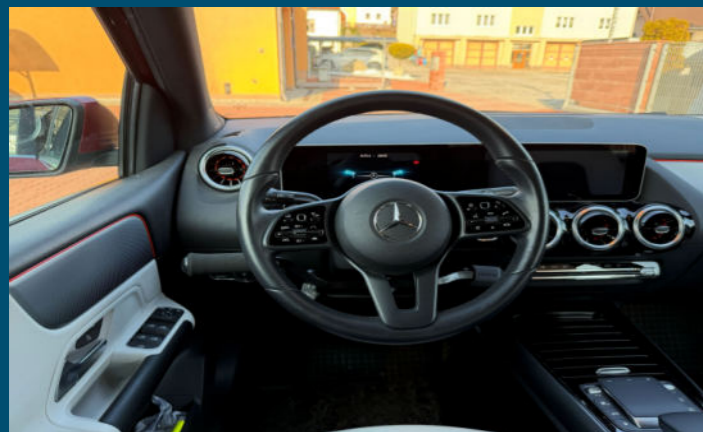


VOZKA

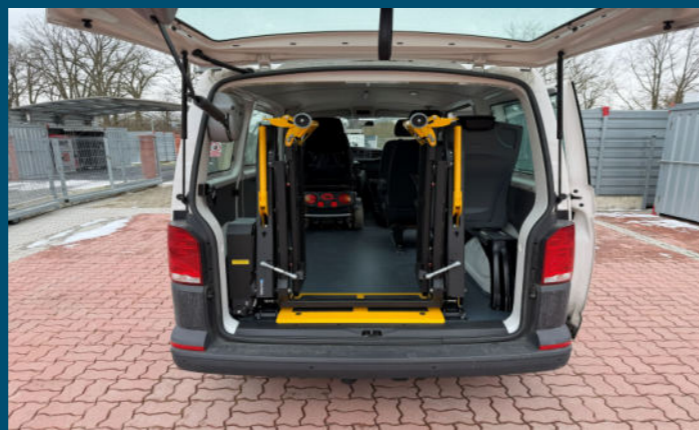
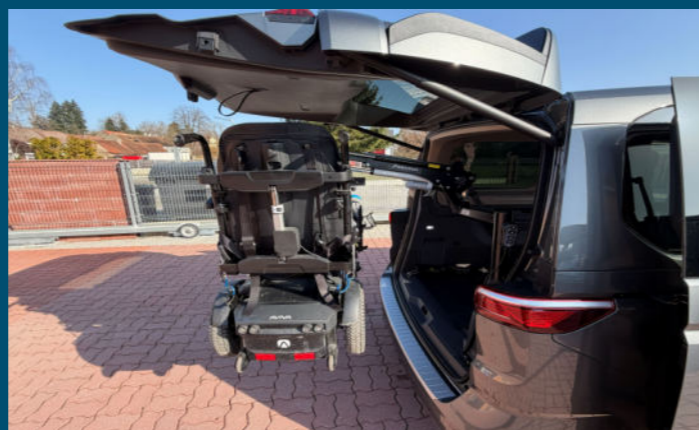
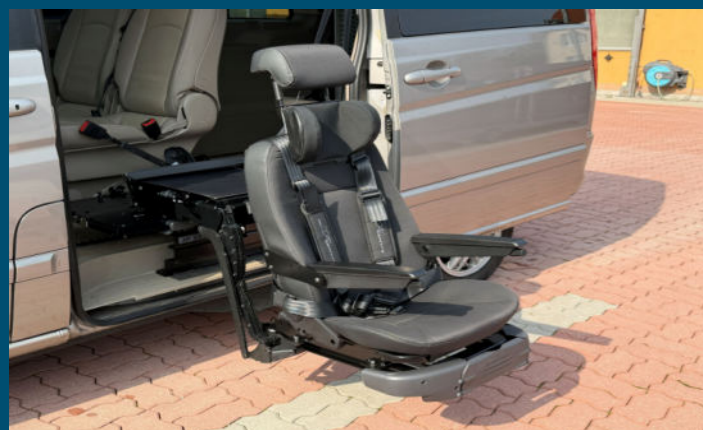
ROZHOVOR | 25 LET HELPPES

Zuzana Daušová:

Asistenční pes není
pomůcka, ale
partner

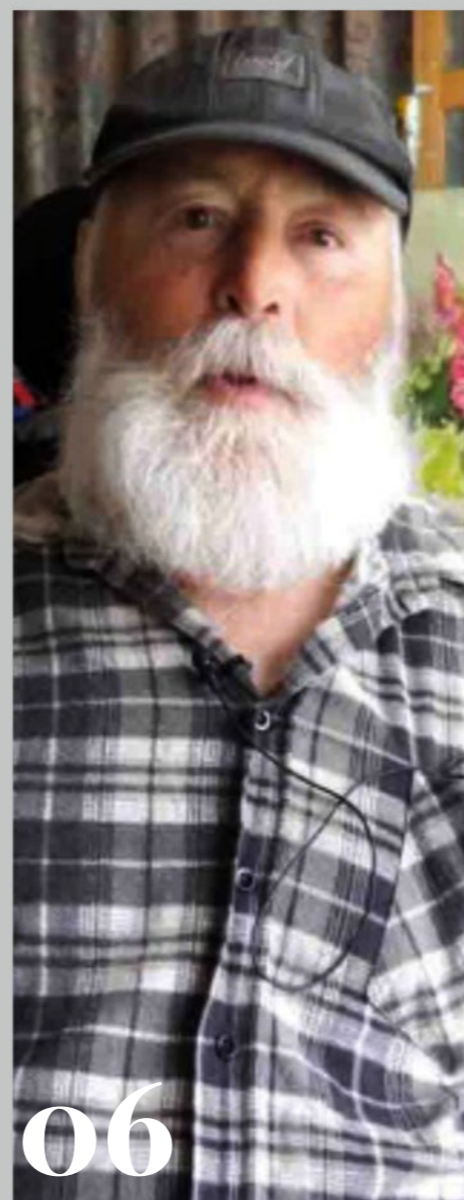


Jsme schopni navrhnout a realizovat úpravu vozidla dle přání majitele tak, aby nastupování, ovládání a používání bylo nejen maximálně bezpečné, ale i pohodlné. Samozřejmostí je pro nás instalace originálních dílů předních světových výrobců v kombinaci s našimi vlastními prověřenými systémy, které v praxi neustále zdokonalujeme již od roku 1998.



Kompletní úpravy automobilů pro tělesně postižené, odvoz vozidla k úpravě a zpět je v případě zájmu zajišťován vlastním odtahovým speciálem

28 let profesionální práce v oboru



06



54



20



28



58

OBSAH

MALÍŘ SIMON RIGG

Malování jako návrat k sobě, okno do života. Příroda jako učitelka.

06

PŘIHLASTE SE NA 25. ROČNÍK SPORTOVNÍCH HER V KOPŘIVNICI

Na Memoriálu Petra Douska můžete soutěžit 12.-13. 6. 2026.

20

HRDINOVÉ NA SVAHU

Žáci a učitelé z opavské ZŠTP na Dostojevského ulici se nebáli ani velké sjezdovky ve skiareálu ANNABERG

28

COLOURS BEZ BARIÉR 2026

Hudba, kultura a relax jsou přístupné každému. Sledujte, co pro vás festival chystá.

54

KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ ROZVÍJÍ KOMUNITNÍ BYDLENÍ

Příklad dobré praxe v Novém Městě nad Metují.

58

Magazín VOZKA

Vydává spolek Ostravská organizace vozíčkářů

www.vozickari-ostava.cz
www.vozka.org

Zdravotně postižení zřejmě přestanou platit za televizi a rozhlas

Zřejmě už od poloviny letošního roku by lidé se zdravotním postižením mohli být osvobozeni od koncesionářských poplatků za Českou televizi a Český rozhlas. Počítá s tím návrh vládní koalice, který míří do Poslanecké sněmovny.

Změna by se netýkala jen lidí s handicapem, ale také seniorů nad 75 let, nezaopatřených mladých do 26 let a firem. Cílem je podle politiků ulevit skupinám, které mají omezené finanční možnosti, a zároveň postupně změnit celý systém financování veřejnoprávních médií. Dnes mají úlevu pouze lidé s těžkým zrakovým nebo sluchovým postižením a domácnosti s velmi nízkými příjmy, přičemž i ty musí svůj nárok pravidelně dokládat.

Změny jsou plánovány ve dvou krocích. Nejprve by došlo k osvobození vybraných skupin už letos, následně se uvažuje o úplném zrušení koncesionářských poplatků od roku 2027 a jejich nahrazení financováním ze státního rozpočtu.

Návrh ale vyvolává i obavy. Podle některých odborníků i samotných médií by mohl znamenat výrazný výpadek příjmů a otevřít debatu o jejich nezávislosti.

Více informací najdete na zdravezpravy.cz.

Každý sedmý Čech žije s postižením

V Česku žije více než 1,3 milionu lidí se zdravotním postižením, což představuje přibližně 15 % populace starší 15 let. Jde o lidi, jejichž dlouhodobé zdravotní potíže omezují v běžných každodenních činnostech, jako je pohyb, domácí práce nebo doprava. Více než polovinu z nich tvoří senioři. S rostoucím věkem totiž výrazně roste i pravděpodobnost zdravotního omezení – zatímco u mladších lidí do 40 let se týká jen několika procent, mezi lidmi nad 80 let jde už o většinu populace.

Nejčastějším problémem jsou potíže s pohybem, které ovlivňují stovky tisíc lidí. Významnou roli hrají také onemocnění vnitřních orgánů nebo smyslová postižení. Mnoho lidí se navíc potýká s kombinací více omezení zároveň. Zhoršený zdravotní stav má často i sociální dopady. Přibližně polovina lidí se zdravotním postižením pobírá invalidní důchod, příspěvek na péči nebo má průkaz OZP. Významná část lidí je odkázána na pomoc druhých. Pravidelnou podporu využívají zhruba dvě třetiny z nich, nejčastěji od rodiny. Přesto tisíce lidí uvádějí, že potřebná pomoc chybí nebo není dostatečná. Mnohým scházejí kompenzační pomůcky – často kvůli finanční náročnosti.

Statistiky tak ukazují nejen rozsah zdravotního postižení ve společnosti, ale i to, jak zásadně ovlivňuje každodenní život lidí s postižením.

Zařezáno

Domácí mozaika

Češi zazářili na zimní paralympiádě a ukončili dlouhé čekání na medaile



Zdroj: Český paralympijský výbor

Zimní paralympijské hry se konaly už po dvanácté, tentokrát v Miláně a Cortině d'Ampezzo, a přinesly českému týmu mimořádný úspěch. Nejpočetnější výprava v historii se domů vrátila se šesti medailemi a ukončila tak šestnáctileté čekání na výraznější paralympijský výsledek.

O historický moment se postarala biatlonistka Carina Edlingerová, která vybojovala zlato ve stíhacím závodě a po více než dvou dekádách zajistila pro Českou republiku paralympijské vítězství. Silný příběh napsala také teprve sedmnáctiletá Simona Bubeníčková, která i přes vyčerpání a zdravotní komplikace získala hned čtyři medaile a stala se

jednou z nejvýraznějších osobností her. Pozornost poutal i český paralympijský tým, který si poprvé v historii zahrál o medaile. Po skvělých výkonech ve skupině a dominantní výhře nad Slovenskem se dostal až do semifinále. V souboji o bronz sice podlehl Číně těsně 2:3, přesto obsadil historicky nejlepší čtvrté místo.

Výrazné výkony předvedli i další sportovci v běžeckém i alpském lyžování, kteří se pravidelně umísťovali v elitní desítce a dokazovali, že český paralympijský sport má silnou budoucnost. Celková bilance jedné zlaté, čtyř stříbrných a jedné bronzové medaile potvrdila, že i přes náročné podmínky dokázali čeští sportovci uspět na nejvyšší světové úrovni.

HRAZENO POJIŠŤOVNOU

CHODÍTKO Commode by Delfi

TECHNICKÉ ÚDAJE

Výška uživatele: 150 – 200 cm
Nosnost: max 136 kg
Hmotnost: 8,8 kg
Nákupní taška: max 5 kg
Systém: Skládací
Výbava: Držák na hůl
Transportní taška (za příplatek)
K odběru od 04/2026

CHODÍTKO SPLŇUJE
PODMÍNKY PRO
BEZPLATNOU
PŘEPRAVU V LETADLE
NENÍ BRÁNO JAKO
PALUBNÍ ZAVAZADLO!



PLNÁ
ÚHRADA OD
POJIŠŤOVNY
SÚKL KÓD:
5018616

BAREVNÉ PROVEDENÍ:

- Stříbrná metalíza
- Hnědá metalíza

V PŘÍPRAVĚ:

- Modrá metalíza
- Červená metalíza



SLOŽENÉ CHODÍTKO
COMMODO



DRŽÁK
NA HŮL



TRANSPORTNÍ TAŠKA
NA CHODÍTKO COMMODO
27 x 66 x 36 cm (za příplatek)

www.delfi.cz

Delfi Rehab @delfiwheels

DELFI REHAB spol. s r.o., Dolní Štěpanice 104, 514 01 Jilemnice, Česká republika, IČO: 28741064

Malování jako návrat k sobě

VZPOMÍNKA NA POHODÁŘE

SIMONA RIGGA

Těžký úraz páteře po pádu ze střechy seníku mu změnil život, o umění ho ale nepřipravil. Australský výtvarník **Simon Rigg** začal malovat během rehabilitace štětcem drženým v ústech. Byl otcem tří dětí a jako kvadruplegik se musel potýkat s domnělým koncem aktivního života. Nevzdal to a postupně začal novou tvůrčí cestu.

Podle australské televize ABC se k malování neupnul hned. Zpočátku pro něj bylo všechno spojené spíš s bolestí, závislostí na druhých a zdlouhavou rehabilitací. Teprve později se k technice malby ústy vrátil jako k činnosti, která mu pomohla znovu najít směr, soustředění i pocit vlastní hodnoty.

Malování jako návrat k sobě

V Simonově příběhu není nejzajímavější jen to, že maloval ústy, ale také jak o své tvorbě přemýšlel. Malování pro něj nebylo kuriozitou ani obdivuhodným trikem. Bylo především způsobem, jak znovu vstoupit do světa jako tvůrce, ne jen jako člověk odkázaný na péči.

Když po měsících rehabilitace a pobytu v institucionálním prostředí znovu vzal do úst štětec, nešlo jen o nácvik nové dovednosti. Šlo o návrat k činnosti, ve které mohl rozhodovat sám za sebe. Z koníčku se stala každodenní práce a později i respektovaná umělecká dráha. Televize ABC uvádí, že maloval až do konce života a ve svém okolí byl známý jako výrazná osobnost místní výtvarné scény.

Jak se maluje ústy

Simon pracoval s běžnými štětci, které si přizpůsoboval tak, aby je mohl bezpečně a přesně držet v ústech. Jejich násady si prodlužoval, aby lépe dosáhl na plochu obrazu. Při práci využíval i iPad, na kterém si zobrazoval a zvětšoval předlohy. Nejčastěji maloval přírodu, květiny, ptáky nebo výjevy inspirované rodinou a okolním světem.

Jeho postup byl promyšlený a trpělivý. Nejprve si motiv lehce rozvrhl, potom postupně přidával jednotlivé vrstvy barev a nakonec se soustředil na jemné detaily – okvětní lístky, odlesky, peří nebo drobné světelné nuance. Právě v této trpělivosti a přesnosti spočívala síla jeho obrazů. Nešlo o to překonat handicap efektem, ale vytvořit plnohodnotné dílo.

Simon často předkládal argument, že malování ústy je možná přesnější než rukou, protože použití ruky vyžaduje více přechodů z mozku na rameno, paži a pak na ruku, zatímco jeho ústa byla v přímém kontaktu se štětcem.

Tělo jako překážka i nástroj

Malování ústy klade obrovské nároky na krk, obličejové svaly i celkovou stabilitu těla. Simon během let zápasil s výraznými bolestmi krku způsobenými dlouhodobým přetěžováním. I samotný pohyb mezi vozíkem a stojanem nebo změna úhlu pohle-

du na rozpracovaný obraz pro něj znamenaly náročnou fyzickou operaci. Přesto pokračoval.

Během let Simon prodával většinu svých děl prostřednictvím Celo-světového sdružení malířů malujících ústy a nohama, ke které se připojil v roce 1990. Jedním z jeho velmi oblíbených výtvorů byla dětská obrazová abeceda jako puzzle, kterou si oblíbily děti po celé Austrálii.

Na jeho příběhu je pozoruhodné to, že tělo, které mu po úrazu začalo klást tvrdé limity, se současně stalo nástrojem nové tvorby. Jemná práce svalů krku a úst nahradila pohyb ruky. Malba se tak změnila v disciplínu, v níž každá čára vznikala s mimořádným soustředěním.

Žádná senzace, ale umělec

U podobných životních příběhů bývá velké pokušení zdůraznit hlavně výjimečnost postižení. Jenže u Simona Rigga je důležité dívat se nejdřív na jeho práci. Podle televize ABC byly jeho akvarely ceněné pro detail, cit pro barvu a schopnost zachytit jemnost přírodních motivů. Byl známý nejen jako „malíř ústy“, ale prostě jako malíř.

Právě to je možná nejsilnější rozměr jeho životní dráhy. Umění mu nepřineslo jen terapii nebo zaměstnání, ale dalo mu zpět identitu, kterou po úrazu neztratil, jen ji musel znovu objevit jiným způsobem.

Jen několik měsíců před svou smrtí (zemřel 6. července 2021) Simon řekl, že pro něj bylo malování jakýmsi oknem do života, a sám sebe popisoval jako člověka, který vždy patřil k přírodě.

V roce 2017 dosáhl Simon vrcholu své umělecké dráhy, když se přihlásil do soutěže Archibald Prize se svým autoportrétem (viz Galerie – s. 10). Přestože se nedostal do užšího výběru, splnil si tím celoživotní sen – pokusit se prosadit na národní úrovni právě prostřednictvím této prestižní ceny.

Co jeho příběh říká dnes

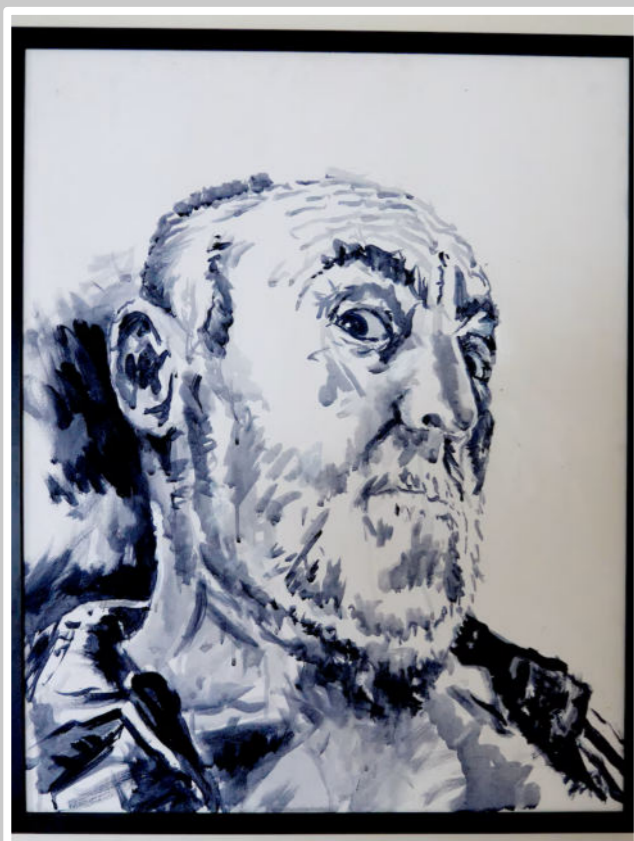
Příběh Simona Rigga připomíná, že lidé s tělesným postižením nejsou jen příjemci péče, ale také tvůrci, profesionálové a osobnosti veřejného života. Malování ústy nebo nohama není okrajová zvláštnost, ale jedna z cest, jak může umění vznikat navzdory omezením těla – a někdy i díky nové disciplíně, kterou si taková situace vynutí.

Simonův život ukazuje i něco dalšího: že skutečnou bariérou nebývá vždy samotné postižení, ale prostředí, ve kterém člověk po úrazu žije, možnosti, které dostane, a podpora, která mu umožní rozvíjet talent.





Abeceda



Autoportrét



Zátoka Airey



Vodní pták

Nakladatelství UMÚN: Nad Školou 1289, 463 11 Liberec 30,
tel.: 485 161 712, umun@umun.cz, www.umun.cz.

Asistenční pes není kompenzační pomůcka, ale partner

Asistenční pes dokáže lidem s tělesným postižením výrazně ulehčit každodenní život – pomůže doma, venku i v situacích, kdy je člověk odkázaný sám na sebe. Co všechno takový pes umí, jak náročná je cesta k jeho získání a co obnáší společný život? O tom jsme si povídali se **Zuzanou Daušovou** z organizace **Helppes – Centra výcviku psů pro postižené, o.p.s.**

Zita Lara | foto: archiv Helppes

Jak jste se dostala k výcviku asistenčních psů a co Vás přivedlo k založení organizace Helppes?

Svého prvního psa jsem měla, když mi bylo 13 let, a od té doby mě psi provázejí celý život. Od roku 1990 jsem provozovala vlastní psí školu, kde jsem se věnovala různým typům výcviku psů, včetně psů vodičích. V roce 2001 jsem založila organizaci Helppes, protože v té době se u nás cvičili pouze psi vodiči pro osoby se zrakovým handicapem, zatímco ve světě se už cvičili psi i pro lidi s problémy s pohybovým aparátem a pro neslyšící. Tak jsem neviděla žádný důvod, proč by to nemohlo fungovat i u nás pro naše lidi.

Když se ohlédnete zpět, na co jste za těch 25 let nejvíce hrdá?

Asi nejvíce na to, jakou kvalitu se nám podařilo vytvořit a dlouhodobě udržet. Jsem k sobě náročná a náročná jsem i na trenéry. Snažíme se naši práci se psy i klienty posouvat. Byli jsme například první v Česku, kdo vycvičili signálního psa pro člověka s epilepsií nebo pro neslyšícího. Jako první jsme také vyvinuli vlastní metodiku a předali psa lidem s diabetem. Jako první organizace ve střední a východní Evropě jsme splnili přísná kritéria mezinárodní organizace Assistance Dogs International pro

získání mezinárodní akreditace. A vážím si i toho, že jsme se jako první z ČR zapojili do tvorby evropských standardů pro výcvik asistenčních psů. Hrdá jsem i na to, že nejen ke každému klientovi, ale i ke každému psu máme od počátku fungování zcela individuální přístup.

Co musí splňovat člověk, který o asistenčního psa žádá?

Člověk, který o asistenčního psa žádá, musí počítat s tím, že nejde o jednoduchý ani rychlý proces. Na začátku potřebuje doporučení od lékaře a projít osobním pohovorem s našimi odbornými pracovníky. Posuzuje se nejen zdravotní stav a potřeba asistenčního psa, ale i životní podmínky a připravenost na soužití se psem. Pokud žadatel úspěšně projde pohovory, následuje návštěva u něj doma, případně na pracovišti či ve škole, kde zjišťujeme informace o prostředí, ve kterém žadatel žije. Prostředí musí být pro psa bezpečné a vhodné. Poté žadatel vyplní detailní dotazník, který se týká nejen jeho zdravotního problému, ale i životních podmínek. Pokud je vše v pořádku, žádost schválíme a začneme vybírat vhodného psa. Jakmile máme vhodného psa, pozveme klienta na první setkání, kde pozorujeme, zda „přeskočila jiskra“. To je při

Zuzana Daušová je ředitelkou a vedoucí výcviku asistenčních psů v organizaci Helppes. Výcviku psů se věnuje více než 50 let. Před 25 lety založila organizaci Helppes, která připravuje asistenční psy pro lidi se zdravotním postižením. Za čtvrtstoletí svého fungování Helppes vycvičil a předal více než 350 asistenčních a vodičích psů.

výběru psa rozhodující moment, protože tvoříme vztah na 10 a více let. Tento vztah musí být založen na vzájemné důvěře a lásce. Pes totiž nemá žádnou povinnost pracovat pro někoho, kdo mu poskytne pouze základní životní potřeby, ale nedá mu to, co každý pes k životu potřebuje – lásku, úctu, respekt, ale i důsledné a jasné vedení. Pomáháme lidem prostřednictvím živých tvorů, ne technických pomůcek, proto je pro nás sledování a vytváření vztahu mezi klientem a psem rozhodující. Tento vztah sledujeme po celý život psa, protože za něj máme odpovědnost nejen v době výchovy a výcviku, ale i po předání klientovi.

Na co by se měl člověk připravit, když asistenčního psa získá?

Důležité u žadatelů je mít realistická očekávání a být připraven převzít za psa plnou odpovědnost – starat se o něj, věnovat mu čas a aktivně se zapojit do výcviku. Po dobu výcviku psa je do výuky zapojen i klient. Postupně si se psem vytváří vztah, získává informace a učí se psu porozumět. Na závěr sevíčení musí tým projít testem přístupnosti dle mezinárodních standardů, který ověří, že klient i jeho čtyřnohý pomocník zvládají fungovat v běžném prostředí. A tím to nekončí – spolupráce, tréninky a pravidelná přetestování pokračují po celou dobu života psa.

Jak postupovat, když si chcete zažádat o asistenčního psa:

1. získat doporučení od lékaře
2. vyplnit žádost a domluvit si osobní pohovor
3. absolvovat setkání s odborným týmem (posouzení situace a potřeb)
4. umožnit návštěvu v domácnosti (případně ve škole či práci)
5. vyplnit podrobný dotazník o svém životě a prostředí
6. po schválení žádosti čekat na výběr vhodného psa
7. setkat se s vybraným psem a ověřit vzájemné „souznění“
8. zapojit se do výcviku a postupně se se psem sebrát
9. složit test přístupnosti a vytvořit fungující tým

Jakou cestu ujde asistenční pes od štěněte až po předání psa konkrétnímu klientovi?

Celý proces začíná nákupem štěněte z chovatelské stanice. Štěňata si vybíráme od zkušených chovatelů, protože přístup chovatele a prostředí, ve kterém štěně vyrůstá, je velmi důležitým faktorem pro celý jeho budoucí život. Jakmile si štěňátko převezmeme od chovatele, předáváme ho do vychovatelské rodiny, kde stráví dalších 10–12 měsíců života. Úkolem vychovatelů je štěně socializovat, naučit ho správnému chování v nejrůznějších prostředích – doma, ve městě, v lese nebo v dopravě, rozvíjet ve štěněti zájem o spolupráci s člověkem, naučit ho základním prvkům poslušnosti a zájmu o přinášení předmětů.

S vychovateli se scházíme dvakrát týdně, se všim jim pomáháme tak, aby se i začátečníci naučili s pejsky správně komunikovat. Vychovatelé jsou pro nás těmi nejceněnějšími dobrovolnými spolupracovníky, protože věnují nejen svůj čas, ale i své srdce. Pro každého je těžký moment

se se štěnětem rozloučit. Proto je důležité, aby se vychovatelé rozhodli na základě vize, že chtějí někomu pomoci, ne na základě toho, že chtějí roztomilé štěňátko.

Časté tréninky s vychovateli jsou důležité i pro nás, protože štěňátko máme možnost testovat a sledovat od jejich prvních krůčků. Ve věku mezi 8. a 10. měsícem už zpravidla vidíme, ke kterému typu klienta a postižení bude pes vhodný. Je totiž zcela nezbytné, aby pes práci, kterou bude vykonávat, miloval. Jenom tak pak bude pro daného klienta skutečným pomocníkem a partákem.

První zdravotní testy absolvují štěňata ve věku cca 5 měsíců. Pokud úspěšně testováním projdou, další zdravotní testy je čekají ve věku 1 roku. V té době také absolvují kastraci. A poté přicházejí od vychovatelů do našeho výcvikového centra nebo k trenérkám domů, kde absolvují specializovaný výcvik, který průměrně trvá 8–9 měsíců.

Kolik stojí příprava asistenčního psa? Liší se cena podle toho, pro jaké postižení je vytrénovaný?

Máme spočítané, že celý proces přípravy a předání jednoho psa vychází zhruba na 300–350 tisíc korun. Cena se neliší dle typu výcviku, protože prakticky každý pes má stejné potřeby – od výživy přes veterinární péči, výchovu, výcvik, hračky, výcvikové pomůcky, pelíšky apod. až po samotné sevíčení psa s klientem. Odlišná může být pouze nákladní cena štěněte, která se odlišuje zejména s ohledem na plemena, ale i kvalitu rodičů daného vrhu. Co se týká financování, stát hradí pouze vodící psy pro nevidomé. U ostatních typů asistenčních psů žádné příspěvky neposkytuje, takže naši klienti jsou odkázáni na dary – od lidí, firem i nadací. Pořádáme i benefiční akce.

Co všechno dnes asistenční pes pro člověka na vozíku reálně zvládne?

Těch věcí je opravdu hodně a vždy se přizpůsobují konkrétním potřebám klienta. Základní dovedností je podávání předmětů z různých materiálů a různých velikostí. Velikost a váha předmětu ovšem nikdy nesmí být taková, aby pro psa nebyla bezpečná. To znamená, že pokud někdo požaduje menší plemeno, musí si uvědomit, že malý pes nemůže podat například těžký batoh. Pes může pomáhat také s otevíráním a zavíráním dveří, skříněk, šuplíků, při svlékání i oblékání, ovládat některé prvky v domácnosti. Dokáže třeba i vytáhnout prádlo z pračky nebo pomoci s manipulací s věcmi, na které člověk nedosáhne. Ukonů, které je pes schopen se naučit, je mnoho. Důležité je, aby byly pro daného klienta

skutečně potřebné a nepřekážely rozvoji jeho schopností. Důležitá je nejen pomoc v praktických úkonech, ale i pomoc psychická – že lidé nejsou sami, že mají vedle sebe partáka, na kterého se mohou spolehnout, že mají vedle sebe někoho, kdo je nesoudí, kdo pokaždé s radostí příběhne a beze slov „řekne“ – jsem tu pro tebe, co potřebuješ? Podat telefon, sundat ponožku, pomazlit se?

Jak psa naučit tak složitým věcem, jako například vytáhnout jídlo z ledničky?

Pes se složitější úkoly neučí najednou, ale postupně, jako když skládáte puzzle. Nejdřív musí být prostředí upravené tak, aby to pes mohl technicky zvládnout – například dveře musí mít úchyt, který může pes uchopit a zatáhnout za něj. Nejprve učíme psa dveře otevírat, poté i zavírat. Jakmile toto zvládá, učíme ho podávat z lednice různé předměty, včetně potravin a lahvi s pitím. Ty musí být vždy dobře zabalené, protože pes by byl schopen podat i burta, ale na oslantaného burta přejde chuť i někoho, kdo není velký gurmán. Každý krok se učí zvlášť a postupně se to spojuje dohromady. Je to systematická práce, ale pro psa je to vlastně hra. Celý výcvik psa jako takový je skládačka, krůček po krůčku, od jednoduchého ke složitějšímu.

Dokáže se toto naučit i jiné zvíře? Používají se někde na světě k těmto úkonům i jiná zvířata?

Historicky se zkoušelo zapojení i jiných zvířat, například opic, ale v praxi se ukázalo, že pes je pro tuhle práci jednoznačně nejvhodnější. Dobře spolupracuje, snadno se učí, má silnou vazbu na člověka. To je kombinace, kterou žádné jiné zvíře v takové míře nespĺňuje.

Pes, anebo člověk s postižením? Je potřeba ve vaší práci jednu stranu upřednostnit?

Chceme pomoci lidem s postižením, ale ne za cenu jakéhokoli strádání psa. Vždycky je pro nás zásadní, aby měl pes zajištěný kvalitní život. Aby nebyl pouze kompenzační pomůckou, ale partnerem a kámošem při kompenzaci postižení daného člověka.

Jakého věku se dožívají asistenční psi?

Představa, že asistenční pes je udřený chudák umírající v osmi letech, je zcela mylná. Podle plemene se běžně dožívají 12–13 let, ale máme mezi našimi psími pomocníky i seniory ve věku 15 let a více. Jsou to psi, kteří mají smysluplnou práci a pevný

vztah s člověkem, a to jim naopak prospívá.

Odcházejí asistenční psi do „důchodu“?

Ve chvíli, kdy už pes nemůže pracovat naplno, odchází skutečně do psího „důchodu“. Ale zůstává u svého pánička. Pro klienty to nejsou jen pomocníci, ale členové rodiny. Pes tak dožívá v prostředí, které zná, a poblíž svého pánička, se kterým prožil život. Nového psa klient obvykle získá až po jeho odchodu za duhový most – v takovém případě je klient zařazen na čekací listinu na první místo.

Jak moc asistenční pes změni každodenní život člověka s tělesným postižením?

Mění ho zásadně. Nejen prakticky, ale i psychicky. Najednou člověk zvládne spoustu věcí sám – nemusí pořád někoho volat, čekat na pomoc. Získá větší samostatnost a jistotu, může se zapojit do činnosti, které by bez pomoci psího asistenta nezvládl. A zároveň má vedle sebe partáka. To je něco, co se těžko popisuje, ale pro mnoho lidí je to možná ta největší hodnota.

Co všechno zvládne asistenční pes?

- podávat předměty
- otevřít a zavřít dveře
- pomoci při svlékání i oblékání
- přinést telefon nebo léky
- manipulovat s různými věcmi v domácnosti
- pomoci s prádlem nebo nákupem

Existují nějaké akce nebo události, na které byste mohla osoby s tělesným postižením pozvat?

Naši nejvýznamnější akcí jsou každoroční promoce psích studentů a jejich slavnostní předávání klientům. Tato akce s příznačným názvem **Super den** se koná vždy v září v našem výcvikovém areálu v pražském Motole. Je to den plný dojemných momentů, ale i zábavy, hudby a setkání klientů, dárců, příznivců a mnoha známých osobností. Ty svými vystoupeními zpřijemní den a představí se i v roli patronů předávajících psí pomocníky. Minulý rok jsme viděli vystoupení například Honzy Buriana, Michala Davida, Martina France, Kristýny Frejové, Dominiky Haškové, Heidi Janků, Jakuba Koháka, Magdy Malé, Leoše Mareše, Bohuše Matuše, Bary Ne-

Helpes má v ČR v této oblasti řadu prvenství:

- Vycvičil a předal prvního signálního psa pro člověka s epilepsií.
- Vycvičil a předal prvního signálního psa pro osobu neslyšící.
- Vyvinul unikátní metodiku a předal prvního psa osobě s diabetem.
- Stal se prvním zařízením svého druhu nejen v ČR, ale i ve střední a východní Evropě, které splnilo přísné mezinárodní standardy v oblasti výcviku a poskytování asistenčních psů a získalo akreditaci prestižní mezinárodní organizace Assistance Dogs International.
- Jako první se Helpes v roce 2016 aktivně zapojil do tvorby evropských norem pro výcvik a předávání asistenčních, vodících a signálních psů, které jsou v současné době v dokončovací fázi.



Paní Dana a Amor

Jak jsem vyděsil hezkou blondýnku

Ivan Jergl

Jakmile nový majitel převzal mými dřívějšími kolegy zadlužený podnik Perspektiva, zaměřený na zaměstnávání zdravotně postižených, zahájil nesmlouvavou selekci. Po nechal si ve stádě jen ty nejschopnější kusy se změnou pracovní schopností a několik těžce zdravotně postižených včetně mě, protože na nás poskytoval zákon největší slevy na dani.

Po krátké době ke mně do kanceláře přestěhovali inženýrku Jihlavskou. Všiml jsem si, že chodí s lehce, sotva znatelně pokrčenými lokty. Némá je při chůzi volně spuštěné podél těla; stejně tak kráčí s nepatrně pokrčenými kolena. Pohledná mladá blondýnka štíhlé postavy, s jemnými rysy siluety připomínajícími vývojově velmi pokročilou potomkyni homo erectus. Takovými prvky v siluete jsem se kdysi honosil i já, v době své nejlepší kondice – než mě zákon chorobné progresy začal ohýbat a naklánět, až jsem se po asi deseti letech, se skřípěním zubů, uchýlil na vozík pro invalidy. Ne, nemýlím se. Za roky osobní praxe revmatika a rehabilitační péče mám tyto nenápadné odchylky od normálu v oku.

Jednou jsme se v debatě svěřili, kdo jaké má potíže. Když se dívka dozvěděla, že mám taky polyartritidu z dětství jako ona, se zájmem – spíše však viditelně vystrašená – vyzvíдалa, jestli jsem na vozíku už od mládí. „Ne,“ odpovím. Po vyléčení jsem chodil téměř tak dobře jako ona, ale na kole jsem nikdy jezdit nedokázal. V průběhu let, jak jsem své klouby s radostí z pohybu zatěžoval, semůj stav začal zhoršovat.

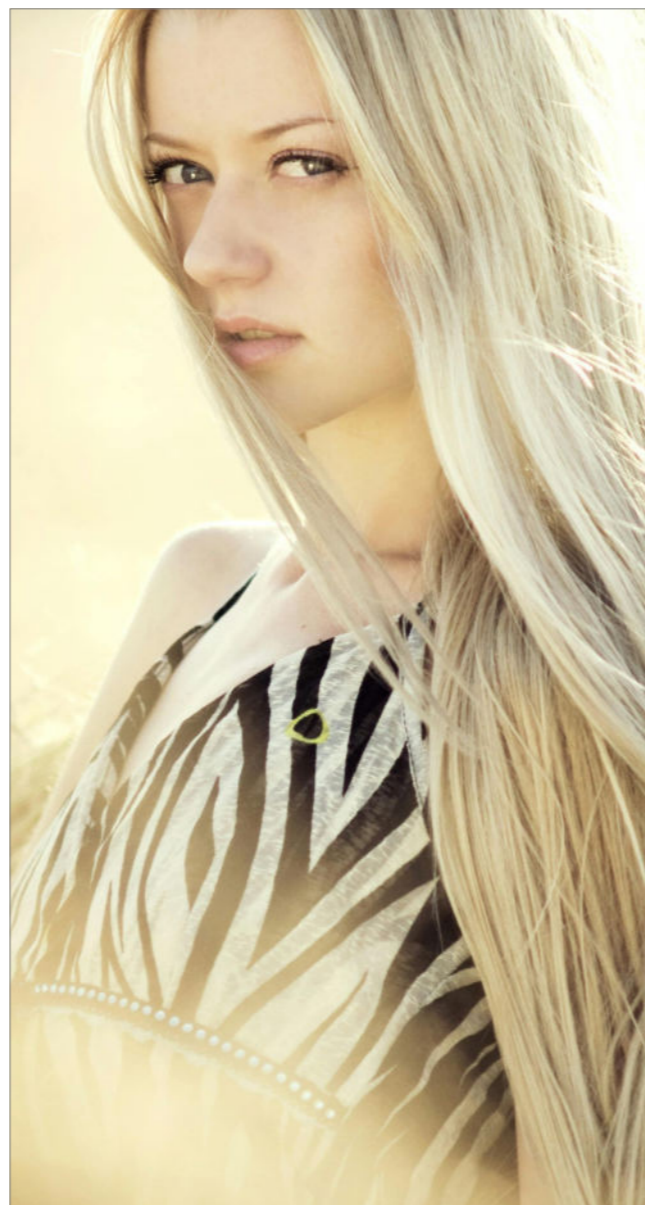
Když jsem viděl její polekaný pohled, raději jsem zmlkl. Ale ona mě pobízela, abych jí vyprávěl všechno.

„Bolesti se stupňovaly, začal jsem s čaganem, pak pokračoval s podpažními berlemi a skončil na tomhle.“ Poklepal jsem křivými prsty na elektrický vozík Ortopedia. Chvilu zaraženě mlčela, až skoro vykřikla: „To mě taky čeká vozejk?!“ „Proboha ne,“ lekl jsem se její reakce. „Vy jste vyšla z toho líp než já, tenkrát nebyly ještě léky jako dnes. Nemáte žádné deformity, jak vidím.“ Snad se jí to dotklo. Vstala od svého stolu a rychle přeběhla naproti k mému.

„Podívejte se,“ sypala ze sebe lehce roztřeseným hlasem, „mně operovali i kotníky a mám je krásně pohyblivé!“ Skopla tenisky a rychle si stáhla ponožky, aby mi ukázala bledé jizvy. Pak, na důkaz plné pohyblivosti, hbitě zakroužila chodidly v hleznech. Vyhrnula si vysoko volné šortky. Uviděl jsem svalnatá, opálená lýtka a pevná stehna mladé ženy. Instinktivně jsem s vozíkem couvl, jako by zahajovala striptýz. Zvedla ke mně oči a uraženě vyhrkla: „Nebojte se, nebudu se úplně vysvlékat!“ Několikrát rychle roztáhla kolena a zase je přimkla k sobě, jako by tančila twist, načež bez potíží přešla do dřepu.

„Vidíte to, vidíte? Kyčle mám taky v pořádku, doktor mi řekl, že můžu bez obav rodit, ani snoubenec už neváhá se svatbou.“ Mluvila spěšně a naléhavě, jako by přesvědčovala ne mě, ale především sama sebe. Pochopil jsem, že je vyděšená představou, že by za pár desítek let dopadla jako ten šedesátiletý kolega, který sedí nahrbený naproti ní na ojeté křesle a celým svým zjevem jí mlčky dává najevo, co ji nemilosrdně ve stáří čeká. Zrozpačitěla, jako by se najednou styděla za svůj výlev. Povzdechla si a bez problému se znovu shýbla a ve stoje na jedné noze si zručně navlékla bílé ponožky. Na prstech jejich rukou nebylo nic nápadného.

Pospíšíl jsem si s ubezpečením, že u ní je to úplně něco jiného, než to bylo u mě – deset let po válce. Jenom jsem ještě povzbudivě dodal, že kolega Spacír, co odešel z podniku před týdnem kvůli nízkému platu, taky prodával revmatickou horečku. Jeho klouby ani srdce to nepoznamenalo. Byl na vojně v hradní strážce a dokonce salutoval Husákovi. Zasmála se. Bylo vidět, že se zvolna uklidňuje.



V dalších dnech si všimla, jestli něco nepotřebuji podat nebo dát do vyšších polic, popřípadě uvařit čaj. Chovala se ke mně jako pozorná, pečlivá dcera nebo pečovatelka. Jako by předem uplácela osud, aby se k ní po letech nezachoval jako ke mně.

Trochu jsem litoval, že jsem jí tak neprozřetelně vylíčil svůj úděl a nevědomky jí svým zjevem poskytl možný obraz její vzdálené, byť málo pravděpodobné budoucnosti.

Brzy se domluvila se svým otcem a ten jí sehnal místo v jiné firmě, takže nový majitel jí v Perspektivě ani nestihl dát výpověď pro nadbytečnost. Přišla se rozloučit a popřála mi, abych se měl fajn a vydržel to tady s tím, ukázala hlavou k ředitelně. Oknem jsem ještě zahlédl, jak na nádvoří podniku sedá na sportovní kolo a skloněná nad řídítky jako cyklista dráhař, naprosto sebejistě vyráží na další štreku svého život. Měla štěstí, že přišla na svět později.



Zůstaňte aktivní a nezávislí
se skútry Invacare
= Váš svět bez omezení!



Pro více informací navštivte naše webové stránky www.sivak.cz



SIVAK medical technology s.r.o.

Jana Masaryka 1713

500 12 Hradec Králové

Tel.: 495 220 684

Přihlaste se na Abilympiádu 2026

Dovednosti, které spojují. Abilympiáda, jejíž letošní ročník se uskuteční 25. 4. v prostorách Jedličkova ústavu a škol, patří mezi tradiční a oblíbené dovednostní soutěže určené dětem a mladým lidem se zdravotním postižením ve věku od 6 do 26 let z celé České republiky. Nejde však jen o soutěž v pravém slova smyslu – její význam je mnohem širší.



Hlavním cílem Abilympiády je podpora všestranného rozvoje účastníků, a to především v dovednostech důležitých pro každodenní praktický život. Stejně důležitý je ale i sociální rozměr celé akce: setkávání mladých lidí z různých koutů republiky, sdílení zkušeností a navazování nových přátelství i kontaktů.

Program soutěže nabízí pestrou škálu disciplín zaměřených na praktické činnosti, v nichž mohou soutěžící předvést svou šikovnost, kreativitu i vytrvalost. Abilympiáda tak každoročně dokazuje, že schopnosti a talent si vždy najdou svou cestu – bez ohledu na překážky.

V soutěžních disciplínách jsou obvykle dvě věkové kategorie: mladší (6–12 let) a starší (13–26 let). Zájemci mohou soutěžit pouze v jedné soutěžní disciplíně.

Disciplíny

- Lego
- Malování
- Práce se dřevem
- Puzzle
- Studená kuchyně (pouze starší)
- Tkání (hrábě)
- Vyšívání
- Košíkařství (pouze starší)
- Keramika
- Aranžování květin
- Tvoření z fima



Ubytování a stravování

Ubytování je zajištěno od 24. 4. v Domově mládeže TAP (adresa: Na Pankráci 13, Praha 4), stravování

v budově školy. Přihlášku najdete [zde](#). Přihlašovat se lze do 12. 4.

Všechny důležité informace od pořadatele sledujte na webových stránkách [Abilympiády](#).



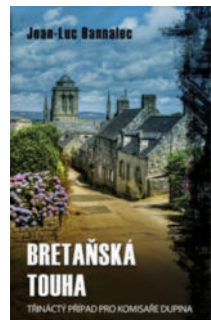
**25. ročník
Sportovních her zdravotně postižených dětí a dospělých
„Memoriál Petra Douska“**

<https://azp-20237.webnode.cz/>

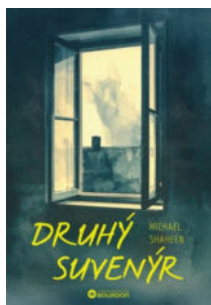
**12.–13. 6. 2026
Kopřivnice**



- 🤝 **Setkání účastníků z ČR i Slovenska** 🎯 **Disciplíny: vrhy, běh/chůze, šipky, střelba, vozíčkáři**
- 🎵 **Hudba, doprovodný program, focení** 🚒 **Ukázky techniky, program pro veřejnost**
- 🏛️ **Vstup do Muzea TATRA zdarma** 🏆 **Vyhodnocení + taneční vystoupení**
- 📦 **Balíčky a dárky pro účastníky**



Bretaňská touha | Jean-Luc Bannalec. Třináctý případ pro komisaře Dupina, milovníka tučňáků a kofeinu, rodiče Pařížana za trest přeloženého do Bretaně - na konec světa. Na nejzazším okraji Bretaně leží uprostřed bouřlivého Atlantiku sytě zelený ostrov Ouessant. Komisař Dupin na něm má z prefekta speciálního pověření objasnit záhadné úmrtí. Moře vyplavilo na břeh jistého keltského hudebníka. Policie objeví v jeho domě odkaz, který je spojován s prastarým temným rituálem. Dupinovi však ztěžuje vyšetřování spiklenecké společenství obyvatel odlehleho ostrova - sirény, kněžky a vypravěčky příběhů žijí stranou norem a vědí, že záleží na tom, co je zjevné. A komisař je postaven před takřka neřešitelný úkol vypátrat, co by to mohlo být...

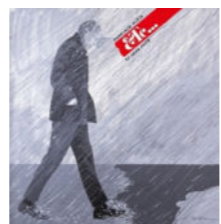


Druhý suvenýr | Michael Shaheen. Udělají cokoli, aby pohřbili pravdu. Žádný člověk, žádný problém. Zdánlivě jednoduchá sebevražda obyčejného úředníka v pražské vile představuje teprve začátek napínavého detektivního příběhu. Když se totiž policejní inspektor Kafka ponoří do vyšetřování, odhalí spojitost s legendami opředenou smrtí Jana Masaryka. Mohlo se jednat o sebevraždu, nebo byl oblíbený ministr zahraničí zavražděn? Jak vypadaly jeho poslední dny a hodiny? A co by vlastně mohlo být tím druhým suvenýrem, který by snad konečně mohl odhalit pravdu o Masarykově smrti? Další úmrtí na sebe nenechají dlouho čekat. Každá nová stopa rozmazává hranici mezi pravdou a klamem. Druhý suvenýr je strhující literární thriller, který spojuje napětí, historii a neúnavnou snahu o dosažení spravedlnosti. Vyjde pravda konečně najevo, nebo bude navždy pohřbena?



Cesta na Sardinii | Barbora Majchráková. Maminka, dcera a vnučka. Tři generace jedné rodiny. A cesta k moři, která na první pohled vypadá jako obyčejná dámská jízda. Jenom maminka ale ví, proč vybrala jako cíl právě Sardinii, a koho na ostrově bude hledat. Dcera si na pláži plánuje pořádně odpočinout. Nic víc. Nic méně. A vnučka? Ta se těší, až celá tahle příšerná rodinná dovolená konečně skončí. Pak je tu ještě Helena. Žena, o které se v rodině přes padesát let nemluvalo a která netouží po ničem jiném, než aby mohla vysvětlit, co se kdysi dávno opravdu stalo. Humorný román, který pohladí po duši a dodá odvalu jít si za svým

ČTENÁŘI DOPORUČUJÍ: Na solar: Nejlepší české povídky od roku 1989 | Jan Němec (ed.). Skvělý počín, dobrý výběr skvělých povídek. Jen název trochu vede k tomu, že editor má vhléd a určuje nejlepší povídky. Některé bych možná do souboru nedal, ale i tak jde o perfektní průlet českými povídkami. Některé jsou opravdu dlouhé a poslední, od Pitínského, má jednu stranu, ale ta opravdu stojí za to. Povídky jsou opravdu dobrý sport, nerozhoduje délka, ale pointa či jazyk. Doporučuji k přečtení. (S. P. / 3-2026)



20 deka duše | Etc..., Vladimír Mišík. První zcela svobodné album. Dokončení nahrávání proběhlo ve studiu Mozarteum 17. listopadu 1989. Již předtím se však Vladimír Mišík a kapela ETC... dohodli, že v rozkláčeném cenzurním dohledu prosadí co nejsyrovější podobu své muziky.



Jedinečná šance | Futurum. Druhé a také poslední studiové album skupiny. Nahráno bylo v roce 1986, ale vydáno o rok později. Deska vznikla v bratislavském studiu už bez účasti kytaristy Miloše Morávka, ale s novými členy - baskytaristou Lubomírem Eremiášem a saxofonistou Leopoldem Dvořáčkem.



Nebe nepočká: Nejisté nejistoty 5 | Vladimír Merta. Pátý díl cyklu Nejisté jistoty zachycuje Vladimíra Mertu v období bilancování a pochybností. Jsou to ještě nejisté jistoty, nebo už spíš jisté nejistoty? Písně na albu působí jako otevřený rozhovor - bez masek, s důrazem na upřímnost a vlastní zkušenost: od titulní skladby Nebe nepočká přes provokativní Miss Anarchii až po závěrečný Virus, který dnes rezonuje možná silněji, než autor původně zamýšlel. Mertovi nejde o hledání univerzální pravdy, ale o osobní výpověď. Přirozené vyústění celé pentologie.

Zdroje a foto: kosmas.cz, csfd.cz

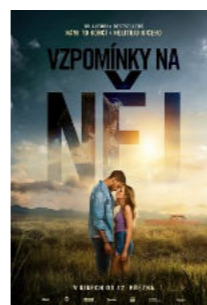
Spasitel | režie Phil Lord, Christopher Miller. Učitel přírodopisu Ryland Grace (Ryan Gosling) se probudí na vesmírné lodi vzdálené světelné roky od domova, aniž by si pamatoval, kdo je a jak se tam dostal. Když se mu paměť vrátí, začne odhalovat svůj úkol: vyřešit záhadu tajemné látky, která způsobuje vyhazování Slunce. Musí využít všech svých schopností...



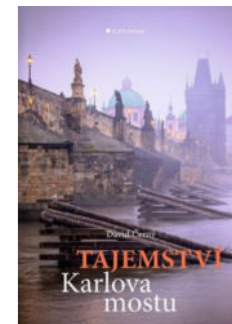
Tanec s medvědem | Česko/Slovensko, režie Jitka Rudolfová. Linda je ve dvacátém týdnu těhotenství, když se ona a její manžel Marek na kontrolním ultrazvuku dozvědí, že jejich dcera má vrozenou vývojovou vadu. Na případnou interrupci jim zbývá už jen měsíc, ale tato možnost je jim proti mysli. Začnou proto navštěvovat rodiče dětí se stejným postižením...



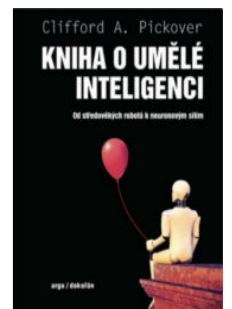
Vzpomínky na něj | režie Vanessa Caswill. Kenna (Maika Monroe) je obyčejná mladá holka, která je až po uši zamilovaná do svého přítele Scottyho. Doufá, že on je ten pravý, a čeká s ním dítě. Jenže pak jeden původně romantický večer zakončí tragická autonehoda, která Scottyho připraví o život a Kennu o svobodu. Chyba za volantem jí vynese sedm let za mřížemi. Po propuštění doufá v jedině - že se bude moci sblížit se svou dcerou, kterou jí sebrali hned po porodu a vychovávali ji Scottyho rodiče. Ti nejsou vůbec nadšení z toho, že se v jejich životě znovu objeví „přízrak z minulosti“, který je připravil o jediného syna, a jsou připraveni zabránit setkání matky s dcerou...



Tajemství Karlova mostu | David Černý. Víte, že Karlův most se vlastně jmenuje most svatého Víta? Víte, že po Karlově mostě jezdily tramvaje? Že socha Jana Nepomuckého z Karlova mostu je vzorem pro desítky tisíc soch po celém světě? Že Karlův most je jediný na světě, který je osvětlen plynovými lampami? Že délka Karlova mostu určuje rozestupy mezi kapličkami cestou do Staré Boleslavi? Že originály soch z Karlova mostu ukrývá sál Gorlice ve vyšehradských kasematech? Odhalte zapomenutá tajemství Karlova mostu. Spisovatel a fotograf, autor knižní série *Tajemství Prahy*, tvůrce projektu *Miluju Prahu* David Černý pochází ze staré pražské pekařské rodiny. Studoval historii a celý život o Praze píše. Svou lásku k hlavnímu městu chtěl však sdílet i s ostatními, a tak založil stránku *Miluju Prahu*. Zpočátku publikoval jen své oblíbené fotky města, stránka se však rozrostla už na 100 tisíc fanoušků.



Kniha o umělé inteligenci: Od středověkých robotů k neuronovým sítím | Clifford A. Pickover. Ačkoliv se může zdát, že téma umělé inteligence je ryze současné, Clifford A. Pickover nám v další ze svých bohatě ilustrovaných knih ukáže, že úvahy o myslících strojích sahají hluboko do lidské historie. S umělou inteligencí se můžeme setkat v různých kontextech: v lékařství, populární kultuře, mytologii či filozofii. Kde se objevily pohyblivé automaty napodobující lidi i zvířata? Odkud se bere fascinace androidy a roboty? Kdy software poprvé porazil profesionálního hráče go? V čem spočívají limity velkých jazykových modelů? Kniha obsahuje více než sto krátkých, ale výstižných hesel, vždy doplněných celostránkovou ilustrací. Pickover tímto způsobem čtenářům zprostředkovává jednoduše stravitelný, avšak informovaný pohled na historii, vývoj a budoucí směřování umělé inteligence.



Móda, víra a fantazie v nové fyzice vesmíru | Roger Penrose. Nobelist a Roger Penrose dal své knize, shrnující bádání v jeho oboru, záměrně provokativní název, který napovídá, jak se staví k některým proudům v moderní fyzice. Řeklo by se, že podléhání módě, slepá víra a čirá fantazie přece nemají v seriózním bádání co dělat. Penrose ovšem ukazuje, že vůči těmto vlivům nejsou imunní právě badatelé, kteří pracují na předních výspěch moderní fyziky. Jakkoli fantazie či víra může vědce vést správným směrem, podle autora právě moderní odborníky na teorii strun, kosmologii či kvantovou mechaniku často svádí na scestí. Roger Penrose (*1931) patří k nejvýznamnějším teoretickým fyzikům světa. Získal řadu ocenění, mj. Einsteinovu cenu za svůj podíl na rozvíjení obecné relativity a kosmologii. Je držitelem Nobelovy ceny za fyziku z roku 2020. Vydal řadu knih, např. *Povaha prostoru a času*, na které spolupracoval se Stephenem Hawkingem (česky Argo a Dokořán 2019), či *Cykly času* (Argo 2013). Je emeritním profesorem na Oxfordské univerzitě. V roce 2025 a na začátku roku 2026 Penrose vystupoval v mnoha rozhovorech a veřejných debatách o kosmologii, kvantové mechanice a vědomí. Objevil se například v nové vícedílné interview sérii *Closer to Truth* z října 2025, kde mluví o „deep reality“, základech kvantové mechaniky a svých dlouhodobě nekonvenčních názorech.





Odešla první dáma české filantropie. Božena Jirků zanechala nesmazatelnou stopu



Zdroj: kontobariery.cz, idnes.cz | foto: kontobariery.cz

Česká veřejnost přišla o mimořádnou osobnost. Ve věku 78 let zemřela Božena Jirků, dlouholetá ředitelka Nadace Charty 77 a zakladatelka Konta Bariéry. Její jméno je po desetiletí spojeno s pomocí lidem se zdravotním postižením a s rozvojem moderní filantropie v České republice.

Podle její nástupkyně Jolany Voldánové byla Jirků jednou z nejvýraznějších osobností neziskového sektoru. Více než třicet let dokázala spojovat profesionalitu s lidskostí – a právě tato kombinace z ní učinila výjimečnou osobnost.

Od televizní obrazovky k pomoci druhým

Svou profesní dráhu začínala Božena Jirků v Československé televizi, kde působila jako hlasatelka, moderátorka i redaktorka. Diváci ji znali například z pořadu Nad dopisy diváků. Právě zde se setkala s Františkem Janouchem, který ji po roce 1989 přizval ke spolupráci v Nadaci Charty 77. Toto setkání zásadně ovlivnilo její další životní směřování. Z mediálního prostředí přešla do světa, kde šlo o mnohem víc než o slova – o konkrétní pomoc lidem v nouzi.

Konto Bariéry: pomoc, která mění životy

Nejvýraznější stopu zanechala Jirků právě prostřednictvím projektu Konto Bariéry, pod jejímž vedením se stal jedním z nejvýznamnějších charitativních projektů v Česku. Pomohl tisícům lidí se zdravotním postižením – ať už šlo o financování

kompenzačních pomůcek, bezbariérových úprav nebo individuálních příběhů.

Ještě před vznikem Konta Bariéry stála u zrodu mimořádné sbírky Konto Míša. Ta na počátku 90. let dokázala shromáždit 100 milionů korun na pořízení Leksellova gama nože – revoluční technologie pro léčbu mozkových onemocnění. Tento projekt se stal symbolem nově se rodící občanské solidarity po roce 1989.

Filantropie jako poslání

Božena Jirků bývá právem označována za „první dámu české filantropie“. Nešlo jen o organizaci projektů, ale o hluboké porozumění lidským příběhům. Dokázala dát pomoci konkrétní podobu a zároveň inspirovat tisíce lidí, aby se zapojili.

Její práce byla oceněna i na nejvyšší úrovni – v roce 2023 jí prezident Petr Pavel udělil medaili Za zásluhy o stát v oblasti kultury.

Odkaz pro budoucnost

Pro čtenáře magazínu VOZKA má odkaz Boženy Jirků zvláštní význam. Její práce byla úzce spjata právě s lidmi, kteří se každodenně potýkají s bariérami – fyzickými i společenskými. Pomáhala je odstraňovat nejen finančně, ale i tím, že o nich mluvila a přibližovala je veřejnosti.

Její odchod je velkou ztrátou. Zůstává však něco podstatnějšího – systém pomoci, který vybuodovala, a myšlenka, že solidarita má smysl. A právě ta by měla být inspirací i pro další generace.

15.

EMIL OPEN

EVROPSKÉ HR
HANDICAPOVANÉ MLÁDEŽE

summer.emilopen.cz

Registrujte se na již **15. Evropské hry handicapované mládeže Emil Open!**
Otevřené zůstanou **do 5. dubna**

Online manuál registrace najdete **[zde](#)**. Nechte se nalákat atmosférou z loňského ročníku
na **[AFTERMOVIE](#)**.

My ta prkna zvládneme!

Tímto heslem se řídí žáci a pedagogové Základní školy pro tělesně postižené v Opavě na ulici Dostojevského 12, kteří každoročně vyrážejí na zimní lyžařský kurz. Ani letošní rok nebyl výjimkou. Celá výprava dokázala, že odhodlání a chuť překonávat překážky mají na svahu své místo.

Marie Hynarová | foto: archiv školy

Hlavním dějištěm zimních sportovních aktivit se stal osvědčený skiareál Annaberg, kde naši žáci našli tradičně výborné zázemí i dostatek sněhu. Podle svých možností se věnovali sjezdovému nebo běžeckému lyžování, zimní turistice, bobování a sáňkování.

Lyžaři byli rozděleni do dvou družstev – menší začátečníci se učili základům a získávali jistotu na lyžích, zatímco starší a zkušenější žáci si užívali jízdu na velkém kopci.

Odvaha na velkém svahu

Velkým letošním úspěchem bylo, že se někteří z našich malých lyžařů odhodlali vyzkoušet jízdu na velkém svahu. I přes pár pádů to nevzdali a zvládli sjezd až dolů, což pro ně byl obrovský zážitek.

Pro žáky, kteří nedokážou sjet kopec samostatně, byla k dispozici jízda na monoski pod vedením naší paní ředitelky Silvie a paní učitelky



Sjezdové lyžování

Lucie. Díky monoski si i tito žáci mohli užít pocit rychlosti a radost ze sjezdu.

Podpora, která přináší radost i vítězství

Celý kurz probíhal za velkého nasazení pedagogů, asistentů a vychovatelů, kteří žákům poskytovali

potřebnou podporu a motivaci. Poděkování patří také Magistrátu města Opavy za finanční podporu, díky níž se tato zimní aktivita mohla uskutečnit.

Letošní lyžařský kurz ve skiareálu Annaberg byl plný pohybu, radosti a malých i velkých vítězství. A my se budeme opět těšit na další rok!



Knihka „Nezvuky“ jako most mezi světy slyšících a neslyšících

Spisovatelka a ilustrátorka Markéta Vítková představuje interaktivní knihu „Nezvuky“, jež originálním způsobem přibližuje svět lidí se sluchovým postižením. Jde o čtvrtý přírůstek do série „knížních mostů“, v níž propojuje prostředí lidí s handicapem se světem ostatních.

Sebastián Lukas Kyčerka, redaktor Inspirante.cz |
Foto: osobní web a facebooková stránka [Markéta Vítková – knížky pro děti](#)

Online rozhovoru jsme tuto unikátní knihu probrali ze všech stran. Od kladných reakcí slyšících i neslyšících čtenářů přes důvody navýšení počtu představených osobností se sluchovým handicapem a povedený brněnský křest až po náročné okamžiky, které tvorba speciální publikace provází.

Co vás při práci na knize překvapilo nejvíc?

Když mi profesorka Zoja Mikotová řekla, že sluchový handicap je vůbec nejtěžší. Jako hlavní důvod uvedla komunikační bariéru, která slyšící a neslyšící odděluje. Do té doby jsem považovala za nejtěžší ten zrakový.

Znala jste někoho se sluchovým postižením, nebo jste tento svět objevovala postupně?

Jak říkáte, bylo to postupné objevování. Samozřejmě jsem věděla, že neslyšící lidé existují, ale nebyli v mé blízkosti. Ani v rodině nebo mezi známými, takže šlo o dost abstraktní téma.



Křest knihy s Radimem Fialou a dětmi

Kde jste brala inspiraci? Kniha je plná podnětných informací.

Do světa neslyšících jsem pronikala více způsoby. Jedním z nich bylo čtení knih. Zdrojem mnoha informací mi byla například kniha „Jaké je to neslyšet“ od paní Věry Strnadové. Dál jsem se dívala na filmy a povídala si s paní profesorkou Zojou Mikotovou. Hodně mi dalo také se-

tkávání s konkrétními osobnostmi knihy. Kromě již zemřelého pana Davida Wagnera jsem si se všemi dopisovala nebo povídala přes tlumočníka.

Proč jste jako název zvolila právě „Nezvuky“?

Postupně vznikalo spousta názvů. Některé byly pozitivně laděné, jiné

byly mnohoslovné. S výsledným názvem přišla grafička, se kterou jsem léta skvěle sehraná. Já mívám představu, ona ji posunuje dál. Stejně tak tomu bylo u „Nezvuků“. Když viděla předchozí návrhy, napadl ji tento název, který se mi hned zalíbil. A to i přesto, že se našli odpůrci, kteří tvrdili, že název s negativní předponou nebude pro případné čtenáře pozitivní. Já si ale stála za svým, „Nezvuky“ mi k tématu skvěle sedí.

„Nezvuky“ jsou vaší čtvrtou knihou, ve které propojujete svět handicapovaných s ostatními lidmi. Čím se odlišuje od těch předchozích?

U každého titulu jsem se snažila, aby byl přístupný dětem i dospělým, kteří nemají popisovaný handicap. Zároveň jsem chtěla, aby byl přístupný i těm, co ho mají, takže jsme knihy přizpůsobovali. Knižka o zrakově postižených je tak psaná i v Braillově písmu a hlavní příběh je namluvený, aby si ho zrakově postižení mohli pustit. U „Nezvuků“ jsme počítali s tím, že budou přeloženy do českého znakového jazyka, proto v každé kapitole najdete QR kódy. Bohužel, prozatím nejsou všechny funkční, což je dáno především tím, že se jedná o můj nejdražší titul.

Snažila jste se získat nějakou finanční podporu?

Ano. Od sponzorů, ale i žádostmi o různé granty. I přes tuto snahu se potřebné finance nepodařilo získat. Kniha tak není přeložená celá, usilovně však pracujeme na tom, aby se to dotáhlo.

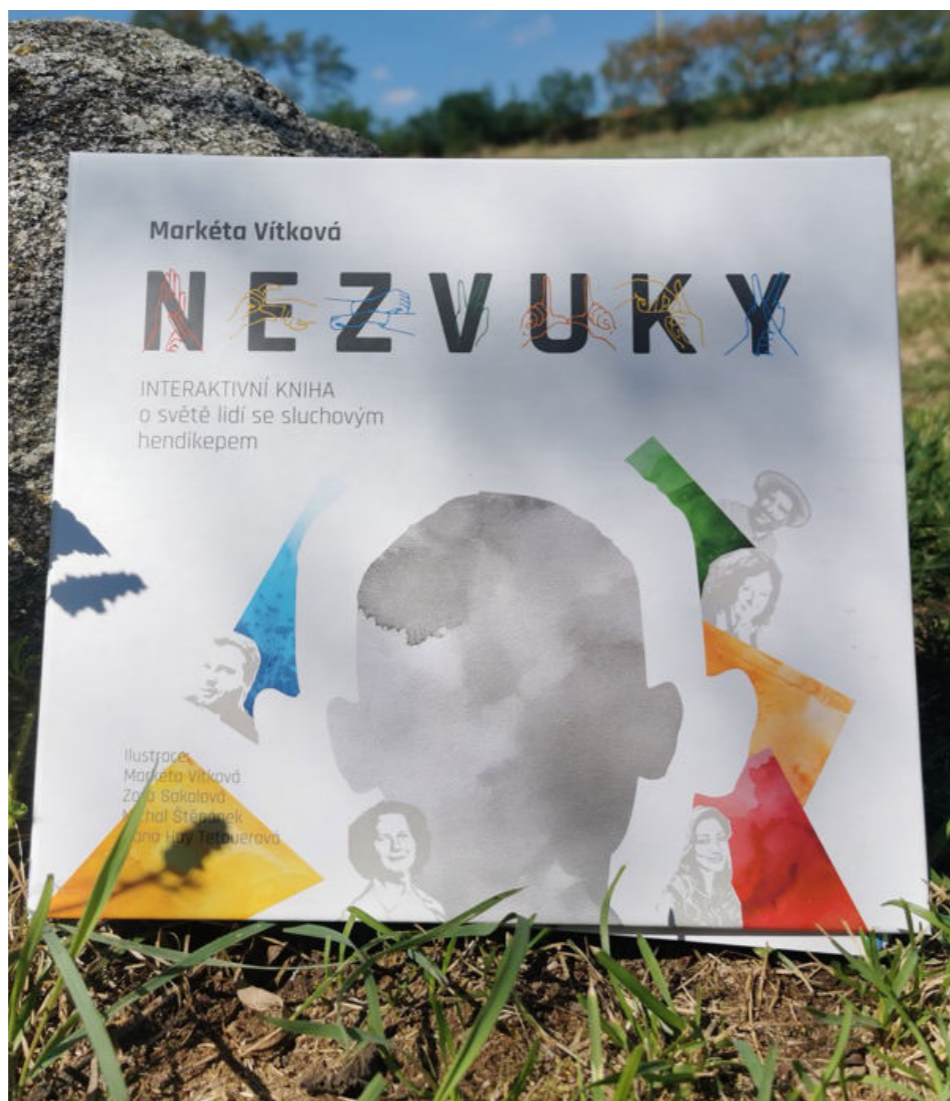
S kým na zbývajícím překladu spolupracujete, opět se Střediskem Teiresiás?

Středisko Teiresiás dělalo aktuálně dostupný překlad. Společně jsme zvládli úvod, všechny kapitoly o osobnostech i závěr. Nyní jsou zvaleni vlastní prací, takže jsme se domluvili s Tichým světem a Sárkou Prokopiusovou, prezidentkou Svazu neslyšících a nedoslýchavých osob v ČR. Texty už jen čekají v zásobníku na potřebné finance. Je možné, že knihu přeložíme po kapitolách.

Většinu předchozích knih jste také ilustrovala. Jak je tomu u této knihy?

„Nezvuky“ jsou v tomto hodně specifické. Moje ilustrace v ní najdete, ale obrátila jsem se i na neslyšící umělce. Výtvarnice Iva Hay se v knize věnovala jmenným znakům v kapse, číslování kapitol a ukázkám svých ilustrací. Výtvarník Michal Štěpánek ztvárnil každou z pěti osobností knihy.

Knihy propojují nejen zmíněné ilustrace, ale také praktické informace,



interaktivní prvky a pět životních příběhů. Jak těžké bylo skloubit vše dohromady?

Doslova příšerné. V jedné chvíli jsem měla pocit, jako bych tahala z jalové krávy tele. Alexandr Zvonek se tomu smál, ale naprosto mě chápal. Některé knížky vznikají snadno, radostně a rychle, ale u většiny těch speciálních jde o velmi náročný proces. Musím přiznat, že „Nezvuky“ mi daly zabrat ze všech nejvíce. Samozřejmě to bylo dáno i komunikační bariérou, kvůli níž docházelo ke vzájemnému nepochopení i přes spolupráci s tlumočníky. Zároveň pro mě bylo náročné dohnat ostatní, aby vše dodali včas a knížka mohla reálně vzniknout.

Zmínila jste Alexandra Zvonka, který je protagonistou jednoho z pěti příběhů knihy. Podle jakého klíče jste jednotlivé osobnosti vybírala?

Jako prvního jsem zvolila Davida Wagnera, a to na základě doporučení profesorky Mikotové, která mi zapůjčila jeho bakalářskou práci. Ta mě naprosto nadchla. Měla jsem pocit, že by ji měl znát každý slyšící. Následně

jsem dala na rady komunity neslyšících.

Od začátku jste chtěla zachytit pět příběhů, nebo se jejich počet v průběhu tvorby měnil?

Kvůli místu jsem plánovala napsat jen o třech osobnostech. Měla jsem docela nepříjemnou zkušenost s knihou „Vozičkov“, která byla jen o jedné osobnosti, ale i tak se do ní nevešlo vše a bylo nutné škrtat. Za hlavní důvod považuji hravé prvky speciálních knih, kvůli kterým nejsou všechny stránky stejné. Některé jsou tenčí, jiné naopak zdvojené, takže nejdou svázat klasickou vazbou. Vhodná je pouze kroužková s největším průměrem spirály. Dopředu tak vždycky víme, že je nutné počítat s určitým limitem. Od začátku jsem se bála škrtání nebo vynechání zajímavého příběhu, proto jsem chtěla pouze tři, ale nakonec zvolila pět.

Z jakého důvodu?

Během spolupráce s Kukátkem jsem se dozvěděla, že je potřeba zachytit mnohem širší škálu handicapu. Je totiž rozdíl, když někdo ohluchne

ve stáří, narodí se neslyšící nebo ohluchne ve fázi, kdy se předtím naučil mluvit. Jednotlivými osobnostmi jsem se tak snažila pokrýt co nejvíce možností. Spektrum příběhů jsem kvůli tomu rozšířila o Honzu Fiuráška a Ivu Hay. Zároveň jsem chtěla navázat na prostředí Janáčkovy akademie múzických umění, protože tam lze studovat obor, který je propojovacím tématem knihy.

Zpracovat tolik různorodých příběhů bylo jistě náročné, ale kladné ohlasy čtenářů vás musí těšit.

To je pravda, jsem za ně moc ráda. Ozvala se mi třeba knihovnice z jedné vysoké školy, která neznala mé předchozí knížky. Říkala, že je z knihy nadšená. Chtěla si pořídit i mé starší tituly pro studenty s různými handicapem, se kterými pracuji. Zároveň mě moc potěšilo, že i samotní neslyšící mají z knížky radost a vidí v ní významnou hodnotu pro svou komunitu. Prvotním plánem knihy bylo slyšícím představit svět neslyšících, ale je přístupná i neslyšícím, což mi sami potvrzují. Spousta lidí mi také řekla, že ne každý neslyšící zná všechny informace, které kniha uvádí.

Pozitivní ohlasy umocňuje také skutečnost, že jste za „Nezvuky“ získala titul Nejkrásnější dětská kniha na Knižním veletrhu v Havlíčkově

Brodě. Co pro vás toto ocenění znamená?

Velkou poctu, už kvůli zmíněné náročnosti práce. Příprava knihy mě naprosto vyčerpala. Když mi ale porota ocenění udělila, měla jsem obrovskou radost. Potěšilo mě také to, že v knížce porotci viděli velký potenciál pro využití ve výuce. Našli v ní také to, co jsme do ní chtěli vložit.

Krátce se chci zastavit u povedeného křestu „Nezvuků“ v Brně. Role kmotra se skvěle zhostil herec Radim Fiala. Byl vaší první volbou?

Od neslyšících jsme nejdříve dostali tip na herečku Annu Polívkovou, která křtila kalendář Ivy Hay. Když se termín křtu přibližoval, zeptala jsem se osobností z knihy, jestli mají přání ohledně kmotra. Všichni se jednoznačně shodli, že by chtěli Radima Fialu. Tento herec pro komunitu dost znamená, což úzce souvisí s tím, že ztvárnil Doktora Žaka. Proto jsem už nikoho jiného neoslovovala.

Radim Fiala nekřtil šampaňským, ale napodobováním nejruznějších zvuků. Tato neobvyklá forma napadla vás?

Ano. Už při křtu první knihy jsem dostala radu, abych neničila knihu šampaňským, ale přišla s něčím jiným. S čímž jsem ráda souhlasila, takže se žádná z mých knih sektem nekřtila. Pokaždé se snažím vymýšlet

neinvazivní metody, které s knihou souvisí. Radim Fiala o mém nápadu dopředu nevěděl, přesto se křtu zhostil báječně. Zároveň jsem měla velkou radost, že se do něj zapojily i děti.

Křest máte úspěšně za sebou, co dalšího s knihou plánujete?

Ráda bych dostala knihu do škol, kde by mohla pomáhat. Aktuálně hledám cesty, jak toho docílit, jelikož školy jsou zahlceny mnoha nabídkami. Bohužel nemám žádný kanál, kterým bych mohla oslovit všechny najednou. Zároveň si neumím představit, že oslovuji každou školu zvlášť. Mimo tuhle snahu knihu nechávám žít vlastním životem. Doufám, že si sama najde cestičky, lidé si ji mezi sebou doporučí, a dostane se tak mezi co nejvíce čtenářů.

Co byste vaší knize popřála do budoucna?

Ráda bych, aby propojila svět lidí se sluchovým postižením s ostatními. Proto jí přeji, aby se to podařilo. A nejen to. Jak už jsem zmínila, komunikační bariéra mezi neslyšícími a slyšícími nezřídka způsobuje, že se slyšící bojí oslovit neslyšící nebo netuší jak. Proto si také přeji, aby „Nezvuky“ pomohly tyto bariéry odstranit.



Křest s osobnostmi knihy

Nohy na baterky

Ivan Jergl

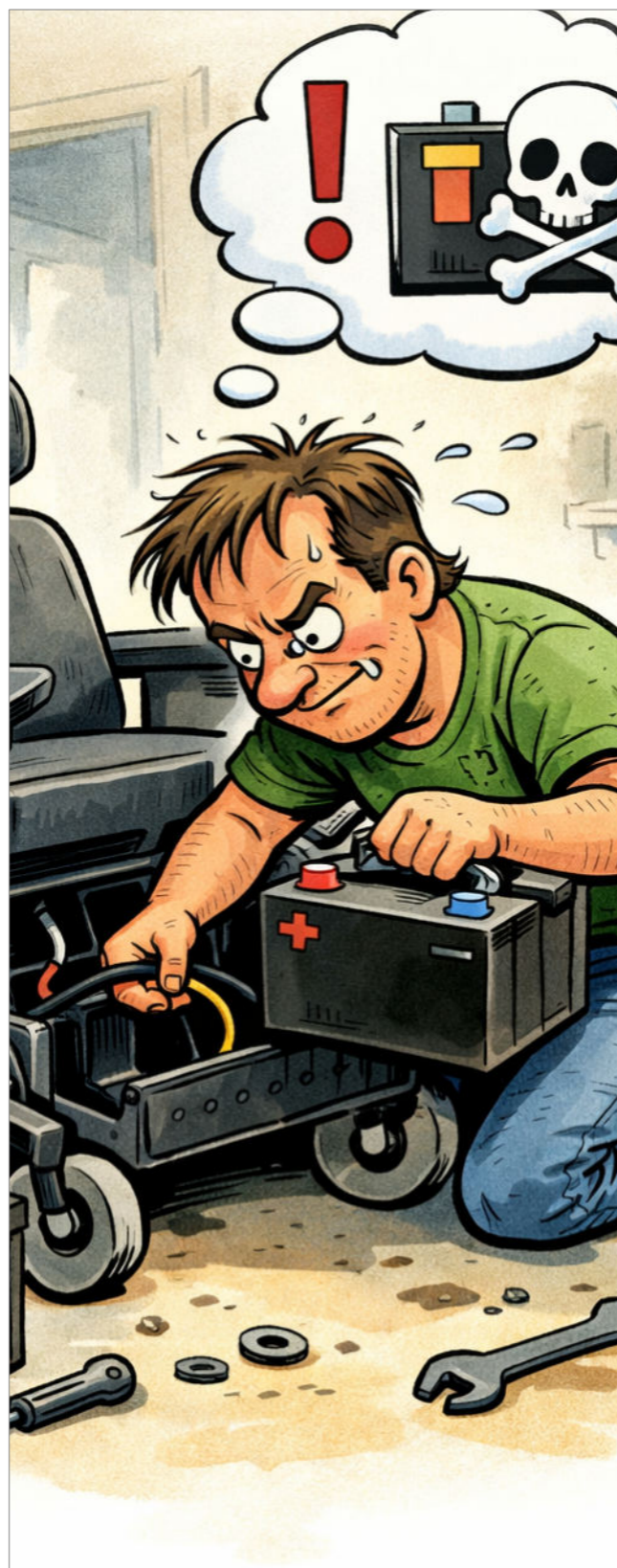
V mém elektrickém vozíku po jedenácti letech definitivně dosloužily baterie. Po úmorném, vysilujícím pátrání na e-shopech jsem se konečně rozhodl a e-mailem objednal kapacitně i cenově vyhovující typ baterií. Volit mezi možnostmi, a to ještě podle více parametrů, je pro mě decimující situace. Tak nějak si představuji očistec. Dva dny, vlastně ještě i v noci až do časného rána jsem porovnával a hodnotil, sestavoval tabulku a dovídal se o trakčních bateriích, počtech nabíjecích cyklů při různé teplotě, předpokládané životnosti a také o ceně. Měl jsem to ztížené i tím, že sednout nebo kleknout pokorně před inva károu nedokážu a musel jsem čekat až měl zeť volno, aby dosavadní baterie vylovil zpod sedadla vozíku, změřil jejich rozměry a vyfotografoval pólové nástavce, abych mohl objednat takový model, kam půjdou připojit dosavadní kabely. A především, aby se baterie vůbec vešly do plechové úložné krabice.

Co nevidím na vlastní oči, to беру za nejisté a hledám zprostředkovaně vícenásobné prověření, že budu volit správně. Tak jsem ještě několikrát potěšil původního dodavatele vozíku podrobnými dotazy a zeť mě upokojil, že když baterie nepadnou vozíku jako ulité, vrátíme je nebo zvedne pomocí nástavce víko do potřebné výšky.

Odeslal jsem objednávku a chtěl zaplatit převodem z účtu. Ale ouha! Banka zrovna vyhlásila celodenní odstávku z důvodu technické údržby a do internetového bankovníctví mě nepustila. Další den jsem pozdě večer konečně chtěl úhradu spáchat, ale manželčin telefon se ztratil. Vůbec si nemohla vzpomenout, kam ho po nákupu v samošce odložila. Propadla úzkosti, zda ho někde v obchodě nevytrousila, jak se snažila dosáhnout ze svého vozíku do bariérových regálů pro vyšších deset milionů. Je to osudové znamení, že nemám baterie kupovat, ale nechat si je dodat servisem i s montáží o čtyři tisíce draž? Nebudou snad nové pasovat a budu muset někoho poctit rozpačitou prosbou, aby balík s nimi odvlékl na poštu?

Sáhl jsem k osvědčenému postupu. Jdi mobile a zavolej svého bratra, aby dal najevo, kde se skrývá. Vypnuli jsme televizi, zavřeli dveře do kuchyně, aby do napjatého hledání nebzučela lednička, a já vytočil manželčino číslo. Naslouchali jsme jako obyvatelé obleženého hradu, zda se nepřikrádá nepřítel. Uslyšeli jsme zvonění, ale bylo to u sousedů. Nikde nic. Beznadějně ticho. Manželka naplno propadla obavám, že mobil skutečně ztratila. Projížděla celým bytem, jako by zaměřovala ilegální vysílačku, ale marně. Neuslyšela ani tón. Konečně zachytila slaboučkou melodii vyzvánění. Mobil, jako za trest zavřený, lkal ve spíži, kam ho při vykládání nákupu odložila a zapomněla.

Tak jsem úspěšně vstoupil do internetového bankovníctví a konečně zaplatil. A s lehkou nervózou kolem žaludku čekal. Budou baterie akorát? E-shop je obratem vypravil na cestu. Přišly skoro dřív než e-mail oznamující jejich expedici. Netrpělivě jsem čekal zeť, až přijde z práce. Počínal si systematicky a rozvážně. Naskenoval do mobilu zapojení dosavadních baterií, pak je vyjmul a nainstaloval nové. A pak přišel šok. Víko boxu nešlo uzavřít. Polilo mě horko. Copak jsme všechno stokrát předem nezměřili, copak jsem nestáhl z webu výrobce nákres přesných rozměrů? Zeť opět obě baterie vytáhl a prohlédl prázdný plechový box. Pak hrábl dovnitř a vylovil dva centimetry silný tvrzený molitan. Původní baterie byly nižší, a proto je výrobce vozíku podložil. Dvě nové šedivé baterie šuply dovnitř a usadily se pohodlně jako hrabě v přepychovém kočáře. Ještě týž den jsem vyrazil na nákup do Lidlu. Vozík uhaněl jako vítr!



Ministerstvo
zdravotnictví

Projekt byl realizován
za finanční podpory
Ministerstva zdravotnictví České republiky



MOJE ASISTENTKA JE PĚKNEJ PES...

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

Pomocné tlapky o.p.s. je obecně prospěšnou společností, která cvičí a **ZDARMA** předává asistenční psy zdravotně postiženým spoluobčanům. Ti tak mohou získat nejen přítele do nepohody, ale také neocenitelného pomocníka, který jim umožní nastoupit cestu k nezávislosti.

Více informací se dozvíte na níže uvedených kontaktech.

V. Kratochvíla 1073, 332 02 Starý Plzenec, telefon: 724 279 599
www.pomocnetlapky.cz, info@pomocnetlapky.cz



Ostravská organizace vozíčkářů, spolek (OOV)
Horymírova 3054/121, 700 30 Ostrava-Zábřeh, oov@seznam.cz, www.vozickari-ostava.cz

NAŠE PROJEKTY
SLOUŽÍ NEJEN LIDEM S POSTIŽENÍM

VOZKA
v PDF!

VOZKA
Magazín o životě a pro život na vozíku

Magazín pro vozíčkáře, lidi s postižením a seniory
Ke stažení za dobrovolný příspěvek: www.vozka.org,
www.facebook.com/magazinvozka.



Rady, informace, příklady a konzultace
Volejte: pondělí–čtvrtek 11–12 hodin na tel.: 596 914 660,
596 131 202, poradnaoov@seznam.cz, dvorvoz@seznam.cz,
bezbarieri@post.cz (posuzování dokumentace),
www.ostrava-bezbarier.cz,
www.facebook.com/poradenstvibezbaierOV.

BEZBARIÉROVÁ
ŘEŠENÍ!

ALDIO
JEDE!

Alternativní doprava imobilních osob
Objednávejte: pondělí–pátek 8–14 hodin
na tel.: 596 786 353 nebo e-mailu:
oov@seznam.cz.



Dosavadních 44 vozidel Bezba dopravy přestalo stačit

Pražskou flotilu pro vozíčkáře doplnilo 7 nových mikrobuseů

O speciální přepravní službu pro osoby se zdravotním postižením je v Praze dlouhodobě obrovský zájem. Dosavadní kapacita vozidel už nestačila pokrýt poptávku, a proto se flotila rozšířila o 7 nových mikrobuseů, které umožní výrazně zvýšit počet přeprav.

zdopravy.cz, (red) | foto: PID

Speciální služba upravených mikrobuseů na objednání, určená zdravotně postiženým v Praze a části Středočeského kraje, posílila o sedm nových vozidel. Ta spadají do kategorie M a jsou navržena jako univerzální – umožňují přepravu až tří klientů na vozíku, přičemž lze flexibilně kombinovat cestující na sedačkách i na vozících. Čtyři vozy Ford Transit bude v rámci služby Bezba dopravy provozovat společnost Lutan, tři vozy Mercedes-Benz Sprinter zamíří ke společnosti Vega Tour. Díky rozšíření flotily bude možné každý den uskutečnit až o 70 jízd více. Služba, která pomáhá těžce zdravotně postiženým vést co nejběžnější život v Praze a jejím okolí, funguje už čtyři roky.



„Dostupná doprava pro lidi se zdravotním postižením není luxus, ale základní právo. Rozšíření Bezba dopravy o nové vozy je konkrétní krok k férové a otevřené Praze, kde se každý může dostat tam, kam potřebuje – bez bariér a bez kompromisů,“ uvedl při oznámení rozšíření flotily Zdeněk Hřib.

Kapacity už nestačily

Podle organizátora pražské dopravy Ropid byl zájem o službu natolik vysoký, že původní flotila nedokázala pokrýt všechny požadavky. Navýšení kapacity se tak stalo nezbytným

krokem. Nová vozidla mají umožnit uspokojit drtivou většinu objednávek a zlepšit dostupnost služby pro klienty, kteří ji potřebují ke každodennímu fungování.

Bezba doprava je určena držitelům průkazu ZTP nebo ZTP/P s trvalým bydlištěm v Praze nebo Středočeském kraji. Na jejím financování se podílí i Středočeský kraj, protože vozidla zajíždějí i do jeho území v rozsahu prvního vnějšího tarifního pásma PID.

Pro mnoho klientů nejde o nadstandardní službu, ale o zásadní podmínku života.

HORIZONT-NARE

bez bariér

VOLEJTE ZDARMA
800 10 10 73

Realizujeme zakázky na celém území ČR.
www.horizont-nare.com

Centrum poskytuje také tyto služby

Poradna pro osoby se zdravotním postižením

Potýkáte se s obtížemi souvisejícími se zdravotním postižením nebo vyšším věkem? Nebo pečujete o někoho blízkého? Jsme tu pro Vás. Poskytujeme odborné sociální poradenství, které je bezplatné a pomůže Vám zorientovat se v situaci, porozumět Vaším možnostem a rozhodnout se o dalším postupu.

Půjčovna kompenzačních pomůcek

Potřebujete si půjčit kompenzační pomůcku do doby, než získáte svou vlastní? Využijte naši půjčovnu kompenzačních pomůcek.

Individuální bezbariérová doprava

Máte zdravotní handicap a potřebujete se dopravit např. k lékaři nebo do školy? Pak jsme tady právě pro Vás.

Jsme tady pro všechny, kteří nás potřebují.



Centrum pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje o.p.s.

IČ: 26593548
www.czp-msk.cz

NÁVŠTĚVNÍ HODINY

Ostrava

Bieblova 3, 702 00 Ostrava
596 115 318 asistenceov@czp-msk.cz

Pondělí: 8:00 – 12:00, 13:00 – 16:00

Úterý: 8:00 – 12:00, 13:00 – 16:00

(den jen pro objednané)

Středa: 8:00 – 12:00, 13:00 – 15:00

Čtvrtek: 13:00 – 15:00 (pro objednané)

Frydek-Místek

Kolaříkova 2185, 738 01 Frydek-Místek
774 993 214 czp.fm@czp-msk.cz

Pondělí: 8:00 – 12:00, 13:00 – 16:00

(den jen pro objednané)

Úterý: 8:00 – 12:00, 13:00 – 16:00

(odpoledne jen pro objednané)

Středa: 8:00 – 12:00, 13:00 – 15:00

Čtvrtek: 13:00 – 15:00 (pro objednané)

Pokud nás chcete podpořit, můžete prostřednictvím bankovního účtu:
2901746044/2010

Tato služba je finančně podporována Ministerstvem práce a sociálních věcí ČR, Moravskoslezským krajem, statutárním městem Frydek-Místek a statutárním městem Ostrava.



FRYDEK-MÍSTEK

OSTRAVA!!!



Centrum pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje o.p.s.

www.czp-msk.cz



Osobní asistence
Ostravsko a Frydecko-Místecko





JARNÍ RYBÁŘSKÉ ZÁVODY HANDICAPOVANÝCH RYBÁŘŮ NA NÁDRŽI ZÁHORSKÁ

PROPOZICE - 18. 4. 2026

- Revír:** Nádrž Záhorská, číslo revíru 411120
1 ha vodní plochy
- Pořadatel:** Český rybářský svaz, z. s., místní organizace Těžce tělesně postižení rybáři Kladruby (ČRS MO Kladruby)
- Datum akce:** 18. dubna 2026 (sobota)
- Startovné:** 250,- Kč splatné při prezentaci před závodem (členi ČRS MO Kladruby 200,- Kč)
- Přihlášení do závodu:** Emailovou rezervací na níže uvedený kontakt a v den a na místě konání. Kapacita 40 lovných míst. Přednost mají vždy handicapovaní rybáři a lidé s emailovou rezervací.
- GPS:** 49°43'45.136"N, 14°57'25.972"E.

Kontakt:

ČRS MO Kladruby
Kladruby 70, 258 01 Vlašim
Web: www.handicap-rybari.cz
Email: handicapovanirybari@gmail.com
Telefon: Jan Porhansl: +420 777 632 655, Jakub Starý: +420 720 225 009



POZVÁNKA NA DĚTSKÉ RYBÁŘSKÉ ZÁVODY

Datum: 19. dubna 2026 (neděle)

Místo konání akce: nádrž Záhorská, číslo revíru 411120, 1 ha vodní plochy

GPS souřadnice: 49°43'45.136"N, 14°57'25.972"E.

Pořadatel: Český rybářský svaz, z. s., místní organizace Těžce tělesně postižení rybáři Kladruby (ČRS MO Kladruby)

Kategorie: do 10let, 11-16let

Časový harmonogram:

| | |
|--|--------------|
| Presentace, losování lovných míst + zkouška znalostí | 7:30 – 8:30 |
| Příprava na lovných místech | 8:30 – 8:55 |
| Krmení | 8:55 – 9:00 |
| Start závodu v lovu na udici (3hodinnové lovení) | 9:00 |
| Ukončení lovu na udici, opuštění lovných míst | 12:00 |
| Přestávka – občerstvení | 12:00 -12:30 |
| Start soutěže v rybolovné technice + dětské soutěže | 12:30 |
| Ukončení soutěží | 14:00 |
| Slavnostní vyhlášení výsledků | 14:30 |

Startovné: 100,-Kč za každého závodníka splatných při prezentaci před závodem.

Ceny: Každý závodník si odnese nějakou cenu. 😊 Nikdo neodejde zklamán 😊

Pro první tři z každé kategorie jsou připraveny ceny hodnotnější. Oceníme též výkony soutěže v rybolovné technice. Připraveny jsou též ceny pro nejlepší slečnu rybářku a za největší ulovenou rybu.

Závodník nemusí být členem ČRS – podporujeme zapojení dětí do rybářského sportu (náborové závody)

Přihlášení závodníků - handicapovanirybari@gmail.com nebo tel. 777 632 655



Ovsenákovi

Život na hraně sil: realita nepřetržité péče v českých rodinách

Lenka Martínková | foto: archiv rodiny Ovsenákovy a Mikulášovy

Neúprosný zápas, který se odehrává za dveřmi některých českých domácností, tichý a neviditelný. Taková je realita nepřetržité péče. Přibližně pět set rodin v České republice pečuje o své blízké napojené na domácí umělou plicní ventilaci (DUPV). Nepřetržitě, dvacet čtyři hodin denně, sedm dní v týdnu zvládají pečující osoby úkony lékařů i zdravotních sester – často bez podpory, odborného zaškolení a profesionálního zázemí. Domov se mění v jednotku intenzivní péče, zatímco běžný život – odpočinek, koníčky či procházky – se stává vzácností. Lucie Ovsenáková a Denisa Mikulášová tuto realitu žijí každý den. Jsou matkami, manželkami i pečovatelkami, které se snaží udržet své rodiny pohromadě. Neúnavně pečují o své nemocné muže a vychovávají děti s mimořádnou obětavostí a láskou. V rozhovoru přibližují komplexnost domácí péče, její neviditelnost i obrovskou zátěž, kterou přináší. Otevřeně sdílejí, jaké to je žít na hranici fyzických i psychických sil.

Lucie, Deniso, jaký je váš osobní příběh, můžete se krátce představit?

Lucie: Čím jsem starší, tím je ten příběh delší, takže zůstanu u té části, kterou máme společnou s manželem. Známe se dlouho, ale stále jsme se nějak míjeli. A když jsme se konečně dali dohromady, přišlo to vše najednou – diagnóza ALS a k mým dvěma dětem se nám narodila společná dcera.

Denisa: Je mi 41 let a s milovaným manželem máme dvě skvělé děti. Nacházeli jsme se v nejkrásnějším období života, když manželovi diagnostikovali ALS.

Jak se váš život změnil profesně a společensky?

Lucie: K péči o tři děti jsem postupně přidala ještě péči o manžela. Návrat do práce už pro mě nepřípadal

v úvahu, protože když se staráte o někoho na plicní ventilaci, je to nepřetržitá péče dvacet čtyři hodin denně, sedm dní v týdnu. Najednou si uvědomíte, že se všechno změnilo a že takto, na pokraji naprostého vyčerpání, už to dál zvládat nejde. Proto již dva roky usiluji o změnu systému. Chci, aby pečující v režimu 24/7 měli komplexní podporu a aby taková péče byla pro rodiny dlouhodobě udržitelná. Přestože je to při péči časově náročné, setkávám se s lidmi, dělám prezentace a vystupuji veřejně.

Denisa: Život se mi změnil úplně. Jak nemoc postupuje, stáváte se stále více pečujícími. Po připojení na umělou plicní ventilaci a v terminálním stadiu jste již pečujícími na sto procent. Profesní kariéru postupně musíte opustit, pracovat lze maximálně pár hodin týdně. Společensky jste

časem také velmi omezeni, většinu doby budete trávit u lůžka pacienta a pečlivě provádět zdravotní úkony. Na všechno ostatní nebudete mít čas.

Jak vypadá váš běžný den?

Lucie: Každý den je jiný, ale vždycky náročný. Přebrala jsem práci zdravotníka na plný úvazek. Dělán převazy, inhalace, řeším léky, poukazy i pomůcky a k tomu se starám o rodinu a děti. Vše musím plánovat na minutu dopředu, zvlášť v situaci, kdy mě při každém odchodu z domova musí někdo vystřídat. Jeden víkend jsme byli s dětmi doma, a tak jsem si dělala čárky, kolikrát mě manžel potřebuje a kolikrát za ním během dne jdu. Vyšlo mi to na padesátkrát denně – v průměru zhruba dvacet minut z každé hodiny.

Denisa: Den je velmi náročný a vše musí být dopředu pečlivě naplánováno, abychom to mohli způsobilě aktuálnímu zdravotnímu stavu. Chce to dobrou organizaci, delegování práce a zvyknout si říkat o pomoc. I tak ale budete vyčerpáni z neustálého pečování. Pokud mám přes den k dispozici sestřičky a pečovatele, je ten den mnohem lehčí.

Co konkrétně je pro vás nejnáročnější - fyzicky, psychicky nebo organizačně?

Lucie: Frustrace z toho, že je péče přenášena na rodinu se slovy „poradte si“. Neustálá pohotovost. Člověka na ventilátoru nemůžete nechat doma samotného a odjet si třeba nakoupit.

Denisa: Fyzicky nejnáročnější jsou noci, zejména ty horší, kdy se několik dní po sobě nevyspíme. Žijeme s nemocí již osm let, takže dlouhodobý spánkový deficit je znát. Vyčerpávající je také každé zhoršení zdravotního stavu. Zvýšená péče má totiž za následek mou únavu. Psychicky je nejnáročnější vyrovnat se s tím, že žijete v neustálém stínu možné smrti.

Jak péče ovlivňuje ekonomickou situaci rodiny?

Lucie: Příspěvek na péči nestačí na zaplacení nezbytného vystřídání ani na zajištění podpory pro mě jako pečující osobu. Vlastně mohu říct, že pracuji bezplatně. Jeden invalidní důchod pro rodinu se třemi dětmi opravdu nestačí. Lidé tak musí žádat o pomoc prostřednictvím sbírek nebo nadací, což je nedůstojné a pro mnohé ponižující. Tady systém selhává - a to se musí změnit.

Denisa: Péče je velmi finančně náročná. Musíme si platit pečovatele a další služby. Například noci se řeší obtížně - jen tak někoho neseženete a ani nezaplatíte. Většinou to tedy dopadá tak, že se i v nemoci musím o manžela starat také přes noc. Z příspěvku na péči a invalidního důchodu lze celodenní péči jen těžko pokrýt.

A co váš partnerský vztah, přátelé a děti - jak se jich péče dotýká?

Lucie: Kdysi jsem někde slyšela, že je důležité umět oddělit roli manželky a pečovatelky, a tak se o to snažím. Děti to ovlivňuje hodně - vlastně nežijí úplně normální život. Musíme být vždy včas doma, není možné se

někde zdržet. Co se týče přátel, každé kafe u kamarádky mě stojí pár stovek, protože musím zaplatit někoho, kdo bude doma místo mě. To se těžko vysvětluje někomu, kdo v té situaci nežije.

Denisa: Ovlivňuje to všechny vztahy. Péče má dopad i na manželství a přátelství. Vztahy se změní a vytríbí. A pokud mluvíme o dětech, ony brzy poznají, že nejsou na prvním místě. Často musí se svými potřebami čekat, než ošetřím manžela. Jsou ve stínu a je na ně kladena větší zodpovědnost než na jejich vrstevníky. Jednou uvidíme, zda tahle životní zkušenost měla i nějaký pozitivní dopad, třeba právě na naše děti.

Máte prostor pro vlastní život, máte někoho, kdo vás v péči zastoupí?

Lucie: Prostor pro sebe mám, musím ho mít - jen ne vždy, když ho potřebuji. Naštěstí mě má kdo zastoupit, ale vždy musí být vše pečlivě naplánováno a jen na omezenou dobu.

Denisa: Osobní život se mi velmi změnil. Nemůžeme cestovat. Nemůžeme svobodně jít, kam se nám zachce. Vše musí být plánované a podřízené péči o pacienta. Snažím se to zvládnout (práci, lékaře, schůzky, úřady) v těch šesti hodinách, kdy



Martin Ovsenák s dcerou



Denisa a Vladimír Mikulášovi

máme k dispozici naše skvělé zdravotní sestry. Ale má to i svá pozitiva. Naučila jsem se time management, dělbu práce, zvykla jsem si na pomocníky u nás doma. Pomáhá nám rodina i kamarádi. Volný čas trávím doma, často si čtu, starám se o květiny nebo cvičím jógu.

Jak vidíte budoucnost? Je to pro vás jistě značná psychická zátěž. Jak tuto stránku péče zvládáte a jaké obavy vás provázejí?

Lucie: Jak vidím budoucnost, to nechci říkat úplně nahlas. Nejhorší je ta bezmoc. Je potřeba si přiznat, že člověk nemůže zvládnout všechno. Vždy je také čeho se bát. Přesto se snažím na všem najít něco pozitivního.

Denisa: Budoucnost je velký otazník. Mám úzkosti a obavy z toho, až tady manžel jednou nebude. Jestli to pak bude lehčí, nebo naopak mnohem těžší, nevím... (odmlčí se) Už vůbec nevím, co by nastalo, když by se něco stalo mně. Kdo by se postaral o manžela a děti? Reálně se bojím, že odejdu na chvíli z bytu nebo jen do sprchy a ventilátor se odpojí. Ze manžela přestane dýchat, když jsou s ním doma jen děti, umře jim tam a budou z toho mít trauma na celý život. Nejvíce se obávám toho, že se něco stane se mnou a nikdo se nebudemoci postarat o manžela a děti. Raději nad tím vším nechci příliš

přemýšlet. Manžel je ale optimista, je mou velkou psychickou oporou. Takže pokud zrovna nejsme unavení, nevyspali a netrápí nás viróza, máme docela hezký život a dobré vztahy v rodině.

Jak nahlížíte na postavení pečujících ve společnosti?

Lucie: Pečující potřebují dvě věci - finanční podporu a možnost vystřídání. U nás stále přetrvává přesvědčení, že je normální při péči trpět a obětovat se. Není to však normální a nemělo by to tak být.

Denisa: Postavení pečujících není nejlepší, ale přece jen se v poslední době mění. Více se o nich mluví, jejich příběhy se dostávají na veřejnost. Věřím, že postupně dojde k uznání a odpovídajícímu finančnímu ohodnocení. Přece jen pomáháme šetřit zdravotní služby.

Kdy jste si uvědomily zásadní nedostatky systému a jaké podle vás jsou?

Lucie: Nedostatků je celá řada. Neexistuje komplexní podpora pečujících, kteří se starají nepřetržitě, a chybí i odpovídající finanční zabezpečení. Dostupná pomoc je nedostatečná, domácí zdravotní péče navíc nefunguje tak, jak by bylo zapotřebí. Zdravotnictví si zároveň neumí poradit s akutními a náročnými stavy v domácím prostředí a záchrana

služba není řešením. V neposlední řadě náš sociální systém nedokáže dostatečně finančně podpořit vážně nemocné lidi ani jejich děti.

Denisa: Když manžela připojili na ventilaci, oznámili nám, že k nám již nemohou docházet asistenti, protože nesmějí provádět zdravotní úkony. Byl covid, s malými dětmi jsem zůstala doma s manželem na ventilaci a bez zdravotních sester. Děti, kterým tehdy bylo pět let, jsem musela na dlouhé týdny poslat k rodině a zařídit jim tam školku. A já neviděla světlo na konci tunelu. Přišlo mi, že už se o ně nebudu moci nikdy starat, že budu jen zavřená doma s manželem. Tehdy jsem byla na zhroutil. Uvědomila jsem si, jak obrovským problémem je nedostatek kvalifikovaných zdravotních sester.

Jaké jsou vaše osobní zkušenosti s úřady, sociálními a zdravotními službami nebo s komunikací s pojišťovkami či lékaři? Dostáváte formální podporu? Co si myslíte o dostupnosti těchto služeb?

Lucie: Všechno je to o lidech. Až na nepříjemné výjimky jsme měli štěstí na ty, kteří neztratili lidskost, ochotu a empatii. Domácí zdravotní péče a sociální služby mají zásadní limity, takže to všechno velmi často stojí na jednotlivcích, kteří dělají

maximum – nad rámec svých povinností. Ti to celé táhnou.

Denisa: Snažím se pamatovat si jen ty lepší zkušenosti. Nakonec jsme vždy vyřídili vše, co bylo potřeba. Sociální služby nevyužíváme – u manžela mohou být pouze zdravotníci. Využíváme jen služby zdravotních sester hrazené ze zdravotního pojištění. V Praze, kde žijeme, je dostupnost služeb, které čerpáme, relativně dobrá. Předpokládám ale, že regionální rozdíly existují.

Jaké legislativní nebo organizační změny by podle vás mohly situaci zlepšit? Kdybyste mohli změnit jednu zásadní věc v systému, co by to bylo?

Lucie: Potřebujeme registr pečujících, aby stát věděl, kdo pečuje a v jaké situaci. Je nutné sledovat sociální i zdravotní služby tak, aby bylo jasné, které z nich člověk čerpá, v jakém rozsahu a za jaké peníze. Pečující v nepřetržitém režimu by měli mít všechny výhody pracujících – „plat“, nemocenskou, dovolenou i daňové úlevy. Je potřeba dobře nastavit systém sociálních dávek, zrušit nebo změnit nefunkční superdávku nebo vytvořit finanční podporu pro děti, kterým vážně onemocní rodič. A také vyřešit sociálně-zdravotní pomezí tak, aby pečujícího mohla vystřídat jedna osoba v kombinované zdravotně-sociální roli, a zároveň debyrokratizovat celý systém. Výrazné změny by měly proběhnout i v oblasti domácí zdravotní péče – hlavně by měla být dostupná. Dále pak řešit krizové situace, například po vzoru Španělska, kde fungují mobilní týmy v systému „Nemocnice doma.“ Kdybych měla vybrat jen jednu věc, pak nutně potřebujeme finanční zabezpečení pečujících. Neformální péče by neměla být hrdinstvím, ale respektovanou a systémově podporovanou formou péče.

Denisa: Je těžké vybrat jen jednu věc, protože problémů je mnoho a často jsou provázané. Systém by měl být propojenější a flexibilnější. Jako zásadní vnímám, aby bylo umožněno pracovníkům sociálních služeb provádět co nejvíce zdravotních výkonů v domácím prostředí, bez nutnosti jezdit do nemocnice. (Pracovníci v sociálních službách, kteří o klienty pečují, nemohou provádět zdravotní výkony, neboť nejsou zdravotnickými pracovníky podle zákona č. 96/2004 Sb. V případě poškození zdraví klienta by pracovníci sociálních služeb vykonáním těchto výkonů riskovali trestní odpovědnost, stejně tak jako poskytovatel služby, pokud se tak dělo s jeho vědomím, nebo na jeho pokyn. Pokud výše zmíněné výkony provádí rodinný příslušník jedná se o neformální posky-

tování zdravotní péče – pozn. aut.) Dále nemohu nezmínit nedostatečné finanční ocenění neformálních pečujících. V tom souhlasím s Lucíí. A také více motivovat budoucí i aktivní zdravotní sestry pro práci v domácí péči. Pečující jsou vyčerpaní, a přitom jsou na nich pacienti závislí. Pomůcky se shánějí dlouho, neustále je třeba něco zajišťovat, vyřizovat nebo organizovat. A jen těžko si k sobě pouštíte někoho nového, protože péče je intimní a náročná.

Obě usilujete o změnu a hledáte cesty, jak situaci pečujících zlepšit. Můžete přiblížit své zkušenosti? Lucie, vy jste v této oblasti velmi aktivní – například jste se zúčastnila konference v Senátu Parlamentu ČR. Povíte nám o tom více?

Lucie: Za dva roky jsem absolvovala přes osmdesát schůzek, jednání, kulatých stolů a pracovních skupin. Něco se povedlo, něco je v procesu řešení, něco stále v nedohlednu. Je nás více, kdo usilujeme o změnu. O tématu dlouhodobé péče se mluví více než dříve, což je potřeba. Současný stav je neudržitelný, změna je nutná. Jdu všude, kde mohu být slyšet. Přímá zkušenost je výhodou – politikům i úředníkům předávám informace o potížích pečujících bez zprostředkovatele. Snažím se být věcná, konstruktivní a přicházet s konkrétními návrhy řešení. Konference v Senátu se povedla a měla pozitivní ohlasy.

Denisa: Nejsem tak aktivní jako Lucka. Přispívám hlavně osvětou na sociálních sítích, když mám prostor a sílu. Sdílím naši cestu, náš život, aby lidé viděli, co péče obnáší a jaká pomoc je potřeba. V něčem máme hezčí život než zdraví lidé, v jiném ale potřebujeme hodně pomoci. Mám období, kdy píšu víc, a období, kdy to nejde. Záleží na tom, jak moc jsem vyčerpána.

Mohou pomoci média, veřejnost nebo neziskové organizace? V čem konkrétně?

Lucie: Média mají obrovskou sílu – téma musí být vidět. U neziskovek záleží na tom, zda skutečně chtějí pomáhat, nebo jen čerpat projektové peníze. Ty, které pracují poctivě, umějí si shánět sponzory a dárce a přinášejí konkrétní pomoc, mají ve společnosti své důležité místo.

Denisa: Mohou pomoci inspirací, osvětou, podporou zdravotníků, politiků i veřejnosti. Občanská společnost je důležitá. Každý může přispět – jako dobrovolník, dárce nebo prostým sdílením informací.

Máte příklad dobré praxe – projektu, služby či přístupu, který by mohl být inspirací pro širší změnu?

Lucie: Jednotlivé projekty nemohou nahradit komplexní systém, ale některé jsou zásadní. Například nadace **Dobry anděl** představuje konkrétní finanční pomoc, spolek **ALSA** pomáhá pacientům s ALS, skvělé jsou víkendy pro pečující od **Obyčejné mámy** Jindry Landové, projekt **Pečovat a žít** od Spiralis, kde je člověk mezi svými a všichni jeho situaci chápou, nebo práce **Kraje Vysočina**. Ti jsou dál než ostatní.

Denisa: Většina projektů, se kterými jsem se setkala, mi přišla inspirativní. Jsem ráda za každou iniciativu, která pomáhá.

Jak by podle vás měla vypadat ideální podpora pro pečující matky?

Lucie: Podpora musí být postavena na individuálních potřebách. Každá matka potřebuje něco jiného – hlídání, vyšší rodičovskou, místa ve školkách, speciální školy, zkrácené úvazky či slevu na manželku. A opět: finanční podporu a možnost vystřídání.

Denisa: Měla by umožnit skloubit rodičovství a péči dohromady. K tomu je nutná nejen podpora rodiny, ale také příslušné vzdělávací instituce a finanční podpora. Nám hodně pomohli rodiče spolužáků – vozili děti ze školky, školy, na kroužky nebo pomáhali s logistikou. Bez pomoci bych to nevládla.

Co byste chtěly vzkázat těm, kteří rozhodují o podmínkách péče v České republice?

Lucie: Přišel čas bezodkladně jednat. Je potřeba udělat rázný krok a pustit se do více úprav najednou. A hlavně přizvat k jednáním ty, kterých se to přímo týká. Ne každý, kdo za pečující mluví, skutečně hájí jejich zájmy.

Denisa: Zkuste si zajít do rodin, kde se pečuje. Zkuste si tu nepřenositelnou zkušenost zažít.

Na závěr bych vás chtěla poprosit o vaše osobní poselství.

Lucie: Nejsem žádný superman, bez pomoci to nedám. Jsem vděčná každému, kdo má odhodlání a odvahu posouvat limity a měnit věci k lepšímu.

Denisa: Díky za každou pomoc, která přichází. Bez spousty lidí bychom to nevládli.

Poznámka na závěr: „podpora pečujícím“ je zrádné slovní spojení. Obvykle zahrnuje informační web, kontakty na psychology, poradenství, školení nebo brožurky. To jsou všechno věci, které jsou sice hezké, ale mělo by do nich být investováno až poté, kdy budou vyřešeny základní věci – živobytí a vystřídání pečujících.



Lucie a Martin Ovsenákovi

Přehled výhod pro osoby se ZTP v dopravě v roce 2026

Na co máte nárok a jak vše vyřídit



Jednou z nejvýznamnějších podpor je [příspěvek na pořízení motorového vozidla](#), který spadá pod příspěvek na zvláštní pomůcku dle zákona č. 329/2011 Sb.

Kdo má nárok:

- osoba starší 3 let,
- dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav (min. 1 rok),
- schopnost vozidlo řídit nebo být přepravován,
- opakované využívání dopravy během měsíce,
- specifická závažná postižení (např. těžké pohybové vady, hluboké mentální postižení, těžké formy autismu s agresivními projevy).

Výše příspěvku v roce 2026:

185 000 až 285 000 Kč (dle příjmu žadatele a společně posuzovaných osob).

Kde žádat:

Úřad práce ČR.

Na příspěvek nemají automaticky nárok všichni držitelé průkazu ZTP – vždy se posuzuje konkrétní zdravotní stav.

Další důležitou dávkou je [příspěvek na mobilitu](#), který pomáhá pokrýt náklady na pravidelné cestování.

Podmínky:

- věk nad 1 rok,
- průkaz ZTP nebo ZTP/P,
- pravidelné dojíždění (nebo přeprava jinou osobou),
- nevyužívání pobytových sociálních služeb.

Výše:

- základní: 900 Kč měsíčně,
- zvýšená: 2 900 Kč (např. při využívání domácí oxygenoterapie či ventilace).

Příspěvek se vyplácí zpětně každý měsíc a vyřizuje ho Úřad práce ČR.

V České republice mohou být [vozidla přepravující osoby s průkazem ZTP nebo ZTP/P osvobozena od dálničního poplatku](#).

Podmínky:

provozovatelem vozidla je držitel průkazu nebo osoba jemu blízká, držitel průkazu je ve vozidle skutečně přepravován. Osvobození se nevztahuje například na vozidlo kamaráda či kolegy. Důležité je také vědět, že tato výhoda platí pouze v ČR – v zahraničí je nutné řídit se místními pravidly.

Držitelé ZTP (s výjimkou osob s úplnou hluchotou) a ZTP/P mohou získat [parkovací průkaz pro osoby se zdravotním postižením](#).

Ten umožňuje:

- parkování na vyhrazených místech,
- výjimečně stát i na zákazu stání,
- vjezd do vybraných zón (např. pěší zóny),
- žádost o vyhrazené parkovací místo u bydliště.

Výhody platí pro jakékoli vozidlo, které osobu přepravuje.

Jak průkaz získat:

- žádost na obecním úřadu s rozšířenou působností,
- průkaz ZTP/ZTP/P,
- doklad totožnosti,
- fotografie.

Průkaz je zdarma a obvykle vydán na počkání. Osoby s praktickou nebo úplnou hluchotou parkovací průkaz nezískají. Mohou ale používat označení vozidla O2, které upozorňuje ostatní řidiče.

Připomínáme, že parkovací karta je uznávána i v zemích EU, podmínky se však mohou lišit.

Držitelé průkazu ZTP a ZTP/P [jsou osvobozeni od některých správních poplatků](#), například za:

- vydání řidičského průkazu,
- registraci vozidla,
- změny v registru vozidel,
- přestavby vozidla,
- zřízení parkovacího místa.

Obce mohou poskytovat další úlevy, například:

- bez poplatku za vyhrazené parkovací místo,
- bez poplatku za vjezd do vybraných zón.

Pozor: nárok je nutné nahlásit obci, obvykle do 15 dnů.

Významnou oblastí jsou také [výhody ve veřejné dopravě](#):

- zdarma: MHD (tramvaje, autobusy, trolejbusy, metro),
- sleva 75 %: vnitrostátní autobusová doprava,
- sleva 75 %: vlaky (2. třída, osobní i rychlíky).

JINAK, ALE NAPLNO

Rady, tipy a inspirace pro každodenní život bez zbytečných omezení



Svoboda. Rovnost. Respekt.



Novinky v sociální oblasti

Mgr. Kateřina Bulantová, Poradna Ligy vozičkářů

Přechod na superdávku, lhůta na vydání rozhodnutí

Přechod z původního systému dávek (příspěvek na živobytí, příspěvek na bydlení a přídavek na dítě) na dávku státní sociální pomoci („superdávka“) je odložen na červenec 2026, superdávka bude tedy vyplacena poprvé v srpnu 2026 (vyplácí se zpětně, půjde tedy o dávku za červenec). Pokud jste dosud dávky nepobírali a podávali jste tedy rovnou žádost o superdávku, bude vám vyplácena po vydání rozhodnutí.

Lhůta na vydání rozhodnutí o superdávce se liší podle data podání žádosti o dávku. V případě podání žádosti do 31. 12. 2025 je lhůta na vydání rozhodnutí 90 kalendářních dnů, v případě podání žádosti od 1. 1. 2026 se lhůta na vydání rozhodnutí zkracuje na 30 kalendářních dnů.

Navýšení maximální výše příspěvku na podporu zaměstnávání osob se zdravotním postižením na chráněném trhu práce

Od 1. ledna 2026 byl navýšen maximální měsíční příspěvek na zaměstnávání osob se zdravotním postižením (OZP) na chráněném trhu práce na 18 600 Kč na zaměstnance, který je invalidní v I.–III. stupni invalidity. Maximální částka příspěvku v případě osoby zdravotně znevýhodněné (OZZ) je i nadále 5 000 Kč. Příspěvek je v obou výše uvedených případech poskytován maximálně ve výši 75 % mzdových nákladů na jednoho zaměstnance.

Změna maximální výše úhrad v sociálních službách

Maximální výše úhrady za „pobytové“ a „stravné“ v pobytových sociálních službách (domovy pro senio-

ry, domovy se zvláštním režimem, domy pro osoby se zdravotním postižením, týdenní stacionáře, chráněné bydlení) byly od 1. 1. 2026 navýšeny na tyto částky:

- celodenní strava (min. 3 hlavní jídla) – max. 290 Kč/den (dříve 260 Kč),
- oběd – max. 135 Kč (dříve 120 Kč),
- ubytování – max. 335 Kč/den (dříve 315 Kč),

- ubytování v jednolůžkovém pokoji – nově max. 380 Kč/den.

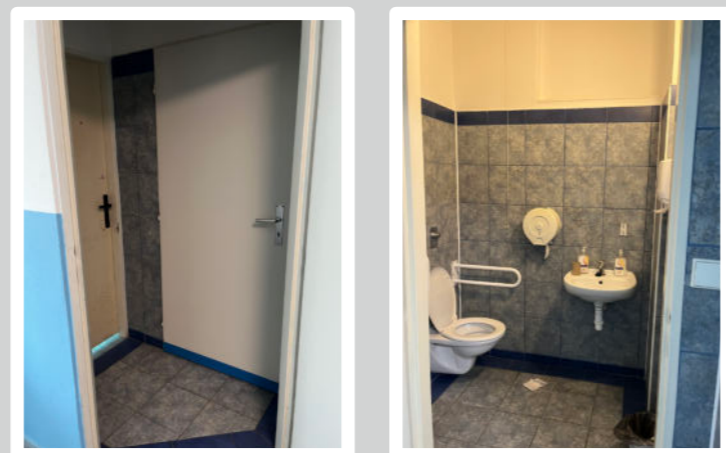
Maximální výše úhrady za péči poskytovanou terénními službami (osobní asistence, pečovatelská služba) se nemění, zůstává tedy v dosavadní výši:

- max. 165 Kč/hod při rozsahu do 80 hodin měsíčně,
- max. 145 Kč/hod při rozsahu nad 80 hodin měsíčně.

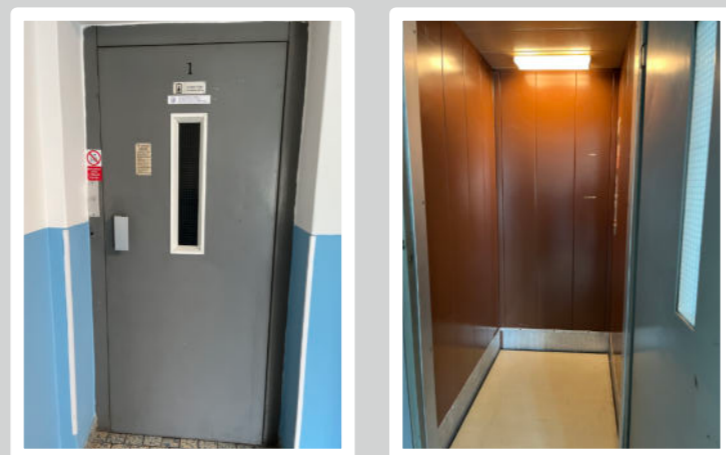




Jak to chodí v praxi u nás i ve světě

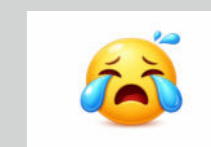
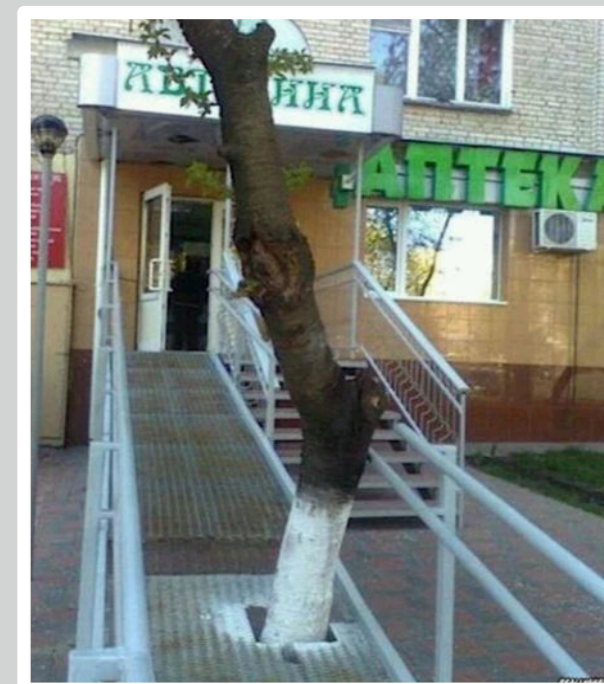


1 Nedávno jsme narazili na bezbariérové úpravy z 80. let minulého století. Rozměry WC kabiny sice odpovídají tehdy platným předpisům a prostor nese i známky nedávné rekonstrukce, co je však vskutku unikátní, jsou rozměry předsíně vedoucí k toaletě. Při šířce 141 cm a hloubce 97 cm jsou vstupní dveře (šířka 80 cm) osazeny šikmo. Z předsíně navíc vedou troje dveře – to prostě nevymyslíš.

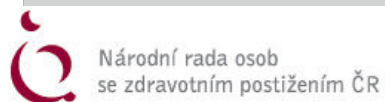


2 Také výtah z tohoto období již patří minulosti a pravděpodobně nevyhovuje současným předpisům.

Mirek Filipčík
Bez Bariér poradenství
Ostravské organizace vozičkářů |
Foto: Mirek Filipčík,
funcage.com, pinterest.com,
idealista.com



Vy se ptáte, my odpovídáme



Mgr. Kateřina Havlíková, Mgr. Václav Toul, Mgr. Eliška Škrancová,
Poradna NRZP ČR v Brně | Foto: Pexels

Střídavá péče – příspěvek na péči

Dobrý den, máme s exmanželem dítě ve střídavé péči. Exmanžel si o příspěvek na péči (zákon o sociálních službách) požádal dříve než já a přiznali mu ho. Co mám dělat teď já? O dítě pečuji stejně jako exmanžel, tak mi přijde nespravedlivé, že bych příspěvek nedostávala vůbec. Na ÚP mi řekli, že prý příspěvek nemohou posílat na dva účty. Poradili byste mi prosím, co teď dělat? Manžel dohodou, že mi bude posílat polovinu příspěvku na účet, odmítá. Asi by byla nejlepší žaloba, ale na co a jak žalovat? Případně podnět na ÚP k přešetření?

Předně je důležité konstatovat, že příjemcem příspěvku je žadatel, tj. dítě. Rodiče jsou zákonnými zástupci. ÚP skutečně technicky neumí posílat jednu dávku na dva účty. Vaši nepříznivou situaci lze řešit několika způsoby. Jednak oznámením na OSPOD, který by měl mediací rodiče vést k dohodě. Druhou možností, pokud nedojde k dohodě mezi rodiči, je podat žalobu k opatrovnickému soudu na určení poměrné částky příspěvku na péči a její výplatu druhému pečujícímu. Může se stát, že opatrovnický soud s ohledem na poměrnou část příspěvku na péči zvýší nebo sníží výživné na dítě.

Nejzajímavějším řešením je pak určení zvláštního příjemce příspěvku na péči.

Pro podrobnější konzultaci vaší situace se obraťte na nejbližší [pobočku](#) naší poradenské sítě.



Zaměstnání při 3. stupni invalidity

Jsem zdravotně postižený ve 3. stupni invalidity, mohu pracovat na zkrácený úvazek?

Rozhodující je, zda máte v rozhodnutí o přiznání invalidního důchodu ve 3. stupni uvedeno omezení od posudkového lékaře omezení (např. že můžete pracovat jen určitý počet hodin denně), nebo zda můžete pracovat za mimořádných podmínek podle § 6 vyhlášky č. 359/2009 Sb.:

„Zcela mimořádnými podmínkami, za nichž je člověk schopen výdělečné činnosti v případě poklesu pracovní schopnosti nejméně o 70 %, se rozumí zásadní úprava pracovních podmínek, pořízení a využívání zvláštního vybavení pracoviště, zvláštní úpravy stávajících strojů, nástrojů, používání zvláštních pracovních pomů-

cek nebo každodenní podpora nebo pomoc na pracovišti formou předčitatelských služeb, tlumočnických služeb nebo pracovní asistence.“

Pokud v rozhodnutí omezení není, můžete pracovat na zkrácený úvazek. Při výkonu práce ale nesmí docházet ke zhoršování zdravotního stavu.

Příspěvek na mobilitu

Dojde letos ke zvýšení příspěvku na mobilitu?

Aktuálně nemáme informace o tom, že by v roce 2026 probíhaly jednání ohledně zvýšení příspěvku na mobilitu. Doporučím Vám sledovat aktuality na stránkách [NRZP ČR](#).

Její předseda, Mgr. Václav Krása, pravidelně informuje o připravovaných legislativních změnách, schválených zákonech

nebo vyhláškách, které se týkají osob se zdravotním postižením.

Vdovský a vdovecký důchod

Od 1.1. 2026 mělo dojít ke zvýšení vdovského a vdoveckého důchodu (VD). Pokud jsem to správně pochopila, tak minimální výše VD má být 7350 Kč, takže pokud člověk pobírá nižší, automaticky se mu dorovná? VD je přiznán od roku 1987. Zároveň jsem i poživatelka starobního důchodu. Moc děkuji za odpověď.

Při souběhu starobního a vdovského důchodu se porovnává procentní výměra vašeho důchodu a 50 procent výměry důchodu zesnulého manžela. Vyšší výměra se vyplácí v plné výši, z nižší se vyplácí polovina. Základní výměra činí 4900 Kč. Minimální výše procentní výměry vdovského důchodu, ze které se bude přepočítávat výše procentní výměry u vašeho vdovského důchodu tak činí 2.450 Kč.

Ve vašem případě nemůžete sečíst minimální výši vdovského důchodu 7350 Kč a minimální výši

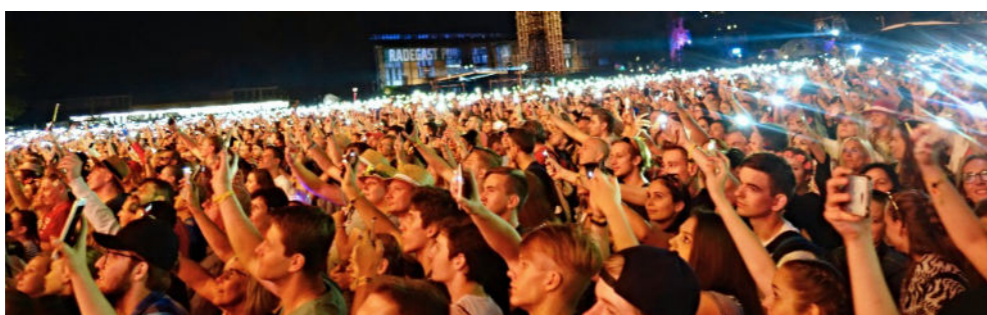
starobního důchodu 9800 Kč, protože výše procentní výměry vdovského důchodu se krátí z důvodu pobírání starobního důchodu.

Od ledna 2026 již ČSSZ neposílá poštou důchodový výměr, a proto v případě, že důchodový výměr potřebujete, musíte si osobně zajít na nejbližší pobočku ČSSZ a požádat o vytisknutí vašeho nového důchodového výměru. V důchodovém výměru najdete přesný výpočet valorizace vašeho starobního i vdovského důchodu.



Colours bez bariér: festival otevřený všem

Festival Colours of Ostrava dlouhodobě dokazuje, že hudba a kultura mají být přístupné skutečně každému. Projekt Colours bez bariér i letos přináší zdravotně znevýhodněným návštěvníkům širokou škálu služeb, díky nimž si mohou festival naplno užít bez zbytečných překážek.



Colours bez bariér, (red) | foto: Jiří Muladi

Projekt Colours bez bariér je nedílnou součástí festivalu a jeho cílem je zpřístupnit areál Dolní oblasti Vítkovic všem návštěvníkům bez rozdílu. Organizátoři každoročně rozšiřují nabídku služeb tak, aby pobyt na festivalu byl co nejkomfortnější i pro osoby se zdravotním postižením.

K samozřejmostem patří zvýhodněné vstupné pro držitele průkazů ZTP a ZTP/P, bezplatný doprovod u ZTP/P, speciální tribuny či bezbariérová doprava po Ostravě. Návštěvníci si mohou také objednat vyškoleného průvodce, který jim usnadní orientaci v areálu a samozřejmě účast na programu.

Novinky letošního ročníku

Letošní ročník přináší několik důležitých novinek. Tou nejvýraznější je přesun bezbariérového kempu na Šlezskostravský hrad, který nabídne vyšší komfort a kvalitnější zázemí pro návštěvníky se zdravotním znevýhodněním.

Zůstává také oblíbená Relax zóna Colours bez bariér, která poskytuje klidné místo pro odpočinek. Praktickou pomoc nabízí i „pneuservis“,

kde si mohou vozíčkáři nechat opravit nebo dobít svůj invalidní vozík.

Služby na míru různým potřebám

Projekt myslí na různé typy handicapu. Návštěvníci se zrakovým postižením mají k dispozici informace v Braillově písmu, hmatové plánky areálu či 3D model Auly Gong. Pro neslyšící jsou připraveny tlumočené přednášky i vybrané koncerty, stejně jako speciální zóna před hlavní scénou. Osoby s autismem mohou využít klidovou zónu a asistenci speciálně proškolených průvodců.

Komfort od vstupu až po dopravu

Veškeré důležité služby jsou soustředěny u hlavního vstupu do areálu – návštěvníci zde najdou Info Point, pokladnu, bezbariérové taxi i vyhrazené parkoviště.

Součástí projektu je také bezbariérová doprava po Ostravě, která pomáhá návštěvníkům bezpečně se dostat z festivalu zpět do ubytování.

Důležitá je i příprava

Organizátoři doporučují rezervovat si vstupenky, parkování, ubytování i programové body předem. Díky tomu lze předjet zbytečným komplikacím a naplno si užít festivalovou atmosféru.

Festival, který spojuje

Colours bez bariér ukazuje, že i velká kulturní akce může být skutečně inkluzivní. Díky promyšlenému systému služeb a individuálnímu přístupu se festival stává místem, kde si hudbu, inspiraci i společné zážitky mohou užít opravdu všichni.

Sledujte aktuální informace

Kontaktní e-mail je k dispozici celoročně: bezbarier@colours.cz.

Od 15. května 2026 bude v provozu i kontaktní telefon 731 932 768, kde získáte všechny potřebné informace k projektu.

Pro rezervaci všech služeb jsme letos zřídili nový e-mail a také telefonní číslo: rezervacebezbarier@colours.cz, 601 050 255.



Práce pro lidi s postižením: šance rostou, ale ne pro všechny

Zaměstnávání lidí se zdravotním postižením se v Česku mění – firmy mají větší zájem a přibývá nových možností uplatnění. Přesto ale ubývá práce pro ty bez kvalifikace a systém naráží na své limity. Proč mají jedni šanci, zatímco jiní ne? Co bude rozhodovat o budoucnosti pracovního trhu pro lidi s handicapem?

uradprace.cz, hn.cz, (red) | ilustrace: archiv VOZKA

Zaměstnávání lidí se zdravotním postižením v Česku prochází proměnou. Na první pohled by se mohlo zdát, že se situace zlepšuje – firmy mají větší zájem, vznikají nové formy spolupráce a předsudky postupně ustupují. Realita je ale složitější.

Zatímco kvalifikovaní lidé s handicapem mají dnes větší šanci najít uplatnění na otevřeném trhu práce, ti bez vzdělání nebo odbornosti čelí stále většímu problému: pracovní místa pro ně mizí. Automatizace a změny ekonomiky totiž postupně omezují jednoduché manuální pozice, které dříve tvořily základ zaměstnávání v chráněných dílnách.

Chráněný vs. otevřený trh práce

Podle dostupných dat z Českého statistického úřadu pracují desítky tisíc lidí se zdravotním postižením na chráněném trhu práce, zatímco jejich uplatnění na běžném trhu není systematicky sledováno.

To je problém – bez dat nelze efektivně řídit podporu ani zlepšovat podmínky. A co dnes nabízí chráněný trh práce? Jsou to především úklidové práce, ostraha, jednoduchá výroba nebo kompletace výrobků.

Jenže právě tyto pozice ubývají nejrychleji.

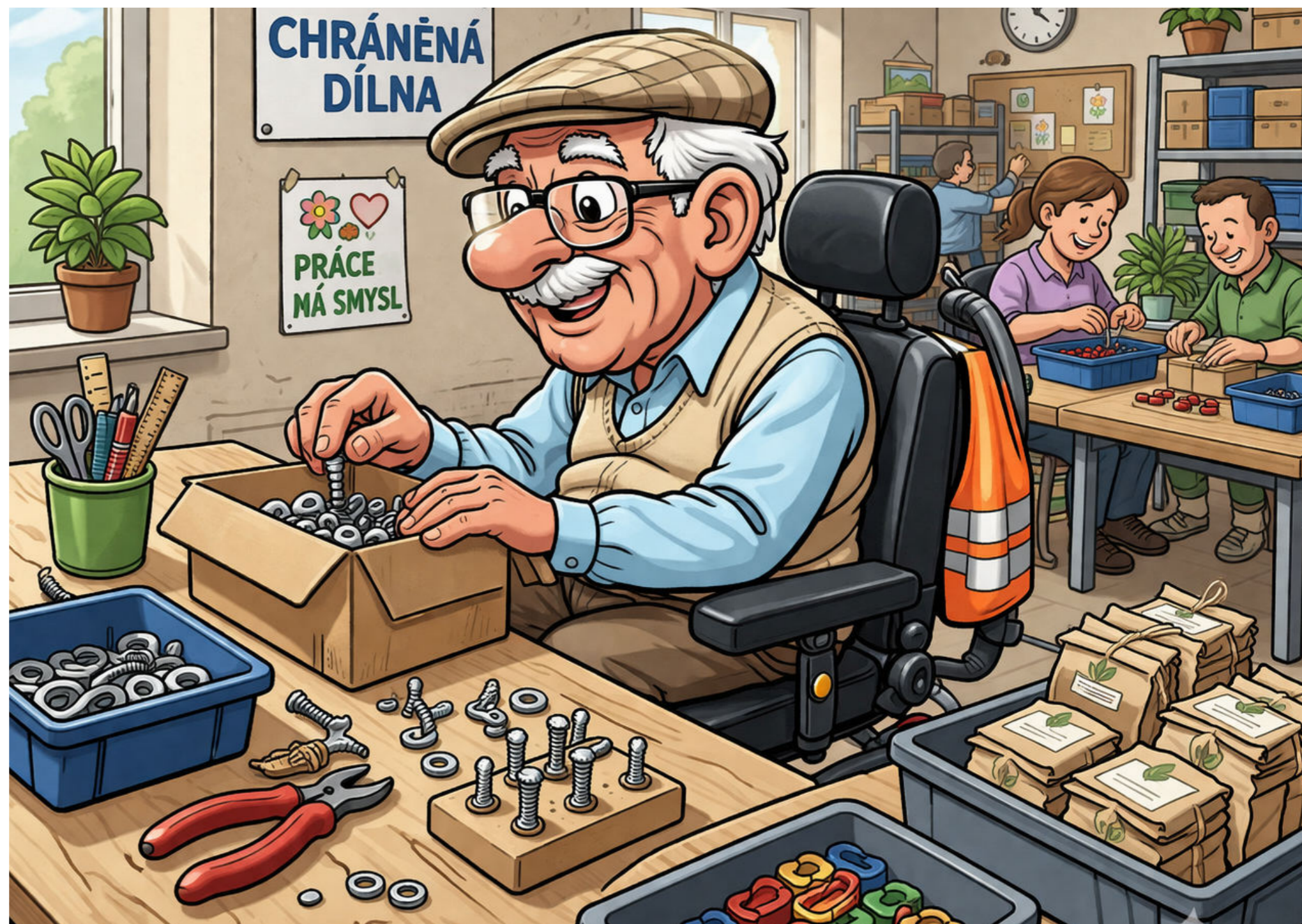
Naopak firmy na otevřeném trhu stále více hledají administrativní pracovníky, specialisty nejen v IT a technické profesi. A právě zde mají kvalifikovaní lidé s handicapem větší šanci uspět.

Strach, který brzdí

Velkou bariérou není jen nedostatek pracovních míst, ale také psychologické překážky. Mnoho lidí se zdravotním postižením se bojí nastoupit do práce, protože si myslí, že mohou přijít o invalidní důchod, nemají jistotu, že zvládnou pracovní tempo, popřípadě se obávají reakce kolektivu. Tento „začarovaný kruh“ vede k tomu, že část lidí zůstává mimo pracovní trh, i když by pracovat chtěla.

Firmy mají zájem – ale jiný, než by se čekalo

Zajímavým trendem posledních let je rostoucí zájem firem o tzv. náhradní plnění. Firmy s více než 25 zaměstnanci mají povinnost zaměstnávat osoby se zdravotním postižením, nebo odvádět peníze státu, či odebrat služby od chráněných dílen. Právě druhá možnost je stále populárnější. Zájem o ni roste mezi-



ročně o desítky procent. Důvod je jednoduchý: firmy za své peníze získávají reálné služby (např. úklid, občerstvení nebo nově i školení), místo aby jen odváděly peníze státu.

Kapacity nestačí

Rostoucí poptávka ale naráží na limity. Chráněné dílny mají omezené kapacity, protože závisí na počtu zaměstnaných lidí s handicapem. Výsledkem pak je to, že služby bývají rychle vyprodané, firmy musí plánovat spolupráci dlouho dopředu, takže pozdější zájemci mohou mít smůlu.

Nové příležitosti

Pozitivní zprávou je, že se mění struktura práce. Kromě tradičních činností se objevují nové možnosti jako jsou administrativní podpora, organizace školení, služby pro firmy nebo práce na dálku. To umožňuje zapojení i lidem, kteří nemohou vykonávat fyzicky náročnou práci.

Co skutečně brání zaměstnávání?

Překvapivě to často nejsou technické bariéry. Moderní pracoviště bývají bezbariérová a technologicky při-

pravená. Hlavní problém je jinde: jsou to různé obavy zaměstnavatelů, nejistota kolegů nebo nedostatek informací o schopnostech pracovníků s postižením. Jinými slovy – bariéry jsou často „v hlavách“.

Budoucnost: více lidí s handicapem, více odpovědnosti a systém

Demografický vývoj naznačuje, že lidé se zdravotním omezením bude přibývat – zejména kvůli duševním onemocněním u mladších generací. To znamená jediné: společnost i fir-

my se budou muset naučit pracovat s rozmanitostí jako standardem, nikoli výjimkou.

Zaměstnávání lidí s handicapem dnes stojí na křižovatce. Na jedné straně roste zájem firem o ně, vznikají nové formy práce a předsudky pomalu mizí. Na straně druhé ubývají jednoduché pracovní pozice, chybí systémová data a stávající kapacity chráněných dílen často nestačí.

Budoucnost tak nebude záviset jen na dobré vůli, ale především na tom, zda se podaří vytvořit funkční a férový systém, který umožní lidem s handicapem skutečně pracovat.

Moderní komunitní bydlení v Novém Městě nad Metují dává lidem s postižením větší samostatnost

Královéhradecký kraj dokončil významný projekt v oblasti sociálních služeb – v Novém Městě nad Metují vznikl nový domov pro osoby se zdravotním postižením. Moderní zařízení, které vyrostlo v areálu bývalých kasáren, nabídlo od února bydlení celkem 18 klientům. Celkové náklady na výstavbu a vybavení přesáhly 125 milionů korun včetně DPH, přičemž přibližně 80 milionů korun pokryje dotace z Národního plánu obnovy.

Královéhradecký kraj, Náchodský deník | foto: Královéhradecký kraj



Projekt zapadá do širší strategie kraje, který vedle péče o seniory systematicky rozvíjí i služby pro lidi se zdravotním postižením. Cílem je umožnit klientům žít co nejvíce běžným způsobem života a přiblížit prostředí sociálních služeb přirozenému fungování společnosti.

„Vedle výstavby nových pobytových zařízení pro seniory se staráme také o ty, kteří potřebují pomoc druhých, ale přitom mohou žít plnohodnotný život jako jejich vrstevníci. Stavba v Novém Městě nad Metují je dalším z dokončených projektů, které zlepšují dostupnost kvalitních sociálních služeb pro klienty se zdravotním postižením v prostředí co nejbližším běžnému životu,“ uvedl hejtmán Petr Koleta

Důraz na soukromí i komunitu

Nový domov je koncipován jako komunitní bydlení. Tvoří jej tři samostatné domácnosti, každá pro šest klientů s mentálním postižením, případně s kombinovaným postižením. Každý klient má k dispozici jednolůžkový pokoj, který zajišťuje potřebné soukromí. Součástí každé domácnosti je společenský prostor

s kuchyňským koutem a jídelnou, dvě koupelny a toalety. Obyvatelé tak mohou žít v menších skupinách, které více odpovídají běžnému rodinnému prostředí.

Nepřetržitou péči zajišťuje ošetřující personál, pro který je v objektu k dispozici odpovídající pracovní zázemí včetně šaten, hygienického vybavení a denní místnosti. O klienty se bude starat přibližně 30 zaměstnanců.

Bezbariérovost a moderní péče

Zařízení bylo navrženo s maximálním důrazem na bezbariérovost. Tomu odpovídají nejen šířky chodeb a řešení sanitárního vybavení, ale také přístupnost všech prostor, včetně venkovních částí. Klienti se mohou pohybovat po zahradě a na terasách přístupných ze všech pokojů – včetně těch, kteří jsou upoutáni na lůžko. K dispozici bude také zázemí pro rehabilitace, masáže či magnetoterapii.

„Klienti se do nových prostor nastěhovali na začátku února. V rámci zdravotnických služeb jim nabízíme také zázemí pro rehabilitace, masáže nebo magnetoterapii,“ doplnila ná-

městkyň hejtmána pro sociální oblast Jana Hůlková.

Investice s podporou státu

Celkové náklady na projekt činily 125,3 milionu korun včetně DPH. Stavební část, zahrnující samotnou výstavbu, projektovou dokumentaci a další související výdaje, vyšla na 116,4 milionu korun. Vybavení objektu stálo 8,9 milionu korun.

Projekt administrovalo krajské Centrum investic, rozvoje a inovací (CIRI) a jeho součástí bylo také vybudování technické infrastruktury, zpevněných ploch, oplocení či retenční nádrže na dešťovou vodu.

Trend: menší domovy místo velkých ústavů

Nové zařízení bude provozovat Ústav sociální péče pro mládež Kvasiny, krajská příspěvková organizace. Projekt je součástí širší transformace sociálních služeb, kterou Královéhradecký kraj dlouhodobě prosazuje. Namísto velkých ústavních zařízení vznikají menší komunitní domy, které lépe odpovídají individuálním po-

třebám klientů. Podobné projekty již vznikly například v Třeběchovicích pod Řebem, Rokytnici v Orlických horách nebo v Hradci Králové, kde byla nedávno dokončena rekonstrukce objektu pro sociální rehabilitaci za 18,3 milionu korun.

„Domov pro osoby se zdravotním postižením v Lázních Běláhrad je další z projektů podporujících zlepšování podmínek pro zdravotně postižené v Královéhradeckém kraji. Nové prostory nabídnou sociální služby komunitního charakteru, které více podporují zapojení do společnosti a individuální potřeby klientů,“ uvedla Jana Hůlková.

Projekt počítá s odstraněním současného objektu Kotyková mlýna a vybudováním nového objektu s 18 lůžky pro klienty s mentálním a kombinovaným postižením, kteří budou žít ve třech samostatných domácnostech. Součástí projektu je pořízení nového vybavení. Provoz zařízení bude v budoucnu zajišťovat Domov sociálních služeb Chotělice. Předpokládané celkové náklady projektu činí 156 milionů korun včetně DPH, přičemž kraj bude žá-



dat o dotační podporu z Integrovaného regionálního operačního programu 2 (IROP 2), která by mohla být až do výše 85 % způsobilých výdajů.

Rozložení financování je plánováno na období let 2026–2028, přičemž fyzická realizace projektu je předpokládána v délce 18 měsíců.

Transformace sociálních služeb tak pokračuje konkrétními kroky, které lidem se zdravotním postižením přinášejí nejen kvalitnější péči, ale především větší důstojnost, samostatnost a možnost žít plnohodnotný život v běžném prostředí.



Vlastní výroba a vývoj



PROFESIONÁLNÍ ÚPRAVY VOZIDEL OD VÝROBCE

vývoj | výroba | montáž | prodej

ELEKTRICKÝ POHON INVALIDNÍHO VOZÍKU

HURT-e

DEJTE VOZÍKU KŘÍDLA

Nově půjčovna pohonů vozíku

WWW.RUCNIOVLADANI.CZ

WWW.HURT-e.CZ

HURT s. r. o.

Bambousek 664

281 26 Týnec nad Labem

Česká republika

Tel.: +420 321 781 363 / +420 723 272 401

E-mail: info@rucniovladani.cz / info@hurt-e.cz

www.facebook.com/rucniovladani

Poradce pro Moravskoslezský kraj - tel. +420 724 314 876

Poradce pro Zlínský a Olomoucký kraj - tel. +420 736 617 416