvinové kameny, cysty, zbytnění a záněty prostaty.
- **Choroby dýchacích cest** – akutní a chronická rýma, zánět mandlí, hrtanu, záněty dutin, astma.
- **Choroby srdce a cév** – poruchy krev-

ního tlaku, arteroskleróza, křečové žíly.

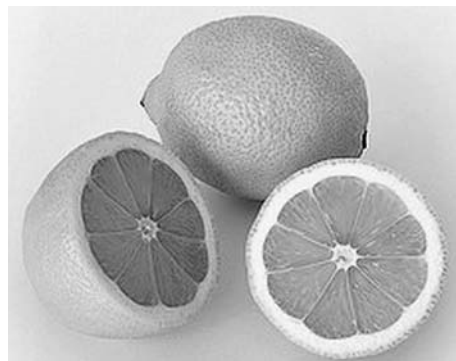
- **Choroby kůže, podkoží, vlasů, nehtů** – poranění, popáleniny, bodnutí hmyzem, akné, hnis, vředy, pásový opar, bérkové vředy, ekzémy, plísňová onemocnění, nadměrné pocení, celulitida, vypadávání vlasů, lupy, poškození vlasové pokožky, herpes.
- **Choroby pohybového ústrojí** – revmatické onemocnění zánětlivé, artróza, bolesti zad a plotýnek, osteoporóza.
- **Gynekologická onemocnění** – zánět pochvy, výtok, bolestivá menstruace, silné krvácení, klimakterium.
- **Nervová a duševní onemocnění** – migréna, epilepsie, chronická únava, nervozita, úzkost, deprese.
- **Podpora imunity, nádorová onemocnění** – oslabená imunita, prevence nádorových onemocnění, pomocná léčba rakoviny – následků chemoterapie a radioterapie.

## Řepový med

### Návod na přípravu:

Z černé řepy seřízneme špičku. Vnitřek řepy vydlabeme a do třetiny objemu nalijeme med. Necháme stát přes noc. Med do rána vytáhne z řepy šťávu. Lžící směsi 5× denně smícháme s teplým mlékem a vypijeme.

## Citrón



Během infekce je velmi důležitý přísun dostatečného množství vitamínu C. Nejlepší je, je-li podáván formou zvýšené konzumace citronu, kiwi, pomerančů a kysaného zelí.

- **Citrónové kloktadlo:**  
Vymačkáme šťávu z jednoho středně velkého citronu a kloktáme ji. Nakonec polkneme. Opakujeme 2 až 3× denně.
- **Teplá citronáda:**  
Šťávu ze 2 citronu smícháme ve vysoké sklenici s 2 lžicemi třtinového cukru a zalijeme teplou vodou. Přidat můžeme i

šťávu z jednoho pomeranče. Pijeme každé ráno před snídaní během celého zimního období.

### • Citrónové rozinky:

Balíček rozinek spaříme horkou vodou a dáme do malé misky. Na ně vymačkáme šťávu z 2 citronů a necháme několik hodin nasáknout a nabobtnat. Vitamin C se naváže na hroznový cukr, a má pak větší účinek v našem organismu. Každodenní „zobání“ těchto rozinek je skvělou prevencí proti infekci.

## Další „babské“ recepty rychlé pomoci

### • Sádlový obklad:

Při bolestech v krku si připravíme jednoduchý zábal. Na pruh plátýnka namažeme tenkou vrstvu vepřového sádla. Na něj nastrouháme trochu muškátového oříšku, aby se utvořila tenoučká vrstvička. Přikryjeme dalším plátýnkem. Dáme na krk a ovážeme teplým šátkem. Ráno je po bolesti.



### • Medvědí mléko:

Teď jeden tip pouze pro dospělé. Je výborný a velmi účinný při počátečních příznacích nachlazení. Ohřejeme 200 ml mléka, přidáme panáka rumu a 2 lžice medu. Stačí vypít 2 sklenice za večer a ráno se cítíte jak rybička!



Zdroj: Internet  
Připravila (bf)



# Videofestival® „S vámi nás baví svět“ oslavil desáté narozeniny

Příběhy ze života vozíčkářů měly na festivalu převažující úspěch

Před deseti lety byl spuštěn projekt Videofestivalu, soutěže snímků ze života osob s handicapem a z činností humanitárních organizací. Nešlo nikdy jen o ceny (tou hlavní, jakýmsi Oskarem, je soška ALBERTA, podobná Juliu Satinskému, který ji jako „Signum laudis“ obdržel první).

Festivally byly vždy svátkem osob s handicapem, jejich rodičů či asistentů. Od roku 2000 se uskutečnilo čtrnáct festivalů; poslední při šestém bienále 1. máje 2010 v zámeckém divadle Na Kovárně v Poděbradech. Počet diváků se tak vyšplhal na téměř čtyři tisíce, nepočítaje dalších asi šest tisíc, kteří vypůjčené snímky shlédli při klubových promítáních, instruktážích či školeních. A to nemluvíme o nespočtu diváků ČT 2 a TV Noe, kde byly snímky také uvedeny.

Letos měly převažující úspěch příběhy vozíčkářů. Celkem pět „zlatých“ ALBERTŮ z osmnácti bylo uděleno právě autorům těchto snímků. Liga vozíčkářů z Brna se představila snímkem „HU&GO“, který, i když dvojnásobně překročil podmíněný časový limit (porota přivřela všech deset očí), zaujal svým optimismem, že život upoutáním na vozík nekončí. To ostatně potvrdil i snímek dnes již známého cestovatele Jirky Máry s názvem „Hola Ekvádor! & Galapágy“. Sportovní snímky natočili Miroslav Trudič o přeborníkovi ve stolním tenise „Michal Stefanu“ a Zdeněk Zelinger o



Na konci festivalu jako vždy, si na pódiu diváci zazpívali za doprovodu sálu písničku „S tebou mě baví svět má zlatá Emčo“. Vpravo JUDr. Josef Veselý, který jako zakladatel videofestivalu získal první Křišťálovou oplatku

kurzu potápění „Volný jako pták“. Emotivní snímek „Štvrtá svíčka“ autorky Květoslavy Ďurčové z Prievidzy o básnířce na vozíku a přednes její poslední básně vernal mnohým divákům slzy do očí.

Celkem posoudila porota téměř 40 snímků různých žánrů (klipy, dokumenty, hrané příběhy a pohádky) také o osudu lidí nevidomých, s mentálním postižením, seniorech, o canisterapii apod. Nejvzdálenější snímek přišel až z Indie. Přehled oceněných snímků a fotogalerii z průběhu festivalu naleznete na stránkách [www.hclpraha.cz](http://www.hclpraha.cz).

Čestné ceny „zlatý“ ALBERT „Signum laudis“ a Křišťálovou oplatku si mimo jiných odvezla i Eliška Balzerová a Jan Balzer, producent veselohry století „S tebou mě baví svět“.



Nevidomá Lucinka, protagonistka snímku „Lucinka v 1. třídě“, převzala z rukou starosty Poděbrad malou Křišťálovou oplatku.

Snímky budou k zapůjčení ve videokabinetu HANDICAP LYCEA Praha, o. s.

JUDr. Josef J. Veselý, autor projektu,  
[hclpraha@volny.cz](mailto:hclpraha@volny.cz)

## Informace a kontakt:

Handicap Lyceum Praha, o. s.,  
128 00 Praha 2, Plavecká 4/404,  
JUDr. Josef J. Veselý – předseda správní rady, tel.: 224 910 364, 602 653 096,  
[hclpraha@volny.cz](mailto:hclpraha@volny.cz), [www.hclpraha.cz](http://www.hclpraha.cz).

**S vámi nás baví svět!**



Jiří Mára převzal cenu za snímek o cestě na vozíku do Ekvádoru a na Galapágy.

# Výstava UMÚN na hradě Velhartice

Výstava „*Ne ruka to duše maluje*“ – (obrazy malované ústy a nohama) proběhla během měsíce května a června na Státním hradě Velhartice v jihozápadních Čechách. Uspořádalo ji **Nakladatelství UMÚN** spolu se **Správou Státního hradu Velhartice**. V krásném prostředí středověkého hradu a renesančního zámku se na nádvoří nachází i starý zámecký pivovar. Ten byl restaurován a přeměněn v **bezbariérovou** výstavní síň.

Dne 7. 5. 2010 v 15 hodin byla výstava otevřena vernisáží. Z vystavujících autorů byli na vernisáži přítomni paní Zdena Ježková, Lenka Kalinová, pánové Tomáš Janoušek, Jakub Hříbek a Pavel Hejhal. Dále vystavovali své obrazy paní Mgr. Šárka Dvorská, Veronika Svatošová a pan Petr Šrámek. Vystaveny byly i obrazy nedávno zesnulé Adriany Příbylové. Vernisáž doprovozdila Andrea Kalců interpretací písní v uměleckém vyjádření českého znakového jazyka.

Pokud zavítáte do jihozápadních Čech, nechte si ujit návštěvu Státního hradu Velhartice – hradu, který vás mile překvapí. Jedním z majitelů hradu byl známý pan Bušek z Velhartic, který patřil do družiny krále Karla IV – viz báseň Jana Nerudy „Romance o Karlu IV“.

*Jana Fialová,  
Nakladatelství  
UMÚN, s. r. o.*



Vstupní brána středověkého hradu Velhartice. **Info o hradu a zámku Velhartice a jejich virtuální prohlídky:** [www.hradvelhartice.cz/cz/virtualni-prohlidky](http://www.hradvelhartice.cz/cz/virtualni-prohlidky).



Úvodní slovo na vernisáži výstavy pronesl Miroslav Šisler



Tomáš Janoušek



Zleva: Lenka Kalinová, Zdena Ježková, Jakub Hříbek a Tomáš Janoušek



Pavel Hejhal

# Galerie UMÚN

Umělci malující ústy a nohama

Michel Guillemete, KANADA



Michel se narodil 27. 3. 1947 ve městě Levis a vedl typický život devatenáctiletého mladíka. Ovšem jen do doby, než utrpěl těžký úraz páteře při potápění a stal se tetraplegikem. Po letech strávených v sanatoriu se díky dobrému rehabilitačnímu programu naučil psát ústy. A brzy okusil i radost z malování ústy a byl podporován ve svém talentu. V letech 1985–90 studoval malbu pod vedením profesora umění. Zdokonalil se ve výtvarných technikách a v roce 1987 získal stipendium. Malování jej drží při životě. Michel ztvárňuje hlavně krajinu a používá k tomu olejomalbu. Pravidelně vystavuje a je velmi oblíbeným malířem. Jeho největším úspěchem byla malba narození Ježíše Krista, která byla použita jako předloha pro vánoční poštovní známku v Kanadě v roce 2000. Michel pořádá přednášky ve školách s nadějí, aby si mladí lidé v životě vytvořili lepší budoucnost.



Plachetnice, olej 46×56cm



Chata u moře (výřez), olej 35×46cm

Zdroj: [www.vdmfk.com](http://www.vdmfk.com)  
Přeložila Hana Klusová

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



**již podesáté**

Dobrá zpráva pro všechny fanoušky filmu – **2. července začíná v Karlových Varech 45. ročník Mezinárodního filmového festivalu** a jeho součástí bude už podesáté projekt **Kino bez bariér**.

Tento projekt se snaží po všech stránkách usnadnit vozíčkářům návštěvu filmového festivalu. Handicapovaným a jejich doprovodu jsou k dispozici zdarma vstupenky do bezbariérových kin, asistenční služby, doprava po Karlových Varech a okolí, parkovací místa u hotelu Thermal, rozsáhlý informační servis, který pomůže s orientací ve festivalovém dění. Za 9 let své existence si tento počin získal řadu věrných návštěvníků a počty hostů každým rokem rostou. Sponzorem úspěšného projektu je společnost RWE.

Do 18. června probíhá již tradičně na internetových stránkách [www.kinobezbarier.cz](http://www.kinobezbarier.cz) soutěž o ubytování v Karlových Varech během festivalu, tak neváhejte a zkuste štěstí!

Veškeré informace o chystaných filmech, programu, doprovodných akcích sledujte na [www.kviff.com](http://www.kviff.com).

*Jana Gabrielová  
Kino bez bariér*

*Film Servis Festival Karlovy Vary*

*Foto: [www.kinobezbarier.cz](http://www.kinobezbarier.cz)*

**Kontakt:** tel: 221 411 028, 221 411 028, mobil: 602 273 946, 602 273 946,  
[www.kinobezbarier.cz](http://www.kinobezbarier.cz), e-mail:  
[kbb@kviff.com](mailto:kbb@kviff.com).



# Festival Tolerance a Slovácký humanitární ples už po jedenácté

Písničkáři • taneční soubory • módní přehlídka vozíčkářů • výstava aj.

Již jedenáctý ročník **přehlídky zájmové umělecké činnosti zrakově handicapovaných** festival Tolerance s navazujícím Slováckým humanitárním plesem byly uprostřed dubna příležitostí k setkání handicapovaných lidí z celé české republiky. Letošní ročník proběhl za podpory nadačního fondu Českého rozhlasu Světluška, MÚ Hodonín, OÚ Dolní Bojanovice a mnoha sponzorů, kterým patří srdečné poděkování.

Do obecního domu v Dolních Bojanovicích se během pátku a soboty sjížděli lidé, kteří přes svůj zdravotní či mentální handicap vyvíjejí zájmovou činnost, mají se čím pochlubit a stávají se inspirací pro druhé. Páteční program začal dopoledním **vystoupením handicapovaných písničkářů** v Zeleném domě pohody pro mentálně postižené občany a pokračoval odpoledním vystoupením v domově důchodců S-centrum Na Pískách v Hodoníně.

V obecním domě v Dolních Bojanovicích během pátku a soboty probíhala **výstava zájmové umělecké činnosti** zdravotně handicapovaných a **prodejní výstava** chráněné dílny Charity Uherské Hradiště. K vidění byly hračky, košíky, proutěné výrobky, bižuterie, batikované zboží apod.

V hlavním pátečním večerním programu se v Obecním domě v Dolních Bojanovicích prolínala **vystoupení** zrakově handicapovaných **písničkářů, dětských a mládežnických tanečních souborů, ženský folklórní pěvecký soubor,**



**pěvecký soubor nevidomých** Pastelky, country a bluegrassových nebo rockových skupin. Zpestřením byla **módní přehlídka vozíčkářů a zrakově handicapovaných.** Zaplněný sál Obecního domu připravil vystupujícím nádhernou atmosféru. Na závěr večera nechybělo již tradiční **posezení s country písničkou.**

V sobotu odpoledne pokračoval program festivalu Tolerance v bezbariérovém areálu pro zdravotně handicapované Oáza Hodonín, který navštívila



starostka Hodonína Milana Grauová. Vyvrcholením setkání, na kterém se organizačně podílí občanské sdružení Oáza Hodonín a volné sdružení přátel hudby Diagonála Dolní Bojanovice, byl v pořadí již jedenáctý **Slovácký humanitární ples** zdravotně handicapovaných a jejich hostů v obecním domě v Dolních Bojanovicích. Slavnostní večer zahájily famfáry krojované dechové hud-

by Kamarádi a Mažoretky a během večera obohatily ples svým vystoupením soubory skotského a orientálního tance, polonéza a krojovaná Moravská beseda. K tanci hrála dechová hudba Kamarádi, cimbálová muzika Zádruha a úspěch měla i diskotéka. Nechyběla bohatá tombola a na stolech domácí koláčky a víno.

**Výtěžek plesu půjde na výstavbu bezbariérového areálu pro zdravotně handicapované občany Oáza Hodonín.**

Děkujeme všem, kteří přispěli finančně, věcným darem nebo organizačně!

Za Oázu Hodonín  
Mgr. Josef Černý

#### Další informace a kontakt:

Oáza Hodonín, středisko speciálních služeb, Rybářská 32, 695 03 Hodonín, e-mail: oaza.hod@cseznam.cz, www.oazahodonin.cz.



# Svoboda pohybu...

## ...Ruční ovládání API

Ruční ovládání jsou navržena a vyrobená vždy přesně pro konkrétní typ vozidla. Díky unikátnímu systému ukotvení do vozidla je možné ruční ovládání přizpůsobit individuálním požadavkům zákazníka na nastavení vzdálenosti a síly ovládání. Proto

je ovládání vozidla s tímto ručním řízením pro Vás stejně snadné a pohodlné jako pro řidiče bez postižení.

Ruční ovládání existuje v celé řadě modifikací lze je namontovat na levou nebo pravou ruku. Po-

užití je možné u mechanické i automatické převodovky.

U mechanické převodovky se ovládání brzdy a plynu kombinuje s automatickým ovládáním spojky AutoClutch API.

Montáž lze provést přímo u zákazníka: Kontakty na jednotlivé pobočky API v krajích ČR naleznete na [www.apicz.com](http://www.apicz.com)

### Zastoupení ČESKÁ REPUBLIKA



### Zastoupení SLOVENSKO



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



# [www.APICZ.com](http://www.APICZ.com)



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

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

# 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](mailto:iroa@volny.cz)

internet: [www.iroa.cz](http://www.iroa.cz)



## Elektrické skútry

Nabízíme kvalitní repasované i nové elektrické skútry od předních evropských výrobců. Jako jediní na Moravě nabízíme **servis a pozáruční servis**. Záruka 6 měsíců. V případě poruchy **servis do 48 hodin**. V čase opravy máte k dispozici **náhradní skútr**! Nové gelové baterie, nosnost až 135 kg, dojezd 20–30 km, nákupní košík a bílá kolečka.

**Cena nového skútru cca 49 000 až 60 000 Kč, u nás 25 000 Kč!**

**Vhodné pro všechny handicapované a seniory**

**Objednejte si předváděcí jízdy zdarma na tel.: 775 988 625**

**Další info na [www.bagrteam.cz](http://www.bagrteam.cz)**

## ÚPRAVY VOZIDEL



LUDVÍK ALEŠ s.r.o.

PRO IMOBILNÍ OBČANY

Naše firma se již řadu let zabývá přestavbou resp. úpravou automobilů všech značek pro imobilní občany. Díky létům praxe přesně víme, co náš zákazník potřebuje, našim cílem je jeho maximální spokojenost.

**Realizujeme jakékoliv úpravy motorových vozidel pro invalidy**

Vše o nás najdete na:

[www.upravyvozidel.cz](http://www.upravyvozidel.cz)

**LUDVÍK ALEŠ s.r.o.**

**Aleš Ludvík**

**Hodoňovice 221**

**739 01 Baška**

**Mobil: +420 606 737 239, 608 761 497**

**email: alesludvik@upravyvozidel.cz**

**upravyvozidel@seznam.cz**

## PENZION VYHLÍDKA



### Ubytování pro vás na Třeboňsku

Osmi sezónami prověřené bezbariérové ubytovací zařízení uprostřed Třeboňské pánve, nabízí ještě několik volných prázdninových termínů:

**10.07. - 17.07.2010 a 17.07. - 24.07.2010.**

V těchto termínech je jednotná cena **250,- Kč** za osobu a den, děti do tří let zdarma.

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

tel.: 603 543 997

Informace na: [www.lutova.zde.cz](http://www.lutova.zde.cz)

## ÚPRAVY AUTOMOBILŮ PRO TĚLESNĚ HANDICAPOVANÉ



Předváděcí jízdy

### Vyrábíme a montujeme:

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

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

### TŘÍKOLKY a jiná vozítka

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



Informace:

**META Plzeň s.r.o.**

Hřbitovni 31, 312 00 Plzeň

tel: 377 686 725

E-mail: [metaplzen@volny.cz](mailto:metaplzen@volny.cz)

[www.metaplzen.cz](http://www.metaplzen.cz)



# ÚPRAVY AUTOMOBILŮ PRO PŘEVOZ VOZÍČKÁŘŮ



www.mavetech.eu

Montáž a prodej: Mave, spol. s.r.o. Liptál, www.mave.cz,  
tel.: 608 711 444, email: prodej@mave.cz



Stali jste se účastníkem nehody?  
Byla vám způsobena újma na zdraví?  
Nezískali jste náležité odškodné?

Pomůžeme vám získat Vaše peníze!

Volejte: Libor Franěk - obchodní zástupce  
telefon: +420 534 008 877  
mobil: +420 607 913 027  
e-mail: franek@evco.biz  
internet: www.evco.biz



# ALDIO

## Přeprava imobilních osob

**Dispečink Ostrava**

**8-14 h./zázn.: 596 786 353**

SIMPLY CLEVER



## MOBILITA BEZ LIMITU

### INFORMACE PRO OSOBY SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM

Společnost Škoda Auto ve spolupráci se společností CAR CLUB pro Vás připravila komplexní program řešení dopravní mobility

#### NÁŠ PROGRAM V OBCHODNÍCH CENTRECH

- poradenství a přímá pomoc při zpracování žádosti u poskytovatele státního příspěvku
- pomoc při výběru vozu dle druhu postižení a předpokládaného vývoje onemocnění
- zajištění potřebných úprav řízení v místě prodeje a zajištění servisu těchto úprav
- překlenutí DPH
- finanční služby pro dofinancování koupě vozu pomocí programu ŠkoFIN Credit Handy
- pojištění státního příspěvku na motorové vozidlo a na úpravu motorového vozidla pro handicapované
- všechny druhy pojištění pro handicapované
- zajištění pravidelného a zvýhodněného servisu vozidla na místě
- k novému vozu zdarma karta HANDY CARD SPHERE
- protiúčet - možnost výkupu ojetého vozidla
- program kompenzačních pomůcek
- zajištění autoškoly

**PŘI ZAKOUPENÍ VOZU OBDŘÍŽTE HANDY CARD SPHERE ZDARMA!**  
HANDY CARD SPHERE JE LAUREÁTEM NOMINACE NA CENU MOSTY 2009

**OCTAVIA již  
od 150.000,- Kč**



**FABIA již od  
62.000,- Kč**



www.carclub.cz, www.skoda-auto.cz, tel: 739 306 714

#### OBCHODNÍ CENTRA

##### OC BRNO

AGROTEC a.s., Olomoucká 176, 627 00, Brno, Tel: 736 490 250  
e-mail: brno@carclub.cz

##### OC ČESKÉ BUDĚJOVICE

CB Auto a.s., Dr. Milady Horákové 1477, 370 05, České Budějovice, Tel: 731 648 586  
e-mail: budejovice@carclub.cz

##### OC DĚČÍN

Gerhard Horejsek a spol., s.r.o., Oblouková 1416/9, 405 02, Děčín, Tel: 412 589 929  
e-mail: decin@carclub.cz

##### OC CHLUMEC NAD CIDLINOU

HAVEX AUTO, Pražská 782/VI, 503 51, Chlumec nad Cidlinou, Tel: 733 587 791  
e-mail: chlumec@carclub.cz

##### OC OSTRAVA

AUTO Heller, Cihelní 481/49, 702 00, Ostrava, Tel: 739 672 768  
e-mail: ostrava@carclub.cz

##### OC PLZEŇ

Porsche Plzeň, Podnikatelská 1, 301 00, Plzeň - Borská pole, Tel: 377 432 644  
e-mail: plzen@carclub.cz

##### OC PRAHA

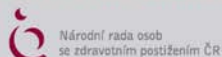
Autosalon Klokočka, Karlovarská 660, 160 00, Praha 6 - Řepy, Tel: 739 306 710  
e-mail: praha@carclub.cz

##### OC ZLÍN

Samohýl Motor Zlín a.s., tř. Tomáše Bati 642, 763 02, Zlín, Tel: 577 616 207  
e-mail: zlin@carclub.cz

**NAŠI PRODEJCI JSOU OSOBY SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM**

PROGRAM JE PODPOROVÁN NRZP



**ŠkodaAuto Handy**



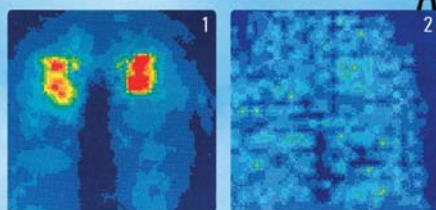
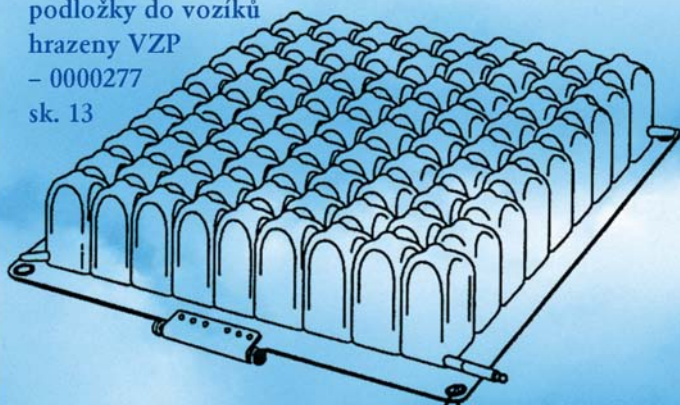


# ROHO



*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](http://www.roho.cz)



## Individuální úpravy vozidel

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



◀◀ **Novinka:**

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

**Ricon** Elektrohydraulické zdviže  
A Wabtec company

**Výhradní zastoupení pro  
Českou a Slovenskou Republiku**



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



# medeos

Kompenzační pomůcky pro překonávání schodišťových,  
výškových a ostatních domovních bariér.



Schodišťová plošina  
**ASCENDOR PLG7**



Schodišťová sedačka  
**BISON B80**



Stropní zvedák  
**FREEWAY**

**MEDEOS s. r. o.** Domažlická 1256/1, 130 00 Praha 3  
kancelář: Františkánská 1333, Uherské Hradiště

tel: 732 107 020, 773 599 955  
medeos@medeos.cz

[www.medeos.cz](http://www.medeos.cz)



Databáze  
bezbariérového  
ubytování  
po celé ČR

**Pomoc pro vozičkáře a tělesně postižené**

Nabízíme: hotely, penzionsy, lázeňské domy,  
horské boudy, motely, rekreační zařízení aj.

<http://www.cestybezbarier.cz>

**JUDr. Zuzana Špitálská**  
Advokátní kancelář

**SPECIALIZACE NA NÁHRADU  
ŠKODY NA ZDRAVÍ**

Plzeňská 4, 150 00 Praha 5  
☎/fax: 257 322 674  
zuzana.spitalska@akandel.cz  
zuzana.spitalska@akspitalska.cz

[www.akspitalska.cz](http://www.akspitalska.cz)

# Magazín VOZKA



nosič  
**Vaší reklamy!**

**roska**  
ČASOPIS ČESKÉ MULTIPLE SCLEROSIS SPOLEČNOSTI

ROČNÍK XXVII  
1  
2010

Křesadlo 2009  
Profesionální ROSKA  
Festival Žiju stejně jako Ty!

worldMSday  
26 MAJ 2010

MS  
UNIE  
ROSKA

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

ROČNÍK XXVII  
1  
2010

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

ROČNÍK XXVII  
2  
2010

ROČNÍK XXVII  
3  
2010

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

ROČNÍK XXVII  
4  
2010

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

[www.roska.eu](http://www.roska.eu)



**ruční ovládání na míru  
speciální úpravy vozidel**  
nejširší sortiment úprav vlastní výroby



**najdete nás v nové provozovně**

ruční ovládání - mechanické / elektronické systémy  
jeřábky pro nakládání vozíků  
přesedací desky  
invalidní vozíky s přesuvnou sedačkou do auta  
otočné sedačky, elektrické posuvy, el. zádové opěrky  
odsuvné zadní dveře  
nájezdové rampy, elektrohydraulické plošiny, lyžiny  
další individuální úpravy vždy podle potřeb zákazníka  
zápisy úprav do technického průkazu  
ruční ovládání na více než 150 typů vozidel  
dlouholeté zkušenosti



**mobil: 608 977 274, 602 866 020**  
**telefon: 321 781 363**  
**provozovna: Bambosek, 281 26 Týnec nad Labem**  
**e-mail: malina@rucniovladani.cz**



nové webové stránky

**www.rucniovladani.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](http://www.pomocnetlapky.cz)

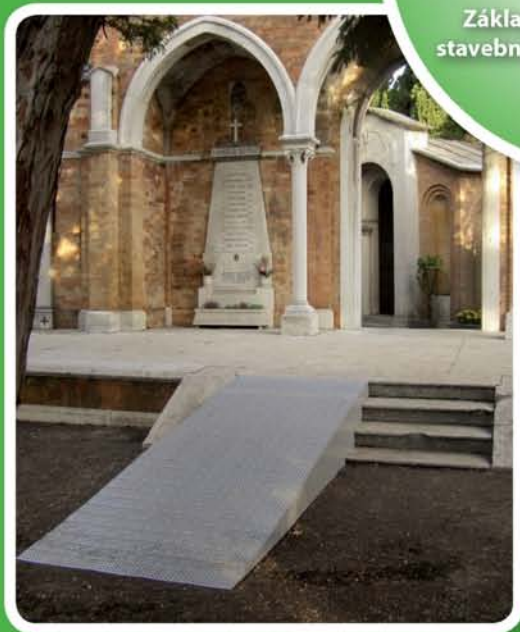


## Bezbariérové chaty na Morávce - Beskydy



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

# WWW.SVETBEZBARIER.CZ



**KATALOG ŘEŠENÍ VÁM  
ZAŠLEME ZDARMA**

**záruka  
5 let**

Rudé Armády 47 | 683 01 Rousínov | e-mail: info@pinnot.cz

**PINNOT**  
svět bez bariér

Infolinka: 800 707 777

# Pražské CID pro děti

## Bambiriáda, tvůrčí dílny a divadelní oslavy Dne dětí



### Bambiriáda 2010 – Kulat'ák

Děti z karlínského **Centra integrace dětí a mládeže (CID)** se také letos zúčastnily tradiční **Bambiriády** – každoročně konané prezentace činnosti občanských sdružení dětí a mládeže a středisek volného času.

Na dejvickém Vítězném náměstí jsme 20.–23. května samozřejmě nemohli chybět. Děti vystříhaly motýlky, kreslily obrázky, polepovaly stojánky na psací potřeby nebo si dělaly korálky na krk a na ruku. Prezentace jsme využili nejen k seznámení veřejnosti s naší nabídkou činností pro děti, ale i s novou soutěží „Poklad skřítky Lipánka“.

*PhDr. Marie Petrželová,  
Centrum integrace dětí a mládeže*

### Dětský den s loutkami

Děti z karlínského **Centra integrace dětí a mládeže (CID)** vyrobily v klubu Pecička loutku Skřítky Lipánka, kterou přispěly do Soutěže o nejkrásnější loutku. Se svými odbornými vedoucími se pak 25. května 2010 odpoledne zúčastnily tvůrčí dílny a divadelní oslavy Dne dětí.

Na zahradě **Divadla Karla Hackera** bylo pro děti připraveno mnoho materiálu, aby si mohly vyrobit vlastní loutku – panáčka. Na hlavičku byl připraven ping-pongový míček, který se musel připevnit k tělíčku „pistolí“, tělíčko se zase dalo vyrobit z připravené nepotřebné krabičky od Actimelu. Použily se i bavlnky nejrůznějších barev, které posloužily jako náhražka vlasů. Děti měly bohatou fantazii,

takže bavlnky ozdobily také šatičky panelek, které byly z materiálu dostupného nám všem – z papíru. Nejprve si ho musely přeložit dvakrát na půlku a vršek ustříhnout. Potom ho mohli po libosti nazdobit – třeba bavlnkami, pokreslit pastelkami nebo nalepit barevné papírky.

Všechny vyrobené loutky byly velmi povedené!

Dalším programem, který byl pro děti připravený, bylo loutkové představení. U pódia se sešlo několik zvědavců, kteří čekali na to, až ta sláva začne. O pár minut později se dostavila na pódium paní i s očekávanými loutkami, které byly vyrobeny z nejrůznějšího materiálu, objevily se tam dokonce i loutky z brambor!



Po skončení představení se děti s nimi fotografovaly. Vyhlašovala se soutěž o nejhezčí loutku, ve které mimo jiné také zabodovala i ta naše. Zábava ale neskončila ani po ukončení představení. Děti měly radost ze svítícího sluníčka, běhaly po trávě a chlubily se ostatním se svou čerstvě vyrobenou loutkou.

*Kateřina Kopecká  
Centrum integrace dětí a mládeže*

## Co je CID

**Centrum integrace dětí a mládeže, o. s. (CID)** – humanitární občanské sdružení pomáhá vytvářet podmínky pro integraci zdravotně, sociálně a jinak znevýhodněných dětí a mládeže včetně jejich rodičů a prarodičů. Po svém založení byla organizace CID zaměřena převážně na poradenskou, integrační a terapeutickou činnost ve svém centru v Praze 8-Karlíně. Rozvíjející se systém práce a podmínky pro činnost byly významnou měrou postiženy v létě 2002 ničivými povodněmi. Díky podpoře z dotací, grantů, darů, pomoci mnoha příznivců a dobrovolníků, vysokému nasazení a obětavosti členů CID mohla být obnovena kontinuita činnosti CID, ale trvá stálý boj o zlepšení podmínek pro její realizaci.

V současné době CID pokračuje v původních činnostech, **krizové intervenci a rozvíjí bohatou klubovou činnost, propagační i tradiční akce a speciální programy. Zaměřuje se na ochranu práv dětí, podporu jejich zájmů a potřeb a na vytváření podmínek pro integraci zdravotně a sociálně handicapovaných dětí a mládeže, včetně jejich rodičů.** Zdravotní oblast pomoci se týká zejména chronických a civilizačních onemocnění – alergie, atopie, kožních a respiračních chorob. Sociální služby jsou určeny pro děti – z narušených či neúplných rodin, bez rodičů, s nezaměstnanými nebo příliš zaměstnanými rodiči, z dětských domovů, děti s problémy sociability, učení, komunikace.

### Kontakt a další informace:

Centrum integrace dětí a mládeže, o. s., Peckova 277/7, 186 00 Praha 8, tel.: 224 817 724, 222 951 167, 775 937 707, e-mail: cidpraha86@centrum.cz, www.volny.cz/pecicka-cid.

# Světový rekord v Brně!

## Český paralympijský výbor odmítá nominovat naše rekordmany na letošní mistrovství světa kvůli byrokracii!

Plavecký areál Za Lužánkami hostil 4. a 5. června plavce s tělesným postižením, účastníky domácího vrcholu plavecké sezóny – **Mistrovství České republiky – HARTMANN OPEN**. Celkem přijelo poměřit síly 103 plavců z 10 týmů z České republiky a Slovenska. Mítink slavnostně zahájil senátor a dlouholetý příznivec plaveckého programu organizátora – **občanského sdružení KONTAKT bB** – Tomáš Julínek. V pátečních odpoledních a sobotních dopoledních rozplavbách se bojovalo o postup do finálových závodů, které byly na pořadu v sobotu odpoledne.

### Světové výkony, ale...

Ve finálových závodech na sebe výrazně upozornila karlovarská Vendula Dušková, která získala dva mistrovské tituly v kategorii žáků ve vynikajících osobních rekordech. Z domácích plavců na sebe nejvýrazněji upozornila Michaela Philippi, vítězka prsařské stovky žákyně.

Ve štafetě v pěkném dramatickém závodě zvítězil tým SK KONTAKT PRAHA. Nejhodnotnější výkony mítinku předvedli dlouholetí reprezentanti **Kateřina Lišková** a **Vojtěch Franěk**. Prvně jmenovaná zaplavala na 50 m znak čas, kterým by na loňském mistrovství světa i Evropy brala medaili. Vojtěch Franěk získal mistrovský titul na 50 m volný způsob a v motýlkové padesátce pak předvedl výkon **lepší hodnoty stávající-**

**ho světového rekordu.**

„Kateřina i Vojta potvrdili svoji příslušnost ke světové špičce a je tristní, že Český paralympijský výbor je stále odmítá nominovat na letošní mistrovství světa v Holandsku jenom proto, že odmítají přestoupit do nadiktované organizace a vystoupit ze své stávající. Kvůli postoji Českého paralympijského výboru nemohou být jejich výkony ani zaneseny do světového žebříčku ani nemůže být uznán Vojtův světový rekord. Jsme raritní zemí, jejíž funkcionáři odmítají kvůli osobním animozitám držení světových rekordů,“ hodnotí situaci Jan Nevrlka, předseda pořádajícího KONTAKTU bB a Českého svazu tělesně postižených sportovců.

Mistrovské medaile plavci přebírali od Hany Černé-Netrefové, plavkyně, která Českou republiku reprezentovala na třech olympijských hrách, od plavce roku 2009 Michala Rubáčka a reprezentačního trenéra olympijského týmu Jiřiho Kyněry.

Na slavnostní vyhlášení nejlepších výkonů závodu, které se konalo v sobotu 5. 6. v hotelu Avanti, pak plavcům předával ocenění triatlonista a vicemistr Evropy v triatlonu Filip Ospalý.

„Poděkování patří všem, kteří pomohli závod uskutečnit – partnerům, dárcům, spolupracujícím subjektům, sboru rozhodčích pod vedením Lenky Nowakové a Martina Hansguta a také jednadvaceti dobrovolníkům, kteří se na přípravě a realizaci závodu podíleli,“ děkuje koordinátorka mistrovství Ivana Tesařová.

*Marta Vojáčková,  
PR manažerka závodu,  
KONTAKT bB - Plavecká akademie bez  
bariér.*

*Foto: Vít Franta*



Kateřina Lišková (2. zleva vzadu) a Vojtěch Franěk (na vozíčku)



Kateřina Lišková (nahore) a Vojtěch Franěk.

### KONTAKT bB

- Unikátní projekt plavání tělesně postižených.
- 300 lidí s tělesným postižením zapojených každoročně do programu.
- Plave se ve střediscích Praha, Brno, Karlovy Vary, České Budějovice.
- Díky školicímu programu KONTAKTU bB plavou tělesně postižení i v dalších osmi místech v ČR.
- 1000 plavců s tělesným postižením se naučilo plavat díky metodické řadě Kovář–Nevrlka vytvořené zakladateli programu.
- Na třech paralympiádách, třech mistrovstvích světa a čtyřech mistrovstvích Evropy získali plavci KONTAKTU bB 51 medailí.
- Tři zlaté medaile Martina Kováře v Aténách 2004 jsou historicky největším úspěchem českého sportovce na Letních paralympijských hrách.

**Další info:** KONTAKT bB - Plavecká akademie bez bariér, Srbská 53, 612 00 Brno, tel.: 603 167 508, 603 167 508, e-mail: vojackova@kontaktbb.cz, www.kontaktbb.cz. ■

# Český hokej na elektrických vozících na vzestupu

## Pražští Cavaliers vyhráli prvomájové ligové souboje v Ostravě

O prvním květnovém víkendu se konalo v Ostravě již druhé kolo letošní **České Electric Wheelchair Hockey ligy**, která je pořádána z pověření České federace EWH o. s. (ČFEWH) a Českého svazu tělesně postižených sportovců (ČSTPS). Prvomájové sportovní klání pořádal sportovní klub SK Akáda, tým TIGERS Janské Lázně v úzké spolupráci s občanským sdružením ABAK Počítadlo Ostrava a za laskavé podpory Střední školy prof. Zdeňka Matějčka v Ostravě-Porubě.

### Začalo se orientálním tancem

Sportovní hala Střední školy prof. Zdeňka Matějčka přivítala v sobotu 1. května tři desítky sportovců, kteří se do moravskoslezské metropole vydali bojovat o cenné ligové body v celkovém součtu letošní ligové soutěže. Po úvodním přivítání pořadatelem týmům a zástupkyní občanského sdružení ABAK Počítadlo Ostrava Renátou Staňkovou následovalo vystoupení spolku orientálního tance z Dolní Lhoty u Ostravy, které odlehčilo napjaté předzápasové atmosféře.

Ostravské kolo ukázalo vzestupnou výkonnostní tendenci jednotlivých hráčů, ale i odpovědnější přístup klubů k tréninkovým jednotkám. Hra se postupně vyrovnává a stává se atraktivnější a vyrovnanější. Nutno říci, že bez dobrovolníků, doprovodů, rozhodčích a dalších lidí, kteří se věnují realizaci sportovních aktivit na klubové úrovni, by nebyl tento vzestup tak hmatatelný. Podotýkám, že od roku 2004, a to „díky“ sporu ČPV a ČSTPS, je tento jediný kolektivní sport pro těžce handicapované sportovce bez jakýchkoliv finančních prostředků od střešní organizace a jejím prostřednictvím z ministerstva školství a UZPS (Unie zdravotně postižených sportovců).

### Bude v Ostravě oddíl?

I přesto si hokej na elektrických vozících získává oblibu u dalších zájemců a plánované založení ostravského oddílu je toho důkazem. Soudní příznání členství ČSTPS ve strukturách ČPV a možné napravení vztahů a financování by mohlo tento sport, který by měl být ukázkovým sportem na Letních paralympijských hrách 2012 v Londýně, posílit a podpořit v další expanzi do českých a moravských měst. Doufejme, že po VH ČSTPS a dalším jednáním s ČPV si funkcionáři uvědomí, že není jen sportů paralympijských, že jsou i jiné sporty, ve kterých se sportovci snaží dosahovat co



Hokej na elektrických vozících si získává stále větší oblibu a plánované založení ostravského oddílu je toho důkazem. Soudní příznání členství ČSTPS ve strukturách ČPV a možné napravení vztahů a financování by mohlo tento sport, který by měl být ukázkovým sportem na Letních paralympijských hrách 2012 v Londýně, posílit a podpořit v další expanzi do českých a moravských měst. Doufejme, že Český paralympijský výbor a jeho funkcionáři si uvědomí, že není jen sportů paralympijských, ve kterých se sportovci snaží dosahovat co nejlepších výsledků.

nejlepších výsledků v národních a regionálních soutěžích.

### Výsledky zápasů II. kola ČEWH ligy:

**Rejnoci Zlín – Cavaliers Praha 0:15 (0:7, 0:8).** Branky: Uher 9, Horák 3, Čtvrtníček 2. Rozhodčí: Kalivodová, Sulanský.

**EWSC Jaguars Praha – Tigers Janské Lázně 1:8 (1:4, 0:4).** Branky: Suchý 1 – Vaněk 6, Jakeš 2. Rozhodčí: Kalivodová, Krejčík.

**Rejnoci Zlín – Tigers Janské Lázně 2:8 (2:4, 0:4).** Branky: Němeček 2 – Vaněk 6, Jakeš 1, Kubový 1. Rozhodčí: Müllerová, Krejčík.

**EWSC Jaguars Praha – Cavaliers Praha 0:10 (0:5, 0:5).** Branky: Horák 4, Uher 3, Čtvrtníček 3. Rozhodčí: Müllerová, Sulanský.

**Rejnoci Zlín – EWSC Jaguars Praha 2:3 (0:2, 2:1).** Branky: Hladíková 1, Němeček 1 – Suchý 2, Zemková. Rozhodčí: Kalivodová, Krejčík.

**Tigers Janské Lázně – Cavaliers Praha 2:3 (1:0, 1:3).** Branky: Vaněk 2 – Horák 3. Rozhodčí: Müllerová, Kalivodová.

### Individuální ocenění

Slavnostního vyhlášení se zúčastnil ředitel SŠ prof. Zdeňka Matějčka Ing. Radovan Mareš, který společně s Mgr. Renátou Staň-

kovou předal individuální ocenění a poháry.

#### ■ Individuální ocenění:

- **Nejlepší střelec** – Jan Vaněk (Tigers Janské Lázně).
- **Nejlepší H – stick** – Václav Uher (Cavaliers Praha).
- **Nejlepší T – stick** – Iva Zemková (Jaguars Praha).
- **Nejlepší brankář** – Mario Bartolotti (Cavaliers Praha).
- **Nejužitečnější hráč** – Petr Sulanský (Tigers Janské Lázně).

#### ■ Umístění týmů:

1. **Cavaliers Praha** 6 bodů
2. **Tigers Janské Lázně** 4 body
3. **Jaguars Praha** 2 body
4. **Rejnoci Zlín** 0 bodů

Poděkování patří všem pořadatelům z týmu Tigers, Petrovi Koutnému, Renátě Staňkové, Jitce Popovičové a hodným lidem z ABAKu Ostrava, vedení školy SŠ prof. Zdeňka Matějčka, kuchařkám a pracovníkům výchovy, juniorům z FBC BiX Ostrava, Matějovi za statistiky, časomíru a doplnění záznamů o utkání, rozhodčím Adélce, Terece, Peťovi a Tondovi za profesionální výkon, všem hráčům a doprovodům za účast.

Další ligové kolo se koná ve Zlíně.

*Za pořadatelem tým Tigers  
Petr Alina*

# Boccia je hra nejistá, ale kouzelná

Boccia je obdobou francouzské hry pétanque pro těžce handicapované sportovce na vozíku. Ti soutěží ve čtyřech různých kategoriích právě podle stupně handicapu. Tři skupiny jsou určené spastickým, tedy lidem s centrální poruchou hybnosti. Čtvrtá třída je jako jediná otevřena soutěžícím s jiným než spastickým typem postižení. Většinou jde o těžké poutrové stavy.

## Mezinárodní MČR

Mezinárodní mistrovství České republiky v boccii se konalo o posledním dubnovém víkendu ve sportovním areálu Univerzity Karlovy v Praze Hostivaři a rozhodlo o titulech českých šampionů. S konkurencí z pěti států (Česká republika, Slovensko, Nizozemí, Velká Británie a Anglie) se nejlépe vypořádali **Kateřina Cuřínová** (kategorie BC1), **František Serbus** (BC2) a **Michal Svoboda** (BC3). Všichni tři turnaj ve své kategorii vyhráli a stali se mistry republiky. K nim se přidal ještě aktuální evropský šampion **Radek Procházka** (BC4).

„Boccia je dobrá v tom, že u ní musíte hodně přemýšlet a přitom mít i sílu. Tak abyste měli dobrou taktiku a dokázali ji i naplnit,“ přibližuje specifika hry Procházka. „Mně se na ní líbí, že stírá rozdíly v handicapech. Není to jako třeba v atletice, kde každá maličkost ve vašem zdravotním stavu rozhoduje.“

Boccia se hraje se šesti míčky pro každý ze čtyř endů, pro něž platí časový limit. Ten se liší podle jednotlivých skupin. Čeští reprezentanti mají na každou směnu pět minut v soutěži jednotlivců, mezi páry pak ještě o minutu víc. Ladislav Kratina s Radkem Procházkou tvoří ne-



„Při boccii musíte hodně přemýšlet a přitom mít i sílu. Tak abyste měli dobrou taktiku a dokázali ji i naplnit. A stírá rozdíly v handicapech,“ přibližil specifika hry aktuální evropský šampion Radek Procházka.



Boccia se hraje se šesti míčky pro každý ze čtyř endů, pro něž platí časový limit. Ten se liší podle jednotlivých skupin.

rozlučnou dvojici a pro povzbuzení si zpívají. „Zpíváme si před zápasem, když čekáme na zahájení. Prostě jak je chvíle, tak si zazpíváme. Všichni se sice smějí, ale nám to pomáhá,“ směje se Radek Procházka.

Týmovou taktiku i přesnost hodů přitom pilují většinou společně. „Někdy je to nuda. Hodíte jakej a pak se snažíte míčkem dostat co nejlíže, pořád dokola. Třeba dvě tři hodiny,“ upřesňuje čtvrtý muž z mistrovství světa v roce 2006 společný trénink. Radek Procházka ale také dobře ví, jak dokáže být boccia krásná. „Je kouzelná v tom, že může vyhrát kdokoli. Hrajete s papírově slabším soupeřem, ale nemáte nic jistého. Můžete kdykoli vyhrát i prohrát, záleží na každém míčku. Nikdy dopředu nevíte, jaké to při hře bude,“ vystihuje český reprezentant kouzlo tohoto sportu.

## Mistrovství světa v Portugalsku

V Lisabonu odstartovalo druhý červnový den **mistrovství světa v boccii** (celý turnaj proběhl od 30. květ-

na do 10. června). V Portugalsku čekal reprezentanty boj nejen o medaile a titul mistra světa v individuální a párové soutěži, ale také o body pro nominaci na letní paralympijské hry 2012 v Londýně.

První body do Londýna získali aktuálně nejúspěšnější čeští boccisté v kategorii BC 4 (nеспasticky postižení hráči) minulý rok na kontinentálním mistrovství a poslední šance bude příští rok na světovém poháru.

V prvních zápasech se z ČR představil tým BC1+BC2 proti Kanadě, která je americkým vicemistrem. Češi zvítězili po skvělém výkonu 6:2. Další nastoupil pár BC3 proti světové jedničce ve své kategorii a paralympijským medailistům z Koreje. Debakl 0:15 odpovídal průběhu hry. Také nejostřeji sledované české želízko na mistrovství světa, tým BC4 se Simonou Kadlecovou, Radkem Procházkou a Leošem Lacinou odehráli své první zápasy. V prvním utkání zcela bez zaváhání porazili Řecko 14:0 mistrovskými míči obou hráčů Simony Kadlecové a Radka Procházky. Druhé utkání proti papírovému favoritu z Hong Kongu byla bitva nervů. Celkový výsledek 6:1 pro Hong Kong je až příliš krutý.

**Další výsledky a zhodnocení šampionátu z pohledu českých boccistů přineseme v příštím čísle Vozky.**

Zdroj: [www.handisport.cz](http://www.handisport.cz)

Zpracoval Jiří Muladi



## Plavci KONTAKTU bB holdují vodě i ohni

Plavecká akademie bez bariér **KONTAKTU bB** je úzce spjata s vodou – v Praze, Brně, Karlových Varech a Českých Budějovicích celoročně probíhá výuka plavání tělesně postižených, ročně uspořádá čtyři celorepublikové závody, několik regionálních a na sedmi pobytových akcích se plave dokonce dvoufázově. Možná proto, aby studenti Plavecké akademie bez bariér dokázali, že se nezaletnou ani jiných živilů, sešli se na přelomu dubna a května, aby v Praze a Karlových Varech upálili na počest filipojakubské noci čarodějnice. V Brně se pustili 1. května po stopách Máchova Máje.

### Pálení čarodějnic a famfrpál

V Praze na strahovském kopci se nás k tradičnímu upálení čarodějnic sešlo hned 37. Ještě před tím, nežli jsme zapálili hranici, oddali jsme se v kouzlem protkaném podvečeru sportu mezi čarodějkami a kouzelníky nejoblíbenějším, famfrpálu. Po té už jsme se pod dohledem předsedy sdružení Jana Nevřky věnovali ohni, špekáčkům a naší ekologické čarodějnicí.

„Letošní karlovarská čarodějnice měla opravdu tuhý kořínek. Byla to těžká práce pro celý tým čítající 32 osob ji potrestat podle zásluh. V jednom okamžiku se čarodějnicí podařilo použít lektvaru, který přivolal déšť, ale my jsme dali hlavy dohromady a pomocí našich kouzel a čarů plných přátelství, dobrých myšlenek a pohody jsme déšť zahnali,“ zní depeše z Varů.

### A co májové Brno?

„Po stopách Hynka, Viléma a Jarmily se nás vydalo přes dvacet, vyzkoušeli

j sme recitaci Máchova Máje, zažili světovou premiéru hry Líbání pod Větvičkou a další hry. Závěrem sobotního odpoledne byl pétanquový miniturnaj a samozřejmě opékání špekáčků,“ hlásí Brňáci.

Po tomto krocení ohně se už všichni těšili zpátky do vody. Ta na ně čekala už 4. a 5. června v Brně v plaveckém areálu Za Lužánkami, kde se konalo **Mistrovství České republiky v plavání tělesně postižených – HARTMANN OPEN**, o kterém se více dozvíte rovněž v tomto čísle Vozky.

Marta Vojáčková  
www.kontaktbb.cz

## KONTAKT bB jedním dechem

- unikátní projekt plavání tělesně postižených
- 300 lidí s tělesným postižením zapojených každoročně do programu
- Plave se ve střediscích Praha, Brno, Karlovy Vary, České Budějovice
- díky školicímu programu KONTAKTU bB plavou tělesně postižení i v dalších osmi místech v ČR
- 1000 plavců s tělesným postižením se naučilo plavat díky metodické řadě Kovář-Nevřkla vytvořené zakladateli programu
- na třech paralympiádách, třech mistrovstvích světa a čtyřech mistrovstvích Evropy získali plavci KONTAKTU bB 51 medailí
- tři zlaté medaile Martina Kováře v Aténách 2004 jsou historicky největším úspěchem českého sportovce na Letních paralympijských hrách

## Kuželkáři počtvrté a naposled

Najde se nová kuželna pro účastníky Her usměvavých srdcí?

V neděli 20. června 2010 se v kuželně TJ Slovan na Tyršově stadionu v Jindřichově Hradci konala už počtvrté soutěž v kuželnách sportovců se zdravotním postižením.

Celkem se oblíbené sportovní akce zúčastnilo 27 soutěžících v kategoriích jednotlivců a 17 dvojic z J. Hradce, Proutku, České, Bobelovky, Oken a Pístiny. Koulelo se v obou kategoriích 10 hodů do plných. V případě stejného výsledku se prováděl rozhoz (u jednotlivců 3 hody, u dvojic 4 hody do plných).

Všichni účastníci si pochvalovali vynikající sportovní atmosféru. Ti nejlepší z nich byli odměněni věcnými cenami od partnerů akce, vítězové každé kategorie dostali poháry, všichni účastníci pak diplomy a drobné upomínkové předměty.

„Účastníci se rozcházeli spokojeni z provedené akce, ale se smutkem v duši –

kuželna se chystá k prodeji a kuželkáři tak nemají kde hrát. Kuželky se nedají hrát všude, lidé se zdravotním postižením tady měli vynikající podmínky“ říká ředitel soutěže pan Otakar Kinšt s nadějí, že se podaří najít jinou kuželnu pro oblíbenou soutěž účastníků Her usměvavých srdcí.

Otakar Kinšt, ředitel soutěže  
Foto: Josef Böhm, r. 2009

### Výsledky soutěže:

- **Jednotlivci ZTP:**  
1. Láďa Žáček, 41 bodů, 2. Lucie Neumannová, 40 /11, 3. Tomáš Fiedler, 40/5.
- **Děti:**  
1. Nikola Pišná, 45 bodů, 2. Jakub Procházka, 43, 3. Jiřina Pišná, 39.
- **Doprovod, příchozí:**  
1. Jana Tlapáková, 49 bodů, 2. Otakar Severa, 47, 3. Květa Dubová, 46.
- **Dvojice:**  
1. Láďa Žáček, Veronika Dubová, 50 bodů, 2. Jakub a Robert Procházkovi, 47, 3. Petr Hubař, Milada Daníhelová, 46.



# V Dolních Počernicích se závodilo na „kolečkách“



Pořadatelem akce byl vozíčkář Martin Hanibal – student Metropolitní univerzity v Praze. Celý sportovní den zajistil bez pomoci velkých patientských organizací.

Krásný park, slunečné počasí, spousta lidí na vozíčku, usměvavé tváře, dětičky na kolech a koloběžkách, tak to je stručný popis sobotního dopoledne 8. května 2010, kdy probíhal 1. ročník **Závodů na „kolečkách“**, a to v areálu Zámeckého parku v Dolních Počernicích.

Moderování celého programu se ujal ostřílený sportovní komentátor pan Jaroslav Suchánek. Po jeho motivujícím úvodu, který v soutěžících podpořil sportovního ducha, se na start připravili ti nejmenší. Ve tvářích každého malého účastníka se zračilo odhodlání a touha po vítězství. Děti na kolech a koloběžkách podporované aplausem svých rodičů věděly, že si jedou pro hodnotné ceny a především pro pohár. Nikoliv pro zmrzlinový, ale podle slov pana Suchánka pro pohár hodný skutečného profesionálního sportovce.

Osoby se zdravotním postižením se rozdělily do kategorií podle druhů svých vozíků. Jako první vystartovali odvážlivci na **handbicích** (ručně poháněných tříkolkách), další kategorií byly **mechanické vozíky**, po nich se na startu připravily **elektrické vozíky** následované **elektrickými skútry**.

## A zkuste je předjet!

Zvláštní a snad nejuptipnější kategorií byla skupina **kombi**. Na startu se například objevil sportovec na elektrickém vozíku táhnoucí jako mašinka sportovkyni na mechanickém vozíku. Strategii tohoto

páru byla kombinace rychlosti vedoucího vozíku a promyšleného „kličkování“ vozíku taženého. A zkuste je předjet!

Dalším povedeným seskupením této kategorie byla sportovkyně na elektrickém vozíku, který ale musel řídit vedle ní běžící asistent. Ovšem nejdůležitějším členem této povedené závodní posádky byl asistenční pesek bišonek v roli navigátora, který ze svého postu na klíně své velitelky tak zaujatě sledoval trať – ale hlavně pejsky na ní – až celá posádka ztratila ten správný směr. Díky jejich postřehu aspoň víme, že okolí Dolních Počernic je v květnu vskutku nádherné.

Na závěr celého sportovního klání uspořádali pořadatelé bohatou tombolu, díky které nikdo neodešel s prázdnou. Zajímají vás výsledky? Vyhráli všichni. Hlavní cenou totiž byly zážitky, staronoví přátelé, jarní počasí a spousta smíchu.

Pořadatelem celé akce byl mladý muž **Martin Hanibal** – sám vozíčkář, student Metropolitní univerzity Praha a poradce z Všeobecné fakultní nemocnice v Praze v oblasti sociálních věcí pro osoby se zdravotním postižením. Martin se zachoval jako odvážný skaut a celý sportovní den zajistil bez pomoci velkých patientských organizací. Pomoc a podporu zajistili jeho chodící přátelé fyzioterapeuti a osobní asistenti.

Jménem zúčastněných děkujeme za krásný den a už teď se těšíme na příští ročník závodů!

*Monika Henčlová*

## Ze zahraničí: Oběti nášlapných min v Africe



Takový zápal pro hru a techniku by těmto dvěma fotbalistům mohly závidět i mnohé přelapené fotbalové hvězdy...

*Foto: Bob Marley*

Korejské bojové umění taek-won-do

# Bezruká Sheila se chystá na černý pás

Když se **Sheila Radziewicz** narodila, její mamince řekli, že nebude chodit a nejspíš ani žít. Obě ruce měla zakrnělé, neměla dostatečně vyvinutá kolena a chodidla měla stočená dovnitř k sobě. Její vývoj v děloze totiž ovlivnil **syndrom TAR**, což je zkratka tří slov: trombocypenie (krvácivost) a absent radius (chybějící nebo výrazně zkrácená kost mezi loktem a zápěstím). Často je s TAR syndromem spojeno další postižení horních nebo dolních končetin, různé srdeční vady, nižší vzrůst nebo šilhání.

Aby Sheila mohla chodit, musela podstoupit řadu operací. Dokud rostla, musela nosit výztuže, které jí rovnaly nohy do správné polohy. Dnes je Sheila 32 let a je



Některé zbraně Sheila Radziewicz v zakrnělých rukách udrží. U jiných si musí pomáhat třeba zuby.



Korejské bojové umění taek-won-do Sheila začala trénovat před třemi roky.

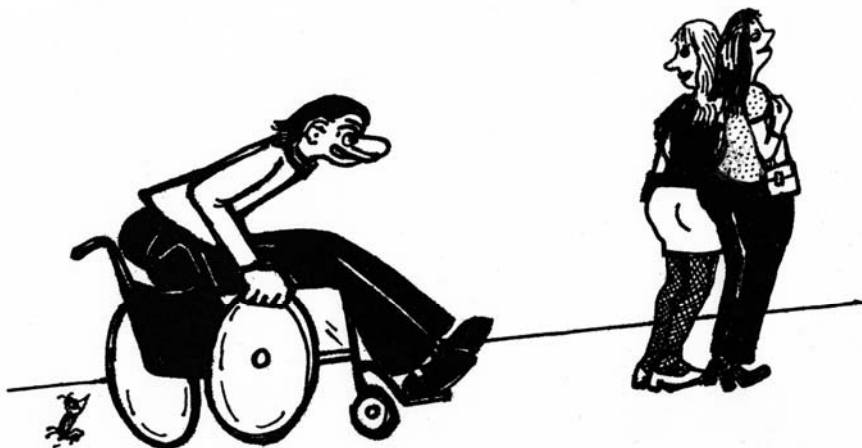
**držitelkou hnědého pásu v korejském bojovém umění taek-won-do.** Pokud složí závěrečné zkoušky, na které se chystá, bude mít nejvyšší, tedy černý pás (Dan). Trénovat začala před třemi roky u Bruce McCorryho ve městě Peabody. „Sheila je pro všechny velmi motivující,“ říká trenér, který se s podobným studentem ještě nesetkal. „Nikdy se na nic nevymlouvala a každému by mohla dávat lekce v tom, jak se nevzdávat.“

Od devatenácti let žije Sheila sama, ve třidvaceti si udělala řidičský průkaz a pořídila si upravené auto, které řídí noha-

ma. Bydlí v Salemu (stát Massachusetts, USA) a pomáhá obětem domácího násilí. „Vyrostla jsem s mottem: Dosáhnout něčeho bude trvat trochu déle,“ usmívá se Sheila. Jak říká, za hodně vděčí své rodině. „Nikdy neřekli, že něco nejde.“

Hodiny taek-won-do začala navštěvovat před třemi lety kvůli odpočinku. „Je skvělé mít místo, kde si můžete vyčistit hlavu,“ vysvětluje. A tak se Bruce McCorryho studio stalo Sheiliným druhým domovem.

(di)



„No jo, ono se řekne být aktivní do pozdního věku. Kdo má mít ale sílu honit ty mladé kočky!“

Milan Linhart

## Osudy šampiónů

# Manažeři rychlých kol

## Frank Williams, Sir F1

**Sir Francis Owen Garbatt Williams**, muž vyznamenaný Řádem britského impéria, se narodil 16. dubna 1942 a stal se zakladatelem a manažerem závodního týmu Williams ve Formuli 1. Odvážné srdce zdědil již po svém otci, pilotu RAF. Frank prožil své mládí povětšinou na internátní škole ve Skotsku, kde v padesátých letech ochutnal pravou závodní jízdu v jaguáru a to jej navždy strhlo. Následovala krátká kariéra závodníka a mechanika, zatímco si vydělával na živobytí jako obchodní cestující pro potravinářskou firmu. V roce 1966 Frank založil tým s názvem Frank Williams Racing Cars. Najal jezdce Pierse Courage (zahynul při Holandské GP v roce 1970) a Tonyho Trimmera na několik let do seriálu F2 a F3. Po koupi podvozků firmy Brabham z F1 Frankův jezdec Courage dokázal uspět v F1, a to když dvakrát skončil na 2. místě. V roce 1971 za Williams jezdil Henri Pescarolo, který v následujícím roce zcela zlikvidoval první vůz Franka Williamse The Politoys FX3, konečně postaveného speciálně pro závody F1.

## Vítězství, prohry a královská vyznamenání

Následovalo několikaleté období, kdy se nepodařilo navázat úspěšné kontakty se sponzory. Frank musel v roce 1977 z týmu odejít, jelikož mu už ani nepatřil. Spolu se svým skalním zaměstnancem

inženýrem Patrickem Headem zformovali ve starém skladišti v Didcot v Oxfordshire nový tým Williams Grand Prix Engineering. A tento tým přežil až do dnešních dnů pod názvem Williams F1. Sídlo týmu dnes leží u malého městečka Grove u Wantage. Jejich první vítězství přišlo v roce 1979 a zajistil je slavný Clay Regazzoni. První vítězství v celém šampionátu pak přišlo v roce 1980 s Alanem Jonesem, další v roce 1982 s Keke Rosbergem. Nejvíce mistrů světa však tým Williams zaznamenal v 90. letech. Jména jako Nigel Mansell (1992), Alain Prost (1993), Damon Hill (1996) a Jaques Villeneuve (1997) zná každý automobilový fanoušek.

Od března roku 1986 je Frank Williams upoután na invalidní vozík. Frank byl zraněn při autonehodě ve Francii, kdy řídil půjčené auto na cestě z okruhu Paula Richarda na letiště do Nice. Tehdy ztratil kontrolu nad řízením a auto se převrhlo na střechu. Frank si vážně poranil páteř a poškodil míchu. Jeho spolujezdec Peter Windsdor utrpěl jen lehká zranění. Rok na to byl Frank Williams vyznamenan Řádem britského impéria z rukou Královny Alžběty II.

V květnu 1994, poté co zahynul Ayrton Senna, byl Frank Williams obviněn italským soudem ze zabití. Po letech byl však případ v jeho prospěch uzavřen. V roce 1999 byl pasován královnou na rytíře. Je také jedním z mála cizinců, kteří obdrželi nejvyšší francouzské státní vyznamenání Řád čestné legie, a to za pří-



Frank Williams je na vozíku od r. 1986, poté co se zranil při autonehodě na cestě na letiště.

nosnou práci na vývoji motorů Renault. V roce 2008 pak získal cenu Wheatcroft za záslužnou činnost v motorsportu.

## Filippo Preziosi, duchovní otec Ducati

Filippo Preziosi je rodákem z italské Perugie, narodil se 14. dubna 1968. Je geniálním mozkiem stojícím za vývojem závodního stroje Desmosedici, na kterém získal titul MotoGP v MS silničních motocyklů 2007 Australan Casey Stoner.

Filippo vystudoval mechanické inžer-



Frank Williams založil tým Williams Grand Prix Engineering, který přežil až do dnešních dnů pod názvem Williams F1. První vítězství týmu zajistil v r. 1979 slavný Clay Regazzoni, který je po nehodě na závodním okruhu také na vozíku.



Filippo Preziosi (zde na obrázku s Nicky Haydenem) je geniálním mozkiem stojícím za vývojem závodního stroje Desmosedici, na kterém získal titul MotoGP v MS silničních motocyklů 2007 Australan Casey Stoner.

nýrství na univerzitě v Bologni. Pro Ducati začal pracovat v roce 1994, kdy dohlížel na design a vývoj strojů Ducati i závodní Desmosedici. Filippo dokázal tuto značku a její stroje po dlouhých letech vyšvihnout mezi absolutní světovou špičku. Stál také v čele skupiny lidí, kteří vyvinuli Ducati 916 Street a její závodní verzi pro soutěž Superbike World Championship. Ke konci 90. let začal Filippo a jeho tým s vývojem nového motoru pro typ závodní Ducati 998 a stal se také šéfem technického oddělení.

### Ředitelem na vozíčku

V roce 1999 byl Filippo Preziosi jmenován technickým ředitelem Ducati Corse. V této roli dohlížel na design a vývoj motocyklu Ducati 999 pro Superbike World Championship a MotoGP Desmosedici.



Filippo Preziosi vystudoval mechanické inženýrství. U Ducati dohlížel na design a vývoj strojů Ducati i závodní Desmosedici a dokázal tuto značku a její stroje vyšvihnout mezi absolutní světovou špičku. Stál v čele skupiny lidí, kteří vyvinuli závodní speciály pro soutěž Superbike World Championship. Později se stal šéfem technického oddělení a od r. 2003 je generálním ředitelem celého závodního týmu Ducati Corse.

Jeho obrovská láska k motocyklům bohužel vyústila v roce 2000 v těžkou nehodu. Během motocyklových závodů v Africe utrpěl vážná zranění, v jejichž důsledku ochrnul na obě dolní končetiny. Navíc ani hybnost rukou není zcela bez problémů.

Od roku 2003 je Filippo generálním ředitelem celého závodního týmu Ducati Corse, za který v současné době závodí dva mistři světa – Australan Casey Stoner, kterému se podařilo porážet i Valentina Rossiho v roce 2007, a Američan Nicky Hayden, mistr světa z roku 2006, jehož vítězným strojem byla Honda Repsol a který v letošní sezóně, zdá se, konečně zkontroluje rudý živel jménem Ducati.

Zdroj: [www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org).

Přeložila Hana Klusová

## První vozíčkářka se chystá na MONT BLANC

**Hedvika Sovadinová** je od roku 1996 v důsledku zranění upoutána na invalidní vozík. Má nehybnou dolní část těla, což jí ovšem nic neubralo na její chuti do života. V srpnu by se ráda stala první vozíčkářkou, která zdolá Mont Blanc, horu vysokou 4807 m n. m., tyčící se na rozhraní Francie a Itálie.

Proto se první dubnovou neděli na svazích Ještědu sešli členové výpravy **Elevation 2010**. Společně s Českou televizí zde natáčeli jejich první přípravu na ojedinělý výstup. Jde o první případ tohoto druhu, takže bylo zapotřebí vymyslet, co Hedvika při výstupu „nahradí nohy“. První variantou je použití tzv. **bi-ski**, což je skořepinová sedačka s kovovou konstrukcí, na kterou jsou připevněny dvě lyže. Druhou možností je použití běžného ortopedického vozíku, na který budou připevněny lyže, což bude spojeno s několika dalšími úpravami. Po různých zkušebních výstupech bylo rozhodnuto, že se v srpnu použije **speciálně upravený ortopedický vozík**. Zároveň bude Hedvika používat lyžařské hole a ve



strmějších úsecích horolezecké cepíny.

„Každý by si měl určit nedosažitelný cíl. Jen tak má o co bojovat a snažit se,“ říká Johann Heinrich Pestalozzi z agentury FOR DREAMS, jejíž hlavní myšlenkou je „plnit sny“. Jinými slovy pomáhat handicapovaným lidem začlenit se do života a s velkým odhodláním i nadšením překonávat sami sebe. V případě Hedviky Sovadinové se to podařilo na sto procent.

Zdroj: [www.fordreams.cz](http://www.fordreams.cz),  
(di)



Na svazích Ještědu Hedvika Sovadinová použila **bi-ski** – skořepinovou sedačku připevněnou na dvě lyže. Na Mont Blanc se chystá se speciálně upraveným ortopedickým vozíkem, upevněným k lyžím. Navíc Hedvika použije lyžařské hole a ve strmějších úsecích horolezecké cepíny.

# Do „Mostů v lukách“ na celoroční pobyty dětí i seniorů

Integrační centrum „Mosty v lukách“ ve zrekonstruované budově stoleté školy v obci Loučka slouží k celoročním pobytům postižených i zdravých dětí a seniorů. Příjemné prostředí uprostřed přírody poskytuje příjemné prostředí pro rodinnou terapii, pomáhá ke zkvalitnění života rodin pečujících o blízkou osobu s handicapem.

Nabízíme ubytování s plnou penzí ve dvanácti 2–6lůžkových pokojích v bezbariérové budově s výtahem a sociálním zařízením splňujícím podmínky pro využití handicapovanými klienty. Využít můžete keramickou dílnu, počítačovou učebnu, relaxační kout s infrasaunou a masážními křesly, venkovní hřiště, krytý altán nebo ohniště s posezením. Zpestřením pobytu je i možnost hipoterapie a canisterapie. Blízké okolí je bohaté na historické památky a další zajímavosti (hrad Bouzov, zámek Náměšť na Hané, arboretum v Bílé Lhotě aj.)

Cena za den pobytu s plnou penzí pro jednu osobu činí v letošním roce 400 Kč, pro skupiny nad 20 osob 380 Kč.

Vladimíra Urbášková,  
LUKA, občanské sdružení

## Další informace:

Občanské sdružení Luka, Loučka 84, 783 22, pošta Cholina, (okr. Olomouc), mobil: 608 148 674, info@os-luka.com, www.os-luka.com.

## Občanské sdružení „Luka“

Občanské sdružení „Luka“ je dobrovolné, nezávislé a neziskové sdružení občanů a právnických osob s cílem:



Bezbariérové integrační centrum „Mosty v lukách“ v Loučce slouží k celoročním pobytům postižených i zdravých dětí a seniorů.

- Organizovat kulturní, společenské a sportovní akce se záměrem realizovat aktivní proces integrace postižené a zdravé populace i v rámci mezinárodní spolupráce.

- Tvůrčím způsobem rozpracovat a koordinovat spolupráci odborníků, rodičů a širší veřejnosti na bázi seminářů, vzdělávacích kurzů a školení v oblasti pedagogiky, psychologie, medicíny, ale i alternativních oborů zaměřené na osobnosti každého z nás.

- Vybudovat platformu lidí zaměřených na dobrovolnou pomoc v oblasti asistence, rané péče a podpory speciálních zařízení.



Díky dobrovolníkům a asistentům se děti mohou dostat i na výpravy do okolí.



Kulturní, společenské a sportovní akce centra Luka slouží k integraci zdravotně handicapované a zdravé populace.

- Odkrýt a následně rozpracovat pracovní aktivity postižených v návaznosti na síť firem, které mohou poskytnout pracovní příležitosti.

- Vytvořit dosud chybějící zázemí pro sdružování a setkávání rodičů postižených a zdravých dětí v oblasti volnočasových aktivit.

**Znáte další možnosti pobytu handicapovaných dětí a seniorů?**

**Napište nám o tom! Do Vašeho Vozky!**

# Na handbicích i vozících vyrazte novou cyklostezkou kopírující Baťův kanál

Od Kroměříže až do Hodonína převážně rovinou po asfaltu

Na Moravě nemají rodiny s malými dětmi, nepříliš zdatní cyklisté nebo vozíčkáři zrovna na různých ustlání. Jako v cyklistickém ráji se tedy budou cítit na nové cyklostezce, která vznikla na březích Baťova kanálu. V sobotu 24. dubna byla slavnostně otevřena veřejnosti.

Cyklostezka u Baťova kanálu začíná v **Kroměříži ve Zlínském kraji** a vede až do **Hodonína v kraji Jihomoravském**. Ve Zlínském kraji již téměř **na celé trase převládá asfaltový povrch**. Je maximálně bezpečná – položená mimo běžnou dopravu, jen mezi Kvasicemi a Bělovem musí cyklisté překonat kratší úsek po málo frekventované silnici, ale mohou jej bez obtíží projet i vozíčkáři.

I zde však má být brzo položen asfalt. Na území Jihomoravského kraje, které začíná **mezi Uherským Ostrohem a Veselím nad Moravou**, je zatím stezka více vedena po místních silnicích. Provoz je tu ale malý, takže cyklisty omezuje minimálně.

Cyklostezka je ideální nejen pro rodiny s dětmi a starší sportovce, ale třeba i in-line bruslaře či **tělesně postižené**, kteří ocení **takřka absolutní rovinu** a přehledný terén. Bezpečnost násobí fakt, že křížení silnic a železničních tratí je mimoúrovňové. Bonusem je pak příjemný terén lemovaný stromy a keři a možnost četných zastávek v hospůdkách a přístavcích, děti nadchne sledování lodí plavících se takřka na dosah ruky. Většina hospůdek není bezbariérová, ale s pomocí doprovodu jsou přístupné jak WC, tak i vnitřní prostory. Venkovní posezení je většinou bezbariérové.

Navíc – pokud se přeče jen při výšlapu



Ve Zlínském kraji téměř na celé trase cyklostezky převládá asfaltový povrch.

Foto: Martina Žáčková



Cyklostezka je ideální i pro tělesně postižené, kteří ocení takřka absolutní rovinu a přehledný terén. Bonusem je příjemné okolí lemované stromy a keři a sledování lodí plavících se takřka na dosah ruky.

Foto: Archiv Baťova kanálu



Jedna z možných zastávek na trase – přístaviště ve Spytihněvi. Ve zdejší hospůdce připravují vynikající ryby.

Foto: Martina Žáčková

unavíte, můžete se i s kolem nalodit na výletní loď a cestu zpět proklíbat v pohodlí paluby!

## Z hausbótu na výlety do okolí

Vedle možnosti spojit výšlap s plavbou se nabízejí i další varianty. Pokud máte k dispozici více dnů, pronajměte si hausbót, naložte na něj rodinu a kolo a kom-

binujte plavbu s vyjížděkami po březích i do širšího okolí. **Hausbóty nejsou ale přizpůsobeny vozíčkářům.**

Na pátešní cyklotrasu také navazuje i síť oblíbených Moravských vinařských stezek.

Martina Žáčková, novinky.cz (pp)

**Mapku současného vedení cyklotrasy podél Baťova kanálu naleznete na:**

[www.nakole.cz/clanky/681-batuv-kanal-nova-cyklostezka-i-veletrh-lodi.html](http://www.nakole.cz/clanky/681-batuv-kanal-nova-cyklostezka-i-veletrh-lodi.html)

# Cestujte bezbariérově s PRAGUE CITY LINE

## Turistický a informační portál Prague City Line

Na stránkách turistického informačního portálu o Praze **Prague City Line**, [www.praguecityline.cz](http://www.praguecityline.cz), najdete mnoho zajímavého. Nejen kam vyrazit za kulturou v našem krásném hlavním městě, kam na výstavu nebo na jarní procházku po naučné turistické trase, ale na své si zde přijdou také vozíčkáři.

V sekci **Pro handicapované** jsou na hlavní stránce zobrazeny odkazy na zajímavé akce, které mají zajištěn bezbariérový přístup. Je jich celá řada. Jsou zde doporučení na restaurace, dovolenou nebo výlety. Nalistujte např. stránku 8 a naleznete podrobné informace k bezbariérovosti památek pražských i mimopražských. Velmi bohatý je i seznam bezbariérových ubytovacích zařízení z celé ČR.

Tak třeba ubytování v Hotelu Brno vás přijde na tisíc korun za noc. Ve Valticích (Lednicko-Valtický areál) zaplatíte za noc v Penzionu Irena 600 Kč a kolem tisíce korun v lednickém Penzionu Relax Štork. Krásný je Hotel Mlýn na Velehradě nebo Hotel U Beránka v Náchodě.

Milovníky hor a přírody zve do šumavských Kašperských Hor bezbariérově přizpůsobený Aparthotel Šumava 2000 nebo v Zadově Olympia Hotel Zadov. V Orlických horách třeba Hotel Panorama v Rychnově nad Kněžnou, v obci Hejnice v Jizerských horách je vhodná k přespaní kouzelná stylová Chalupa pod Nosem.

**Objednejte si zdarma (nebo stáhněte ve formátu PDF) průvodce Prahou**

bez bariér, který obsahuje 10 bezbariérových turistických tras s podrobnými technickými popisy a mapami.

Pokud máte tip na další vhodné ubytování popř. aktivity, kontaktuje tvůrce portálu na e-mailu: [praguecityline@gmail.com](mailto:praguecityline@gmail.com).

## Náš tip: Wellness Centrum Babylon Liberec

Jedinečný zážitek vám nabízí kompletně bezbariérový unikátní hotelový a zábavní komplex **Babylon v centru Liberce**. Celé zařízení se v podstatě rozkládá v přízemí a na eventuální vyvýšeniny terénu zde mají k dispozici rampy. V části **Nákupní městečko** jsou i 2 toalety pro vozíčkáře. Do **IQparku** je pro vozíčkáře s doprovodem zvýhodněné vstupné 40 Kč za obě osoby. Na ploše 30 000 m<sup>2</sup> můžete strávit nezapomenutelný den plný zábavy.

Ubytování najdete ve čtyřhvězdičkovém hotelu s přímým vstupem do světa relaxace a wellness. Největším lákadlem je velký tematický Aquapark se soustavou bazénů, jeskyní a spoustou nejrůznějších atrakcí. Využít můžete řadu skluzavek, tobogánů, divokých řek, relaxovat při vodních masážích, chrličích, ale např. i adrenalinových sí-

ťových prolézačkách nad vodní hladinou. Voda má příjemných 30 °C, a pokud vás dovádění v ní unaví, můžete dopřát tělu i duši účinky vířivek, saun, parních lázní, solárií, tradičních či indických masáží, rašelínových zábalů nebo spočinout v solné jeskyni. Celý akvapark je zakomponován do příjemné scenérie romantického prostředí antických lázní.

## Exotické ubytování

Čtyřhvězdičkový hotel tvoří převážně dvoulůžkové plně klimatizované pokoje, vybavené televizí se satelitním příjmem, minibarem, bezpečnostním trezorem, možností připojení na internet a koupelnou s WC. Některé pokoje jsou situovány do dvou tematicky pojatých krytých atrií. V jednom z nich, do kterého můžete vstoupit ústy obrovské hlavy thajské ženy, je umístěno velké terarium s množstvím exotických zvířat, druhé je stylizováno do tropické zahrady lemované palmami.



Hotel U Beránka v Náchodě



Chalupa pod Nosem





Unikátní a kompletně bezbariérový hotelový a zábavní komplex Babylon v centru Liberce



Wellness Centrum



Kavárna Královská zahrada

V Centru Babylon dále můžete navštívit **Lunapark, Bowling, Casino, střelbu laserem, IQpark, Labyrint, XD Theatre, Golfový simulátor** nebo **Dětský hrad**. K nákupům svádí kryté **Nákupní městečko** a dopřát si dobrý oběd s kávičkou a dezertem můžete v některé z mnoha stylových restaurací, hospůdek a kaváren. Za všechny doporučujeme **Staročeskou Rychtu** nebo exotický **Steak House Mexico**.

Každý pátek nebo sobotu navíc můžete využít jedinečné nabídky **All Inclusive** a získat tak volný vstup do akvaparku od 16 do 22 hodin, volný vstup do lunaparku od 16 hodin, večeri formou **Lunch & Dinner Bufetu** od 18 do 21 hodin, zábavu v **Moravské Vinárně** s živou hudbou a vínem od 19 hodin do půlnoci a jako bonus bezplatný vstup na diskotéku **Music Club Ōčko** s welcome drinkem. Vše za cenu 499 Kč.

Spolu s krásnou horskou přírodou, Ještědem, nedalekými Krkonošemi a jinými krásami můžete prožít úžasnou dovolenou právě v Libereckém kraji.

**Kontakt:** Centrum Babylon, a. s., Nitranská 1, 460 12 Liberec, tel.: 485 249 597, 485 249 509, 485 249 755, [www.centrumbabylon.cz](http://www.centrumbabylon.cz), e-mail: [rezervace@centrumbabylon.cz](mailto:rezervace@centrumbabylon.cz).

Zdroj:

[www.praguecityline.cz](http://www.praguecityline.cz)  
[www.centrumbabylon.cz](http://www.centrumbabylon.cz)

Zpracovala:  
Hana Klusová

**Máte  
zajímavý tip  
na cestování s minimem  
bariér?**

**Podělte se  
o něj s Vozkou!**

*Napsali jste nám*



**Jak to může  
vypadat  
na cyklostezce!  
Vozíčkář  
na obtíž?**

Jeli jsme s manželkou za sebou při pravé straně cyklostezky před zatáčkou pod most dálničního přivaděče, kde stezka vede podél řeky směr město. Proti nám přijížděl mladší dospělý muž na horském kole a v příslušném „super odění“ a začal hulákat: „Co sem lezeš, ty hajzle, tady nemáš co dělat!“ A na manželku: „Ty babo, ty krávo, ku..., vypadněte vodsad!“

Ohradil jsem se: „Doufám, (když už si tykáme), žeš svým intelektem vyhnal všechny ostatní inlajnisty!“ atd. Dále jsme, jako obvykle, potkávali vedle sebe jedoucí cyklisty i inlajnisty, maminky s kočárky, pejskaře, seniory na procházce. Představil jsem si, jak tento „Superman“ jede na kole proti na cyklostezce pochoduujícímu průvodu neofašistů při poslední demonstraci a stejně arogantně a sprostě je vyhání. Myslím, že by již nestihnul šlápnout do pedálů. Nebo je jeden z nich? Také jsem si představil, jak vyhání užitím stejného slovníku p. primátora Vymazala, kterého potkáváme na této cyklostezce také na inlajnech. Bavil se s námi o rozvoji cyklostezek a nevykazoval nás odsud.

Tuto cyklostezku jsem před časem popsal v příspěvku do Sedmičky. Z celého příspěvku hodnotícího technický stav i různorodost uživatelů cyklostezky otiskli něco ve smyslu: chovejme se k sobě ohleduplně, slušně. Zřejmě už nebude ani to. Na řadě je zřejmě umlácení „bejbólovou“ pálkou nebo shoení do řeky.

*Ivo Krajčůček,*

*o. s. AVAZ, Rada seniorů Jihlava*



Pláž na Jamajce

V jednom z předchozích čísel Vozky jsme se zmiňovali o velmi vydařených virtuálních prohlídkách, které naleznete na stránkách [www.virtualtravel.cz](http://www.virtualtravel.cz). Kromě pamětihodností českých zemí můžete navštívit i exotické kraje, a to zcela bez námahy. Navíc si můžete vybrat prohlídky míst z různých úhlů pohledu,

např. z letícího balónu!

Za zmínku stojí krásně zpracovaný a hojně navštěvovaný **Egypt** – pyramidy v Gíze, pozoruhodná alej beraních sfing v Karnaku či luxusní stylové hotely ve městě Hurghada. Server nabízí na 800 zahraničních prohlídek po celém světě, např. v USA, Izraeli, Jamaice, Kambodži, ale i prohlídky krásných evropských míst jako jsou Sardinie, Korsika, Itálie nebo Chorvatsko.

Nechte se inspirovat letní exotickou atmosférou nebo atraktivními výlety krajinou či procházkami po místech s aurou dávné i nedávné historie!

Zdroj:  
[www.virtualtravel.cz](http://www.virtualtravel.cz),

Foto z virtuálních prohlídek

(hk)



Chorvatsko – Šibenik: Katedrála Sv. Jakova



Thajsko: Ostrov Koh Samet

## Věnujete se turistice?

Zapojte se do celostátní akce!

Že bezbariérové cestování není již neznámým pojmem, dokazuje i akce „**Jedeme taky** aneb **Cestování podle Vás**“. Cílem této akce je upozornit na překážky, se kterými se při cestování setkávají osoby se specifickými potřebami, a také poukázat na dobré příklady, které potřeby těchto osob při trávení jejich volného času respektují.

Pokud rádi či často cestujete, pak je tato akce určena právě Vám. Zapojit se do ní můžete zasláním textových či fotografických příběhů o Vašich dobrých či špatných zkušenostech, které jste při cestování získali. Pravidla akce a další informace jsou k dispozici na [www.project-athena.cz](http://www.project-athena.cz) v sekci „Cestování podle Vás“.



Akce je realizována v rámci projektu „**ATHENA na cestách**“ a je spolufinancována Evropským sociálním fondem prostřednictvím Operačního programu Lidské zdroje a zaměstnanost a státním rozpočtem ČR.

Pavla Zajoncová,  
KAZUIST, spol. s r. o.

## Citát na dovolenou

Kdo viděl  
rozbouřené moře  
a rozbouřenou ženu,  
spíše by politoval  
manžela  
než námořníka.

Victor Hugo

# Vytiskněte si leták z internetu a nalepte jej na okno auta hříšníka

## Na výhodách pro řidiče s postižením nelze parazitovat

Nezisková organizace **Acta non verba** zahájila v březnu projekt **proti zneužívání parkovacích míst pro invalidy zdravými lidmi**. Zahájení projektu proběhlo na konferenci zdravotně postižených INSPO v Kongresovém centru v Praze.

Veřejnosti byl představen zejména hlavní prvek projektu. Jde o leták s textem: „Ten, kdo zneužívá výhod tělesně postižených občanů, ačkoliv je sám zdravý, žije jako parazit na úkor společnosti!“ Leták bude možno nalepit na okénko automobilu neoprávněně parkujícího na místě pro invalidy. Na konferenci bylo 2 000 kusů letáku k dispozici zdarma. „Leták je poněkud kontroverzní, ale nazývá věci pravými jmény“, dodává ředitel společnosti Vojtěch Razima.

Zneužívání označení invalida za sklem auta k parkování na vyhrazených místech se stalo běžným jevem. Málokdo se už pozastavuje nad tím, když z luxusního nového auta s protekční značkou vyskočí křepký mladík se svojí slečnou nebo vážený otec od rodiny. Společnost **Acta non verba** získala více než **100 fotografií s 37 auty takových „invalidů“**. Ředitel Razima se domnívá, že většina těchto zdravých nemocných „invalidů“ získala označení podvodem nebo úplatkem. „Podali jsme trestní oznámení. Sto fotek je dost na to, aby policie mohla najít společné znaky a příslušným úředníkům sdělit obvinění. Další fotografie budou přibývat.“

Leták a vybrané fotografie jsou k dispozici na adrese [www.kverulant.org/invalide.html](http://www.kverulant.org/invalide.html).

(pp), foto [www.kverulant.org](http://www.kverulant.org)



### Další informace:

Acta non verba, o. p. s., ředitel Vojtěch Razima, mobil: 602 547 235, info@kverulant.org, www.kverulant.org.

## Acta non verba

Společnost **Acta non verba** byla založena v roce 2009. Jde o „watchdog“ organizaci. Cílem je vyvolávat tlak veřejnosti, tento tlak podporovat, koordinovat a uplatňovat a tak dosahovat pozitivních změn ve veřejném životě. Latinský název **Acta non verba** lze přeložit: „**Ne slova, ale činy.**“



**Ten, kdo zneužívá výhod tělesně postižených občanů, ačkoliv je sám zdravý,**

**žije jako parazit na úkor společnosti!**

**...jednou i vy můžete potřebovat pomoc!**

Omlouváme se všem, kdo užívají značku invalida oprávněně. Naším cílem je napravovat věci ve prospěch společnosti. Pokud znáte případy výše uvedeného zneužívání, kontaktujte nás.



NE SLOVA, ALE ČINY  
[kverulant.org](http://kverulant.org)

## Vozíčkáři mohou DO SPECIÁLNÍ AUTOŠKOLY

Pro zájemce z celého **Moravskoslezského kraje** je od začátku května připravena unikátní **autoškola – pro vozíčkáře**.

Společnosti **APICZ**, **Autoškola Mader** z Frýdku-Místku a **Centrum Comeback SVK** se spojily, aby zajistily tuto chybějící službu pro zdravotně postižené osoby.

Podle slov Radka Krupy, předsedy Sportovního klubu vozíčkářů Frýdek-Místek, totiž příprava řidiče s postižením vyžaduje speciální úpravu automobilu, stejně tak jako je nutný specialista z řad lektorů přípravy řidičů. **Jezdit se bude ve Škodě Fabii** a do autoškoly se už přihlásili tři zájemci. Klub SVK se zároveň bude snažit pomoci sociálně slabým frequentantům získat finanční dar z českých nadací v případě, že by si musel klient na účast v kurzu zajistit ubytování. Podle Radka Krupy rovněž pomohou při sestavení žádosti.

■ **APICZ, s. r. o. ([www.apicz.com](http://www.apicz.com)).**

Největší podíl na zrodu této služby má společnost **APICZ** – jednička na trhu upravovatelů automobilů pro těžce zdravotně postižené osoby.

■ **Autoškola Mader, ([autoskola.mader@seznam.cz](mailto:autoskola.mader@seznam.cz)).**

Zárukou zkušeného lektorského zajištění je **Autoškola Mader**, která je v našem regionu považována za jednu ze tří nejlepších autoškol.

■ **SKV F-M ([www.skvfm.com](http://www.skvfm.com)).**

Klub se na tomto projektu podílí zajištěním studovny v Centru Comeback, tedy prostředí 100% bezbariérové pro teoretickou výuku větší skupiny vozíčkářů.

### Kontakty:

SVK F-M, Malý Koloredov 811, 738 02 Frýdek-Místek, tel.: 558 628 836, mobil: 420 608 708 523, [skvfm@skvfm.com](mailto:skvfm@skvfm.com), [www.skvfm.com](http://www.skvfm.com),

(bf)

Ilustrační foto: Škoda Fabia



# Jak láska, sex a humor pomáhají přežít „salta mortale“

## Procházka se srdcem na dlani

Říká si Šedý vlk. Tato přezdívka vznikla, když se mu překulila čtyřicítka a on měl najednou malou pleš a čím dál více šedivých vlasů. Začali mu tak říkat kamarádi z oddílu stolního tenisu. (Hrál jej dvacet let závodně, nedaroval žádnému soupeři ani míček zadarmo a bojoval o co nejlepší výsledek jako vlk o svou kořist.)

Kamarádů má dodnes moře a líbí se mu, že ho pořád berou jako zdravého chlapa, takže bowling či dámu na internetu si rozdávají bez jakýchkoli úlev: vozíčkář Josef Procházka z Prahy.

• **Ahoj Pepo, co si dáš? Mohl bych ti nabídnout trochu vína, džus nebo raději čaj? Na radu jedné léčitelky jsem si koupil Roibos – chutná zajímavě a je prý děsně léčivý. Ted' mě napadlo: jak vůbec vnímáš alternativní medicínu?**

Jestli mohu, tak nejraději mám červené víno, které je pro mne spolu s manželkou novou krví po šedesátce. Spím pak podle ženy jako nemluvně. V mládí jsem měl po dobrém vínečku „myšlenky chlupaté“, ale nyní držím krok s novou dobou a myšlenky mám holátkové. Spíš se snažím jako kmet v nejlepších letech, abych neztratil se svou ženou ten nejkrásnější kontakt, který znám. Mít manželku o 22 let mladší je mnohem víc než milionová výhra ve Sportce. Mazlení a milování mám i ve svém věku raději než pití urologického čaje, který také nemá chybu, protože pomáhá a chrání. Nejvíc však chrání moje zdevastované ledviny paraplegika točený Prazdroj. A milování s manželkami nebo milenkami by mělo být jednoznačně zařazeno do alternativní medicíny. Já při něm procvičím všechny funkční i nefunkční svaly, které mi zbyly a stačím na to sám. Nic to nestojí, nemusím dojíždět na rehabilitaci a výsledek je vidět ihned. Nejen na mně, ale ještě víc na spokojeně manželce. Milovat a být milován je to nejhezčí a nejlepší co znám. A v mém stavu to platí dvojnásob.

• **Asi znáš otázku, která automaticky vylítne téměř z každého člověka v momentě, kdy se ocitne na dně: Proč zrovna já? Takže jaký je tvůj příběh o vozíčku a proč zrovna ty?**

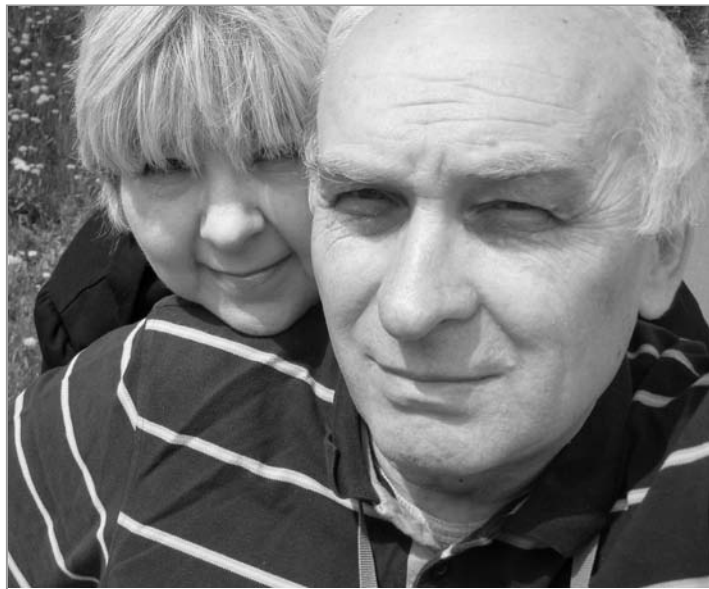
Ano, také mě napadlo, proč zrovna já a proč na kole a ne v autě, které je mnohem rychlejší. Ale na dně jsem nikdy

psychicky nebyl a ani psychologa jsem nepotřeboval. Začal jsem, když už to trochu šlo, něco dělat. Musel jsem zaměstnat mysl, abych neměl čas připouštět si svůj stav. Začal jsem s něčím, na co jsem dřív neměl čas ani pomyšlení: psal jsem obyčejnou tužkou jen tak na papír básničky, a když pak byl počítač, hodil jsem to do Wordu a ještě vylepšil. Potom jsem psal veselé

příhody, které jsem zažil v životě i v nemocnici. A hodně mi pomohlo dobít baterky, když se mým dvěma synům narodily čtyři dcery, tedy moje vnučky. Třeba hlídání Lucinky jsem si usnadnil tím, že jsem ji vždy posadil na koleno, ukazoval jí v počítači zvířátka a pouštěl jí veselé a melodické písničky. Moc se jí to líbilo a mně také. Poznávala většinu zvířátek a v té své hatla – patla mluvě je jmenovala po svém, hafala u pejska a mňoukala s kočičkou a já automaticky s ní. Bylo to nádherné, a když v sobotu a v neděli Lucinka nepřišla, moc mi chyběla.

• **Z úst několika vozíčkářů jsem už slyšel, že veřejnost je vůči handicapovaným lidem čím dál vstřícnější. Přesto jde stále o psychiky na dvou různých vlnách. Máš osobní recept na jejich sblížení, na co nejsnadnější odbourávání případných diskriminací?**

„Veřejnost je k nám vozíčkářům opravdu mnohem vstřícnější. Když jedu k lékařům sám a žena je v práci, vždy někdo pomůže překonat několik vysokých a nebezpečných nájezdů ze silnice na chodník a zpět, abych se nepřevrtil. Nájezdů je v Praze 6-Řepích na dvou kilometrech k poliklinice a zpět celkem šest. I na úřadech si nemohu stěžovat na lidi. Snad jen na úzké dveře, kterými na mechanickém vozíku neprojedou, takže řeším důležité věci na chodbě. A TO SE MI ZDÁ VEL-



Pepík Procházka s manželkou Renátou

MI NEDŮSTOJNÉ V NAŠEM STOLETÍ.“

• **Myslíš, že současný svět podvodů se na vozíčkářích podepisuje nebo spíš nepodepisuje s plnou dravostí?**

Nejde jenom o podvody, ale také o obyčejnou blbost. Například každý zdravý člověk má několik párů bot, ale když dostanete nový vozík, tak ten starý se musí ekologicky zlikvidovat. To je ovšem největší pitomost, jaká existuje, a chtěl bych vidět na vlastní bulvy toho „exota“, kterému se to v jeho jen zdánlivě nepostížené kebuli vylíhlo. Když si koupíte nové boty, tak ty starší, které vám ještě taky slouží, přece nevyhodíte! S vozíkem je ovšem postup následující: když se porouchá (nejenom mně) a je nepojízdný, závidu nejdřív nahlásím lékaře. Pak vozík musí vidět, a hlavně potvrdit závidu, servisní technik. Poté jde papír s požadavkem od lékařky k reviznímu lékaři. Jakmile ho potvrdí, teprve potom dostanu poukaz na opravu a mohu zavolat opraváře! A ten nepřijede hned, čekám na něho týden i déle... Takže nemít od kamaráda půjčený jeho rezervní vozík, nevylezu z postele třeba i pár týdnů a budu samý dekubit!!! Moje pracně nabytá fyzická tak bude v háji a budu potřebovat člověka na pomoc, i když za normálních okolností si poradím sám. Navíc všechny vozíky jsou mnohonásobně předražené. Ty elektrické

stojí víc než nové auto, přes 200 000 Kč! Mechanické vozíky kolem 50 000 Kč! Firmy vědí, že to stát či VZP uhradí, tak je pěkně natáhnou a jim je to jedno.

• **To je opravdu velké téma pro nápravu v systému... Ale vraťme se teď k tobě samotnému. Jsi podruhé ženatý. Co podle tebe znamenají ženy v životě vozíčkáře?**

Moje žena je pro mne to nejdůležitější, co v životě mám. Přál bych takový nádherný vztah všem vozíčkářům. Jezdíme spolu na výlety autem, autobusem, tramvají či jen na vozíku po okolí. Já se utahám a žena se pěkně projde. Dáme si cestou kávičko, někdy i zmrzlinu nebo pivínko a v klídku a pohodě někde posedíme. Bez mojí ženy si nedovedu svůj život vůbec představit. Ona to cítí taky tak. Když čtu v Blesku všechny ty nevěry našich „celebrit“, mohu směle prohlásit, že jako jeden z mála mužů na celistvém světě své manželce nebudu nikdy nevěrný. Nemám tu potřebu, protože to, jak se mi věnuje a na oplátku se já věnuju zase jí, nás oba maximálně uspokojuje. Doma pomáhám se vším, na co mi síly stačí a všechno, co s mojí ženuškou prožívám a užívám si, o tom se mi nezdálo ani v nejoptimističtějším snu. Žijeme naplno náš společný život a dokonce lépe než většina zdravých lidiček.

• **Láska, sex a humor. Mají tyto fenomény společného jmenovatele v tvé domácnosti?**

Láska a sex je pro mne i v mém věku pořád něco nádherného, a když se zamilujete v šedesáti a rozumíte si s vaší krásnější polovičkou téměř ve všem, pak je život nádherný a nic není nemožné. I to novomanželské zařizování naší nové domácnosti od lžiček přes všechno potřebné až po ledničku a sedačku.

Jako paraplegik s velkou radostí zjistíte, že váš intimní život může být velmi bohatý a uspokojující nejen pro manželku, ale hmatově a hlavně pocitově i pro mužička, který je ochrnutý od prsních bradavek až dolů. Láska, sex a humor se v našem manželství prostě prolínají.

Na vojně mi v letech 1965–67 politruk doporučoval k rozšíření obzorů Stalinovy a Leninovy sebrané spisy. Já mám ale lepší sbírku – vlastní sbírku „Sebraných Špacírových vtipů.“ Vybírám je z mailů, které mi posílají kamarádi i manželka.

• **Píšeš také erotické povídky. Jak ses k nim dostal? Vidíš je v obrazech?**

K erotickým povídkám mě přivedly – po mém úrazu v roce 1999 – vzpomínky na to, co bylo a o čem jsem naivně předpokládal, že už nikdy nebude. Nenapadlo mě, jak se hluboce mýlím. Pesimistické myšlení mi změnila až moje druhá žena v roce 2006 v pražském Centru Paraple. Nyní vedu citově a fyzicky mnohem bo-

hatší, něžnější a krásnější sexuální život, než jsem vedl dřív, a jsem také více chválen. Spát vedle maximálně uspokojené a ukojené manželky mi dává křídla a to nemusím vypít ani žádný energetický nápoj. Zároveň si nesmírně vážím svojí ženušky Renátky za to, že mě také miluje a stará se o své „velké mimino“ (o mě) s takovou láskou a trpělivostí. Důležitá a podle mého hodně opomíjená je v manželství a partnerství komunikace o sexu. Chce to nasměrovat jeden druhého a poradit partnerovi, co se nám líbí. Nebát se a nestydět se navzájem si vylepšit požitek z milování. Naprostá důvěra a otevřenost jednoho k druhému nás nejlépe vynesou až k branám sedmého nebe.

Po nádherném večerním milování, když ženuška slastně usne, přemýšlím a ukládám si do svého „harddisku“ v hlavě všechno to skvostné, abych ji příště ještě mileji překvapil.

• **Uvažoval jsi o principech života, poslání člověka, případně o Bohu už před tím, než ses dostal na vozíček? A mění se tvoje názory s věkem?**

V Bohu jsem nikdy nevěřil, ale když mi bylo po úraze hodně ouvej, vzpomněl jsem si na něho a vyčítal mu, kde byl, když jsem potřeboval Boží pomoc. Napsal jsem mu i velmi smutnou básničku za vnuka Míšu. Ve čtyřech letech mu doktoři našli ten nezhoubnější nádor na mozk. Žádal jsem Boha, aby si raději vzal mě a malého Míšu tu nechal. Já jsem si své užil a Míša měl celý život ještě před sebou. Když po roce, den po Vánocích, náš Míša zemřel ve věku pěti let, bylo ve mně tolik žalu, že jsem se musel vybrečet. A nestyděl jsem se za to. Největší bol je ten, když vám zemře někdo nejbližší z rodiny, vnouče či dítě. To se nedá popsat slovy a nikomu to nepřejí. Je to nejsilnější bolest, horší než byla ta moje po úraze.

• **Kdyby ti zlatá rybka mohla splnit tři přání, která by to byla?**

Moc bych si přál, aby vědecké týmy na celém světě odhalily během několika let tajemství opětovného propojení míchy. Aby se postupně, hlavně mladým vozíčkářům, dařilo ovládat na sto procent stolicí i moč a vrátil se jim třeba jen poloviční cit do všech končetin. Já se toho asi nedožiji, ale věřím, že v roce 2046, na výročí mojí nedožité stovky, už budou vozíč-

ky k vidění jen v muzeu.

Za druhé bych si přál, aby naši politici na všech úrovních hospodařili transparentně a poctivě s našimi daněmi a dluhy a deficity zaplatili snížením svých nehorázných platů a nezdaněných náhrad. Z nás obyčejných lidí tahají každoročně tisíce korun na zalepení děr ve státním rozpočtu a druhou stranou z toho stejného pytle utíkají desítky miliard na korupce.

Jak je možné, že kilometr české dálnice je osmkrát dražší než té německé, když české platy jsou čtyřikrát nižší než ty na západě? To není nikomu divné?

A mým třetím přáním by bylo najít nakladatelství, které by vydalo naše erotické povídky. S manželkou jsme totiž napsali 250 erotických příběhů jak z našeho života, tak i z vyprávění přátel. Většina těchto příběhů vyšla v časopisech Erotikon, MiniCats, Leo čtení a v TO. Když byly dobré pro celostátní časopisy, tak by si je určitě přečetlo dost lidiček, kteří ještě neobjevili to, co jiní. Nejen ze zvědavosti, ale také pro poučení a hlavně jako rady do života, což by nám udělalo velikou radost. Vzdali bychom se i honoráře, protože většina povídek nám byla již zaplacená. A nejsme politici, abychom chtěli a měli vše placeno třikrát.

Setkání s energií nabitým Pepou Procházkou samozřejmě nelze ukončit jinak než vešele. Takže na závěr je tady jeden z jeho Špacírových vtipů.

„*Bolí mě ouško, stěžuje si dívka na lavičce v parku svému mládenci. Ten ji ouško políbí a ptá se, jestli ještě bolí. „Ani trošku, ale začal mě bolet krk!“ Mladík ji opět políbí na krku a ptá se, zda ji ještě něco bolí. „Už ne“. odpoví dívka. Vedle na lavičce sedí starší pán. Nakloní se k mladíkovi a ptá se: „Hemeroidy také léčíte?“*

Rozmlouval Jiří Muladi  
Foto: archiv Pepy Procházky



# Jak Lord opatroval Bena

## Může mezi asistenčními psy existovat opravdové kamarádství?

Může mezi asistenčními psy existovat opravdové kamarádství? Myslím si, že ano. Posuďte sami...

V listopadu 2009 musel náš „asistenční senior“ a Lordův kamarád Ben na operaci. Udělalo se mu pod kůží několik tukových boulí, „lipomů“. To je u starších psů celkem běžný problém, ale tři lipomy (dva na hrudníku a jeden v tříselech) byly už dost velké a navíc hrozilo, že by mu mohly začít vadit při pohybu. Po konzultaci s naším veterinářem i s „dvorním veterinářem“ Pomocných tlapek dr. Böhmem jsme se rozhodli dát lipomy odstranit. Beník tedy musel na operaci...

I přes opatrné dávkování anestetik (Benovi už bylo více než 11 let) mu narkóza dala hodně zabrat a 30 stehů také není zrovna málo. Odpoledne po operaci Beník ještě nedokázal ani sám vstát. Když jsem ho postavil, na nohou se držel jen taktak a nebyl schopen udělat více než jen pár opatrných a pomalých kroků. Vůbec mu nebylo dobře a bylo to na něm vidět.

Večer jsem přivedl (nebo spíše přinesl) Bena domů a položil jsem ho na jeho pelíšek. Lord k Benovi opatrně přišel a bylo jasné, že ho Benův stav také překvapil. Opatrně očichal Benovy čerstvě zašité rány, pak odešel asi o dva metry dál, lehl si a dlouze se na Bena díval. Jako by přemýšlel. Věděl, že jeho parťák a kamarád Ben má nějaký problém, a bylo na něm vidět, že je z toho také překvapený a zmatený.

V dalších dnech se jinak docela „akční“ Lord k Benovi choval až nečekaně opatrně a ohleduplně. Prvních pár dní jsme je venčili každého zvlášť. Několik dní Ben nebyl schopen dojít až na naše obvyklá „venčící“ místa. Ty rány jednak musely bolet, ale také chvíli trvalo, než se z těla vyplavila všechna ta anestetika. I těch pár metrů před dům mu dávalo docela zabrat. Ale pokaždé, když jsme přišli s Lordem domů, jeho první cesta vedla k Benovi. A pokaždé, když jsme přicházeli domů

s Benem, Lordík už na nás čekal ve dveřích. Ben se ale den ode dne lepšil a po pár dnech jsme je už mohli vzít na pomalou společnou procházku. Jak byl ale vždycky Lord při venčení aktivní, všechno musel prozkoumat a očichat, teď chodil pomalu a klidně po chodníku, pár metrů před Benem, každou chvíli se zastavil, otočil a počkal, až ho Ben dojde. A občas k Benovi natáhl čumák, jako by se ptal: „Tak co? Dobrý?“

Jednu věc jsem ale nikdy před tím a ani nikdy potom doma neviděl. Stávalo se to jen v té době, kdy Benovi opravdu nebylo dobře. Když Ben ležel na koberci, Lordík k němu přišel, opatrně si před něj lehl a Ben si položil na Lorda bradu. Lordík tak vlastně dělal Benovi živý polštářek. Nebo jen chtěl být k Benovi co nejbližší? Nebo že by to snad bylo něco jako psí polohování? Kdo ví... Bylo ale vidět, že Benovi to je příjemné. Vydrželi spolu takhle ležet i dost dlouho. Někdy při tom i oba spokojeně usnuli.

Lord v té době jasně ukázal, že je opravdu asistentem „od srdce“. Poznal, že Benovi není dobře, ale na asistenci jinému psovi vycvičen nebyl. Nakonec si ale sám našel své ryze psí způsoby, jak Benovi pomoci. A tak i Lordík má velkou zásluhu na tom, že to Beník všechno zvládl a že se jeho rány rychle a dobře zahojily.

Děkuju, Lorde!

Ladislav Metelka



Lordík (vpravo) dělal Benovi po jeho operaci živý polštářek. Nebo mu jen chtěl být co nejbližší? Možná to bylo něco jako psí polohování. Bylo vidět, že Benovi to je příjemné. Vydrželi spolu takhle ležet dost dlouho. Někdy při tom i oba spokojeně usnuli.

# Dávat je větší štěstí než brát

**Těžce zdravotně postižení lidé to nemívají vždy jednoduché. Jejich život bývá mnohem kvalitnější a šťastnější, mají-li vedle sebe člověka, který o ně celoživotně pečuje. Těmi obětavými lidmi jsou většinou naši nejbližší příbuzní a přátelé. Jim všem patří náš obdiv a dík.**

Pro mne jako pro člověka s těžkým zrakovým a tělesným postižením to byl můj životní partner, přítel, rádce a průvodce, milující manželka v jedné osobě paní Aida Linhartová. Jí patří mé obrovské poděkování, tichá vzpomínka.

Narodila se 14. dubna 1954 v Opavě. Pocházela z pedagogicko-zdravotnicko-hudebnické rodiny. Její tatínek hrál v Janáčkově filharmonii v Ostravě na flétnu. Odtud pramení původ jejího nádherného jména Aida. Sudičky jí daly do vínku fyzickou krásu, vrozenou inteligenci, ušlechtilost, cit, hudební a výtvarné nadání. Jako své budoucí povolání si vybrala profesi výtvarnice-grafičky. Vážná hudba se stala jejím celoživotním koníčkem. Moc pěkně kreslila a malovala, navrhovala plakáty, grafiku, věnovala se zahradní a bytové architektuře, módnímu návrhářství, designu a šperkařství. Ráda četla, cestovala, skvěle vařila, pekla a bavily ji i ruční a řemeslné práce. To, co dělala, dělala s chutí a s láskou. Proto to bylo znát i na výsledku. Typickými vlastnostmi mé paní bylo pozitivní myšlení, kladný vztah k životu a k lidem, přirozená autorita, ochota naslouchat, snaha pomáhat druhým, upřímná víra v Boha a pokora. Chránila vše malé, staré, bezbranné a slabé. Bylo pro ni hračkou cokoli zorganizovat, zajistit a domluvit. Pro její charisma a osobní kouzlo byla vyhledávána lidmi, s nimiž ráda komunikovala.

Zhruba před dvaceti lety ji postihlo onemocnění, v jehož důsledku zůstala trvale upoutána na invalidní vozík. Přes svůj handicap dokázala i nadále vést krásný a bohatý život. Ani v této fázi nemyslela na sebe, nýbrž na druhé. Seznámili jsme se v roce 1976, dva roky po mém těžkém úrazu. Z nemocnice jsem odcházel jako člověk s vážným zrakovým a tělesným postižením. Tento handicap nebyl pro mou budoucí životní partnerku sebe-menší překážkou. Stala se mou hodnou ženou, vzornou manželkou a mýma očima. Chodila do práce, pečovala o domác-

# Všeobecná zdravotní pojišťovna radí

nost, starala se o mě a vychovávala se mnou dceru Barborku. Měli jsme mnoho společných zájmů. Jezdili jsme na výlety, navštěvovali památky, muzea a galerie. To, co jsem nemohl svým zrakem postihnout, mi trpělivě vylíčila a popsala. Často mě brala za ruce a pokládala je na předměty. Vedli jsme nikdy nekončící dialog. Hlava rodiny, jakou moje žena byla, mne podporovala i při vysokoškolských studiích. Předčítala, načítala a přepisovala mi přednášky a texty. Obdivoval jsem její neskutečný záběh, fyzický a duševní potenciál. Všem u okolí, včetně mě, neustále dodávala novou a novou energii. Často opakovala, že mozek a ruce nesmí zahálet, jinak zpožodí a zakrní. Pomoc druhým brala jako samozřejmost a obvykle k ní přidala úsměv a milé slovo.

S velkým úspěchem absolvovala řadu výtvarných a dovednostních soutěží a přehlídek včetně aktivit v rámci hnutí zdravotně postižených. V průběhu 90. let minulého století se pravidelně se mnou účastnila soutěže pracovních dovedností ZP – národní abilympiády v Pardubicích. Jejími soutěžními disciplínami byly kresba, návrh plakátu, studená kuchyně a cukrářství. V roce 1995 jsme oba reprezentovali Českou republiku na International Abilympics v australském Perthu.

To všechno a mnoho dalšího včetně lásky, něhy, štěstí, porozumění, tolerance a vřidnosti přerušila její náhlá smrt. Zemřela 17. dubna 2010 ve věku 56 let. Její oči nahrazující mé, které uměly provázet, milovat, chránit, hladit, se pro mne navždy zavřely. Odešel milý, skromný a laskavý člověk s velkým srdcem, naše velká opora. Zůstala po ní obrovská meze, ale také hezká vzpomínka. O ni jsem se chtěl podělit s těmi, kdo jste ji znali. Ale i se všemi, kteří mají vedle sebe takového vzácného člověka, jakým byla moje paní Aida Linhartová!



Milan Linhart

## ■ Za jakých podmínek můžeme dostat polohovací lůžko pro nepohyblivého člena rodiny, o kterého pečujeme doma?

Polohovací lůžko může být předepsáno a hrazeno z prostředků veřejného zdravotního pojištění pro domácí ošetřování **jen pacientovi ze zdravotních důvodů trvale upoutanému na lůžko a se zvýšeným rizikem tvorby proleženin**. Může se jednat o pacienta **bez schopnosti aktivního pohybu** zcela odkázaného na pomoc druhé osoby, nebo o pacienta trvale upoutaného na lůžko sice se zbytkovou schopností aktivní hybnosti, ale zároveň s některým z onemocnění výrazně zhoršujících stav kůže a podkoží, což zvyšuje náchylnost k proleženinám.

Poukaz na polohovací lůžko pro domácí ošetřování vystaví pacientovi jeho **ošetřující lékař příslušné odbornosti – ortoped, neurolog nebo rehabilitační lékař**, a ten ho také předkládá **ke schválení reviznímu lékaři**. Bez jeho souhlasu nemůže být tento zdravotnický prostředek vydán. Schválen bude pouze při předpokladu dlouhodobého ošetřování pacienta v domácím prostředí.

Polohovací lůžka jsou buď mechanická nebo elektrická. **Úhrada elektrického polohovacího lůžka je možná v případě, že pacient je schopen sám se polohovat pomocí elektrického nastavení lůžka**. Jen výjimečně je možná, pokud pacient není schopen takto se sám polohovat a současně osoba, která o něj pečuje, není pro svoji poruchu hybnosti prokazatelně schopna obsluhovat polohovací lůžko mechanické. Tato porucha hybnosti musí být navrhujícím lékařem doložena. **V ostatních případech je schvalována úhrada polohovacího lůžka mechanického**.

Polohovací lůžko může být pojištěnci poskytnuto max. jednou za 10 let. Nemusí ale dostat nové, přednost má vždy zapůjčení repasovaného zdravotnického prostředku. Polohovací lůžka totiž patří mezi ty zdravotnické prostředky, které se pacientovi **zapůjčují a zůstávají majetkem pojišťovny**; případné pozáruční opravy v tomto případě hradí pojišťovna.

Poukaz má platnost 30 dnů; v této lhůtě je třeba ho předložit dodavateli (např. výdejně zdravotnických prostředků). Polohovací lůžko pak bude vydáno v sídle

dodavatele, pokud s ním není dohodnuto jinak (dodavatelská firma zajistí dopravu na adresu pojištěnce). Součástí předání je i poučení o způsobu užívání zdravotnického prostředku a sepsání Smlouvy o výpůjčce s klientem.

\* \* \*

■ **Chtěla bych se zeptat na možnost pečovatelské služby hrazené VZP. Můj soused se stará o svoji těžce nemocnou manželku. Potřeboval by alespoň občasnou profesionální pomoc. Má na něco podobného nárok? Existuje nějaký stupeň pomoci hrazené VZP, aby nebyl nucen svou manželku dát do ústavu?**

Všeobecná zdravotní pojišťovna může ze zdravotního pojištění v souladu se zákonem č. 48/1997 Sb. hradit **pouze smluvním lékařem indikovanou zdravotní péči sledující léčebné účely**. To nejspíš **není pečovatelská služba**, na kterou se ptáte. Mezi zdravotní péči hrazenou z veřejného zdravotního pojištění však patří **domácí zdravotní péče, po-**



**skytovaná na základě doporučení registrujícího praktického lékaře**, registrujícího praktického lékaře pro děti a dorost nebo ošetřujícího lékaře při hospitalizaci. Tuto péči poskytují většinou zdravotní sestry.

Zdravotními pojišťovnami jsou tedy hrazeny ty výkony v rámci domácí péče, které byly registrujícím praktickým **lékařem indikovány a mají charakter zdravotní péče**. Například, když zdravotní stav pacienta vyžaduje pravidelnou injekční léčbu, podávání infuzí, odborné ošetřování či rehabilitaci, cévkování, odběr krve pro laboratorní vyšetření atd. **S požadavkem na předpis domácí zdravotní péče je třeba se obrátit na prak-**

**tického lékaře pacienta.** Domácí péče bývá poskytována zejména klientům odkázaným na ošetřování druhou osobou pro svoji imobilitu, dezorientaci a inkontinenci.

Domácí péče jako taková samozřejmě může kromě zdravotní péče obsahovat také **sociální pomoc, kterou však ze zdravot. pojištění uhradit nelze.** Většinou jde o péči, kterou si klient musí uhradit sám (např. pomoc při osobní hygieně, donáška obědů, zajištění nákupů či úklidu atd.). Jistě by v daném případě nebylo od věci obrátit se **na sociální odbor místního/městského úřadu** s dotazem na možnosti čerpání péče, resp. příspěvků na péči ze sociálního pojištění. Existuje např. příspěvek s ohledem na bezmocnost. Úplný výčet možností však je třeba ověřit právě na sociál. odboru MÚ.

Všeobecná zdravotní pojišťovna má uzavřeny **smlouvy s více než 500 zařízeními, která poskytují domácí zdravotní péči (home-care).** Některá z nich fungují dokonce 7 dní v týdnu. Platby, které od pojišťovny dostávají, jsou pak diferencované podle dostupnosti této péče klientům. Zdravotní péče je jim hrazena na základě seznamu zdravotních výkonů s bodovými hodnotami, tzn. úhradou za poskytnuté zdravotní výkony. VZP ČR uhradila v kapitole „domácí zdravotní péče – odbornost 925“ např. v roce 2006 příslušným zařízením více než 682 milionů korun.

\* \* \*

■ **Manželka po úrazu nemůže chodit a bude potřebovat invalidní vozík. Jaký je postup při jeho získání a za jakých podmínek by mohla dostat vozík elektrický?**

Rozhodnutí o vhodné léčbě či kompenzační pomůcce je v kompetenci ošetřujícího lékaře, který zná pacientův celkový zdravotní stav. Mechanické a elektrické vozíky včetně příslušenství patří mezi kompenzační pomůcky pro tělesně postižené, které pacientovi může předepsat lékař specialista – **neurolog, ortoped nebo rehabilitační lékař, v některých případech také internista,** a to na Půkaz na léčebnou a ortopedickou pomůcku. U mechanických i elektrických vozíků podléhá úhrada z veřejného zdravotního pojištění schválení revizním lékařem; proto musí navrhnout lékař předem předložit příslušnému reviznímu lékaři řádně vyplněnou příslušnou žádanku, ev. další potřebné podklady. V některých případech se na úhradě částečně podílí rovněž pacient.

**Mechanický nebo elektrický vozík je pacientovi pouze zapůjčen.** Podmínkou pro zapůjčení vozíku vždy je, že

somatická a mentální schopnost pojištěnce musí odpovídat ustanovením zákona č. 361/2000 Sb., o provozu na pozemních komunikacích, v platném znění, která se vztahují i na osobu, pohybující se pomocí mechanického nebo elektrického vozíku.

**Předpis mechanického vozíku podléhá schválení revizním lékařem zdravotní pojišťovny.** U pacientů s postižením jedné dolní končetiny je indikován jako pomůcka dočasná (s vyznačením počtu měsíců potřebných k dalšímu lékařskému řešení). U pacientů s postižením obou dolních končetin, které neumožňuje pojištěnci samostatný pohyb, při zachované funkční schopnosti horních končetin, je mechanický vozík indikován pro trvalé použití.

**Schválení úhrady elektrického vozíku z prostředků veřejného zdravotního pojištění (tedy jeho zapůjčení) přísluší krajským revizním lékařům pojišťovny.** Podmínkou pro zapůjčení elektrického vozíku je schopnost pojištěnce bezpečně jej samostatně ovládat při splnění následujících kritérií:

- 1) postižení obou dolních končetin zneumožňující pojištěnci samostatný pohyb, v kombinaci s postižením horních končetin, které neumožňuje bezpečné ovládnutí mechanického vozíku, a to ani mechanismem pro jednu horní končetinu, nebo
- 2) postižení obou dolních končetin zneumožňující pojištěnci samostatný pohyb, při kombinaci se závažným chronickým interním onemocněním (nutno doložit stanoviskem příslušného odborného lékaře včetně výsledků doložících rozsah a závažnost postižení, např. zátěžové testy).

**Postup při podání žádosti o schválení úhrady elektrického vozíku je následující:** Lékař specialista (ortoped, neurolog, rehabilitační lékař nebo internista) v žádance uvede podrobné údaje o onemocnění pojištěnce, specifikaci elektrického vozíku dle platného číselníku a klinické zdůvodnění typu požadovaného vozíku. Musí přiložit vyplněný „Formulář k přidělení elektrického vozíku“, u nezletilých pojištěnců je nutné doložit závazné prohlášení zákonných zástupců dítěte, že plně zodpovídají za bezpečnost jeho i ostatních účastníků silničního provozu v souladu se zákonem o provozu na pozemních komunikacích. Oční vyšetření, které je součástí žádosti, musí být zaměřeno na schopnost řídit elektrický vozík. V závěru psychologického/psychiatrického vyšetření musí být výslovně uvedeno, zda je pojištěnec schopen bezpečně ovládat elektrický vozík v silničním provozu.

Revizní lékař územně příslušný žádajícímu smluvnímu ZZ je zodpovědný za kompletnost a formální správnost materiá-

lů a případně musí ve spolupráci se zdravotnickým zařízením zajistit doplnění podkladů žádosti. Kompletní podkladové materiály pak předá příslušnému krajskému reviznímu lékaři k rozhodnutí o úhradě. O výsledku rozhodnutí je zpětně informován navrhující lékař.

\* \* \*

■ **Zapomněl jsem si vyzvednout své léky a v lékárně mi je teď už odmítl vydat. Léky vydané na prošlý recept by prý pojišťovna lékárně nezaplátila. Jaká je doba platnosti lékařských předpisů?**

Dobu platnosti receptů určuje vyhláška ministerstva zdravotnictví. Nejkratší dobu samozřejmě platí recept vystavený pohotovostní službou včetně stomatologické – nejdéle **jeden kalendářní den** následující po dnu jeho vystavení. Recept na antibiotika a antimikrobiální chemoterapeutika platí **pět kalendářních dnů** počínaje dnem vystavení receptu (pokud nejde o léčivé přípravky na místní použití). Recept na ostatní léčivé přípravky platí **čtrnáct kalendářních dnů** počínaje dnem vystavení receptu. Lékař však může na receptu uvést i jinou dobu platnosti (například 1 měsíc atd.).

Recept s předepsanými léčivými přípravky, jejichž výdej se má opakovat, platí počínaje dnem jeho vystavení **6 měsíci**, nestanoví-li předepisující lékař jinak, nejdéle však 1 rok. Lékař musí uvést na receptu datum vystavení, pokyn k opakování výdeje a číslicí i slovy údaj o celkovém počtu výdejí. Bez těchto údajů není opakování výdeje možné. Lékárník vyznačí každý výdej na receptu razítkem.

Není-li v lékárně k dispozici předepsaný počet balení nebo jestliže jsou na receptu předepsány dva druhy léčivých přípravků, z nichž některý není k dispozici a ani nemůže být urychleně obstarán, vystaví lékárník na chybějící léčivý přípravek výpis z receptu. Na výpis z receptu se vztahuje stejné ustanovení o době platnosti jako na původní recept. Doba platnosti výpisu se počítá ode dne vystavení výpisu, čímž se vlastně prodlouží platnost původního předpisu. Výpis musí být samozřejmě pořízen v době platnosti původního receptu.

Doba platnosti receptů se na dnešních 1, 5 a 14 dnů prodloužila z dřívějších 1, 3 a 7 dnů nově vydanou vyhláškou (č. 54/2008) o způsobu předepisování léčivých přípravků, údajích uváděných na lékařském předpisu a o pravidlech používání lékařských předpisů, která nabyla účinnosti 25. února 2008.

Zdroj: <http://www.vzp.cz>  
Vybral: Petr Dzido



# Naučte se fotografovat s pomocí lektorů!

Kurzy fotografie v bezbariérovém prostředí Institutu digitální fotografie

**Institut digitální fotografie** se nově zaměřuje na pomoc lidem se sníženou pohyblivostí. Chce zpřístupnit fotografii všem, bez ohledu na nějaký handicap. Institut je **vybaven bezbariérově**, a tak zde nečeká žádné nepříjemné překvapení v podobě překonávání překážek.

Institut nabízí dva kurzy, a to **Kurz fotografie pro začátečníky** a **Kurz na téma Portrét**. První seminář je určen úplným začátečníkům, kteří s digitální fotografií (a fotografií vůbec) teprve začínají, druhý kurz je monotematický a věnuje se speciálně portrétu.

## Kurz fotografie pro začátečníky

V první části nabízí seminář teoretické základy v podobě informací o konstrukci a funkci digitálního fotoaparátu zaměřené zejména na jeho správné nastavení a využití jeho možností. Praktická část je zaměřena na osvojení základních fotografických návyků s důrazem na specifika digitální techniky. Frekventanti kurzu mohou používat jak svou, tak zapůjčenou techniku a získat tak konkrétní praktickou zkušenost, která jim usnadní první krůčky v oblasti digitální fotografie.



### Základní osnova semináře:

- Seznámení s konstrukcí a funkcemi fotoaparátu.
- Nastavujeme digitální fotoaparát (probírány budou jen základní funkce jako je ISO, clona a čas).
- Základní informace, jak dostat fotografii z fotoaparátu do počítače, jaké

programy a jak fungují k archivaci fotografií apod.

- Expozice a kompozice.
- Praktické fotografické cvičení v ateliéru.
- Kontrola snímku a rozbor chyb.

V průběhu semináře je možné konzultovat otázky spojené s výběrem digitálního fotoaparátu. **Počet účastníků je omezen na 10** – v případě zájmu se registrujte co nejdříve. Zájemci jsou zařazováni podle data přijetí objednávky.

## Kurz na téma Portrét



Pokud vlastníte třeba i jednoduchý digitální fotoaparát a chcete se naučit pořizovat pěkné portréty či skupinové fotografie vašich přátel, dětí nebo domácích mazlíčků, pak je tohle cesta k novým poznatkům. Pracovat budete v přirozeném prostředí s běžně dostupným materiálem. Lektori vám ukážou, jak fotografovat v domácím prostředí, kde si pomocí jednoduchých „kouzel“ vytvoříte vlastní ateliér.

Fotografování lidí je velmi náročná disciplína, ale také nese nádherné výsledky v podobě fotografií, ze kterých mají všichni radost.

### Na kurzu se naučíte tyto základní dovednosti:

- Přístup k portrétnímu fotografování.
- Fotografování v přirozeném prostředí.
- Práce s modelem (osoba, domácí mazlíček, skupinka přátel).
- Správná přirozená kompozice.
- Výběr vhodných rekvizit a práce s nimi.
- Základní technické minimum (jak využít hloubky ostrosti, jak se zbavit nežádoucích červených očí, práce s bleskem).
- Základní a doporučené příslušenství.

- Využití denního světla při portrétování.
- Základy práce s umělým světlem.
- Úskalí barevné teploty světla.

Kurz doporučujeme absolvovat s vlastním digitálním fotoaparátem, na kterém si osvojíte veškerou probíranou problematiku. K dispozici budou na semináři fotoaparáty nižší třídy.

**Upozornění: Vzhledem k osobní povaze pořizovaných snímků slouží fotografie pouze ke studijním účelům frekventantů a je zakázáno je jakkoli dále šířit. V případě zájmu může IDIF a modelka udělit souhlas k využití fotografie do portfolia autora.**

**Počet účastníků je opět omezen na 10.** V ceně kurzu jsou veškeré náklady na prostor, lektory a modelku. Voda a káva po celou dobu kurzu zdarma.

## Aktuálně vyhlášené termíny a místa konání:

■ **Termín Kurzu fotografie pro začátečníky – 21. 7. 2010**, místo konání: Institut digitální fotografie, s. r. o., Hálkova 2, 120 00 Praha 2 (blízko stanice I. P. Pavlova, metro C), čas: 12–17 h., cena: 1 500 Kč vč. DPH. Registrace: [http://www.idif.cz/cs/reg\\_sem.php?termin=3899&krok=1](http://www.idif.cz/cs/reg_sem.php?termin=3899&krok=1).

■ **Termín Kurzu na téma Portrét – 19. 8. 2010**, stejné místo, čas i cena. Registrace: [http://www.idif.cz/cs/reg\\_sem.php?termin=3900&krok=1](http://www.idif.cz/cs/reg_sem.php?termin=3900&krok=1).

■ Další informace: tel.: 296 200 051, [info@idif.cz](mailto:info@idif.cz), [www.idif.cz](http://www.idif.cz).

## Kdo vyučuje?



### Boris Stojanov

Fotograf na volné noze, se znalostmi sahajícími od obchodu, přes marketing k fotografii a fotografické technice. Jeho práce vynikají minimalistickými detaily a vrozeným citem pro přirozené světlo.



### Marcela Borýsková

Asistent lektora s dlouholetou amatérskou fotografickou praxí.

(pp)

# 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

## Kontaktní osoby:

Miroslav Filipčík a Tomáš Dvořák

### • telefony:

596 914 660 (11–15 h., po–pá)

596 131 202 (9–11 h. po–pá)

• e-mail: poradnaoov@seznam.cz

• http://bariery.xf.cz

### • adresa pro korespondenci

Slavíkova 4409, 708 00 Ostrava 8

• osobní kontakt (nutná telefonická objednávka)

služba je určena pro pohybově postižené z Ostravy a okolí

## Činnost projektu podporují:

- Statutární město Ostrava
- městské obvody Moravská Ostrava a Přívoz, Ostrava Jih, Poruba a Stará Bělá, Radvance Bartovice
- Nadace rozvoje zdraví
- Stavební firma Procházka s.r.o.,
- Projekční kancelář Ing. Milan Blasbalg
- Elektro práce Ivan Šustai
- Vodohospodářské služby Ing. Martin Jaroš.

## S fotákem „bezbariérovou“ Ostravou



Výstavba kruhového objezdu ulic Slavíkova a 17. listopadu v Ostravě-Porubě. Tak toto je představa stavebních firem, jak „bezbariérově“ zabezpečit přecházení výkopu.

Pokud to není z obrázku zřejmé, podotýkám, že **nevýškový rozdíl činní cca 90 mm**, což je pro osoby na ortopedickém vozíku téměř nepřekonatelná překážka.

Přítom existuje **platný právní předpis** (Vyhláška Ministerstva pro místní rozvoj ČR č. 398/2009 Sb. o obecných technických požadavcích zabezpečujících bezbariérové užívání staveb) ve kterém je v Příloze č. 2 v bodě 4 Výkopy a staveniště jasně napsáno:

### 4.0. Řešení pro osoby s omezenou schopností pohybu nebo orientace.

Při nedodržení průchozího prostoru podle bodu 1.0.2. této přílohy nebo při celé uzavírci se navrhně bezpečná a vzdálenostně **přiměřená náhradní bezbariérová trasa a to včetně přechodů pro chodce**. Tato trasa musí být označena mezinárodním symbolem přístupnosti podle bodu 1 přílohy č. 4 k této vyhlášce.

### 4.1. Řešení pro osoby s omezenou schopností pohybu.

**Lávky přes výkopy** musí být široké nejméně 900 mm s **výškovými rozdíly nejvíce do 20 mm** a po obou stranách musí mít **opatření proti sjetí vozíku**, jako je spodní tyč zábradlí ve výšce 100 až 250 mm nad pochozí plochou nebo **sokl s výškou nejméně 100 mm**. Pro pochozí rošt platí obdobně bod 1.1.3. přílohy č. 1 k této vyhlášce.

### 4.2. Řešení pro osoby s omezenou schopností orientace - osoby se zrakovým postižením.

Pro označení výkopů, okrajů lávek na nich a stavenišť platí obdobně bod 1.2.10. přílohy č. 1 k této vyhlášce.

Bohužel praxe ukazuje, že buď z neznalosti či liknavosti stavbyvedoucích, technických dozorů a ostatních provádějících stavebníků se tak neděje. Bezbariérovost je opět přehlížena, i když je zakotvena v platných právních předpisech.

Řešení je v podstatě na nás,

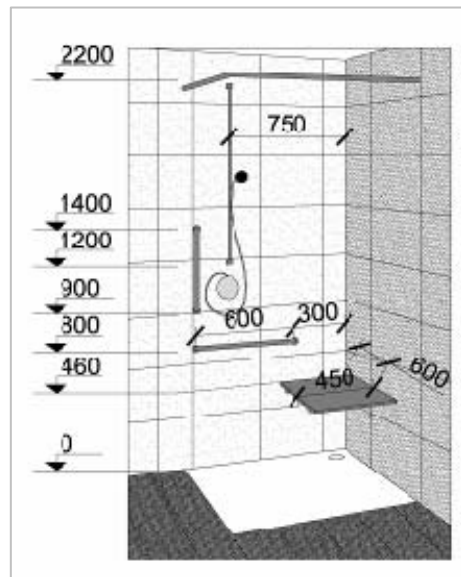
kterým tato skutečnost velmi ztěžuje život. Pokud si totiž nepomůžeme sami, nikdo to za nás neudělá. Doplácíme na neexistenci dotčených orgánů státní správy.

Takže **je na nás, abychom na špatnou přístupnost upozornili** stavební úřady, odbory místních komunikací nebo stavební policii a doufali, že případná sankce donutí stavební firmy příště k dodržování platných právních předpisů.

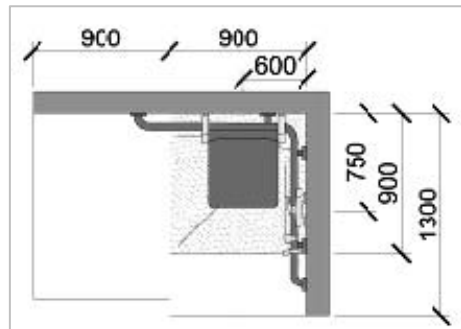
Foto a text: (mf)

## Co možná nevíte

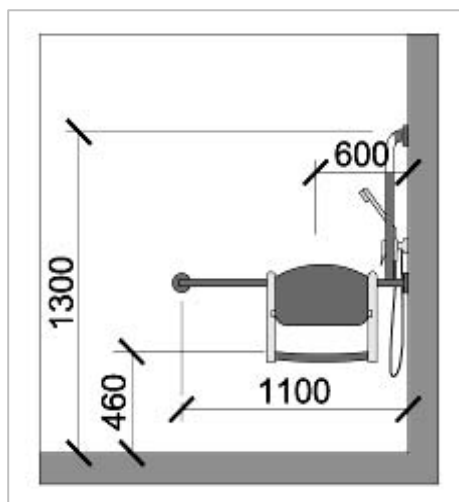
**Sprchové kouty a sprchové boxy** musí mít nejmenší půdorysné rozměry 900 x 900 mm. Vedle sprchového prostoru musí být volné místo pro odložení vozíku, které musí být oddělitelné od vodního paprsku zástěnou nebo závěsem. Pokud jsou použity posuvné dveře, musí být nainstalovány s možností snadného ovládnutí zvenku i zevnitř a s šířkou vstupu nejméně 800 mm. Výškový rozdíl podlahy a dna sprchového boxu nebo koutu může činit nejvýše 20 mm.



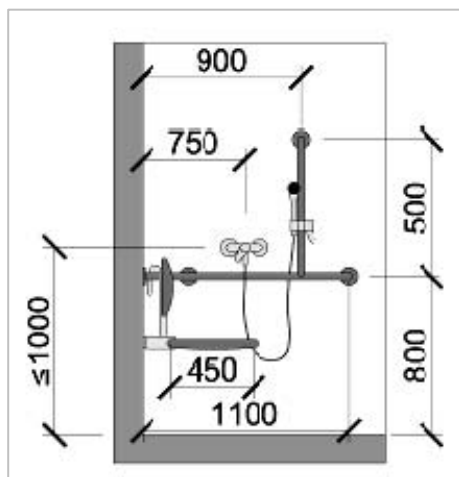
Doporučuje se použití nízkých odtokových sifonů nebo vyspádování ve sklonu nejvýše v poměru 1 : 50 (2 %) do odtokového kanálku podél stěny zakrytého roštem.



V dosahu ze sedátka ve výšce 600 až 1 200 mm a také v dosahu z podlahy nejvýše 150 mm nad ní by měl být ovladač



signalizačního systému nouzového volání.  
Sprchové kouty i sprchové boxy musí být vybaveny sklopným sedátkem o rozměrech nejméně 450 × 450 mm ve výši 460 mm nad podlahou a v osové vzdálenosti 600 mm od rohu sprchového koutu. Na stěně kolmé k sedátku a v dosahové vzdálenosti maximálně 750 mm od rohu sprchového koutu musí být ruční sprcha s pákovým ovládním.



V místě ruční sprchy musí být vodorovné a svislé pevné madlo. Vodorovné madlo musí být ve výši 800 mm nad podlahou, a to nejméně 600 mm dlouhé a umístěné nejvýše 300 mm od rohu sprchového koutu. Svislé madlo musí být dlouhé nejméně 500 mm a umístěno 900 mm od rohu sprchového koutu. Doporučuje se osadit i sklopné madlo v prostoru mezi sedátkem a volným prostorem pro vozík ve vzdálenosti 300 mm od osy sedátka a ve výši 800 mm nad podlahou.

Pro lepší představu si můžete opět prohlédnout grafické obrázky, které výhradně pro tuto rubriku poskytla paní Ing. Renata Zdařilová, Ph.D, za což děkujeme.

Připravil: Mirek Filipčík

**OSTRAVA!!!**

# PROGRAM

Poradenství  
a informace



Liga vozíčkářů, Bzenecká 23, 628 00 Brno

bezplatná linka: **800 100 250**

e-mail:

**poradna@ligavozic.cz www.ligavozic.cz**

## Aktuálně z legislativy

### Zdravotní a sociální pojištění invalidních osob

Na naši Poradnu pro život s postižením se klienti často obracují s dotazy, kdo za ně platí zdravotní a sociální pojištění ve chvíli, kdy se stanou invalidními. Rozhodli jsme se tedy na toto téma zpracovat článek, který problematiku pojištění komplexně popíše.

Pokud se osoba stane invalidní v **I. nebo v II. stupni**, je za ni státem hrazeno pouze zdravotní pojištění. Tato doba se tedy **nepovažuje** za náhradní dobu důchodového pojištění.

Pokud je osoba uznána invalidní ve **III. stupni**, je za ni státem hrazeno zdravotní pojištění a období invalidity se **považuje** za náhradní dobu důchodového pojištění.

Upozorňuji, že pokud je osoba invalidní zaměstnána a pracovní poměr zakládá povinnost platby zdravotního a sociálního pojištění, stát za ni pojištění nehradí. Osobní platby mají vždy přednost před platbami od státu. V případě výdělečné činnosti, která zakládá povinnost platit pojistné, je tedy invalidní pracující osobě odváděno pojistné standardně z hrubé mzdy. Dodávám, že zdravotní a sociální pojištění se neodvádí u dohod o provedení práce.

Zásada přednostních osobních plateb platí také v případě samostatně výdělečné činnosti, zde jsou však v případě podnikání zdravotně postižené osoby nastaveny výhodnější podmínky plateb pojistného. Bližší informace vám poskytnou na živnostenském úřadě, případně na OSSZ či zdravotní pojišťovně.

### Zdravotní a sociální pojištění osob pečujících

Problematika pojištění osob pečujících o osoby závislé na péči jiné osoby je také

často dotazovanou oblastí. **Zdravotní pojištění** je za pečující osobu hrazeno státem v případě, že pečuje o závislou osobu, které náleží příspěvek na péči II. - IV. stupně, nebo pečuje o závislou osobu, které náleží příspěvek na péči I. stupně a která je mladší 10 let.

**Sociální pojištění** je za pečující osobu hrazeno státem v případě, že pečuje o závislou osobu, které náleží příspěvek na péči II. - IV. stupně, nebo pečuje o závislou osobu, které náleží příspěvek na péči I. stupně a která je mladší 10 let. Nárok na úhradu sociálního pojištění má však pečující osoba, která poskytuje **péči v největším rozsahu**, a to pouze v případě, že se jedná **o osobu blízkou**, nebo žijící se závislou osobou **ve společné domácnosti**.

Sociálním pojištěním se v tomto případě stejně jako u invalidních důchodů rozumí to, že doba péče o osobu závislou je považována za **náhradní dobu pojištění pro nárok na důchod**. Pečující osoba tedy nemá nárok na nemocenské dávky, peněžitou pomoc v mateřství, ošetrovné a vyrovnávací příspěvek v těhotenství a mateřství.

Upozorňuji, že pokud je závislá osoba dlouhodobě mimo domov (nemocnice, lůžně...), je za pečující osobu hrazeno zdravotní i sociální pojištění pouze tehdy, když doba pobytu závislé osoby mimo domov nepřekročí 90 dní nepřetržitě nebo 120 dní v průběhu celého roku. V případě, že závislá osoba je mimo domov déle než tuto stanovenou dobu, je třeba, aby si osoba pečující zajistila alespoň placení zdravotního pojištění.

Lucie Marková,  
vedoucí Programu poradenství  
a informace

**Bezplatná linka:  
800 100 250**

Poradna  
B.P.T.

Vy se ptáte...,

...bé-pé-téčko  
odpovídá.

## Poradna Bezbariérového pracoviště tolerance



773 179 500  
608 942 427



socialni.poradenstvi@ibpt.cz

Potřebujete poradit? Nevíte si rady se změnami zákonů, které platí od nového roku? Nevíte, jak správně sepsat odvolání? Jak komunikovat s úřady? Hledáte pomoc a nevíte, na jakou organizaci se obrátit?

**Bezbariérové pracoviště tolerance** nabízí poradenství v oblasti sociálních služeb a pracovních právních vztahů. Služba je poskytována osobám se zdravotním postižením, jejich rodinným příslušníkům a osobám, které se touto problematikou zabývají, popř. pečují o osobu se zdravotním postižením. Služba je poskytována bezplatně.

### Co zajišťujeme?

**Službu poskytují** Veronika Malačová, DiS, Mgr. Kateřina Pešková.

Zajišťujeme:

- **sociálně-právní a pracovní-právní poradenství s možností zajištění zaměstnání, případně rekvalifikace osob se zdravotním postižením,**
- **nabídku vzdělávacích kurzů pro osoby se ZP,**
- **pomoc při jednání s úřady,**
- **poskytování informací v oblasti zaměstnávání osob se ZP,**
- **pomoc při uplatňování práv nebo oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí,**
- **zprostředkování kontaktu s navazujícími službami (poskytujícími odbornou pomoc)**

Další info na [www.ibpt.cz](http://www.ibpt.cz).

### Jak nás můžete kontaktovat?

Osobně přímo v organizaci nebo písemně (písemnost označte „Sociální pora-

denství“): na adrese **B. P. T., spol. s r. o., Bezbariérové pracoviště tolerance, Bohuslava ze Švamberka 4, 140 00, Praha 4.**

Telefonicky na číslech 773 179 500, 608 942 427 a e-mailem na [socialni.poradenstvi@ibpt.cz](mailto:socialni.poradenstvi@ibpt.cz).

Nejzajímavější dotazy budou otištěny v magazínu Vozka.

může poskytnout až 100 % z celkové částky. Pokud odbor neuhradí celou částku, můžete oslovit nadace, které mohou poskytnout zbývající částku pořizovací ceny:

- **NADACE CHARTY 77**, Melantrichova 5, 110 00 Praha 1, tel.: 224 214 452, 224 230 216, 224 225 092, e-mail: [nadace77@bariery.cz](mailto:nadace77@bariery.cz).

- **VÝBOR DOBRÉ VŮLE – NADACE OLGY HAVLOVÉ**, Senovážné nám. 2, Praha 1, P. O. Box 240, 111 21 Praha 1, tel.: 224 217 331, [vdv@vdv.cz](mailto:vdv@vdv.cz).

- **NADACE DAGMAR A VÁCLAVA HAVLOVÝCH VIZE 97**, Voršílská 10, 110 00 Praha 1, tel.: 234 097 811, [www.vize.cz](http://www.vize.cz), [nadace@vize.cz](mailto:nadace@vize.cz).

- **NADAČNÍ FOND MANŽELŮ LIVIE A VÁCLAVA KLAUSOVÝCH**, 119 08 Praha 1-Hrad, tel.: 224 373 701, [www.nadacnifondklausovych.cz](http://www.nadacnifondklausovych.cz), [info@nadacnifondklausovych.cz](mailto:info@nadacnifondklausovych.cz).

- **NADAČNÍ FOND J&T, POBŘEŽNÍ 297/14, 186 00 PRAHA 8**, [www.nadacnifondjt.cz](http://www.nadacnifondjt.cz), [nadacnifondjt@nadacnifondjt.cz](mailto:nadacnifondjt@nadacnifondjt.cz).

### Otázky a odpovědi VI.



**Dobrý den, pobírám příspěvek na provoz motorového vozidla a letos se prý bude snižovat. Je to opravdu tak? Jaká je tedy výše příspěvku? Děkuji.**

Podle nového právního předpisu se příspěvek na provoz motorového vozidla od nového roku sníží:

a) o 50 % u osob, jejichž zdravotní stav odůvodňuje přiznání mimořádných výhod II. stupně (ZTP) čili 3 000 Kč,

b) o 20 % u osob, jejichž zdravotní stav odůvodňuje přiznání mimořádných výhod III. stupně (ZTP/P) čili 7 920 Kč.

Snížení se netýká rodičů dětí s onkologickým onemocněním, částka zůstává na 9 900 Kč.

Vyhláška MPSV současně snižuje počet ujetých kilometrů, který zakládá nárok na zvýšení dávky. V praxi to znamená zvýhodnění pro handicapované osoby – o vyšší dávku budou moci požádat, když ujedou méně. Konkrétně místo dřívějších 9 000 km už po najetých 7 000 km.



**Dobrý den, hledám možnost, jak získat schodišťovou sedačku pro mou dceru, která je tělesně handicapovaná. Proto jsem se chtěla zeptat, zda existují nějaké dotace apod., díky kterým by mohla dostat příspěvek na schodišťovou sedačku? Co máme udělat pro to, abychom ji opatřili za co nejmenší poplatek? Na koho se obrátit? Děkuji Vám.**

Zažádejte si o příspěvek na místně příslušném sociálním odboru, který Vám

**Dobrý den, existuje nějaká autoškola pro handicapované? Mohli byste mi sdělit kontakt? Děkuji.**

Zasílám kontakt na autoškoly pro handicapované:

- **AUTOŠKOLA PAVEL PEML, s. r. o.**, Pražská 12, 535 01 Přelouč. Autoškola je otevřená pondělí – pátek a od 8 do 18 hod. Telefon: 466 953 333, mobil: 602 368 877, 774 229 345, [autoskola@peml.cz](mailto:autoskola@peml.cz), [www.peml.cz](http://www.peml.cz).

V Praze je k dispozici pro zdravotně postižené:

- **AUTOŠKOLA PRAHA, s. r. o.**, Pod Pekárnami 300/17, Praha 9, 150 m od tram. zas. Nám. OSN, 150 metrů od stanice metra B „Vysočanská“, telefon: 737 902 532, 266 315 576.

Do září roku 2010 probíhá také projekt, který umožňuje získat handicapovaným osobám se ZTP a ZTP/P řidičský průkaz za 2 000 Kč včetně zajištění ubytování a stravy po celou dobu trvání kurzu:

- **PARITY, o. s. - Materna Jiří**, provozovna INDELEC CZ, a. s., Kurta Konráda 500/6, 190 00 Praha 9, tel.: 773 600 052, 608 333 874.



**Dobry den, potrebovala bych zajistit dopravu pro dlouhodobě těžce nemocnou maminku k lékaři v Praze. Vlastní auto nemám a doprava veřejnou dopravou není možná. Jaké jsou možnosti? Kolik taková doprava stojí?**

V závažných případech může lékař předepsat odvoz sanitou na vyšetření i zpět. Tato doprava je pro nemocného bezplatná, jedná se o úhradu ze zdravotního pojištění.

Další možnosti:

- **SOCIETA, o. p. s.**, Malešická 655/59c, 108 00 Praha 10-Malešice, zelená linka: 800 141 756 (zdarma), mobil: 722 166 799, SMS brána pro neslyšící: **725 808 779**, dispecink@societa.cz, info@societa.cz, www.societa.cz.

Societa o.p.s. poskytuje v rámci Pražské integrované dopravy bezplatnou přepravu pro držitele průkazu ZTP nebo ZTP/P s trvalým bydlištěm v Praze za účelem návštěvy zdravotnických zařízení a úřadů. Cesty za jiným účelem si výše uvedení klienti hradí dle ceníků. Z důvodu kapacity je nutné objednat si přepravu co nejdříve dopředu.

- **HANDICAP TRANSPORT**, Makovského 1147, 160 00 Praha 6-Řepy, tel: 602 26 70 40, autodoprava.popelar@centrum.cz, www.handicap-transport.cz.

Společnost se zabývá provozováním bezbariérových mikrobuseů pro občany se zdravotním postižením. Doprava je v současné době zajišťována pěti mikrobusey speciálně upravenými pro převoz vozíčkářů. Jízda k lékaři je zpoplatněna částkou 5 Kč/km.

- **MODRÝ ANDĚL**, Cukrovarská 33, 196 00 Praha 9, tel.: 737 222 333, www.modryandel.cz, přeprava osobním vozem, sleva pro držitele ZTP/P (14 Kč/km)

*Odpovědi na otázky zpracovali Veronika Malačová a Kateřina Pešková z Bezbariérového pracoviště tolerance, www.ibpt.cz*

**Potřebujete poradit?  
Kontaktujte B. P. T.!**

## Advokát radí

# Finanční odškodnění za poškození zdraví

Nejčastějšími případy, kdy dochází k poškození zdraví, bývají dopravní nehody. Nicméně stejné nároky mají poškození i v jiných případech, kdy dojde k poškození jejich zdraví, pokud je zde dána odpovědnost (pracovní úrazy, nemoci z povolání, služební úrazy, poškození pacienta při lékařském zákroku, škoda způsobená fyzickou osobou či zvířetem v běžném životě atd.).

Odškodnění způsobené škody na zdraví představuje složitou problematiku, neboť náhrada škody je v každém z výše uvedených možných případů odlišná.

## Odškodnění zraněných při dopravních nehodách

Ze své dlouholeté advokátní praxe mám zkušenost, že mnozí lidé, kteří utrpěli úraz při dopravní nehodě, nemají vůbec žádnou představu ani povědomost o nárocích na náhradu škody na zdraví, které jim v souvislosti s poškozením jejich zdraví vznikly. Proto považují za potřebné poskytnout pár základních informací, které by poškození měli vědět.

V případě, že někdo utrpí **úraz při dopravní nehodě** (jako řidič, spolujezdec, chodec, cyklista, účastník hromadné dopravní nehody atd.), **má nárok na náhradu škody na zdraví**. Výjimkou jsou řidiči, kteří si úraz při řízení vozidla způsobili sami. Chtěla bych zdůraznit, že nárok na odškodnění má většinou i chodec, který svým chováním v silničním provozu dopravní nehodu způsobí. Často se stává, že v rámci vyšetřování příčin dopravní nehody je za jejího viníka orgány Policie ČR označen právě chodec, přesto i v takovém případě lze docílit alespoň částečného odškodnění. V těchto případech je obvykle stanovena spoluvina poškozeného vyjadřující poměr jeho spoluzavinění na vzniklé škodě, nicméně s ohledem na „nebezpečnost“ provozu motorových prostředků se poškozenému i tak dostane alespoň částečného plnění.

Zásadní skutečností v problematice náhrady škody je to, že **náhradu škody za škůdce hradí vždy jeho pojišťovna**. Nezáleží tedy na majetkových poměrech toho, kdo dopravní nehodu způsobí. Pojišťovnu, u které je vozidlo pojištěno pro případ odpovědnosti za škodu způsobenou provozem motorového vozidla, lze zjistit

podle registrační značky na internetových stránkách České kanceláře pojistitelů a nároky na náhradu škody lze pak uplatnit u této konkrétní pojišťovny. I v případech, že vozidlo není pojištěno u žádné pojišťovny, tedy je provozováno bez „povinného ručení“, nebo v případech, kdy viník dopravní nehody z místa ujede a není tak zjištěna osoba odpovědná za škodu, dostane se poškozenému odškodnění za poškození zdraví, a to z garančního fondu České kanceláře pojistitelů. V těchto případech je třeba se s nároky obracet přímo na Českou kancelář pojistitelů, která pak likvidační škody pověří některou z členských pojišťoven.

Pojem náhrada škody na zdraví v sobě zahrnuje poměrně širokou škálu jednotlivých dílčích nároků, přičemž ne každý poškozený má vždy nárok na odškodnění všech.

Nároky, které poškození mají lze obecně vymezit takto:

- **Věcná škoda** – hodnota zničených věcí při úrazu.
- **Účelně vynaložené náklady spojené s léčením** – výdaje, které poškozený vynaložil na to, aby dosáhl zlepšení zdravotního stavu, náklady na vydatnější stravu, náklady na ošetřovatelku, výpomoc třetí osoby v domácnosti, náklady na cesty rodinných příslušníků do zdravotního zařízení, výdaje na léky, na zdravotní pomůcky, náklady na bezbariérovou úpravu bytu, sociálního zařízení apod.
- **Ztráta na výdělků po dobu pracovní neschopnosti** – rozdíl mezi průměrným výdělkem před poškozením a nemocenskými dávkami.
- **Ztráta na výdělků po skončení pracovní neschopnosti nebo při invaliditě** – rozdíl mezi průměrným výdělkem před vznikem nároku a příjmem po poškození (většinou invalidním důchodem).
- **Bolestné** – finanční odškodnění za bolesti způsobené poškozením na zdraví, jeho léčením a odstraňováním jeho následků.
- **Ztížení společenského uplatnění** – odškodnění za trvalé nepříznivé důsledky úrazu pro životní úkony poškozeného – v praxi se zjišťuje cca za jeden rok od úrazu. Jedná se o odškodnění za ztrátu nebo omezení možnosti výkonu povolání, za znemožnění nebo omezení účasti v

dalším společenském a životním uplatnění.

Ve své praxi jsem se nejednou setkala s tím, že jedno z nejtěžších poškození zdraví, kdy **následkem úrazu dojde k ochrnutí, bylo ošetřujícím lékařem hodnoceno pouze jako paraplegie či kvadruplegie. Takový postup při hodnocení je však chybný, neboť vedle těchto základních položek je namístě ohodnotit též další sekundární následky, včetně psychických.** Hodnocení poškození zdraví se provádí v bodech na základě přílohy k vyhlášce č. 440/2001 Sb. Za 1 bod náleží dle vyhlášky částka 120 Kč, takže výše odškodnění je závislá na výši bodového hodnocení. Obecně platí, že čím větší je rozsah a závažnost způsobených zranění, tím větší je odškodnění.

Při podávání znaleckého posudku nebo lékařského hodnocení má znalec či lékař možnost základní bodové hodnocení zvýšit, a to maximálně o 50 % stanoveného hodnocení. Odškodnění na základě takto stanoveného hodnocení lze požadovat v rámci mimosoudního jednání s pojišťovnou škůdce. V případě těžkého poškození zdraví lze žádat další zvýšení odškodnění za ztížení společenského uplatnění, a to až o několiknásobek hodnocení lékaře. O tomto dalším zvýšení odškodnění dle § 7 odst. 3 vyhlášky č. 440/2001 Sb. však může rozhodnout pouze soud. Proto je nutné podat včas žalobu, neboť i nárok na náhradu škody na zdraví se může promlčet.

Závěrem bych chtěla zdůraznit, že i nároky na náhradu škody na zdraví se promlčují, proto je třeba je uplatnit včas. Zákon č. 168/1999 Sb. dává poškozeným možnost uplatnit nároky přímo na pojišťovně. Kromě toho lze požadovat odškodnění také na provozovateli či řidiči vozidla, jehož provozem byla škoda způsobena, za ně však poskytuje odškodnění také pojišťovna. Ideální doba pro uplatnění náhrady škody na zdraví je rok až dva po úraze, kdy lze již jednotlivé nároky specifikovat. Vzhledem k tomu, že promlčení se vztahuje vždy ke vzniku toho kterého nároku, počíná i promlčecí doba běžet různě.

Další možností, jak dosáhnout určitého finančního odškodnění za následky dopravní nehody, je uzavření dohody poškozeného s obviněným v rámci probíhajícího trestního řízení, v rámci které obviněný poskytne poškozenému další finanční plnění nad rámec plnění pojišťovny s tím, že trestní stíhání vedené proti němu je podmíněně zastaveno. **Otázky odškodnění lze zkonzultovat s naší kanceláří též telefonicky či e-mailem.**

*JUDr. Zuzana Špitálská, Advokátní kancelář, Praha*

## Vaříme s Vozkou

Rychle a jednoduše



**Pokrm, jejichž příprava vozíčkáři nezabere moc práce a námahy. Uvítáme, když svými recepty přispějete i Vy!**

### Smažený sýr „bez smažení“

Mám opravdu ráda smažený sýr, tzv. smažák. Ale pokud si ho nedám v hospůdce či restauraci, mám pocit, že to prostě není ono. Občas vyteče na pánev, kde se připaluje a dýmí po celém domě. Nebo, a to zejména, pokud použiji svůj milovaný hermelín, prostě na talíři celý vyteče mezi opečené brambory a zákeřně se smísí s tatarskou. Dostal se mi ale do ruky recept, který tomu všemu zamezil.

**Potřeby (4–6 porcí):** 150 g tvrdého syra vcelku, příp. i jiné druhy syra, např. uzený. Dále 200 g šunky, 6 celých vajec, 6 menších nebo 4 větší čajové šálky, tuk a strouhanku na vymaštění hrnečků.

**Postup:** Sýr nastrouhejte nebo už zakupte nastrouhaný. Šunku nakrájejte na malé kousky (můžete ji i strouhat, pak je lepší nechat šunku na chvíli v mrazničce. Hrnky vymastěte, vysypte strouhankou a naplňte. Začněte vrstvou strouhaného syra, na něj dejte vrstvu nasekané šunky, na ni rozklepněte 1 vajíčko, na to opět šunku. A nakonec vrstvu strouhaného syra. Naplněné hrnky vložte do vyššího plechu nebo pekáčku, který zalijte vroucí vodou do 1/2 výšky hrnečků. Celé vložte do rozpálené trouby a pečte při teplotě cca 230 stupňů po dobu kolem 20 minut. Pokrm podáváte, jak jste zvyklí, např. s vařenými či opečenými bramborami a tatarskou omáčkou.

Dobrou chuť!

*Vaše Blanka*



**JUDr. Zuzana Špitálská**

*Advokátní kancelář*

## SPECIALIZACE NA NÁHRADU ŠKODY NA ZDRAVÍ

- **dopravní nehody (spolujezdec, cyklista, účastník hromadné dopravy, chodec)**
- **pochybení lékařů a zdravotnických zařízení při poskytování léčebné péče**
- **úrazy žáků a studentů ve škole**
- **pracovní úrazy a nemoci z povolání**
- **služební úrazy**
- **škoda vzniklá v běžném občanském životě**
- **úrazové pojištění osob**
- **peněžité zadostiučinění (spory ve věcech ochrany osobnosti)**

Komplexní právní služby pro poškozené • zastupování při mimosoudních jednáních s pojišťovnami a osobami odpovědnými za škodu • zastupování v soudních sporech

**Plzeňská 4, 150 00 Praha 5, tel./fax: 257 322 674**  
 zuzana.spitalska@akandel.cz, zuzana.spitalska@akspitalska.cz

**www.akspitalska.cz**

## Nové knihy



### Ucelená rehabilitace dětí s tělesným a kombinovaným postižením



**Jiří Jankovský, 176 str., cena: 179 Kč, Triton.**

Druhé vydání publikace se zabývá problematikou ucelené rehabilitace dětí s tělesným postižením a kombinovaným postižením, zejména pak dětí s poruchou centrálního motoneuronu. Publikace shrnuje obecné poznatky a věnuje pozornost všem složkám ucelené rehabilitace, tedy prostředkům léčebným, pedagogicko-psychologickým, sociálním a pracovním. Zvláštní pozornost je věnována problematice integrace lidí s postižením ve společnosti a zkušenostem autora získaným v praxi dětského psychologa a somatopeda působícího v dětském centru ARPIDA, pečujícím o děti s postižením.

### Cesta z mlčení



**Viktorie Bartoničková, Alžběta Dvořáková, 104 str., cena: 153 Kč, Portál.**

Příběh o vůli překonat ztrátu řeči po cévní mozkové příhodě. Bývalou letušku postihuje po návratu z letní prázdninové cesty do Londýna cévní mozková příhoda, jejímž následkem je těžká afázie. Hrdinka zůstává uzavřená ve vlastním duševním světě, bez možnosti komunikace s okolím, ve velmi vážné životní situaci – před riskantní těžkou operací. Přestože operace dopadne výborně a hrdinka může krátce po zákroku opustit nemocnici a vrátit se domů, její soupeření s afázií v této chvíli vlastně teprve začíná. Za vydatné pomoci svého muže, dcer, přátel a s vynaložením velkého úsilí se hrdinka pomalu začíná uzdravovat. V. Bartoničková pracovala jako letuška, nyní je zaměstnána na Fakultě sociálních věd UK v Praze. V roce 1997 prodělala cévní mozkovou příhodu, po které se znovu učila chodit a mluvit. Za-

ložila občanské sdružení Klub afasie.

### Máme dítě s handicapem



**Ivana Fitznerová, 160 str., cena: 219 Kč, Portál.**

Kniha vychází z vlastní autorčiny zkušenosti. Sleduje krok za krokem cestu k přijetí dítěte s handicapem, snaží se nabídnout i určité způsoby, jak může rodič pomoci sám sobě, aby měl dost sil překonat počáteční zklamání a bezmoc. Dotýká se i problémů hledání adekvátní péče, komunikace s lékaři, ale také i těžkostí, které kvůli handicapu vlastního dítěte nutně nastávají ve vztahu k blízkým i v partnerském vztahu. PhDr. Ivana Fitznerová vystudovala Pedagogickou fakultu UK a Konzervatoř Jaroslava Ježka.

### Komunikace s lidmi s postižením



**Josef Slowík, 160 str., cena: 249, Portál.**

Dát se do řeči s cizím člověkem není pro každého jednoduchou samozřejmostí, ovšem dát se do řeči s člověkem s handicapem nebývá jednoduché pro většinu lidí. Tato kniha by měla pomoci nejenom profesionálům, kteří se při své práci bezprostřednímu setkání s lidmi s postižením nevyhnou, ale i všem, kteří jsou ochotni a odhodláni odstraňovat nebo alespoň překračovat bariéry mezi tzv. společenskou většinou a těmi, co třeba právě kvůli obtížím v komunikaci zůstávají nezřídka spíše na okraji společnosti, nebo jsou dokonce ohroženi sociální izolací a vyloučením.

### Hry a činnosti pro vývoj dítěte s postižením



**Sarah Newman, 166 str., cena: 275 Kč, Portál.**

Rodiče a vychovatelé, kteří pečují o dítě s postižením, často mají množství informací o povaze zdravotního problému, ale mnohdy jim chybí konkrétní náměty a nápady, jak pomoci dítěti, které má určité speciální potřeby a odlišný způsob komunikace. Autorkou knihy je matka dítěte s opožděným vývojem a autismem, která na základě svých zkušeností a podrobných konzultací s mnoha odborníky a dalšími rodiči vytvořila knihu, která nabízí vychovatelům jednoduché ověřené činnosti podporující vývoj dítěte.

### Autogenní trénink



**Jozef Hašto, ilustrace Jiří Hlaváček, cena: 35 Kč, Triton.**

Autogenní trénink je systematický nácvik, zaměřený na rozvoj schopností navodit si pomocí soustředění na určité formuly stav příjemného, hlubokého klidu a uvolnění, který má zotavující vliv na celý organismus, na duševní i tělesný stav. Používá se při prevenci a léčbě zdravotních obtíží a onemocnění a při léčbě stresu.

(bf)

## Všechno nejlepší, pane profesore!



Emeritní přednosta Kliniky rehabilitačního lékařství 1. LF UK a VFN **prof. MUDr. Jan Pfeiffer, DrSc.**, oslavil nedávno 82. narozeniny.

Profesor Pfeiffer vystudoval Fakultu všeobecného lékařství UK, poté pracoval na Hennerově neurologické klinice, kde byl v roce 1986 jmenován profesorem v oboru neurologie. V roce 1987 byl jmenován přednostou nově zřízené Kliniky rehabilitačního lékařství 1. LF UK a VFN. **Je považován za zakladatele moderní rehabilitace v České republice**, tedy rehabilitace, která využívá prostředky zdravotní, sociální, pedagogicko-výchovné i pracovní.

Prof. Pfeiffer publikoval řadu odborných článků a knih, spolupracoval na vzniku Mezinárodní klasifikace funkčních schopností, disability a zdraví WHO. Celý život působí jako pedagog.

Gratulujeme, pane profesore!

Zdroj: Zdravotnické noviny, 18/2010

Foto: Alena Sedlačíková, Můžeš

(pp)

# Jak a kde pověsit vyprané prádlo

## Sušáky na prádlo vhodné pro vozíčkáře

Mezi užitečné pomůcky a předměty do domácnosti, které usnadňují život při běžných domácích činnostech, patří i **sušáky na prádlo**. Pro vozíčkáře je při instalaci sušáku a manipulaci s ním velmi důležité, aby umístění této pomůcky nebránilo jednoduchému využívání nejen z hlediska samotného prostoru a „průjezdu“ bytem či domem, ale také přístupností k jeho obsluze. Těžko asi bude vozíčkář využívat např. balkónové sušáky umístěné nějakým způsobem na konstrukci balkónu nebo podstropní sušáky, ke kterým se kvůli nevhodné konstrukci vůbec sám nedostane. Dalším kritériem je to, zda si obsluhu sušáku provádí sám nebo mu může někdo pomoci. Montáž podstropních sušáků musí vždy provést pomáhající osoba.

Představíme vám některé typy sušáků na prádlo, které jsou vhodné pro vozíčkáře a které už znáte, ale i některé novinky v nabídce internetových obchodů některých firem. Samozřejmě se dají koupit ve specializovaných kamenných obchodech nebo super a hypermarketech, ale koupě prostřednictvím tzv. e-shopů je pohodlná, cena za doručení není nijak závratná a zkušenosti většiny zákazníků s vyřízením objednávky jsou bezproblémové. Pokud navíc dojde neobratnou manipulací nebo opotřebením k poškození nějaké části sušáku, lze příslušný díl stejnou cestou objednat a vyměnit.

### Sušák stropní

Tento jednoduchý stropní sušák – sedm prutů o délce 2 m má zdvojené upevnění 6 vruty – **může být zavěšen pod strop koupelny, ložie nebo balkónu** a jednoznačně šetří prostor. Nutná je samozřejmě montáž, kterou i průměrný řemeslník zvládne během pár minut. Pou-



žívání už je velice jednoduché – **jednotlivé pruty lze spustit dolů pro snadné zavěšení vypraného prádla a potom je vytáhnout pod strop, aby prádlo nepřekáželo**.



Nosnost jednoho prutu je 2,5 kg, celkem 17,5 kg. Sušák se vyrábí v Evropě, jeho výroba je certifikována. Záruka je 3 roky. Cena tohoto stropního sušáku Mega je 690 Kč, menšího sušáku se šesti pruty, které mají volitelný rozměr, je od 347 do 458 Kč. U nás je to novinka!

#### Možnost objednání:

<http://obchod.lodzie-catr.cz/stropni-susak-mega-p-109.html> nebo

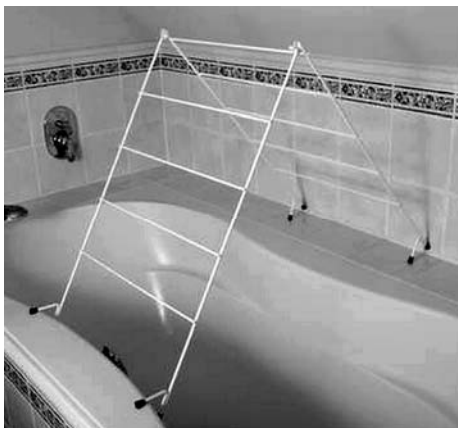
<http://obchod.lodzie-catr.cz/stropni-susak-se-ستي-pruty-p-66.html>.

Další stropní vytahovací sušáky zn. Ideal vyrábí např. firma Benco a je možné je objednat na jejich webových stránkách: <http://www.benco.cz/10968-susaky-stropni-vytahovaci/>.

### Vanový sušák

Skládací sušák prádla **určený k postavení na obrubu vany**, příp. i na podlahu. V případě, že sušák není potřeba, lze jej snadno složit a schovat bez velkých nároků na prostor. K dispozici je podle velikosti sušáku od pěti do osmi „pater“ na sušení.

- Velikost malého sušáku: výška 80 cm,



šířka se přizpůsobuje vaně. Velikost složeného sušáku je cca 50 × 80 × 5 cm, cena 220 Kč.

- Velikost středního sušáku: výška 90 cm, šířka se přizpůsobuje vaně. Velikost složeného sušáku cca 50 × 90 × 5 cm, cena 240 Kč.
- Rozměry velkého sušáku: výška 110 cm, šířka se přizpůsobuje vaně. Velikost složeného sušáku cca 50 × 110 × 5 cm, cena 270 Kč.

**Tyto sušáky lze objednat** stejně jako stropní sušáky v internetových obchodech Catr: <http://obchod.lodzie-catr.cz/vanovy-susak-maly-p-74.html> nebo Benco: <http://www.benco.cz/10971-susaky-rozkkladaci/517-susak-na-pradlo-na-vanu/>.

### Příhradový sušák

**Skládací samostatně stojící sušák** příhradový s dodatkovým roštem pro sušení na ploše (vhodné pro svetry a podobně) svou variabilitou a velikostí nabízí nepřeberné množství variací umístění prádla k sušení a rovněž umožňuje umístit





kdekoliv v prostoru bytu. Lze ho s úspěchem používat i na zahradě či jinde v přírodě. Složený **nezabírá mnoho místa a lze jej uložit kamkoliv** – do šuplíku, regálu či pod skříň apod.

Rozměr: 112 × 52 × 38 cm, dodatečný rošt: 52 × 50 cm, cena je 393 Kč bez dodatkového roštu, s roštem 500 Kč.

**Možnost objednání** v internetovém obchodu Catr: <http://obchod.lodzie-catr.cz/prihradovy-susak-standard-p-69.html>.

### Sušák na radiátor

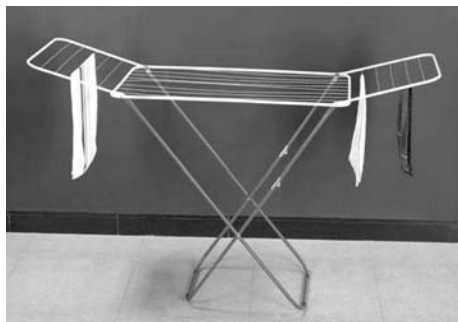
Subtilní sušák má pevnou ocelovou konstrukci potaženou plastem vhodnou i na balkon. Jednoznačně šetří místo, ale užitečný prostor k sušení je malý. Vyrábí se dva rozměry sušáku: 2,4 m – 58 × 17 cm a 3,5 m – 70 × 30 cm, cena je 69 a 79 Kč.



**Možnost objednání** v internetovém obchodu Benco: <http://www.benco.cz/10971-susaky-rozkladaci/518-susak-na-pradlo-na-radiator-2-4-m/>.

### Rozkládací sušák

Typ sušáku, který zná asi každý. Celková sušící délka je u tohoto typu 18 m. Má pevnou kovovou konstrukci, vhodný do domácnosti i na balkon. Cena je 188 Kč.



**Možnost objednání** v internetovém obchodu Benco: <http://www.benco.cz/10971-susaky-rozkladaci/21446-susak-na-pradlo-rozkladaci/>.

### Další informace:

Benco – [www.benco.cz](http://www.benco.cz),  
Catr – <http://obchod.lodzie-catr.cz/>.

(pp), (dz)

## Ústav sociální péče pro tělesně postiženou mládež v Brně Králově Poli nabízí chráněné bydlení

Služba „Chráněné bydlení“ je určena pro osoby s tělesným postižením, osoby s mentálním postižením (s lehkou mentální retardací bez poruch chování), osoby s kombinovaným postižením (primární tělesné postižení s přidruženou lehkou mentální retardací bez poruch chování). Věková struktura zahrnuje mladé dospělé a dospělé lidi ve věkovém rozmezí od 19 do 45 let, kteří se připravují na budoucí povolání, anebo již jsou v pracovním poměru. Je také určena pro uživatele se sníženou schopností a dovedností uplatňovat vlastní právo.

### Renesanční zámeček

Služba je realizována v rekonstruovaném renesančním zámečku, ve kterém bylo vybudováno **7 samostatných bezbariérových bytových jednotek s moderně vybaveným zázemím**. Jsou také vytvořeny předpoklady pro její další rozšíření. Kapacita poskytovaných sociálních služeb je prozatím 8 lůžek v sedmi bytových jednotkách. Každá bytová jednotka sestává z pokoje (28,5 m<sup>2</sup>), předsíně (3,7 m<sup>2</sup>), sociálního zařízení – sprchovací kout a WC (14,2 m<sup>2</sup>), jedna buňka je ložnicí (17,9 m<sup>2</sup>).

Posláním chráněného bydlení je provázat lidi se specifickými potřebami životem tak, aby ho mohli prožít důstojně podle svých potřeb, přání a možností uvnitř společnosti. Posláním je zaměřeno na rozšíření osobních možností uživatelů, na podporu zachování a dodržení dosavadního způsobu života, na podporu využívání všech veřejných institucí, využívání přirozených vztahových vazeb a zapojení uživatelů do místního společenství a společného života. Plnění tohoto poslání je závazkem zaměstnanců chráněného bydlení vůči veřejnosti.

### Soukromí je důležité

Cílem služby je podporovat samostatné rozho-

dování uživatelů o vlastním životě, zapojovat uživatele do veřejného života, poskytovat bydlení pro uživatele, který se co nejvíce přizpůsobuje domácímu prostředí a vytváří tak podmínky pro zachování soukromí uživatele. Uživatelům poskytujeme podporu při uplatnění v běžném životě a na trhu práce.

Společně s klíčovými pracovníky jsou vytvářeny cíle spolupráce v oblastech, které uživateli chráněného bydlení napomáhají dosáhnout samostatnosti a napomohou mu k přechodu do formy sociálního bydlení.

Vytvořené cíle by měly být dosaženy nejdéle do 5 let pobytu. Jsou tedy v souladu s koncepcí střednědobého plánu rozvoje Jihomoravského kraje a realizací koncepce transformace pobytových sociálních služeb v jiné typy sociálních služeb, poskytovaných v přirozené komunitě uživatele a podporující sociální začlenění do společnosti.

Miloslav Paluš,  
vedoucí oddělení chráněného bydlení,  
ÚSP pro TPM v Brně.

(pp)

### Informační zdroje:

ÚSP pro TPM v Brně, Miloslav Paluš – ved. odd. chráněného bydlení, ved. odd. denního stacionáře, Kociánka 93/2, 612 47 Brno-Královo Pole, tel.: 515 504 271, miloslav.palus@kocianka.cz, infolinka Kociánky – tel.: 515 504 405, info@kocianka.cz,, [www.kocianka.cz](http://www.kocianka.cz).



Pokoj v pavilonu C

# OHLEDNUTÍ

Boženy Šimkové

## Tip na ubytování v CHKO Bílé Karpaty – Luhačovice

Nově vybudovaný **penzion Stella** leží v bezprostřední blízkosti centra **lázeňského města Luhačovice**, v tiché vilové ulici Solné. Penzion nabízí ubytování v rodinném a klidném prostředí. Celková kapacita zahrnuje 21 pokojů (42 lůžek). Většina pokojů má vlastní terasu. Pokoje v přízemí jsou bezbariérové (10 lůžek). Bezbariérové pokoje i sociální zařízení jsou velmi prostorné. Sociální zařízení má sklopná madla na WC a sklopnou sedačku ve sprchovém koutě (vanička), některé pokoje mají vanu. V prostorách penzionu proběhla letošní rekondice Rosky Ostrava a všem se tady moc líbilo. Majitel i personál byl ve všem velmi vstřícný, ochotný a naslouchal doporučeným vychytávkám vozíčkářů.

**Kontakt:** Penzion Stella, Solné 1010, tel.: 577 132 339, 763 26 Luhačovice, penzion.stella@luhacovice.cz, <http://www.penzionstella.luhacovice.cz/>.

## K zamyšlení: Korálky

Korálky života si každý jedinec navléká sám na svoji šňůru života. Sám si volí jejich barvu. Výsledný efekt může mít nádech barevné veselosti nebo smutku a utrpení, ale i to je pořádku, neboť vývoj jedince je různorodý. Může mít různé podoby tak jako oblaka na nebi. Každý má svobodnou volbu jaké barvy i tvaru korálku při navlékání na nit života použije. Zda budou korálky hlazené nebo surové, neopracované. Je zodpovědný za svoji volbu. I když mu někdo poradí, korálek navléká vždy sám a je plně zodpovědný

za svá slova, skutky, činy a za své jednání. Neexistuje žádné „kdyby“. Vše je takové, jaké je. Pouze my tomu dáváme hodnocení ze svého úhlu pohledu. Ten se mění dle vnějších okolností, které vytváří naše představy. Sníme o tom, že „kdyby“ to a ono bylo tak a onak, bylo by nám lépe. Neexistuje žádné kdyby, neboť když se splní naše vytužené „kdyby“, objeví se znenadání další „kdyby“, je to pouze hra mysli. Málokdo z nás zná sám sebe, natož aby naslouchal sám sobě, jsme tady, abychom se stali Mistry růstu a nepřetržitého duchovního probouzení.



Přeji Vám radost ze svého sebeobjevování. Jakýkoliv korálek je zde proto, abyste rostli ve svém uvědomění. Navlékat korálky života je velikým mistrovstvím a zodpovědností a my můžeme trpělivostí a pílí vytvořit nit, která je tvořena z postupného vnitřního rozkvětu uvědomění. Je to nádherná hra, která jedince posouvá lehce vpřed. Hra, kterou můžeme procházet s nesmírnou lehkostí nebo očistnou bolestí. Můžeme se stát pozorovateli.

Dnešní téma mě napadlo jednak na základě dávné vzpomínky a ihned poté se současnou přítomností, která nás všechny vyzývá k postupu na vyšší úroveň vědomí. Vzpomínky nepřijetí nových symptomů nemoci a z nich vyplývající téměř roční domácí izolaci. **Hradba myšlenková vytvořila hradbu čtyř stěn.** Procitnutí ale přineslo do života nový rozměr, svobodu. Víím, ono to při přechodu z plného zdraví nějaký čas trvá, než se s tím člověk srovná. Nicméně nyní se v podobné situaci nachází jiní jedinci. Všichni kolem radí. Jenže i když to

myslí dobře, každý jedinec si potřebuje projít danou zkušeností. Má možnost volby, které korálky bude nyní navlékat.

Přestaňte trucovat, hledat něčí vinu, být i vaši, a opravdu převezmete zodpovědnost za váš život! Řekněte vašemu životu **bezpodmínečně ANO!** Přeji všem hodně odvahy, štěstí a lásky.

## Pozvánka

Nenechte si uniknout příležitost setkat se s **Nickem Vujičem** a s jeho jedinečnou motivační **přednáškou o třech klíčích, které mu ze života bez končetin umožnily žít život bez hranic.** Tyto tři klíče změní naprosto i váš život.

Přednášky se uskuteční: **10. 9. 2010 v Praze, 11. 9. 2010 v Ostravě a 12. 9. 2010 v Brně.** Seminář v Ostravě proběhne v Domě kultury města Ostravy. Kontakty, registrace a předprodej vstupenek: <http://cintamani.cz/nick/>, [www.tajemstvizeny.estranky.cz/clanky/nick-vujicic](http://www.tajemstvizeny.estranky.cz/clanky/nick-vujicic).

Zájem je veliký a míst málo, proto neváhejte!



Nick Vujic

**CITÁT:** „Vadou těla se duše nezohaví, ale krásou duše se zdobí i tělo...“  
(L. A. Seneca)



Penzion Stella v Luhačovicích

# Ergoterapie pro zdraví i pro radost

## Inchové („inčové“) obrázky aneb ČTVEREČKOMÁNIE

V různých kreativních oborech se lidé zbláznili do malých pravidelných čtverečků... **Inches** jsou čtverečky velké přesně jeden palec (inch, čti „inč“), což je 2,54 cm. Základem takových čtverečků může být papír, korek, lepenka a jiné materiály, přičemž jejich zdobení záleží jen na fantazii tvůrce – tedy nás samotných. A co je ještě lepší – nejsou tady žádná pravidla ani omezení...

A tak si můžete vytvořit krásný obrázek i bez výtvarného talentu a s minimálními náklady – v podstatě ze zbytků. Zdobit můžeme třeba jen razítkováním, můžeme na čtverečky malovat, polepit je papíry, zdobit korálky, knoflíky, stužkami, plstí, šít, stříhat, omotávat – prostě dovoleno je vše.

A nač lze takové čtverečky použít? Např. na výrobu přání, ke zdobení pracovních sešitů, můžeme si jimi polepit a ozdobit krabičky, deníky... Někdo si například čtverečky ukládá do alb jako známky a vytváří kolekce.

### Výroba obrázků

Inches obrázky si vyrobíme z několika inch čtverečků, které v pravidelné formaci nalepíme na nějaký podklad a zarámujeme. Můžeme použít 4, 6, ale i 12 nebo více čtverečků. Nejlepší je, když čtverečky spojuje nějaké téma, barva nebo způsob provedení. Rovněž rámeček přizpůsobíme celkovému

celkovému stylu, i ten můžeme vhodně dozdobit, aby spolu s inches tvořil harmonický celek. Ale záměrem tvůrce může být i šokování, nebo třeba originalita v různorodosti. Jak bylo výše uvedeno – omezení nám dává jen a jen naše kreativní myšlení.

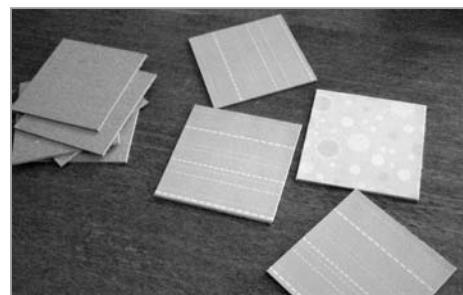
Na výrobu obrázků se používají většinou čtverečky o něco větší, např. 3 × 3 cm nebo 5 × 5 cm. Je jedno, jakou velikost zvolíme, ale pokud budete chtít dodržet pravidelnost, je lepší pokud použijte všechny čtverečky stejně velké. Vyrobte si veselý obrázek z barevných miniatur.

### Co potřebujeme?

Nejprve si nařežeme základ, např. z lepenky. Řezačka nám tuto práci velice usnadní. Pak je dobré mít k dispozici nějaký dřevěný rámeček – není to ale nutné. Pak ještě potřebujeme barevné čtvrtky papíru, zbytky stužek, knoflíky, skleněné kamínky, ozdobné děrovačky, lepidlo, 3D lepicí čtverečky, nůžky.

### Postup:

Nejdřív si připravíme rámeček, základ z lepenky, potom nastříháme z různých barevných čtvrtek 12 čtverečků o rozměrech 3 × 3 cm. Tyto čtverečky různě zdobíme – můžeme použít např. různě velké



Nastříhejte různě barevné papírové čtverečky o rozměrech 3 × 3 cm



Ke zdobení použijte papírové výstřižky různých tvarů a barev, knoflíky, stužky, korálky, kamínky apod.



Příklad podoby obrázku vyrobeného z dřevěného rámečku (může být i z lepenky) a papírových čtverečků ozdobených podle vlastní kreativity.

ozdobné děrovačky ve tvaru kytičky či lístku. Ke zdobení se hodí i barevně sladěné knoflíky. Přilepte je na papírovou kytičku a teprve tu pak na čtverečky. Lze použít i zbytky stužek a různě tvarované korálky či kamínky, přitom stužku buď přilepte, nebo jí celý čtvereček omotejte. Na spodní stranu každého čtverečku přilepíme čtyři 3D lepicí, což jsou oboustranné lepicí čtverečky o velikosti 0,5 × 0,5 cm a vysoké 2 mm, které způsobí plastické vystoupení miniaturních obrázků z podkladu. Jednotlivé čtverečky přilepíme na podkladovou destičku a srovnáme do čtverce. Aby nebyly křivé, vykrývací páskou připevníme pomocné nitě, podle nichž čtverce srovnáme. Nakonec můžeme dozdobit i rámeček stejně velkými, ale snadněji ozdobenými čtverečky.

Zdroj: [www.scrapbookworld.cz](http://www.scrapbookworld.cz),  
[www.brydova.cz](http://www.brydova.cz)

Připravila: Blanka Falcníková



Ozdoby přilepte na jednotlivé čtverečky ve více vrstvách. Na spodní strany čtverečků přilepte do rohů čtyři 3D lepicí (oboustranné lepicí čtverečky o velikosti 0,5 × 0,5 cm a vysoké 2 mm), které způsobí plastické vystoupení miniaturních obrázků z podkladu.



Další příklad inchového obrázku.

# Kvíz



## Zlato

1. Vzpomenete si, jaká je chemická značka zlata?

- a) Ag
- b) Au
- c) Ar

2. Od r. 1962 se u nás organizuje anketa popularity českých a slovenských zpěváků, zpěvaček a skupin Zlatý slavík (nyní Český). Mužskou kategorii většinou vyhrál Karel Gott. Kolika zpěvákům se podařilo ho porazit?

- a) 6
- b) 7
- c) „Koho jste potkali, co vám to nalhali?...“ Káju? Nikomu!

3. Jak se jmenuje jezero (přírodní památka), které se nachází nedaleko města Zlaté Hory?

- a) Černé
- b) Bílé
- c) Zlaté

4. Zlatá olympijská medaile – sen všech vrcholových sportovců. Na letošní zimní olympiádě v kanadském Vancouveru si jej splnila hned dvakrát mladá česká rychlobruslařka Martina Sáblíková. A ještě přidala bronzovou. Spoluobčané z jejího bydliště vyměnili ceduli s názvem obce za Sáblíkov. Kde se to stalo?

- a) Velký Újezd
- b) Vysoké Mýto
- c) Velký Osek

5. Loni jsme se mohli ve Vozkovi dočíst, že také v Ostravě se v květnu bojovalo o cenné kovy. Na mistrovství světa ve sledge hokeji (hokej paraplegiků) vyhrál zlatou medaili tým z

- a) České republiky
- b) USA
- c) Kanady

6. I na filmových festivalech se soutěží o různá ocenění. Nebývají to medaile, ale zajímavé sošky, mnohdy zlaté. Na kterém nejlepší filmy a filmaři získávají Zlaté palmy?

- a) Cannes
- b) Benátky
- c) Karlovy Vary

7. Goldfinger (angl. zlatý prst, ručička) je napínavý filmový příběh – tak si říká jeden zákeřný lotr. Jeho nebezpečný plán by mu jistě vyšel, kdyby jeho protivníkem nebyl.

- a) James Bond
- b) Indiana Jones
- c) Sherlock Holmes

8. Ve zcela jiném příběhu – z antické mytologie – se Iáson se svými druhy (hrdinové, siláci) vypraví do Kolchidy získat zlaté rouno. Jak se jmenovala loď, na které se plavili?

- a) Margot
- b) Largo
- c) Argo

9. Zlatá stezka – to byla historická obchodní cesta. Vedla z Rakouska do Čech. Název Zlatá získala v 16. stol. jako výraz mimořádné výnosnosti obchodu, který zde probíhal. S čím se tu obchodovalo?

- a) s kořením
- b) se solí
- c) s drahými kameny

10. Krásnou zlatovlasou princeznu si starý král vybral za manželku a svého sloužícího Jiříka pro ni poslal. Kdo je autorem známé pohádky Zlatovláska?

- a) K. J. Erben
- b) Božena Němcová
- c) František Hrubín

11. Charles Chaplin se ke svému filmu Zlaté opojení nechal inspirovat zlatou horečkou

- a) v Severní Karolíně
- b) v kanadské provincii Britská Kolumbie
- c) na řece Klondike

12. V Ostravě se již tradičně na jaře koná velký lehkootletický mítink Zlatá tretra. Závodí zde vždy nejen mnoho českých sportovců, ale představila se tu už i nejedna světoznámá sportovní hvězda. Kolikátý ročník proběhl letos?

- a) 29.
- b) 39.
- c) 49.

Správné odpovědi: 1b, 2a, 3a, 4c, 5b, 6a, 7a, 8c, 9b, 10a, 11c, 12c.

Sestavila: Milena Zahumenská

**Tak kolik jste uhádli?**

## Nejjednodušší test na světě

1. Jak dlouho trvala stoletá válka?
2. Ve kterém státě se vyrábějí klobouky „Panama“?
3. Chirurgové sešívají tkáň tzv. catgutem, což doslova znamená „kočičí střeva“. Z jakého zvířete se původní catgut získával?
4. Ve kterém měsíci slavili Rusové Velkou říjnovou revoluci?
5. Z čeho se vyrábí kartáče na vlasy z velbloudí srsti?
6. Po kterém zvířeti se jmenují Kanárské ostrovy?
7. Jak se jmenoval anglický král Jiří VI. křestním jménem?
8. Jakou barvu má pták, anglicky nazývaný „nachová pěnkava“?
9. Odkud pochází tzv. čínský angršt?
10. Jak dlouho trvala třicetiletá válka?

### ODPOVĚDI:

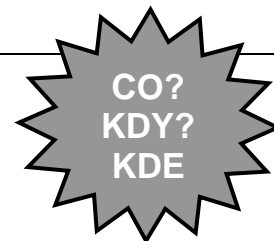
1. 116 let (1337–1453).
2. V Ekvádoru.
3. Byla to ovčí a koňská střeva.
4. V listopadu.
5. Z kožíšku veverek.
6. Latinsky Insularia Canaria znamená psí ostrovy.
7. Albert. Při nástupu na trůn v roce 1936 vyhověl přání královny Viktorie, aby se v budoucnu žádný anglický král nejmenoval Albert.
8. Jasně karmínovou.
9. Z Nového Zélandu.
10. Samozřejmě 30 let (1618–1648).

(di)

## Burza ztřeštěných nápadů, aneb „udělej si sám“



## KALENDÁRIUM 2010



Chystáte nějakou akci pro sebe i pro ostatní? Informujte o tom Vozku!  
Upřesňujte data, místa, kontakty na Vás. Dejte o sobě vidět a slyšet!

Datum	Akce, místo	Pramen – str.	Pořádá, informace
<b>OPAKUJÍCÍ SE AKCE</b>			
Út.	<b>Basketbal:</b> Tréninky, hala SŠED (Stř. škola elektr. a dřevozprac.), Frýdek-Místek, (je zde i bazén). Uvítáme všechny zájemce o pohyb.	SKV FM	SKV FM, Zdeněk Šnajder, 607 531 417, zdeneksnajder@centrum.cz
2 x týdně	<b>Plavání jako sport i rehabilitace</b> , bazén SOU pro těles. postiž. mládež, 17. Listopadu, Ostrava-Poruba	Vozka 05/3-48	KONTAKT bB, Petr Musálek, 724 220 417
Út., Čt.	<b>Florbal na mech. vozících</b> - tréninky, hala Středního odbor. učiliště pro handicap. mládež, 17. listopadu, Ostrava-Poruba	Vozka 05/3-31 Vozka 06/4_5-22	Abak Pepino Ostrava, www.fbcostrava.cz, 603 362 127, Petr.Koutny@fbcostrava.cz
Středa	<b>ELIM - Klub seniorů</b> , ELIM, 28. října 148, Ostrava	Slez.diakonie	CPKP, Maňásková Dagmar, 596 138 006
Čtvrtek	<b>Vozíčkářské ragby</b> , tělocvična VSZŠ, Ostrava-Mar. Hory, tréninky pro členy SKO a zájemce o pohyb.	SKO	SKO – Sportovní klub Ostrava, M. Hüner, 595 781 901
Po–Ne	<b>Bazén 32 °C (13 x 12 m) Sanatoria Klimkovice</b> , Hýlov.	Vozka 04/1	556 422 111, e-mail: info@sanklim.cz, www.sanatoria-klimkovice.cz
Čtvrtek	<b>Integrační klub Brána</b> , pro všechny mladé od 15 do 30 let, především s těles. handicapem, Kostelní nám. 1, Ostrava 1	Vozka 04/2	Centrum pro rodinu a soc. péči, cpbrana@doz.cz, 596 116 522, 777 604 263
celoročně	<b>Rehabilitační 14denní pobyty pro ZP děti s rodiči</b> , areál Jedličkova ústavu, Praha	Vozka 07/1-62	JÚŠ, Praha, 241 083 100, www.jus.cz, B. Vlasáková, 241 083 517, vlasakova@jus.cz.
<b>JEDNORÁZOVÉ AKCE</b>			
dle aktuální nabídky	<b>Kurzy kreativní výtvarné tvorby</b> – kreslení, malování, volná tvorba, figura a portrét. Galerie Mlejn, Ostrava.	Vozka 08/4–37	Galerie Mlejn, Nádražní 138a, Moravská Ostrava, 596 136 033, www.mlejn.com.
mezi 20. 7.– 5. 8.	<b>Mistrovství ČR v klasickém orient. závodě</b> , Olomouc	Vozka 10/1–41	Oddíl orient. běhu TJ Opava, www.datalock.cz/orienteering/ooop
25. 7.– 21. 8.	<b>Letní integrační tábory zdravých i postižených dětí, Jizbice:</b> 25.–31. 7. pro maminky s předškoláčkama, 8.–14. 8. pro starší školní děti (2. stupeň), 15.–21. 8. pro předškoláky a mladší školní děti. Tábor lze kombinovat jako příměstský pobyt.	Vozka 10/2–3	Centrum pro všechny, občanské sdružení z Nymburku. Tel. 606 846 048, centrumprovsechny@seznam.cz.
31. 7.–8. 8., 14.–21. 8.	<b>Letní integrační tábory s jízdami na koních</b> , I. Poslův Mlýn – Doksy, II. Bučovice u Votic	Vozka 10/1–44	Zajíček na koni, 731 009 645, sulcova@zajiceknakoni.cz
19.–26. 8.	<b>Č-S Hendikemp 2010</b> , VTSÚ Záhorie/Libavá pobyt pro rodiny JEN s dětmi ZTP do 26 let; uzávěr. přihl. je 1. 7.	Vozka 09/4–32	Sportovní klub vozíčkářů Frýdek-Místek, skvfm@skvfm.com
26.–30. 8.	<b>Český Hendikemp 2010</b> , zkrácená verze klasického Hendikempu jen pro české účastníky, VTSÚ Záhorie; pro rodiny s dětmi, vozíčkáře; uzávěrka přihlášek 1. 8.	Vozka 09/4–32	Sportovní klub vozíčkářů Frýdek-Místek, skvfm@skvfm.com
9/2010	<b>Handicap Tour 2010 – 2. polovina</b> seriálu pro motoristy s handicapem	Vozka 10/2–3	Přesný termín: www.handicap-tour.cz
3.–5. 9.	<b>Další víkendový vzdělávací kurz pro rodiny s onemocněním SMA</b> , Smečno.	Vozka 10/2–6	Kolpingova rodina Smečno, www.dumrodin.cz, pavel.dusanek@dumrodin.cz, 777 558 057
10. 9. Praha 11. 9. Ostrava 12. 9. Brno	<b>Nicki Vujčić – přednášky o třech klíčích</b> , které mu ze života bez končetin umožnily žít život bez hranic, (v Ostravě v Domě kultury m. Ostravy).	Vozka 10/2–66	Kontakty, registrace a předprodej vstupenek: http://cintamani.cz/nick/, www.tajemstvizeny.estranky.cz/clanky/nick-vujcic.
18. 9.	<b>Sejdeme se na Hoře, turistický výšlap na nejvyšší vrchol Beskyd Lysou horu</b> , Hrabyně – Krásná, Papežov – Lysá hora; pro rodiny s dětmi ZTP, vozíčkáři; uzáv. přihl. 10. 9.	Vozka 09/4–32	Sportovní klub vozíčkářů Frýdek-Místek, skvfm@skvfm.com
22.–24. 10.	<b>Drakiáda</b> , víkendový pobyt, Hodoňovice pro rodiny s dětmi ZTP a zdravými; uzávěrka přihlášek 15. 10.	Vozka 09/4–32	Sportovní klub vozíčkářů Frýdek-Místek, skvfm@skvfm.com
9. 11., 9–17 h.	<b>Lidé lidem – přehlídka sociálních služeb a souvisejících aktivit</b> , kulturní vystoupení a prodej drobných výrobků uživatelů služeb. Dům kultury města Ostravy.		Magistrát m. Ostravy, Odbor soc. věcí a zdrav, 599 444 703, 603 556 523, knavrato-va@ostrava.cz

Informace jsou přebírány z uvedených zdrojů a kromě akcí OOV není záruka jejich aktualizace.

Doprava na vybrané akce v Ostravě a okolí: dopravní služba OOV ALDIO, tel.: 596 786 353

Magazín VOZKA je vydáván a financován také za podpory a z prostředků:

- Ministerstva zdravotnictví ČR,
- Města Ostravy,
- Městské části Moravská Ostrava a Přívoz,
- Nakladatelství UMÚN s.r.o.,
- podniku TATRA a.s.,
- Nadace OKD

**OSTRAVA!!!**

# INZERCE

Soukromou inzerci si můžete podat také na web. stránky OOV: [www.vozickari-ostava.cz](http://www.vozickari-ostava.cz)

## PRODEJ

- Prodám 4kolový skútr Booster Tetra 128, 60 Ah, nosnost 125 kg dojezd 30–35 km, zelená barva, šifka 66 cm, délka 136 cm, stáří 2 roky. Cena dohodou. Kontakt: Marcela Vávrová, e-mail: [macavav-ro@seznam.cz](mailto:macavav-ro@seznam.cz), mobil: 734 412 238.



- Prodám levně venkovní el. vozík zn. Vassilli 1, 5 let starý, po revizi, nové baterie, perfekt. stav. Kontakt: mob. 553 773 515 (Háj ve Slezsku).

## BYTY

- Prodám družstevní byt 2+1 v Ostravě-Výškovicích na Lumírově ul. s lodžií – pěkný výhled. Koupelna a WC – jádro. 5. patro. Bezbar. vstup do domu zadním vchodem, výtah. Dům po revitalizaci – okna, zateplení. Za domem lesopark s možností vyjížděk. Cena dohodou. KOn-takt: mob. 604 329 901.

## Vzkazy

- **Panu Františku Bláhovi:** Uhradil jste předplatné na magazín Vozka, ale na záznamník redakce ani jinak jste nesdělil svou adresu!
- **Všem, kteří sdělují vzkazy na telef. záznamník redakce:** Po výzvě záznamníku (po pípnutí) sdělte nejprve vaše jméno a telef. číslo! Poté velmi krátce a stručně nadiktujte vzkaz. Jen tak vám volaný může zpětně zavolat a doptat se na další informace. Po pípnutí záznamníku končí nahrávání! (red)

## Libí se Vám Vozka?

**Dejte o něm vědět  
Vaším známým  
vozičkářům!**

## Úhrady předplatného

- **Všem:** Už jste uhradili předplatné magazínu Vozka na r. 2010? Pokud si nejste jisti, volejte dispečink Ostravské

## Přihláška k odběru magazínu VOZKA

### Přihlásit se můžete

- **telefonicky:**  
- tel. redakce: 596 783 174, 10–17 h.,  
- tel. vydavatele, Ostravské organizace vozičkářů: 596 786 353 (8–13 h.)
- **e-mailem:** [dzidopetr@volny.cz](mailto:dzidopetr@volny.cz) (redakce)
- **z webových stránek:** přihláškou staženou z [www.vozickari-ostava.cz](http://www.vozickari-ostava.cz)
- **dopisem:** adr. Redakce Vozka, Petr Dzido, Tylova 4, 700 30 Ostrava 30

Při přihlášení uveďte: Vaši celou adresu a telefonní číslo.

**Roční předplatné:** minimální spodní hranice 100,- Kč/rok/4 čísla.

Při přihlášení v průběhu roku: částka podle počtu nevydaných čísel.

**Číslo účtu pro platbu:** 37 37 04 983/0300, specifický symbol: 201, variabilní symbol: VAŠE TELEF. ČÍSLO, zpráva pro příjemce: „VOZKA - rok předplatného“

Na požádání Vám můžeme zaslat poslední již vydané číslo (pokud je skladem).

**VOZKA**  
kaleidoskop informací  
pro vozičkáře

org. vozičkářů 596 786 353 (8–14 h.).

Ztratili jste poštovní poukázku z Vozky č. 1/2010? Zavolejte nám.

(red)

# VOZKA

4x/rok

~ 80 stran

**RADY, INSPIRACE  
MOTIVACE**

Kaleidoskop informací o životě a pro život na vozičku

**SEVEROMORAVSKÝ MAGAZÍN PRO VOZÍČKÁŘE**

Redakce oceněna „STŘÍBRNÝM KAMÍNKEM 2007“ za nápaditou zpravodajskou a publicistickou činnost

Info, objednávky: tel. 596 783 174 (10–18 h.), [dzidopetr@volny.cz](mailto:dzidopetr@volny.cz), [www.vozickari-ostava.cz/vozka/pagevoz.htm](http://www.vozickari-ostava.cz/vozka/pagevoz.htm)

## VOZKA

Severomoravský  
magazín  
pro vozičkáře  
a jejich přátele

Rady,  
inspirace  
a motivace  
pro život  
na vozičku

**Vydává:** Ostravská organizace vozičkářů, Horymírova 121, 700 30 Ostrava-Zábřeh, [www.vozickari-ostava.cz](http://www.vozickari-ostava.cz), tel. 596 786 353, ICO: 66933579, bank. účet: ČSOB a.s., 373704983/0300 ■ **Redakce 1, objednávky, inzerce** (šéfredaktor, grafika, sazba, marketink): Ing. Petr Dzido (*dz*), Tylova 4, 700 30 Ostrava 30, tel. 596 783 174; [dzidopetr@volny.cz](mailto:dzidopetr@volny.cz) ■ **Redakce 2, vedoucí vydání, styk s dopisovateli, redaktor, korektor:** Pavel Plohák (*pp*), mob. 737 238 933, [P.Plohak@seznam.cz](mailto:P.Plohak@seznam.cz), Dolní 87, 700 30 Ostrava-Zábřeh ■ **Redaktoři:** Blanka Falcníková (*bf*), Hana Klusová (*hk*), Ing. Jiří Muladí (*di*) ■ **Stálí dopisovatelé:** Miroslav Filipčík (*mf*), Božena Šimková (*bs*), Milena Zahumenská, Josef Procházk, DiS. Veronika Malačová, Radek Krupa, Mgr. Milan Linhart, Dagmar Sedláčková ■ **Technická spolupráce:** Tomáš Dvořák, Radan Freiberg, Šárka Nosková, Marie Bářnová ■ **Náklad** 1 410 ks ■ **Vychází** 4x ročně v Ostravě ■ **Cena předplatného:** minimálně 100 Kč/rok ■ **Registrace:** MKČR E 12818 ■ **Tiskne** Repronis, Ostrava ■ **Distribuci** pro předplatitele provádí v zastoupení vydavatele společnost Česká pošta, s.p. Postservis, Poděbradská 39, 190 00 Praha 9, tel. 284 011 810, -811, -813, -814. Smluvní vztah mezi vydavatelem a předplatitelem se řídí Všeobecnými obchod. podmínkami pro předplatitele ■ Články (podepsané i zkratkou) nemusí být shodné s názory redakce a vydavatele ■ Vyhrazujeme si právo redakčně upravit externí příspěvky, nevyžádané rukopisy a snímky nevracíme ■ **Vydáno za finanční podpory:** Ministerstvo zdravotnictví ČR, Statutární město Ostrava, Nakladatelství UMÚN s. r. o., TATRA, a. s., Nadace OKD, Městský obvod Moravská Ostrava a Přívoz aj.

Magazín VOZKA je adresně distribuován ve všech krajích ČR:

lidem s těžkým tělesným hendikepem, rodičům dětí s tělesným hendikepem, organizacím poskytujícím služby zdravotně hendikepovaným lidem; Centrum a poradnám pro občany se zdravot. hendikepem, na kontaktní pracoviště rehabilitačních ústavů; do školských zařízení pro vyuuku dětí a mládeže se zdravot. hendikepem; veřejnosprávním institucím, zabývajícím se problematikou občanů se zdravot. hendikepem; firmám, poskytujícím služby občanům se zdravot. hendikepem; do hlavních knihoven ČR aj.

Jan Píbal - JP SERVIS  
Na Městečku 137  
387 51 Štěkeň

provoz: +420 383 393 249  
mobil: +420 606 613 239

url: [www.jpservis.eu](http://www.jpservis.eu)  
e-mail: [info@jpservis.eu](mailto:info@jpservis.eu)



KOMPLETNÍ ÚPRAVY AUTOMOBILŮ PRO TĚLESNĚ POSTIŽENÉ OSOBY  
PŘEPRAVA A SERVIS UPRAVOVANÝCH VOZIDEL ZAJIŠŤOVANÁ PO CELÉ ČR  
13 LET PROFESIONÁLNÍ PRÁCE V OBORU

Jsmo schopni zabezpečit či navrhnout a realizovat jakékoli  
úpravy vozu (jsou-li možné na daném typu vozu) dle přání  
majitele tak, aby ovládání a užívání bylo co nejpohodlnější.

## MOTomed®

různé typy variabilních přístrojů MOTomed® pro pasivní a aktivní  
pohybovou léčbu umožňují pomocí motoru čelit následkům nedostatečného pohybu



viva1



gracile



letto2 ruce/nohy



viva2

### Indikace:

Skleróza multiplex, mozková mrtvice, příčné ochrnutí,  
spastické ochrnutí, neurologická onemocnění ...

- uvolňují křeče a omezují je
- napomáhají větší pohyblivosti
- podporují trávení a látkovou výměnu
- podporují krevní oběh a funkci srdce
- působí příznivě na nohy (jsou teplé a nebolí)

Příspěvek na pořízení MOTomedu do výše 50% hodnoty přístroje mohou fyzické osoby získat od odboru sociálních věcí.  
Vyžádejte si nezávazné informace od výhradního dovozce:

REPO-RECK spol. s r.o., Jablůnka 239, 756 23 Jablůnka nad Bečvou  
tel. 571452291, fax: 571420855, mobil: 603214000,  
e-mail: [kontakt@motomed.cz](mailto:kontakt@motomed.cz), [www.motomed.cz](http://www.motomed.cz)

# PARAGLIDING PARAPLEGIKŮ

23.-30. 5. 2010, ANNECY (FRANCIE)



POVÍDÁNÍ O SOUZNĚNÍ PŘÍRODY A ČLOVĚKA  
NADETE V PŘÍŠTÍM ČÍSLE VOZKY.  
VYPRÁVĚT BUDOU....



...Michal Šmíd



...Radomír Krupa

... a první tandemový pilot vozíčkářů v ČR Jiří Večerek



Další fotky na <http://skvfm.rajce.net>