



Navštivte veletrh REHAPROTEX

**Cirkus Paciento:
humor, kouzla a zábava**

**Rekordní Colours of Ostrava 2019:
1017 návštěvníků s postižením**



Jsmo schopni navrhnout a realizovat jakékoli úpravy vozu (jsou-li možné na daném typu vozu) dle přání majitele tak, aby ovládání a užívání vozu bylo co možná nejpohodlnější a nejbezpečnější

Jsmo autorizovaný dealer firem **BraunAbility, FEAL**

Kompletní sortiment francouzské firmy **SOJADIS** (Elektronické ovládání plynového pedálu, Multifunkční ovladače na volant...)

AL podlahový systém + univerzální sedadla s integrovaným bezpečnostním pásem



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

Jan Píbal - JP SERVIS www.jpservis.eu +420 606 613 239



OPERÁTOR BEZPEČNOSTNÍHO CENTRA

Bezbariérově přístupné i pro zájemce na invalidním vozíku



- plošina pro vozíčkáře zajišťující přístup na pracoviště
- bezbariérová toaleta
- přístupný kuchyňský kout).

V případě zájmu zasílejte své životopisy na e-mail prace@defendit.cz.



NABÍZÍME

- hlavní pracovní poměr
- vstřícnost při hledání vhodného rozsahu úvazku
- práci v příjemném, čistém prostředí, zázemí stabilní společnosti
- práci s moderními technologiemi
- přátelský kolektiv

POŽADUJEME

- čistý trestní rejstřík
- min. maturitní vzdělání
- práci s PC na dobré uživatelské úrovni (MS WORD, EXCEL, OUTLOOK)
- komunikace po telefonu



Letem světem

Dálniční známky nově od roku 2021

Letos byl novelizován zákon o pozemních komunikacích, který od 1. ledna 2021 zavádí elektronické dálniční poplatky. Pro držitele parkovacích průkazů a průkazů ZTP či ZTP/P se příští rok nic nemění. Pokud jde o rok 2020, budou se používat ještě klasické dálniční známky. V roce 2021 se situace ještě nebude měnit pro ZTP či ZTP/P, a pokud jsou přepravováni, nebudou muset platit ani elektronické poplatky za jízdu po dálnici. Od roku 2023 by měl být systém elektronických dálničních poplatků plně funkční.

Poradna pro těžce nemocné a jejich blízké

Šestým rokem je klientům a profesionálům k dispozici poradenská linka pro ty, kteří trpí nevyléčitelným onemocněním, pro jejich rodiny a blízké. Poradna provozovaná Nadačním fondem Umění doprovázet poskytuje podporu a informace o službách v oblasti hospicové, sociální i zdravotní. Poradenství je bezplatné a anonymní na čísle 604 414 346 nebo na poradna@umenidoprovazet.cz.

Léčebné konopí nepomůže každému

U roztroušené sklerózy konopí zmírňuje napětí svalů, svalovou ztuhlost a křeče nebo bolesti, které chorobu často doprovázejí. Mívá rovněž protizánětlivý účinek. To je užitečné, protože zánět doprovází poškození obalů, které kryjí nervy.

Léčebné konopí se používá asi z 80 procent případů na léčení bolesti, přesto asi u třetiny pacientů nemá žádné účinky, u další přibližně třetiny má mírně pozitivní a zároveň i negativní efekty. Lehce u nich tlumi bolest, ale nemocní si připadají trochu omámení a otupělí. U třetiny funguje výborně. Jak bude kdo reagovat, to se dopředu nedá poznat. Většina lékařů začíná pacientům podávat malé dávky konopí: 62,5 mg v jedné kapsli. A pak spolu hledají dávku, která zmírní potíže, ale pacient po ní má jasnou hlavu a cítí se dobře. Konopí je vždy nutné používat pod dohledem lékaře.

Aplikace Záchranka má 1 000 000 uživatelů!

Po třech a půl letech dosáhli tvůrci aplikace Záchranka na milion uživatelů. Každý den aplikaci využije 50 z nich a záchranáři přijali za tři a půl roku fungování z aplikace více než 35 000 tísňových volání. Aplikace byla zdokonalena i v jiných směrech, dávno nejde jen o přenos polohy volajícího.

Důležitou součástí nouzového tlačítka je i přenesení zdravotního stavu či kontaktů na osoby blízké. Byl zefektivněn i celý záchranný proces – aplikace je dnes schopna automaticky rozhodnout, zda je nutné kontaktovat i horskou službu, případně Vodní záchrannou službu ČČK, na které je také plně napojena. Díky aplikaci vznikla také největší veřejná databáze AED v ČR.

Na slavnosti přišlo 1650 lidí. Domovu to na vstupném vyneslo přes 150 tisíc



V Domově svatého Josefa v Žirči u Dvora Králové nad Labem se na konci července konaly 18. svatoanenské zahradní slavnosti. Do areálu jediného pobytového zařízení pro pacienty s roztroušenou sklerózou v Česku přilákaly 1650 platících návštěvníků, což na vstupném vyneslo přes 150 tisíc korun. Slavnosti mají každý rok podobný ráz. Nepřipomínají velkolepou událost. Spíš působí jako možnost prožít pohodový den s rodinnou atmosférou. Prostě benefiční akce, jejímž hlavním cílem je udělat co nejvíc pro ty, kteří trpí nevyléčitelnou nemocí.

„Už osmnáct let se tady píše mimořádný příběh pomoci lidem s roztroušenou sklerózou. Myslím, že na něj můžeme být pyšní. Nikde jinde v Česku se nepovedlo vybudovat takové zařízení, jako v Žirči. Dokonce i při pohledu do zahraničí zjistíte, že zdejší zařízení je jedinečné,“ prohlásil Jan Staněk, manažer žirečského domova.

Nejde jen o peníze získané ze vstupného při slavnostech. Lidé mohou Domov podpořit kdykoliv. Například v rámci kampaně Daruj okno, kterou úspěšně pomohly rozjet rychlobruslařky Martina Sáblíková a Nikola Zdráhalová, a jejímž cílem je vyměnit na historické části domova stará okna za nová.

Obsah čísla

ZPRAVODAJSTVÍ	3–5
SOCIÁLNÍ SLUŽBY	6–9
VZDĚLÁVÁNÍ.....	10–12
ZAMĚSTNÁVÁNÍ	13
ZDRAVOTECHNIKA	13–24
ZDRAVOTNICTVÍ	25–27
KULTURA	28–35
SPORT	36–39
DOPRAVA	40–41
CESTOVÁNÍ, POBYTY	42–47
PORADNA	48–54
LIDÉ, VZTAHY	54–57
HISTORIE	58
HUMOR	11, 19, 27
VOLNÝ ČAS	59–61
ČTENÁŘSKÁ INZERCE, TIRÁŽ	62

ROZHOVORY	10, 56
ZPRÁVA OMBUDSMANKY	8
JAK JE TO S REHACENTREM REHA FIT NA ČERNÉM MOSTĚ? ...	25

POZVÁNKY:

- REHAPROTEX
- Výstavy UMÚN
- Koncert Všechny barvy duhy

OHLÉDNUTÍ:

- COLOURS OF OSTRAVA

Víte, že...

... způsobů, jak léčit migrénu, je celá řada? Nemocní by se však měli svěřit lékaři...

■ Odhady počtu nemocných migrénou v ČR se různí, ale pravděpodobně jde o milion až 1,2 milionu lidí. Častěji nemoc postihuje ženy. Velká část pacientů jen užívá volně prodejný léky proti bolesti. Jejich časté užívání však může časem bolesti ještě zhoršit.

■ Klíčové je, jak moc bolest hlavy ovlivňuje běžné aktivity pacienta. Pokud jen málo, lze bolest tlumit **jednosložkovými analgetiky** (paracetamol, kyselina acetylsalicylová, ibuprofen). Pacient musí vědět o nežádoucích účincích na trávicí trakt při častém užití těchto léků. Silnějším kalibrem – pro pacienty, kterým běžná analgetika nestačí – jsou **triptany** (tablety, sprej, injekce).

■ Vědci zjistili, že pro rozvoj migrény je klíčový **neuropeptid CGRP**, farmaceutické společnosti proto vyvinuly **monoklonální protilátky** proti CGRP nebo proti receptoru CGRP. Jde zatím o **čtyři biologické léky**, které v blízké budoucnosti přinesou kvalitativní skok v profylaktické léčbě migrény. Výsledky klinických studií prokázaly, že působí jak v léčbě, tak v prevenci migrény.

Pozvánka pro členy OOV na valnou hromadu

Srdečně vás zveme na valnou hromadu Ostravské organizace vozíčkářů, spolek (OOV), která se bude konat v kanceláři a dispečinku OOV bezbariérového Domu pečovatelskou službou (DPS) na Horymírově ulici v Ostravě-Zábřehu dne **17. října 2019 ve 14 hodin**.



Sídlo kanceláře a dispečinku OOV

Program

- Zahájení.
- Volba mandátové a návrhové komise.
- Zpráva o plnění plánu činnosti a finančního plánu za rok 2018 a 1.–9. měsíc období roku 2019.
- Zpráva kontrolní a revizní komise za rok 2018 a 1.–9. měsíc období roku 2019.
- Plán činnosti a finanční rozpočet na rok 2020.
- Diskuse.
- Schválení návrhu usnesení.
- Závěr.

Těšíme se na vaši bohatou účast!

Správní rada

Stěžejní projekty OOV

- **ALDIO** - Alternativní doprava pro imobilní občany
- **VOZKA** - Magazín o životě a pro život na vozíku
- **BezBariér** - poradenství

NRZP ČR informuje

Pozor na změnu u limitů doplateků na léčiva nebo potraviny pro zvláštní lékařské účely



Národní rada osob
se zdravotním postižením ČR, z. s.

Od 1. ledna 2020 vstupuje v účinnost ustanovení § 16 b, zákona č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění, které stanoví limit na doplatky za léky nebo potraviny pro zvláštní lékařské účely, pro příjemce invalidních důchodů ve III. stupni a dále pro osoby, kterým byla přiznána invalidita II. a III. stupně, ale pro nesplnění podmínek jim není invalidní důchod vyplácen. Podrobnější informace k tomu najdete na webu NRZP ČR.

Pokud příjemci invalidních důchodů (ID) chtějí, aby od 1. 1. 2020 měli limit na doplatky na léky pouze ve výši 500 Kč ročně, musí splnit základní podmínku, a to že **do 31. 12. 2019** předloží svoji zdravotní pojišťovně kopii rozhodnutí o přiznání ID. Pokud jde o osoby, kterým byl přiznán II. nebo III. stupeň invalidity, ale pro nesplnění podmínek jim není vyplácen ID, musí svoji zdravotní pojišťovně dát kopii příslušného posudku o posouzení zdravotního stavu.

NRZP ČR dále upozorňuje, že zákon č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění stanoví, že každý pojištěnec, který má limit na doplatky na léky, musí do 8 dnů nahlásit svoji zdravotní pojišťovně změny, které se týkají ID III. stupně, případně změny ve II. a III. stupni invalidity.

(red)



Ilustr. obr.: repro foto www.e15.cz

Vzpomínáme

Odešel Milan Langer, zakladatel Spolku Trend vozíčkářů Olomouc



Mgr. Milan Langer zemřel ve středu 7. 8. 2019 v Rodez (Francie) ve věku dožitých 60 let. O jeho úmrtí informoval na sociálních sítích Spolek Trend vozíčkářů Olomouc. Právě Milan spolek založil a dvacet let byl jeho předsedou. Působil i v dalších organizacích pro zdravotně postižené, jako je Svaz invalidů nebo Asociace muskulárních dystrofií. Byl také předsedou Národní rady osob se zdravotním postižením Olomouckého kraje. Patřil k zakladatelům projektu Bezbariérová Olomouc. Zároveň byl i účastníkem prvního kurzu k sexuální asistenci v Česku, který organizovala Rozkoš bez rizika. V letech 2010 až 2014 byl olomouckým zastupitelem.

Jeho kolegové a přátelé ho znali jako dobrosrdečného člověka, se kterým byla vždy zábava a skvělá spolupráce. Celý život se potýkal se svalovou dystofií a i když věděl, že tato nemoc se s přibývajícím věkem postupně zhoršuje, nikdy si problémy nepřipouštěl.

„Nepokazil žádnou legraci. Nikdy nebyl takový, že by se nějak strnil, snažil se vždycky všeho zúčastňovat,“ říká Marie Svobodová, předsedkyně výboru Trendu.

Milan se nedávno se vypravil na tři a půl tisíce kilometrů dlouhou pouť do Santiaga de Compostela, po čtyřech měsících však musel cestu vzdát kvůli zhoršenému zdravotnímu stavu.

Nezapomeneme, Milane!

Redakce VOZKY

Kronika

Inspirativní příběhy a počiny

Markéta překonala La Manche bez nohy a části plíce



Markéta Pechová

Zdroj: Blesk, foto: Barbora Silná

Bylo jí 12 let, když jí lékaři našli nádor na stehenní kosti. I když podstoupila chemoterapii, museli jí pravou nohu nakonec amputovat. Markéta Pechová se však nevzdala a s nepřízní osudu se poprala. Stala se sportovkyní a letos v létě pokořila průliv mezi Británií a Francií – kanál La Manche.

„Mám to, 12 hodin a 31 minut,“ pochlubila se Blesku bezprostředně po vystoupení na loď Markéta po 40 kilometrové plavecké trase.

„Operaci jsem se tehdy v dětství nevyhnula. Mohla jsem si sice vybrat, ale buď bych neměla vůbec koleno a kosti by srostly k sobě, nebo podstoupit amputaci. Rozhodla jsem se pro amputaci. Když jsem se později zotavila po operaci a roční chemoterapii, nemoc zaútočila znovu, a to zrovna před mým nástupem na střední školu. Našli mi nádor na plicích a metastázy v břiše. Přišla jsem o část levé plíce. Přes vážnou nemoc a amputovanou nohu jsem začala už v pubertě sportovat. Nejprve jsem se věnovala atletice – hodu koulí, diskem a oštěpem. Ve 20 letech jsem se naučila plavat,“ říká Markéta. Dnes patří mezi nejlepší české dálkové plavkyně. Markétiným hlavním plaveckým stylem je kraul.

Vozíčkář řídí mohutnou tatru



Karla Mikloviče zvedá do kabiny tatrovky naviják

Zdroj: Blesk, foto: H. Lacinová, M. I. Volf

Pro vozíčkáře je prý nejlepší vizitka, když ho okolí jako postiženého ne-

vnímá. A takový je i Karel Miklovič (29) z Hrušovan na Chomutovsku. Je zřejmě prvním řidičem na vozíku, který řídí novou nákladní tatru a podniká s ní v autodopravě.

Bývalý voják z povolání zažil v životě krušné chvíle. Nejhorší byl 19. duben 2011, kdy havaroval. Pekařský vůz nedal přednost na stopce a Karel Miklovič do něj vlétl na motorce. Poranil si páteř a poškodil si míchu. Už v pražské vojenské nemocnici se začal smířovat s tím, že zůstane doživotním invalidou. Při léčení začal přemýšlet, co bude dělat dál. Byl řidič, s nákladáky jezdil už na vojně. Takže rozhodnutí bylo namístě. Nyní vstává denně před pátou, aby mohl usednout za volant tatro, a odjíždí na šachtu vyvážet suť.

„Je to zakázka jako každá jiná. Přijíždím domů před osmnáctou hodinou a jsem tak ‚vorvaný‘, že jdu brzy spát. Ráno zase vstanu, pohládím Monču – tak jsem auto pojmenoval (po dávné lásce) – a říkám si v duchu: Holka, dnes to spolu zase zvládneme,“ popsal řidič svůj rituál. V nové tatře si nechal zabudovat ruční řízení. Vůz si pořídil za odškodné za úraz.

Karel Miklovič chce ukázat i jiným vozíčkářům, že jejich postižení neznamená konec života. Při letošní akci Handy Tour na mosteckém polygonu předvedl divákům nejen krátkou jízdu ve své speciálně upravené tatrovce, ale také poměrně náročný nástup do kabiny řidiče.

„Zvládám to opravdu sám, nejdřív vytáhnu sám sebe a potom vozík,“ směje se Karel. Zabálí se do pevné sítě, kterou zavěsí na hák motorového navijáku. Ten ho pak vytáhne do třimetrové výšky.

„Musím věřit tomu, že neskončím na zemi. Nic jiného mi ani nezbývá,“ přiblížil divákům své pocity.

Když se usadí za volant, přitáhne si také vozík, který následně rozloží a zasune za sedadla. Pak už jen nastartuje a pomocí automatické převodovky rozjede kolos, ve kterém stráví během pracovní doby i 11 hodin.

O jedné svatební cestě: dokument Líbáňky na Yukonu



Jiří Čeloud s manželkou Kateřinou na lodi

Zdroj: Český rozhlas, Alžběta Havlová, foto: Kateřina Čeloudová

Kateřina s Jirkou měli loni svatbu a na svatební cestu vyrazili s autorkou dokumentu Alžbětou Havlovou a jejím manželem Jendou na Yukon do Kanady. Autorka zaznamenala „dobré i zlé“, radosti i nástrahy, které na své cestě museli novomanželé překonávat.

Jirka Čeloud pochází z Dačic. Bez dvou centimetrů měří dva metry. Stejně se ale pro pusť musí shýbat Katka – Jirka se totiž už dvanáct let nepostavil na nohy. Po skoku do vody na třídním výletě se z něj stal kvadruplegik. Má nehybné nohy a téměř i ruce.

„Já jsem byl zrozený pro to, abych byl vozmen,“ říkával vřdycky Jirka. Je pravda, že jako vozíčkář je trochu výjimečný, a to především kvůli expedicím, které pořádá se svou partou 3handbikes.

Cesta na Yukon a na Aljašku byla v mnoha ohledech odlišná od těch, na které Jirka jezdil dříve – nejen proto, že hlavním cestovním prostředkem byly lodě, ale také proto, že tu už Jirka nebyl sám za sebe. Mladí novomanželé zde museli řešit věci, se kterými se dříve nesetkali. S plavením se na řece Yukonu souvisela spousta namáhavých činností, se kterými Jirka nemohl Katce pomoci. V některých případech – třeba když skupinu v táboře navštívil medvěd – se projevil Jirkův handicap ztatočněji než v běžném životě. Nebo když se cestovatelé nemohli se společně vydat na lákavou výpravu do hor.



Dokument, který najdete na stránkách <https://vltava.rozhlas.cz>, je natočen z pohledu autorky, dlouholeté kamarádky Jirky i Katky. Posluchače svým osobitým popisem přenáší do divoké krajiny kanadského Yukonu, jeho mohutných řek Teslin a Yukon, mezi medvědy, komáry i německé kanoisty. V autentických nahrávkách z měsíční cesty severoamerickou přírodou uslyšíte jak zážitky všedních dní spojené s handicapem kamaráda Jirky, tak dramatické situace, které pobyt v necivilizované přírodě bez mobilního signálu často přináší.

Běh pro Paraple letos vynesl půl milionů korun

V sobotu 14. září proběhl v pražských Malešicích už dvacátý ročník charitativního Běhu pro Paraple. Letos si běh i zábavný program pro všechny generace přišla užít asi tisícovka lidí, kteří koupí trička přispěli na činnost Centra Paraple půl milionem korun.

Běh pro Paraple tak celkově vynesl již osm a půl milionu korun na pomoc lidem s poškozením míchy. Akci zahájil zakladatel Centra Paraple Zdeněk Svěrák společně se skupinou Tam Tam Batucada a přišlo ji podpořit i mnoho známých osobností.

Za celých 20 let nejlepší běh, řekl Zdeněk Svěrák

Závodilo se na krátké stometrové trati, na které své síly změřili děti, mladí i starší. Účastníci mohli trať zdotat chůzí, klušem, během, sprintem nebo jet na všem, co má kola.

Jako první se na startu shromáždili zaměstnanci a dobrovolníci Centra Paraple v čele s jeho ředitelem Davidem Lukešem. Se startovním číslem jedna symbolicky závodil Michal Horáček, který se před dvaceti lety vsadil se svým kamarádem o sto tisíc korun, že uběhne závod na 5000 metrů rychleji. Výhru pak věnoval Centru Paraple a položil základní kámen Běhu pro Paraple.

Letošním jubilejním Během pro Paraple provedl herec Pavel Nový společně s moderátorem Jakubem Voříškem. Sportovní pistoli na startu si střídal Zdeněk Svěrák se svým hereckým kolegou Miroslavem Táborským. Běh přišel podpořit také moderátor Karel Šíp. Zdeněk Svěrák ocenil pořadatele, účinkující, účastníky i prostředí parku.

„Letošní běh se povedl. Myslím, že je za celých 20 let nejlepší. A příště už Běh pro Paraple jen v Malešickém parku!“

Zábava v plném proudu

Kromě samotného běhu si návštěvníci akce užili i bohatý doprovodný program. Třeba vystoupení Dominika Nekolného, mistra světa na BMX, parkurovou show Pavla Cibulky nebo setkání s držitelem českého rekordu v běhu na sto metrů Zdeňkem Stromšíkem. Běh pro Paraple tradičně doplňují i zajímavá hudební vystoupení – letos za velkého zájmu návštěvníků zazpívali Bára Poláková s kapelou, písničkář Juraj Hnilica a večer zakončil celou akci Thom Artway a rock & popová skupina Gingerhead.



„Krásné počasí i zajímavý program letos přilákal velký počet návštěvníků všech věkových skupin. Mám velkou radost z toho, že lidé si Běh pro Paraple užili a dobře se pobavili – a ještě k tomu přispěli na naši činnost. Velmi si toho vážíme a těšíme se na příští ročník, který bude zase v leccems jiný,“ hodnotí akci David Lukeš, ředitel Centra Paraple. „Výtěžek z letošního běhu použijeme na financování programu sociální rehabilitace.“

Centrum Paraple už 25 let pomáhá lidem na vozíku s poškozením míchy a jejich rodinám zvládnout těžkou životní

situaci a vrátit se zpátky do aktivního života.

*Centrum Paraple
(red)*



Cirkus Paciento:

Týden plný humoru, zábavy a kouzel

Odpoutat pozornost od nemoci, zahnat nudu, posílit chuť k uzdravení a aktivnímu životu. Takový byl devátý ročník Cirkusu Paciento, který na začátku září proběhl v Hamzově léčebně v Luži-Košumberku.

„Zdravotní klauni navštěvují dětské pacienty v průběhu celého týdne a učí je novým dovednostem z oblasti kouzlení, žonglování a dalších cirkusových kousků“, říká Klára Palečková, manažerka klaunského týmu. „Pětidenní příprava vyvrcholila v pátek 13. září překvapením. Publikum se nestačilo divit, jaká že to kouzla a cirkusové kousky se děti naučily.“

„Je tomu skutečně tak,“ potvrzuje jedním hlasem pětice klaunů, která se dětem celý týden věnovala.

„Na slavnostním vystoupení totiž děti publiku opravdu předvedly své nově získané cirkusové dovednosti. Cirkus Paciento nejen baví, ale pomáhá také uzdravovat, protože smích a dobrá nálada přirozeně prospívají našemu zdraví a podporují chuť do života,“ doplňuje slova klaunů ředitel léčebny Václav Volejník.

Zdravotní klauni v akci

Zdravotní klauni pacienty odreaagují od strachu, napětí a úzkosti. Členové týmu zdravotních klaunů jsou zpravidla profesionálové s dramatickým vzděláním (DAMU, JAMU, FAMU). Je ale mnoho klaunů s přirozeným nadáním bez odborného vzdělání. Důležitým předpokladem je totiž komediální talent, hudební nadání, schopnost improvizace, ale také velká schopnost empatie, trpělivosti a samozřejmě vztah k dětem.

Každý Zdravotní klaun má své vlastní originální jméno a kostým. Přesto se zcela liší od běžných cirkusových klaunů. Zdravotního klauna nedělají křiklavé, pompézní vnější atributy a výrazný make-up, ale empatie, hravost a citlivost k vlastním „nedostatkům“ a „chybám“. Vždyť hlavním posláním obecně prospěšné společnosti Zdravotní klaun je podporovat psychickou pohodu hospitalizovaných dětí a seniorů a tím pomáhat ke zlepšení jejich celkového zdravotního stavu. Do každého prostředí tak přichází zcela nevšední atmosféra. V současnosti jsou Zdravotní klauni považováni za účinnou součást léčebného procesu na dětských odděleních nemocnic ve většině vyspělých evropských zemí. Důležitou součástí léčebného



procesu jsou téměř desítku let i v Hamzově léčebně.

Text a foto: Jana Zavřelová, Hamzova léčebna; (red)

První zpráva ombudsmanky z monitorování práv lidí s postižením



Veřejný ochránce práv
OMBUDSMAN

V prvním roce působnosti jako monitorovacího orgánu pro práva lidí s postižením zahájila ombudsmanka řadu výzkumů k zásadním tématům a problémům. Na jejich vytipování se výrazně podíleli přímo lidé s postižením, zejména prostřednictvím poradního orgánu ombudsmanky. Na některé zjištěné nedostatky upozornila ombudsmanka Výbor OSN pro práva osob se zdravotním postižením.

Od 1. ledna 2018 se veřejný ochránce práv stal monitorovacím orgánem podle Úmluvy OSN o právech osob se zdravotním postižením a měl by se systematicky věnovat problémům lidí s postižením a hledat komplexní řešení. Zpráva ombudsmanky shrnuje první rok působnosti, v některých oblastech s přesahem do první poloviny roku 2019. Ombudsmanka v ní informuje o tématech, na něž se zaměřila, o prvních zjištěních, osvětových aktivitách aj.

„Přestože první rok ještě nemohl v oblasti práv lidí s postižením přinést viditelné změny, některá dílčí zjištění ze zahájených výzkumů dokládají, že práva lidí s postižením zůstávala léta stranou pozornosti společnosti. Chybí služby a nejrůznější podpůrná opatření, která by lidem s postižením umožnila plné zapojení do společnosti. Především je ale třeba postupně měnit pohled společnosti na lidi s postižením, zbavovat se předsudků a stereotypů,“ uvádí ve zprávě ombudsmanka Anna Šabatová.

Monitoring

Prvním krokem ombudsmanky v rámci nové působnosti bylo co nejširší aktivní zapojení lidí se zdravotním postižením do monitorovací činnosti. Ombudsmanka především jmenovala jedenáctičlenný poradní orgán, jehož členy jsou přímo lidé s postižením a lidé, kteří se jejich právům dlouhodobě věnují. Ti při pravidelných setkáních přicházejí s poznatky z praxe, s tématy a náměty, z nichž pak ombudsmanka vychází při formulování doporučení, připomínkování právních předpisů i v osvětové činnosti.

Ombudsmanka také oslovila 356 neziskových organizací věnujících se právům lidí s postižením a se 60 navázala spolupráci.

Výzkum dostupnosti sociálních služeb pro lidi s poruchou autistického spektra a významnými problémy v chování

V této oblasti ombudsmanka zjistila, že služeb je obecně nedostatek, v některých krajích nebyly některé typy služeb dostupné vůbec. Střednědobé plány krajů v tomto směru mnohdy neodrážejí skutečnou poptávku a potřebu, stát navíc nemá přímé nástroje, aby zajistil naplnění práva na sociální službu podle Úmluvy o právech osob s postižením.

Ombudsmanka proto doporučila vytvořit nástroj, který by umožnil Ministerstvu práce a sociálních věcí přímo ovlivnit dostupnost sociálních služeb, zapojit do plánování sociálních služeb všechny, kdo mají informace o aktuální poptávce, zaměřit se na celkové řešení situace rodiny aj.

Dostupnost zubní péče pro lidi s mentálním postižením a poruchou autistického spektra

Pacienti, kteří musejí z důvodu postižení podstoupit ošetření zubů v celkové anestezii, čekají na ošetření někdy i déle než rok. S výsledky výzkumu seznámila Ministerstvo zdravotnictví ČR, Českou stomatologickou komoru a zdravotní pojišťovny. Ze společného jednání vyplynulo, že je mj. třeba vymezit specializovaná pracoviště, která budou poskytovat ošetření zubu v celkové anestezii. Pojišťovny také navýšily zubním lékařům a nemocnicím úhrady za ošetření lidí s postižením.

Dostupnost vlakové přepravy pro lidi používající vozík

Předběžné výsledky ukazují, že pouze zlomek z celkového počtu nástupišť je alespoň částečně přístupný lidem na vozíku a to samé platí o železničních stanicích (zastávkách). Výzkum bude dokončen v průběhu roku 2019.

Výzkum výkonu volebního práva pro lidi s postižením

V návaznosti na komunální volby v roce 2018 ombudsmanka v sedmi domovech pro osoby se zdravotním postižením zjišťovala, jestli klienti mohli volit, resp. jakou podporu jim sociální služba



Mgr. Anna Šabatová, Ph.D.,
veřejná ochránkyně práv

Foto: www.ochrance.cz

poskytla, aby mohli uplatnit své právo volit. Zaměřila se zejména na klienty s omezenou svéprávností. Zjistila, že někteří z nich nemohli volit, i když nejsou ve volebním právu omezení. Sociální pracovníci se obtížně v rozsudcích o omezení svéprávnosti orientují a zařízení nemají vytvořeny postupy pro případ voleb. Některá zařízení rovněž klienty o volbách aktivně neinformovala. O zjištěních a budoucím zajištění přístupnosti voleb pro všechny skupiny lidí s postižením ombudsmanka jedná s Ministerstvem vnitra ČR.

Problematika omezování svéprávnosti a dalších podpůrných opatření

Z předběžných výsledků výzkumu vyplývá, že soudy v naprosté většině případů upřednostňují omezení svéprávnosti před využitím podpůrných opatření, jako jsou zastoupení členem domácnosti, nápomoc při rozhodování aj. Soudy také často přistupují k tzv. souhrnnému omezení svéprávnosti, aniž by uznaly individuální schopnosti v určitých záležitostech života. Rozdíly mezi soudy jsou také při stanovení částky, s níž může osoba s omezenou svéprávností samostatně nakládat. Výzkum bude dokončen v průběhu roku 2019.

Výzkum dostupnosti terénních a ambulantních sociálních služeb pro rodiny s dětmi s postižením

Výzkum prověřuje, jak probíhá podpora těchto služeb ze strany státu a krajů, jaké mají kraje nástroje k uspokojení poptávky a zda podpora a péče směřuje k maximálnímu rozvoji samostatnosti, jak vyžaduje Úmluva o právech osob s postižením.

Otázky pracovní rehabilitace

Výzkum si klade za cíl zmapovat činnost odborných pracovišť podílejících se na rozhodování o pracovní rehabilitaci, způsob rozhodování aj.

Výzkum dostupnosti azylových domů a nocleháren pro lidi s postižením

Ombudsmanka zjišťuje, zda je služba určená lidem v mimořádně nepříznivé situaci a ohroženým ztrátou bydlení dostupná také lidem se zdravotním postižením. Následnými doporučeními by chtěla přispět k odstranění překážek a zpřístupnění služeb lidem s postižením.

Zaměstnávání lidí s postižením ve veřejném sektoru

Cílem výzkumu je zjistit, jak je ve veřejném sektoru plněn zákonný podíl lidí s postižením, jaký je počet zaměstnaných lidí s postižením ve veřejném sektoru a do jaké míry je upřednostňováno náhradní plnění.

Podklady pro OSN k formulování dotazů vládě České republiky

Jedním z úkolů ombudsmanky je poskytovat Výboru OSN pro práva osob se zdravotním postižením podněty a informace o tom, jak Česká republika naplňuje práva lidí s postižením. Výbor OSN tyto podklady může využít pro vytvoření tzv. seznamu otázek, kterými se bude dotazovat české vlády, jak naplňuje Úmluvu o právech osob se zdravotním postižením a jaká opatření k tomu přijala.

Ombudsmanka upozornila Výbor OSN například na to, že neexistují veřejně dostupné informace o přístupnosti veřejných budov, v praxi není dodržován, ale ani vymáhán zákonem stanovený minimální standard přístupnosti pro nově stavěné objekty. Zákon také neupravuje status a podmínky výcviku psů určených jako doprovod osob se zdravotním postižením.

Výbor OSN by se měl také vlády dotázat, proč Česká republika stále umožňuje omezení svéprávnosti, když se přijetím Úmluvy zavázala garantovat plnou svéprávnost lidí s postižením.

Ombudsmanka Výboru rovněž navrhla, aby ověřil, jak hodlá Česká republika zajistit dostupnost různých sociálních služeb, a upozornila například také na dlouhodobý nedostatek lékařské posudkové služby a tlumočnicků do českého znakového jazyka.

Zdroj: Veřejný ochránce práv (red)

S podporou Skupiny ČEZ a Nadace ČEZ

Během letních prázdnin zábřežské Charitě pomáhali dobrovolníci z ČEZu



Po akcích Pomáháme snídaní, Vánoční/velikonoční trhy chráněných dílen a sbírce šatstva Průvan v šatníku letos začali energetici pomáhat také v rámci tzv. dobrovolnických dní. V případě pomoci Charitě Zábřeh jde o další etapu vzájemné spolupráce se zábřežským call-centrem společnosti ČEZ Distribuce v rámci aktivit firemního dobrovolnictví. Zaměstnanci na místo své běžné práce, ve skupinkách po dvou a v různé dny pomáhají všude tam, kde je jejich práce potřeba.

Nahrazují a zastupují pracovníky na dovolených; jsou to další ochotné ruce, díky kterým zábřežská Charita může seniorům a lidem s postižením zpestřit program – konat cesty za poznáním, výlety, vycházky, návštěvy kina apod.

Dobrovolníci balí zdravotní materiál do terénu pro sestry domácí zdravotní a hospicové péče, připravují drobné dárečky pro sponzory a dárcce. Díky jejich zapojení bylo například možné dát do pořádku zanedbanou domácnost, na kterou již paní upoutaná na lůžko sama nestačila.

Úklid cyklostezky

Velmi užitečný byl také úklid cyklostezky, která se nachází na opuštěném tělese železnice a vede z Lupěného směrem na Hněvkov. Zorganizovali jej pracovníci z centra denních služeb pro mladé lidi s mentálním postižením OÁZA. Spolu se svými klienty a dobrovolníky z ČEZu z bezprostředního okolí cyklostezky vybírali spoustu nedopalků, obalů od potravin i nápojů, papírků a jiných odpadků, které do tak pěkného zákoutí přírody nepatří.

Cílem této akce bylo společně udělat něco dobrého navíc pro město a okolí, ve kterém žijí. Uživatelé se podívali na zajímavá místa, na která by se nejspíš sami nevydali a vyzkoušeli si, jak by třeba mohlo (i s potřebnými pomůckami v podobě kleští na sběr odpadků) vypadat jejich potenciální pracovní uplatnění. Přestože by chtěli být společností nějak prospěšní, pro svůj handicap jen velmi těžce nacházejí uplatnění na trhu práce.

Za aktuální výpomoc všech 22 zaměstnanců ČEZu jsou „charitáci“ velmi vděční. Vhodně to doprovodí aktivity, které zhruba stovka dobrovolníků, organizovaných centrem DobroDruh, celoročně v regionu odvádí – jsou to činnosti, na které běžně chybí personál, energie, síla, čas nebo finance.

Zkrátka prostřednictvím dobrovolnictví se dějí běžné věci, kterým velikost a hodnotu dává to, že zapojení nadšenci pomáhají ve svém volném čase, rádi a bez nároku na odměnu.

*Charita Zábřeh
Nadace ČEZ
(red)*

Realizaci projektu VOZKA podporuje Nadace ČEZ


NADACE ČEZ

Každé dítě, které čte, má proti svým vrstevníkům „nečtenářům“ výrazné výhody, říká Pavlína Kijová, zástupkyně ředitelky Knihovny města Ostravy

Mimořádně průkopnický byl Knihovnický zákon z roku 1919, podle něhož měla každá obec povinnost zřídit veřejnou knihovnu, najít pro ni prostory a z vlastního rozpočtu i prostředky. A díky tomuto zákonu vznikla také Knihovna města Ostravy (KMO), jejíž 100. výročí vzniku se bude slavit za dva roky.

Tato významná instituce je v rámci ČR třetí největší městská knihovna. Nabízí svým čtenářům fond, který obsahuje z největší části knihy, ale také hudebniny a zvukové či elektronické nosiče, to vše v počtu téměř 700 tisíc knihovních jednotek. Má 33 tisíc registrovaných uživatelů, kteří s jedním průkazem mohou navštěvovat ústřední knihovnu, nebo kteroukoli z 27 poboček na území města Ostravy.

Na aktuální činnost knihovny a plány do budoucnosti jsme se zeptali zástupkyně ředitelky KMO, Mgr. Pavlína Kijové.

• Knihovna má nejen úspěch v regionu, ale i celorepublikový...

Ano. Získala řadu ocenění, např. první místo v prestižní celorepublikové soutěži Městská knihovna roku 2010 nebo loni Cenu Ministerstva kultury ČR Knihovna roku 2018 v kategorii Významný počin roku za dlouhodobé poskytování veřejných knihovnických a informačních služeb. Bylo to zejména za vedení klubové činnosti, jako významného sociálního a socializačního prvku napříč všemi generacemi. Každoročně se rovněž zapojujeme do projektů vyhlašovaných městem Ostrava, letos je to aktuálně SametOVA!!! 1989–2019, s programem pro děti i dospělé BO samet 1989 na téma Sametové revoluce. Veřejností i zřizovatelem je také velmi oceňovaný projekt Paměť Ostravy, který sbírá vzpomínky na život v Ostravě a soustřeďuje je už do dvou sborníků, jež si lze v naší knihovně vypůjčit.

• Máte program i pro čtenáře s postižením?

V roce 2015 získala KMO ocenění Standard Handicap friendly pro osoby se zrakovým postižením a ve všech svých službách se snaží přistupovat ke svým uživatelům pokud možno bez bariér. Všechny důležité informace o tom, co KMO nabízí handicapovaným, jsou soustředěny na webové stránce www.kmo-prohandicap.cz.



Mgr. Pavlína Kijová

• Jak jste se vy sama dostala ke knihovnictví? Co vám tato práce dává a co bere?

Jako dítě jsem hodně četla, bez knížek jsem si nedovedla život představit, proto má volba Střední knihovnické školy v Brně mé rodiče vůbec nepřekvapila. První místo, do kterého jsem nastoupila po maturitě, bylo oddělení pro děti a mládež v Knihovně města Ostravy a té už jsem zůstala věrná. Při práci jsem vystudovala i obor knihovnictví na Karlově univerzitě v Praze.

Co mi tato práce dává? Je toho hodně. Samozřejmě uspokojení z toho, že jsem v denním kontaktu s knihami, s lidmi, se skvělými kolegyněmi a kolegy. Jsem ráda, že můžu dělat to, co mě baví, a jsem na svou práci hrdá. A že by mi něco i brálo? To ani neumím specifikovat – snad je-dině léta? (úsměv).

• Které knihy byly ve vašem životě nejdůležitější?

Knihy jsou i díky mé profesi neodmyslitelnou součástí mého života. Je přece krásné, že při čtení se člověk může až nahlas smát (nebo naopak brečet), zažije spoustu emocí, dozví se nové informace. Nemůžu sice říct, které knihy pro mě byly nejdůležitější, ale mám dvě takové, které na mě udělaly velký dojem a silně mi utkvěly v paměti: Waltariho *Egyptán Sinuhet* a Sophiina volba od Williama Styrona.

• Řekni mi, co čteš, a já ti povím, kdo jsi – platí toto přísloví i v současné době, kdy zvláště mladá generace čte nejvíce sms a příspěvky na sociálních sítích?

Já bych současnou mladou generaci úplně neztracovala. I mezi nimi je mnoho vášnivých čtenářů. Jen mají mnohem



Kromě knihovnických služeb je využíván také internet

Bezbariérová Knihovna města Ostravy

Ústřední knihovna KMO je bezbariérová, vstup pro tělesně znevýhodněné je možný služebním vchodem z pasáže (zvonek k přivolání obsluhy je zřetelně označen). Další možný přístup – vhodný pro motorizované návštěvníky – je ze strany Havlíčkova nábřeží. Knihovna má tady dvě vyhrazená místa pro parkování zdravotně znevýhodněných uživatelů. Vstup je zajištěn služebním výtahem s obsluhou (vstup do výtahu i zvonek k přivolání obsluhy je zřetelně označen).

Ústřední knihovna je patrová. Půjčovna pro dospělé čtenáře, studovna a Sci-fi klub jsou v přízemí a jsou bezbariérové. Přístup do oddělení pro děti a mládež, hudebního oddělení a Britského centra je bezbariérový, ale je nutné použít výtah. V každém patře knihovny se nachází bezbariérové WC.

Bezbariérový přístup se také postupně zajišťuje na jednotlivých pobočkách v rámci KMO. Označení o bezbariérovosti je uvedeno na webu knihovny u jednotlivých poboček. Bezbariérový není přístup pouze na pobočkách Daliborova, Přívoz, Hošťálkovice, Plesná, Kunčičky, Heřmanice, Gurtějova, Proskovice, L. Po-děště a Polanka.

Mezi poskytované služby patří:

- Absenční a prezenční půjčování knižních titulů;
- absenční půjčování e-čteček;
- meziknihovní výpůjční služby;
- bibliografické a informační služby;
- poradenské a konzultační služby;
- společenské a kulturní akce;
- vzdělávání, konzultace a exkurze;
- individuální přístup k jednotlivým uživatelům se specifickými potřebami;
- možnost individuálních návštěv a konzultací mimo oficiální půjčovnou dobu;
- internet;
- možnost vyhledávání knih v online katalogu;
- donáškovou službu imobilním čtenářům.

Registrovaným uživatelem ústřední knihovny se může stát každá osoba, která předloží základní identifikační údaje (jméno a příjmení, adresu trvalého pobytu, datum narození, druh a číslo osobního dokladu, stát, který tento doklad vydal, není-li jím ČR); případně další údaje (email, telefon).

Zaplacení ročního registračního poplatku, který opravňuje uživatele k využívání služeb v ústřední knihovně a ve všech pobočkách KMO – sleva pro držitele průkazu ZTP – roční registrační poplatek činí jen 100 Kč.

víc lákadel, které je od čtení odpoutávají. Je to škoda, protože každé dítě, které čte, má proti svým vrstevníkům „nečtenářům“ výrazné výhody – ve slovní zásobě, ve vnímání informací, zlepšení paměti apod. Mé kolegyně z dětských oddělení potvrzují, že dítě, které pravidelně čte, dokážou po pár větách celkem jednoznačně poznat.

• Jakou má podle vás kniha budoucnost?

Já si samozřejmě přeju, aby ji měla co nejdéle. Protože nebude-li kniha, nebudou ani knihovny. Navzdory některým černým scénářům věřím, že něco, co už je na světě od starověkých civilizací, jen tak lehce nezanikne.

(di), (red)

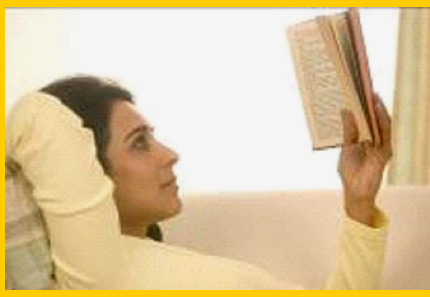


Ne, paní Krkošková, to není nejnovější typ vozíku, ale obyčejná osmička...

Milan Linhart

NAŠE TIPY

Knihy, CD, DVD, internet



Cesta ke zdravému sebevědomí



Yong Kang Chang, 112 str., 159 Kč, Grada (2019).

Cítíte se osamoceně, i když je kolem vás spousta lidí? Pochybujete o tom, zda si zasloužíte lásku druhých i svou vlastní? Proč se nemáme rádi, i když bychom z vnějšího pohledu měli být šťastní? Proč tomu tak je?

Nízká sebeúcta je však problém vnímání a nemá nic společného s tím, jak moc jsme úspěšní nebo nakolik si věříme. Můžete být bohatí, krásní a oblíbení u ostatních, ale přesto sami ze sebe nemáte dobrý pocit. Cílem publikace je pomoci zbavit se negativních přesvědčení o sobě a nežádoucích automatických vzorců myšlení. Objevte cestu ke zdravému vnímání sebe sama.

Přes překážky, osudu navzdory **Horký tip**



Vítek Formánek, Eva Csölleová, 332 str., 249 Kč, Šimon Ryšavý (2019).

Horolezec bez nohou. Režisér, který se nehýbe ani nemluví. Malíř, který vytváří překrásná plátna ústy. Plavec, který k pohybu ve vodě nepotřebuje ruce. Politik vážící jen 17 kilogramů. Slavní sportovci, jejichž kariéru obrátil úraz o sto osmdesát stupňů. Všestranní lidé, kterým vozík v čínorodosti vůbec nepřekáží. Rozhovory, které dojmají i motivují...

Autoři vyhledávali příběhy slavných zahraničních vozíčkářů a jinak postižených lidí, kontaktovali je, sepsali s nimi rozhovory a nabídli tak zprávu o jejich životní cestě českým čtenářům. Za šest let sesbírali desítky příběhů lidské vůle i vynalézavosti, vytrvalosti, solidarity a pomoci, lidské touhy překonat bariéry, které jim život či svět nastolil. V publikaci je uvedeno 53 rozhovorů se zahraničními osobnostmi, které žijí s nějakým postiže-

ním a dokázaly se s tím velmi dobře vyrovnávat.

Polohování v péči o nemocné



Uwe Wagner, 136 str., 279 Kč, Grada (2019).

Správné polohování nemocného je základním předpokladem prevence komplikací zejména u dlouhodobě ležících nemocných. V praxi se uplatňují nejen základní polohovací pravidla, např. v prevenci dekubitů a u imobilizačního syndromu, ale také dva nejznámější koncepty – Bobath koncept a kinestetický koncept, které sdružují poznatky, jak nejlépe pacienta polohovat, aby nedocházelo ke zbytečným komplikacím. Publikace přináší čtenářům užitečné možnosti v péči o nemocného.

Informovaný konsenzus – poučená dohoda



Jan Payne, 128 str., 199 Kč, Grada (2019).

Kniha je určena pro širokou odbornou zdravotnickou veřejnost, pro lékaře všech oborů, včetně studentů posledních ročníků lékařství. V publikaci nalezne informace také veřejnost. Hlubší pochopení povahy informovaného konsenzu coby páteře vztahu mezi pacientem a lékařem je předpokladem jeho humanizace. Zkoumání se důsledně vyhýbá právním souvislostem a věnuje se pouze etické stránce tohoto vztahu.

Mystický léčitel: Játra a jejich léčba



Odpovědi na otázky kolem nemocí a stavů jako ekzém, psoriáza atd.

William Anthony, 416 str., 479 Kč, Metafora (2019).

Kniha nabízí odpovědi, které byste měli znát. Autor má naprosto nový pohled na dosud nepropátrané funkce jater, orgánu, který je pro náš život zásadní. Publikace objasňuje, co je příčinou mnoha zdravotních problémů, a nabízí podrobný návod, jak se z nich vymanit a žít co nejlepší život. Zjistíte, že zdravá játra vám mohou přinést i jasnou mysl, klid a spokojenost a lepší přizpůsobivost v dnešní rychle se měnící době. Díky tomu lze dosáhnout toho, že budete dobře spát, mít vyrovnanou hladinu krevního cukru, nižší krevní tlak i hmotnost, budete vypadat mladší a hlavně se tak i cítit. Zdravá játra

mohou zásadně vyrušit stres, zabránit stárnutí a chránit vás před ohrožením vnějšího světa – jen pokud jim dopřejete tu správnou péči.

Praha: čtyři procházky bez bariér



Publikace vydaná ve spolupráci Pražské organizace vozíčkářů, agentury Prague City Tourism a MHMP volně navazuje na předchozí díl, který vyšel v roce 2017. Nabízí další čtyři pražské procházky po trasách určených lidem s pohybovým omezením, tentokrát však cílí na méně známá, ale přesto zajímavá a atraktivní místa metropole.

Brožura obsahuje doporučené trasy s různým stupněm obtížnosti, které vedou po pražských ostrovech s romantickou atmosférou, oblastí Letné s kouzelnými výhledy na Prahu, Karlínem či Holešovicemi – modernějšími čtvrtěmi s osobitým charakterem. Přestože je publikace určena především lidem používajícím mechanický nebo elektrický vozík, může být zdrojem inspirace i rodičům s kočárky a seniorům s pohybovým omezením. Každá vycházka má výchozí bod u zastávky hromadné dopravy. Součástí tras jsou zajímavé objekty i toalety s úplnou nebo částečnou přístupností.

Publikaci si můžete stáhnout na <https://www.praguecitytourism.cz>.

50 nejznámějších českých pohádek



Audiokniha, 690 minut, 239 Kč, Supraphon (2019).

České národní pohádky v provedení přístupném nejširšímu okruhu posluchačů. Téměř dvanáct hodin tradičních pohádek vyprávěných Václavem Vydrou, Veronikou Gajerovou, Otakarem Brouskem, Janou Bouškovou a dalšími herci. V rozsáhlém souboru nahrávek nechybí žádná z klasických českých pohádek, všechny snímky spojuje přívětivý a laskavý styl interpretace a hezká hudba.

Z tracklistu: Šípková Růženka, Otesánek, Princezna se zlatou hvězdou na čele, Tři zlaté vlasy děda Vševeda, O pyšné princezně, Čertův švagr atd.

(red)

Objevili jste bezbariérovou knihovnu?

Dejte nám vědět do redakce:
tel. 737 238 933, sefredaktor@vozka.org

Hledáte práci v Ostravě? Vyzkoušejte službu TARGET – podporované zaměstnávání

Nedaří se vám nalézt vhodné zaměstnání? Máte zdravotní omezení? Potřebujete podpořit? Obraťte se na službu Target – podporované zaměstnávání. Služba Charity sv. Alexandra v Ostravě-Dubině je určena pro lidi se zdravotním postižením, kteří hledají uplatnění na trhu práce.

Pracovní konzultantky nabízejí individuální pomoc a podporu v celém procesu hledání práce a následném zapracování. Zároveň spolupracují se zaměstnavateli na území města Ostravy, kteří mají zájem zaměstnávat lidi se zdravotním postižením. Získáte:

- Podporu při hledání vhodného pracovního místa.
- Nácvik dovedností spojených s hledáním práce (vyhledávání inzerátů, psaní životopisu, motivačního dopisu, příprava na pracovní pohovor, práce s PC apod.).
- Podporu či doprovod při jednání se zaměstnavateli, úřady, případně jinými institucemi.
- Podporu při uzavírání pracovní smlouvy a dalších náležitostí spojených s nástupem do zaměstnání.
- Asistenci při zapracování na novém pracovišti.
- Dlouhodobou podporu při udržení pracovního místa.
- Pomoc při řešení obtíží na pracovišti.
- Pomoci při komunikaci se zaměstnavateli.
- Podporu v oblastech, které nepřímo souvisejí s hledáním práce.

NA poradnu se můžete obracet v pondělí od 13 do 17 hodin, v úterý

od 8 do 12 hodin (jen pro objednané), ve středu rovněž jen pro objednané, ale od 13 do 17, a ve čtvrtek od 8 do 12 hodin.

Poslední zájemce o konzultaci je přijat nejpozději 30 minut před koncem konzultačních hodin. Mimo konzultační hodiny – po telefonické domluvě s pracovníkem služby.

Bezplatné služby

Služba sdílí prostory s Poradnou sv. Alexandra. Na Poradnu sv. Alexandra se můžete obracet v případě, že jste se dostali do tíživé situace a nejste si jisti, jak ji vyřešit. Může se jednat např. o situaci, kdy jste se ocitli v dluhové pasti, chcete podat návrh na povolení oddlužení, zabýváte se otázkou týkající se bydlení, zdravotního znevýhodnění, potřebujete pomoci s vyplněním či sepsáním formulářů a žádostí. S podporou advokáta poskytují sociální pracovníce také právní poradenství.

Všechny služby jsou **bezplatné** a sídlí v prostorách zdravotního střediska na ulici Fr. Formana 13, Ostrava-Dubina (v blízkosti tramvajové zastávky Václava Jiříkovského).

Kontakt: Target – podporované zaměstnávání, tel.: 596 611 208, 731 534 049; target@alexandr.charita.cz; Poradna sv. Alexandra, tel.: 596 611 207, 731 625 840; poradna@alexandr.charita.cz, www.charita-sv-alexandra.cz, FB: Charita sv. Alexandra.

Služby jsou realizovány za podpory Statutárního města Ostravy a Moravskoslezského kraje.

(red)



Budova zdravotního střediska v Ostravě-Dubině

Na REHAPROTEX opět REHAEXPREM

Hned první den brněnského veletrhu REHAPROTEX – v úterý 29. 10. – přijede z Prahy až k pavilonu A speciální bezbariérový vlak REHAEXPRES.

Vlak je uzpůsoben pro přepravu většího počtu osob s pohybovým omezením, na cestu jsou ale zváni všichni, kdo chtějí přijet na veletrh REHAPROTEX. Vlak vyjede v úterý 29. 10. 2019 v časných ranních hodinách z Prahy a dorazí až k pavilonu A na brněnské výstaviště. V odpoledních hodinách se vrátí zase zpět do Prahy. Pro cestu vlakem bude nutné se registrovat prostřednictvím portálu Českých drah. Způsob registrace, přesný časový harmonogram i cena jízdného bude upřesněna.

Vlakem dorazí třeba i předseda Národní rady osob se zdravotním postižením ČR Václav Krása. Spolu s dalšími významnými osobnostmi z oblasti dopravy včetně zástupců Českých drah se zúčastní konference o cestování po železnici, kterou organizuje NRZP pod záštitou ministerstva dopravy. Konference se bude týkat zavedení systému jednotného jízdného na železnici, který byl 13. 9. 2019 schválen poslanci v rámci novely zákona o drahách. Cestující díky systému jednotných jízdenek již nebudou potřebovat pro jízdu vlaky různých dopravců několik jízdenek, ale bude jim stačit jedna jízdenka (One-Ticket). Výrazně by se tak mělo zjednodušit cestování po železnici.

Zdroj: www.bvv.cz

Foto: (pp)
(red)



Veletrh REHAPROTEX

nabídne vše pro aktivní a soběstačný život

Široký sortiment kompenzačních, protetických, ortopedických a rehabilitačních pomůcek, ale i produkty pro aktivní život seniorů představí od 29. 10. do 1. 11. 2019 na brněnském výstavišti veletrh REHAPROTEX. Prezentovat své výrobky a služby budou také poskytovatelé sociálních služeb či chráněné dílny a nadace, u kterých si zakoupíte už i vánoční dárek pro své blízké. Vstup pro osoby ZTP a ZTP/P včetně doprovodu bude zdarma, pro držitele Senior pasu za zvýhodněných 20 Kč.

Na přípravě doprovodného programu veletrhu, který se bude konat v bezbariérovém pavilonu A, se podílí partneři z neziskového sektoru, jako je Liga vozíčkářů a ParaCENTRUM Fénix. Nabídnou třeba odborná témata aktivizace OZP, kompenzace postižení prostřednictvím pomůcky či návrat na pracovní trh nebo program pro pečující osoby a preventivní besedu o úrazech páteře určené široké veřejnosti. Národní rada osob se zdravotním postižením ČR připravuje konference na téma ochrany spotřebitelů při změně dodavatelů energií a přístupné cestování po železnici, MPSV pak seminář na téma rodinného života a intimity. Státní zdravotní ústav se bude v rámci Fóra zdraví věnovat zdravému životnímu stylu a prevenci závislosti. Všechny organizace budou poskytovat také poradenství. Probíhají jed-



Poslední ročník veletrhu REHAPROTEX (2017)

nání o vypravení speciálního vlaku z Prahy. Zájemci si mohou nechat zdarma změřit tlak, vyšetřit zrak, intoleranci potravin a tuků v těle nebo se nechat vyšetřit a případně otejpovat fyzioterapeutem.

Novým tématem bude aktivní trávení volného času pro osoby se zdravotním postižením v rámci **Emil sport arény**. Seznámíte se s para sporty, jako je florbal, ragby, basketbal, boccia, futsal nevidomých nebo hokej a všechny si budete moci vyzkoušet. Otestovat si můžete handbike trenážer a jízdu na vozíku na různých površích s plněním praktických úkolů. Poslechnout si můžete také životní příběh šestinásobného paralympijského vítěze cyklisty **Jiřího Ježka**.

Ve dnech 30.–31. 10. se bude v režii Senior Pasu konat **Speciální program pro seniory**. Těšit se můžete na vystoupení Jiřího Helekal a Vladimíra Hrona, zajímavé přednášky, ale i řadu praktických aktivit, například vzdělávací workshopy, tréninky paměti nebo vytváření rodokmenu. Letošnímu ročníku udělila záštitu ministryně práce a sociálních věcí Jana Maláčová, se kterou se na akci můžete osobně setkat. Zajímavostí budou diskusní kulaté stoly, které zajišťuje projekt MPSV *Politika stárnutí na krajích* se svými regionálními koordinátory.

Více informací na www.rehaprotex.cz.

Iva Hilbertová,
Veletrhy Brno, a.s.



rehaprotex

29.10.–1.11. 2019

Výstaviště Brno

Pro aktivní
a soběstačný život



www.rehaprotex.cz



BVV
Veletrhy
Brno

Úpravy vozidel pro zdravotně postižené



Prodej upravených vozidel
Individuální úpravy
Ruční ovládání



Úpravy pro nastupování
Otočné a výsuvné sedačky
Posuvné dveře
Speciální sedačky
Rampy a jeřábky

CanoCar, s.r.o., Olomoucká 176, 627 00 Brno-Černovice,
 tel. 774 828 239, jiri.fiala@canocar.cz, vaverka@canocar.cz
www.canocar.cz



Stáhněte si některý z našich katalogů
 na www.canocar.cz/upyry-pro-ztp
 nebo si ho vyžádejte v tištěné podobě.



Individuální úpravy vozidel pro ZTP

Kvalita, bezpečnost a bezproblémový provoz
Individuální přístup a řešení na míru



Dětský zádržný systém Recaro Monza s úpravami
PROTEC METAL jako speciální zádržný prostředek
Dynamické zkoušky podle předpisu EHK 44 04



+420 734 750 344
www.protec-metal.cz
info@protec-metal.cz

INVA^{WHEEL}CAR ÚPRAVY VOZIDEL PRO TĚLESNĚ POSTIŽENÉ



**Otočné sedačky, nakladače invalidních vozíků,
nájezdové rampy, hydraulické zdviže, přesedací zařízení,
kotvení invalidních vozíků, nástupní schůdky a další...**

INVACAR, s.r.o. Průmyslová 464, Katovice, 387 11, CZ
Tel.: 383 388 186, mobil: 775 677 604
E-mail: info@invacar.cz, www.invacar.cz



PROFESIONÁLNÍ ÚPRAVY VOZIDEL OD VÝROBCE

vývoj | výroba | montáž | servis

www.RUCNIOVLADANI.cz

ELEKTRICKÝ POHON INVALIDNÍHO VOZÍKU **HURT-e**

rychlost | skladnost | jednoduchost
jedinečný způsob pohybu

www.HURT-e.cz

HURT s. r. o.

Bambousek 664

281 26 Týnec nad Labem

Česká republika

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

E-mail: info@rucniovladani.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

Pozor na falešné asistenční a vodící psy

UŽ ne jen USA, ale také Evropa včetně České republiky se stále více potýká s problematikou tzv. falešných asistenčních a vodících psů. Poškozuje totiž nejen lidi s postižením a jejich psi pomocníky, ale i dárce a kvalitní výcvikové subjekty. O co vlastně jde?

Asistenční a vodící psi jsou životně důležitými společníky pro osoby se zdravotním postižením, plně a nezištně jim pomáhají žít jejich život s co největší svobodou a chrání je před nebezpečím. Tyto psy odlišíte od běžných psů a identifikujete podle služebního postroje. A právě v USA mají největší problémy s vydáváním a prodejem falešných speciálních postrojů i služebních průkazů a certifikátů, na jejichž základě pak lidé na veřejnosti vydávají svého domácího mazlíčka za služebního – pomáhajícího psa. Tato podvodná jednání se celosvětově snaží řešit jak mezinárodní organizace Assistance Dogs International, tak i Evropský normalizační výbor (CEN), kde Českou republiku – prostřednictvím České agentury pro standardizaci – zastupuje již od roku 2016 nezisková organizace Helpes – Centrum výcviku psů pro postižené, o.p.s.

Jak je to u nás?

V ČR se potýkáme s falešnými asistenčními a vodícími psy v jiné, možná i nebezpečnější formě. Dotyčné výcvikové subjekty totiž neklamou pouze veřejnost, ale také přímo lidi s postižením. Zneužívají systém a předávají lidem s postižením psy, kteří neprošli řádným speciálním výcvikem a jsou mnohdy nebezpeční jak pro své majitele, tak i pro své okolí.

V americké Virginii byla podána žaloba na organizaci Service Dogs, která vydávala za vycvičené asistenční psy – značící pokles či vzestup hladiny cukru v krvi – tříměsíční štěňata, která prodávala za 25 tisíc dolarů. Diabetici se dozvěděli, jim organizace poskytne dodatečnou podporu s výcvikem psa, ale po předání štěněte žádosti diabetiků o podporu organizace ignorovala.

V Irsku vyšetřují organizaci Service Dogs Ireland, která tvrdila, že cvičí podle standardů Assistance Dogs International (Europe). Tato organizace, krom toho, že byla obviněna z krutosti při výcviku psů, za vycvičené asistenční psy vydávala psy po několikátý denním výcviku, který běžně trvá několik měsíců. V Irsku proto vyzvali osoby s postižením, aby se obraceli pouze na akreditované organizace.

„Výrobci“ tzv. falešných asistenčních a vodících psů v ČR jsou si vědomi nejen toho, že u nás jsou soudní spory v této oblasti velmi složité, dlouhotrvající a lidé s postižením nemají finanční prostředky na právníky, ale i toho, že než člověk s postižením zjistí, že pes není vůbec vycvičen, vznikne mezi ním a psem silná citová vazba. A než by se postižený vzdal svého vytoženého psa, raději trpí s tím, který mu asistenci ani jako vodící pes nepomůže. Není ani výjimkou, že výcvikový subjekt postiženému vyhrožuje. Tvrdí mu, že prokáže u soudu, že pes byl skvěle vycvičen, ale on ho zkazil, že bude muset vrátet peníze atd. A když už na soudní spor dojde, soudy pak neberou v potaz, že se jedná o živého tvora a soudní spor trvá podstatně déle než aktivní život psa.

Jeden takový soudní spor o nevycvičeného vodícího psa probíhal u nás přes pět let. Nakonec soud uznal soukromou cvičitelku vinnou, ale mezi tím prakticky uplynul celý aktivní život psa a nevidomá majitelka se dostala do závažných existenčních problémů, protože úřad práce, který ji na vodícího psa přispěl, po ní vyžadoval exekučně vrácení celé částky přes 270 000 Kč ihned, tedy před ukončením soudního sporu.

Falešné výcvikové subjekty

Je mnoho spolků i jednotlivců, kteří se vydávají za odborné výcvikové subjekty. Podíváme-li se na některé z nich blíže, dokonce zjistíme, že honosný název nepatří žádnému registrovanému subjektu, ale že se jedná o smyšlený název, za kterým stojí jednatel, který obchoduje se psy sám na sebe. Ti „důvtipnější“ si založí spolek, což je úkon velmi jednoduchý. Stačí dát dohromady tři osoby, vytvořit stanovy a podat žádost o zápis do spolkového rejstříku u příslušného rejstříkového soudu. Přes spolek se totiž dá ještě lépe manipulovat nejen se zájemci o psí pomocníky, ale také s dárce a sponzory.

Opravdoví asistenční a vodící psi jsou vycvičení k plnění specifických úkonů pro člověka. Pomáhají lidem se zdravotním postižením mnoha způsoby – od poskytování podpory při chůzi, podávání upuštěných předmětů, otevírání dveří přes bezpečné vedení nevidomého, zastavení dítěte na chodníku, upozornění svého majitele na pokles nebo zvýšení hladiny cukru v krvi až po přivolání pomoci. Asistenční a vodící psi absolvují velmi specializovaný a dlouhodobý výcvik, aby se naučili, jak tyto dovednosti provádět.



Ilustrační foto

Výcvik také učí psy „se chovat“ – třeba neštěkat, neskákat na lidi, nehonit zvěř, jak se koncentrovat na svého majitele a nenechat se rušit okolím.

Falešní asistenční a vodící psi velmi často nejsou vycvičení nejen k deklarovaným specifickým úkonům, ale neovládají ani základní ovladatelnost a sociální chování. Falešní asistenční mohou vystavit opravdové psí pomocníky v nebezpečí, protože tyto netrénovaní psi mohou vykazovat negativní chování na veřejnosti – mohou být i agresivní. Veřejnost je ale nerozpozná. Lidé s postižením, kteří mají tzv. falešné asistenční psy, se mohou dostat do problémů zejména v zahraničí a při cestování letadlem. Většina leteckých společností totiž na palubu letadla nepustí psa, který nebyl vycvičen akreditovanou organizací.

Přísné akreditační řízení

Jedinou zárukou kvality jsou psi, kteří byli vycvičení subjekty, které získaly akreditaci mezinárodních odborných organizací. Na světě existují dvě organizace, které – po důkladném prověření hodnotiteli – udílejí výcvikovým subjektům akreditace, a to vždy maximálně na dobu pěti let. Po jejím uplynutí musí subjekt přísné akreditační řízení absolvovat znovu. Jedná se o už zmíněnou organizaci Assistance Dogs International (pro asistenční a vodící psy) a International Guide Dog Federation (pro vodící psy).

Pokud potřebujete legitimního asistenčního či vodícího psa nebo se chystáte přispět na jejich výcvik, velmi snadno si můžete ověřit, který ze subjektů je držitelem mezinárodní akreditace. Je to velmi jednoduché. Všechny akreditované subjekty s tzv. plným členstvím jsou na webových stránkách těchto organizací uvedeny.

Akreditované subjekty v ČR

V ČR dosud získalo mezinárodní akreditaci pět výcvikových subjektů. U Assistance Dogs International (<https://assistancedogseurope.org>) se jedná o Helppes – Centrum výcviku psů pro postižené, o.p.s. (www.helppes.cz), a Pestrá, o.p.s. (www.pestra.cz).

U International Guide Dog Federation (<http://www.igdf.org.uk>) jsou v ČR akreditovány tři organizace: Středisko výcviku vodičích psů SONS ČR (www.vodicipsi.cz), Mathilda (www.mathilda.cz) a Milan Dvořák – škola pro výcvik vodičích psů, s.r.o. (www.vycvikvodicichpsu.cz).

Text a foto:

*Helppes – Centrum výcviku psů
pro postižené, o.p.s*

(red)

Někteří vyčûraní Češi vydávají své psy za asistenční: mohou s nimi kamkoliv

Jsou místa, kam běžný pes nemůže – na palubu letadla, často do restaurací či obchodních centrech. A musí se za ně platit ve vlacích. Některé lidé u nás ale začali ze svých psů dělat naoko psy vodičí pro zrakově postižené či asistenční pro jinak handicapované. Přesná pravidla, jak takové zvíře poznat, totiž neexistují. A tak někteří chytráci předstírají, že má jejich miláček speciální výcvik. Stačí k tomu málo – navléct ho do speciálních popruhů a oblečků, které se dají jednoduše zakoupit v e-shopu.

„Mohu potvrdit, že s případy návštěvníků, kteří vydávají své mazlíčky za asistenční psy, má naše ostraha zkušenosti. Zákazníci se tak snaží zajistit vstup pro sebe i svůj psí doprovod,“ potvrzuje například marketingová manažerka pražského obchodního Centra Černý Most Michaela Matlasová.

„V České republice je tak trochu džungle. Lidé nevědí, že si mohou u společnosti cvičící psy ověřit, zda je ten asistenční pes pravý. A i s tou průkazkou – tu si ale může dneska kdokoli vytisknout a nechat zalaminovat,“ popisuje Hana Pírníková, ředitelka organizace pro výcvik asistenčních psů Pomocné tlapy. A jak dodává, stává se, že jí volají například lidé, kteří od organizace chtějí koupit košík, protože svého psa chtějí vzít na palubu letadla nebo do restaurace. Žádná z oslovených organizací však prý takovým žádostem nevyhovuje. Nechtějí se podle svých slov zaručit za zvíře a jeho majitele, které neznají.

Zdroj: iDNES.cz, (red)



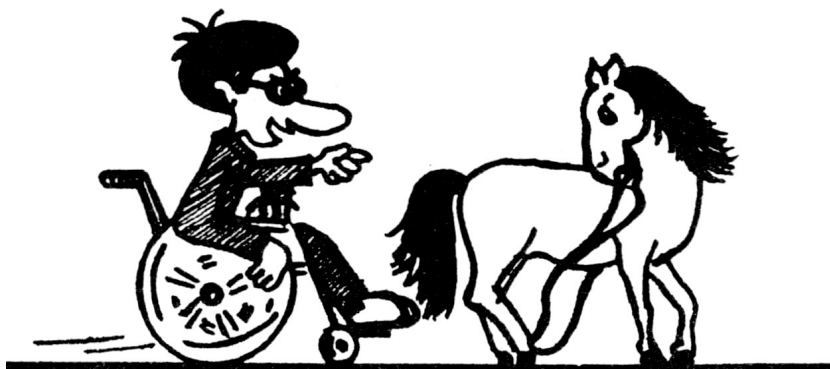
MOJE ASISTENTKA JE PĚKNEJ PES...

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

Pomocné tlapy 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**



Taxi, prosím!

Milan Linhart

Podívejte se na videozáznamy z přednášek konference INSPO 2019

Na portálu Helpnet.cz jsou k dispozici i příspěvky ze sborníku

Na konferenci INSPO o technologiích pro osoby se specifickými potřebami zaznělo 30. března 2019 v Kongresovém centru Praha během společného dopoledního programu a ve třech odpoledních sekcích celkem 24 přednášek. Jejich videozáznamy jsou nyní k dispozici pro zájemce na webu konference. Pořádilo je už tradičně Středisko Teiresiás Masarykovy univerzity.

Video jsou zpřístupněna i zájemcům se sluchovým postižením, neboť kromě prezentace a samotné přednášky obsahují také titulky a tlumočení do českého znakového jazyka. Středisko Teiresiás, které je technologickým partnerem konference INSPO, zpracovává videozáznamy přednášek už od roku 2013.

Vedle videozáznamů jsou na webu také příspěvky přednášejících do sborníku, ve kterých autoři často popisují danou problematiku do větších podrobností než mohli během časově omezené přednášky.

K videozáznamům i příspěvkům ze sborníku je přístup na adrese <http://www.helpnet.cz/inspo/inspo-2019>.

Rekordy v počtu účastníků a vystavovatelů

Devatenáctý ročník konference INSPO navštívilo rekordních 521 účastníků a účinkujících (rok předtím 502). Ve výstavní části představilo svoje produkty a služby rekordních 38 organizací. V relaxační zóně mohli účastníci mimo jiné využít služeb nevidomých masérů z neziskové organizace Novida.

Stejně jako v minulém roce proběhla soutěž o nejlepší přednášky v jednotlivých sekcích a o nejlepší expozici. Vítězové, kteří dostali od publika nejvíce hlasů, obdrželi každý pět tisíc korun. Zkrátka nezůstali ani hlasující, 20 z nich bylo vylosováno a odneslo si flash disk.

Dopolední jednání, které bylo společné pro všechny účastníky, brilantně moderoval redaktor České televize Daniel Stach.

Nejvíce hlasů publika získal Petr Uličný z firmy Benetronic za přednášku Integritní kompenzační pomůcky. Jen o dva hlasy méně dostal Hector Minto z Microsoftu za přednášku Umělá inteligence pro život bez bariér.

Internet a můj handicap

Na závěr dopoledního bloku došlo k vyhlášení výsledků 15. ročníku literární



Pohled do konferenčního sálu

soutěže Internet a můj handicap a předání Ceny Rafael Nadace Vodafone.

Do literární soutěže došlo pořádajícímu BMI sdružení 17 příspěvků. Zvítězil ohluchlý Ladislav Kratochvíl, druhé místo obsadil vozičkář Ivan Jergl (mj. dopisovatel VOZKY; pozn. red.) a třetí nevidomý Radek Žalud.

Všechny soutěžní příspěvky jsou zveřejněny na <http://www.helpnet.cz/internet-muj-handicap-2019-vysledky>. Jsou zde i odkazy na videoprofil, které o třech vítězích natočila Hanka Kosová.

Vítězní autoři dostali 7000, 5000 a 3000 korun od ČSOB, ceny pro další v pořadí věnovaly Autocont, Zoner Software, nakladatelství Portál a Audiotéka.cz.

Cena Rafael Nadace Vodafone

Cenu Rafael Nadace Vodafone za využití ICT inovace pro kvalitnější život lidí se zdravotním postižením získala Sjedenáctá organizace nevidomých a slabozrakých ČR (SONS ČR) za projekt Knihovna digitálních dokumentů.

Současně s cenou Rafael navrženou profesorem a akademickým sochařem Marianem Karlem, jehož díla jsou zastoupena v mnoha světových muzeích, získala SONS ČR 200 000 korun.

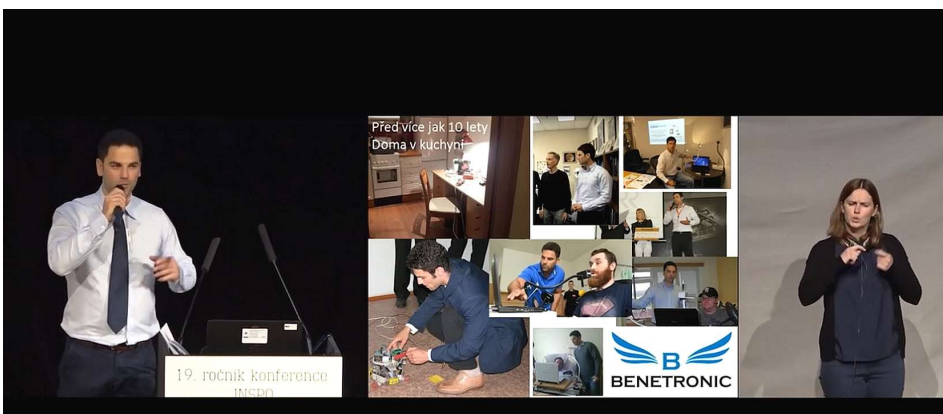
Odborné sekce

Odpolední program byl rozdělen do tří sekcí. V sekci Přístupnost nejen webu, kterou moderoval Radek Pavlíček, získal nejvíce hlasů Tomáš Jelínek za přednášku Cash Reader – čtení bankovek pomocí mobilu.

Sekci Využití ICT při vzdělávání a zaměstnávání osob se zdravotním postiže-



Konferenční rekordy – 521 účastníků a 38 vystavovatelů



Přednáška Petra Uličného z firmy Benetronic. Všechny přednášky byly tlumočeny do znakové řeči

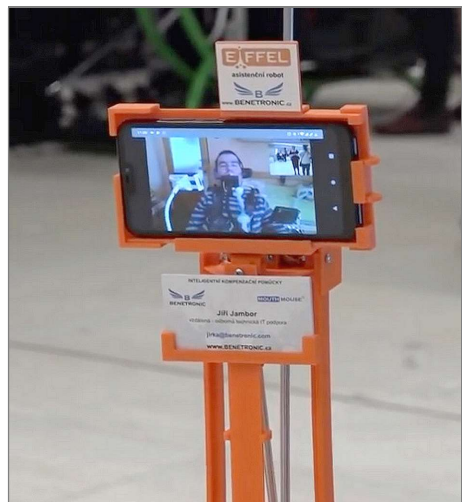
ním moderovala Hana Potměšilová. Zde se nejvíce líbila přednáška Lenky Říhové. Jak technologie, ve spojení s vhodnými metodami, mohou pomoci při rozvoji rané komunikace u dětí se speciálními potřebami.

V sekci ICT pro osoby se sluchovým postižením, kterou moderovala Hana Kuňešová, nejvíce zaujal Jan Wirth s přednáškou DeafTravel – online platforma poskytující prohlídky turistických atrakcí prostřednictvím videí se znakovým průvodcem. Zaměstnavatelská zóna

Novinkou letošní konference byla zaměstnavatelská zóna. Jejím záměrem bylo ukázat, že lidé se speciálními potřebami se nemusí bát hledat práci i u větších společností. Společnou přednášku Nebojte se velkých zaměstnavatelů si připravily společnosti Vodafone a Komerční banka. Nadace Vodafone kromě toho na svém stánku nabídla zájemcům i dva workshopy zaměřené na rady pro psaní životopisu a na pomoc při přípravě na pracovní pohovor.

Asistenční robot nebo náramek k detekci překážek

Na konferenci vystavovatelé představili širokou škálu pomůcek, aplikací, pro-



Asistenční robot Eiffel firmy Benetronic

gramů a projektů zkvalitňujících život lidem s různým zdravotním postižením. Řada z nich měla premiéru.

Například společnost Benetronic představila asistenční robot Eiffel, který na dálku z domova ovládal na vozík upoutaný Jiří Jambor hlasovými povely. Společnost GiebHelp servis uvedla na trh pro zrakově postižené uživatele náramek Sunu, který detekuje překážky v blízkém okolí a upozorňuje na ně vibracemi. Dovede taky zjistit aktuální čas, sledovat uživatelskou aktivitu a najít mobilní telefon.

V hlasování publika o nejlepší expozici zvítězil Tomáš Jelínek, který předváděl aplikaci na rozpoznávání bankovek Cash Reader.

Pro účastníky se sluchovým postižením byl zajištěn ve všech třech sálech simultánní přepis celého průběhu jednání a tlumočení do znakového jazyka. Díky středisku Teiresiás a jeho systému Polygraf mohli přepis sledovat nejen na plátně, ale také na zapůjčených nebo vlastních tabletech. Slabozrací uživatelé mohli na tabletu vidět prezentaci promítanou na plátno. Kromě toho pořídili pracovníci střediska Teiresiás videozáznamy všech přednášek a zajistili rovněž přímý internetový přenos konference z jednání v hlavním sále.

Dotazník spokojenosti

Několik dnů po konferenci dostali účastníci e-mail s prosbou, aby zodpověděli dotazník spokojenosti s konferencí. Došlo 135 odpovědí, které poskytly organizátorům řadu cenných informací i podnětů k dalšímu vylepšení konference. Potvrdilo se, že značná část účastníků navštívuje konferenci opakovaně, 25,9 % ji navštívilo dvakrát až čtyřikrát a 22,2 % dokonce pětkrát a vícekrát.

Nejčastěji se dozvěděli o konferenci díky doporučení (30,4 %), z e-mailové pozvánky od organizátorů konference (21,5 %) a z portálu Helpnet (14,8 %).



Zahájení konference. Vlevo sedící Jaroslav Winter, vpravo moderátor Daniel Stach

Nejpočetnější skupinou byli lidé se zdravotním postižením (25,9 %), z organizací poskytujících sociální služby přijelo 13,3 % respondentů, 12,6 % představovali studenti připravující se na práci s lidmi se zdravotním postižením, 10,4 % pracovníci organizací zajišťujících péči o osoby se zdravotním postižením, 5,9 % pracovníci školství, 4,4 % zástupci výrobců či prodejců kompenzačních pomůcek.

U otázek, v čem pro ně spočívá hodnota konference, mohli zahrnout více odpovědí. Pro 61,5 % je to možnost setkávání s lidmi, síťování, 58,5 % hledá na INSPO nové poznatky, řešení pro klienty/rodinné příslušníky, o které pečují, 34,1 % hledá inspiraci pro tvorbu nových ICT řešení pro lidi se zdravotním postižením, 30,4 % nové poznatky a řešení pro sebe.

Účast na konferenci přivedla 31,1 % odpovídajících k rozhodnutí pořídit si některé z prezentovaných pomůcek, aplikací či programů a 31,9 % o tom vážně uvažuje. Ze 135 respondentů 71 uvedlo, že již využili nebo využijí konkrétní poznatky získané na konferenci.

Vzkazy organizátorům

Respondenti mohli také vzkázat něco organizátorům. Za všechny alespoň tři vzkazy:

- Konference mě vždy naplní úžasným pocitem při setkávání s lidmi, kteří prostřednictvím technologií mění svět k lepšímu a pomáhají s radostí.
- Děkuji, že prostřednictvím konference podporujete myšlenku „každý člověk má právo na svoji důstojnost, každá situace má východisko“.
- Skvelá konferencia! Pre mňa osobne v poslednom čase jedna z najlepších! Veľmi oceňujem neformálnu atmosféru, motivovaných rečníkov, kvalitné moderovanie... samozrejme aj relax zónu.

A jednoznačné vysvědčení organizátorům daly také odpovědi na otázku, zda by doporučili konferenci známým, pro které je její téma relevantním: 88,1 % určitě ano, 11,1 % spíše ano.

Generálním partnerem 19. ročníku konference INSPO byla Nadace Vodafone, která dlouhodobě podporuje využívání technologií pro lidi se speciálními potřebami. Partnery jsou Autocont, CZ.NIC, ČSOB, Microsoft, Skupina ČEZ a Teiresiás, mediálními partnery ČTK Protex a portál Helpnet.

Projekt byl realizován za pomoci Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Světluška. Konferenci INSPO pořádá BMI sdružení s pomocí spolku Křižovatka.cz.

Zdroj: Helpnet.cz

Antidekubitní sedáky – quo vadis?

Téma antidekubitních sedáků – jejich účel, vývoj a volba co nejvhodnějších materiálů – provází jejich uživatele a výrobce již desítky let. Doposud se však „skutečně antidekubitní“ (pasivní – neelektrifikovaný) sedák, který by reflektoval měnící se individuální potřeby uživatele a měl maximum požadovaných vlastností zatím vyrobit nepodařilo. Vše na trhu je nějakým způsobem limitní, svého uživatele přes nejlepší snahu v konečném důsledku dokonce „poškozuje“. Nicméně je nadějně, že se v této doslova citlivé problematice otevírají nové materiálové možnosti a technologie, které když se skloubí s nápady zkušených specialistů, fyzioterapeutů, ergoterapeutů a designérů, může vzniknout užitečný a také atraktivní produkt pro vozíčkáře.

Za zásadní považujeme úzkou spolupráci s koncovými uživateli, kteří mají různé diagnózy a jejichž zpětná vazba je pro konečnou verzi našeho multifunkčního sedáku rozhodující. Ne každý výrobce skutečně vyvíjí své produkty důsledně a precizně ve spolupráci s vozíčkáři.

O co vlastně jde?

Lidé s poškozením míchy, zvláště ti, kteří jsou nuceni pohybovat se pouze prostřednictvím vozíku, jsou v dalším průběhu svého života ohroženi vznikem dekubitů, a to především v oblasti sedacích partií (prosezeninami – obr. 1). Je to dáno hlavně ztrátou pohybu a citlivosti, tedy poruchou kontroly nad působením tlaku a dalších vlivů na kůži. K příčinám vzniku dekubitů u vozíčkářů patří: špatně vybraný či již nefunkční antidekubitní sedák, patologická pozice sedu, chybně vybraný či nastavený vozík a bohužel také nedodržování doporučených režimových opatření samotnými vozíčkáři.

Z praxe a statistik spinálních jednotek a také z dotazníkových šetření nezisko-



Obr. 1: Dekubit na sedací kosti

Foto: CZEPA



Workshop na téma „Design antidekubitní a posturální pomůcky pro ortopedický vozík“, FUD UJEP

Foto: Markéta Petříčková

vých organizací, které pomáhají spinálním pacientům, vyplývá poměrně velká incidence prosezenin a dalších posturálních dekubitů mezi cílovou skupinou vozíčkářů. Z posledního dotazníkového šetření ohledně výskytu dekubitů mezi klienty České asociace paraplegiků – CZEPA, které probíhalo od ledna do března 2019 (odpovědělo 273 respondentů), vyplývají varovná čísla. Aktuálně léčí dekubit (prosezeninu) 158 klientů, 104 se léčí doma s pomocí sestry Domácí zdravotní péče, 50 klientů pravidelně navštěvuje chirurgickou ambulanci, 18 klientů zoufale hledá adekvátní pracoviště pro nutnost hospitalizace kvůli zhoršení zdravotního stavu (dokonce i pronájem operačního sálu) a 19 klientů muselo být hospitalizováno. Z poznámek v dotazníku je evidentní požadavek vozíčkářů na vznik specializovaného pracoviště pro komplexní řešení problematiky dekubitů u spinálních pacientů. (Zdroj: archiv CZEPA)

Dotazník

V roce 2018 Česká asociace paraplegiků – CZEPA vytvořila google dotazník s cílem zjistit, který typ sedáku je nejvíce spinálními pacienty využíván a má největší antidekubitní účinky. Dotazník vyplnilo 260 osob, největší počet (40 %) byli klienti více jak 10 let a méně než 20 let po vzniku poranění míchy. Paraplegiků

bylo 55 % a tetraplegiků 31 %, ostatní byli paretičtí.

Největší procento klientů (46 %) využívá vzduchový sedák, 25 % kombinovaný sedák pěna a gel nebo hydrokoloid či silikon, 10 % plástvový a 9 % pěnový sedák. Nejvíce klientů (73 %) preferovalo antidekubitní účinky sedáku, 8 % posturální funkci (korekci polohy pánve a symetrii sedu), 6 % vybíralo podle výšky a konturace sedáku pro zachování samostatnosti při přesunech. Polovina respondentů změnila typ sedáku kvůli vzniku dekubitů, které měla většina z nich na sedacích kostech. Doba léčení převyšovala dva roky. (Zdroj: archiv CZEPA)

Komplexní sedák na trhu prozatím není

Vozíčkáři s poškozením míchy potřebují multifunkční sedací polštář, který by měl funkci antidekubitní, posturální a také podporoval samostatnost a komfort sedu uživatele. Vzhledem k pohotovosti ochrnutého člověka ke vzniku kožních defektů a zvláště prosezenin by měl sedák umožnit i včasnou léčbu ihned v začátcích vzniku kožního defektu (zarudnutí kůže, otok, škrábnutí, nežid, popálenina), kterou je odlehčení postiženého místa.

Takový antidekubitní (pasivní) sedák, který by měl zajišťovat především prevenci dekubitů i dalších zdravotních pro-



Obr. 2: Workshop na téma antidekubitních sedacích systémů. CZEPA

Foto: Štěpánka Paseková

blémů spojených se špatným sezením a splňoval další požadavky uživatelů i terapeutů (byl lehký, snadno se čistil, nebyl vysoký, umožnil korekci sedu), na našem trhu zatím není. Existují produkty, které mají značné antidekubitní účinky — tzv. aktivní sedáky (s elektrifikovanými měnnými buňkami, které se přizpůsobí dle aktuálního tlaku a teploty). Ty však na našem (evropském) trhu doposud nejsou k dostání a v porovnání s pasivními sedáky jsou asi desetinásobně nákladnější, mají vyšší váhu a musí se dobýjet.

Workshop

MgA. Věra Kunhartová, designérka se specializací na zdravotnické pomůcky a studentka doktorského studia Vizualní komunikace na Fakultě umění a designu Univerzity Jana Evangelisty Purkyně (dále UJEP) v Ústí nad Labem a Zdeňka Faltýnková, významná fyziolo a ergoterapeutka, specialistka na spinální problematiku, spoluzakladatelka CZEPA (dříve Svaz paraplegiků) a Centra Paraple se tématu dekubitů cíleně věnují v rámci doktorandského Studentského grantového projektu (poskytovatel grantu Fakulta umění a designu, UJEP). Mimo jiných akcí uspořádaly i workshop (obr. 2) společně s fyzioterapeuty, ergoterapeuty a vozíčkáři s dlouholetými osobními zkušenostmi právě s touto problematikou.

Účelem workshopu bylo potvrdit nebo vyvrátit hypotézy o nedostatečných vlastnostech stávajících produktů — konkrétně pasivních antidekubitních sedáků — a potřeba realizace nového antidekubitního systému pro ortopedický vozík, který bude

splňovat současné požadavky specialistů na spinální problematiku a hlavně uživatelů.

Právě podle zkušeností lidí na vozíku, doslova na vlastní kůži, se potvrdilo, že nevhodný antidekubitní sedací systém může zapříčinit vznik nežádoucích dekubitů a že vhodný sedák pro konkrétního uživatele může zajistit prevenci dekubitů, popř. výrazně urychlit jejich léčbu. Z konkrétních příběhů klientů CZEPA o příčinách vzniku, léčbě dekubitů a následné prevenci také vyplývá, že dekubity mohou vzniknout i během několika hodin až dnů. A to nejen vlivem nevhodného sedáku, ale i z důvodu neprodyšnosti materiálu potahu, změny vlastností materiálu v průběhu používání (tuhnutí gelu v chladném počasí, nadměrné zahřívání a tepelná roztažnost gumového či neoprenového vzduchového sedáku), důsledkem nadměrného pohybu vnitřně od kostí, nadměrných sřizných sil, z drobné ranky, na základě patologických fyziologických dispozic (stranová dysbalance v síle či spasticitě svalstva) atd.

Složité a dlouhodobá léčba

Zásah těla dekubitem je závažné onemocnění, které se v těžších případech řeší plastickou operací a následnou několika-měsíční až několikaletou léčbou při komplikacích s hojením. Pokud se dekubit nezačne léčit včas, a to primárně odlehčením zasaženého místa, může končit i úmrtím postiženého.

Za největší nedostatek vozíčkáři považují téměř nulovou ochranu produktů před negativními důsledky inkontinence. Touto

poruchou je zasažen téměř každý vozíčkář s poraněním míchy. Většina produktů není opatřena hydrofobním obalem, který by nežádoucí tekutiny nepropustil dovnitř sedáku a zároveň by byl dostatečně prodyšný.

Produkty, které nepropustí tekutiny, jsou neprodyšné, tedy zde hrozí riziko zapaření a opět rychlejšího vzniku dekubitu. V současné době vozíčkáři používají vzduchové sedací systémy, se kterými jsou dlouhodobě (dva až tři roky) spokojeni, a to i přes jejich nedostatky — tedy nižší stabilitu sedu, riziko propíchnutí a nižší prodyšnost.

Pasivní sedací systémy u nás

Pasivní sedací systémy v tuzemské distribuci prošly v projektu samostatnou analýzou s vyhodnocením výhod a nedostatků, z čehož u jednotlivých řešení vyplynula důležitá zjištění.

■ **Vzduchové sedací systémy** jsou založené na systému vzduchových buněk a sedáky jsou jedno či vícekomorové. Vzduch v jednotlivých buňkách se pod vlivem tlaku přesouvá do míst, která jsou odlehčována. Tak je dosaženo příznivějšího rozložení tlaku na danou tělesnou partii. Výhodami jsou dobře rozložený tlak, variabilita (s možností nastavení tuhosti), snadná údržba z hlediska hygieny (omyvatelnost) a ochrana proti nežádoucím důsledkům inkontinence. Nevýhodou je riziko snadného poškození (propíchnutí), náročnost na nastavení (samotným uživatelem) a nestabilita při přesunech. Neoprenové buňky mají vysokou teplotní vodivost a roztažitelnost, ►

jsou neprodyšné a kvůli stejné velikosti všech buněk nabízí málo variability rozměrů produktu.

■ **Pěnové sedací systémy** jsou vyrobeny z viskoelastických nebo paměťových pěn či studených a polyuretanových pěn. Paměťová pěna a viskoelastická pěna se pod vlivem tlaku tvarově přizpůsobí a je velmi vhodným materiálem pro rozložení tlaku. Příznivá je nízká hmotnost, stabilita, tvarová přizpůsobivost (dobře rozkládá tlak) a variabilita tuhostí. Nevýhodou je neprodyšnost, nízká životnost (sesednou se), bez ochrany proti důsledkům inkontinence – při praní ztrácí schopnost paměti, materiál je na chemické bázi (při zahřátí vypuzuje nežádoucí zápachy).

■ **Gelové sedací systémy** se vyrábějí buď z homogenního tuhého gelu a tvoří ergonomicky tvarovaný odlitek, nebo z tekutého gelu (hydrokoloidu) v plastovém obalu, který je vsazen do pevného rámu zajišťujícího velikost a tvar sedáku. Tento materiál poskytuje výhodu dobře rozložitelného tlaku – jde také o hydrofobní materiál s ochranou proti důsledkům inkontinence.

Nevýhodou je poměrně vysoká hmotnost, neprodyšnost s potenciálním rizikem vzniku dekubitů, nežádoucí teplotní vodivost (gel studí – pomalu vyrovnává teplotu těla a v mrazu tvrdne), nízká životnost a uživatelské riziko. Tekutý gel totiž může vytéct trhlinou v obalu.

■ **Kombinované sedací systémy pěna a vzduch** jsou založené na pěnovém jádru, které vytváří podporu sedu pomocí ergonomického tvarování v kombinaci s nafukovací částí, která je umístěna

na nejrizikovějších místech. Mezi výhody patří díky pěnovému korpusu stabilita a lepší podpora sedu umožňující snazší přesuny, dobré antidekubitní vlastnosti a nízká hmotnost. Uživatel se ale potýká s náročným nastavením vzduchové části, rizikem vzniku dekubitu v místě přechodu materiálů a také s limitním počtem vzduchových buněk, z čehož vyplývá malá variabilita rozměrů produktu.

■ Ze stávajících produktů se jako nejvariabilnější ukazují **kombinované sedací systémy pěna a gel nebo hydrokoloid či silikon**. Pěnové jádro vytváří potřebnou podporu a ergonomii, gelové, hydrogelové či silikonové součásti zajišťují potřebné rozložení tlaku na rizikových místech.

Výhodami jsou dobrá stabilita, dobrá antidekubitní funkce (rozložení tlaku), možnost korekce a variability. Mezi nevýhody patří vysoká hmotnost (gely, silikon, hydrokoloid), nežádoucí teplotní vodivost (gel studí a v mrazu tvrdne), snadno se poškodí gelová část (tekutý gel může vytéct trhlinou v obalu). Při nestabilitě těla hrozí vznik otlaků od přechodu hmot v místě sedacích partií a kyčlí.

■ **Plástvový sedací systém** je založený na tenkých termoplastových strukturách ve tvaru včelích pláství. Uživatelé u nich oceňují prodyšnost, omyvatelnost – tedy určitou ochranu proti následkům inkontinence – i nízkou hmotnost. Horší je, že se materiál rychle sesedá, tedy se stává nejčastější příčinou vzniku dekubitů.

Potvrdilo se tedy, že v současné době i přes poměrně širokou škálu produktů od českých i zahraničních výrobců ne-

existuje takový (pasivní) antidekubitní systém, který by splňoval požadavky bez kompromisu.

Ucelené požadavky na sedací systém

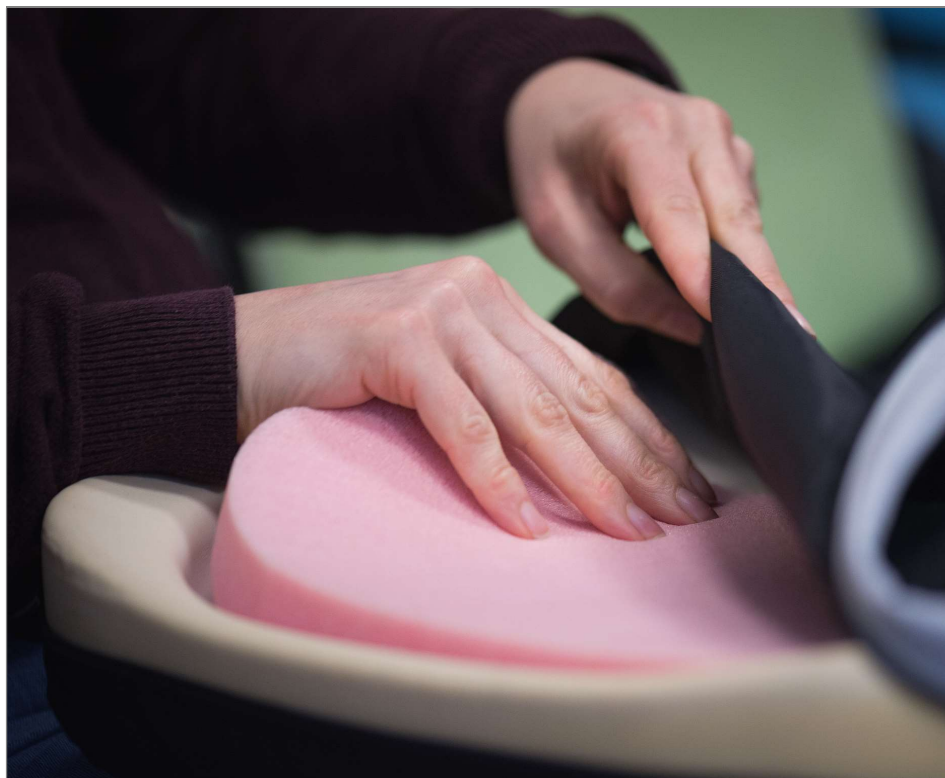
Z vyhodnocení vzešly nejen požadavky na samotný sedací systém, ale i na potah. Mezi požadavky na sedací systém patří antidekubitní účinky, prodyšnost, variabilita a kombinace materiálů, schopnost průběžné korekce sedu (!), posturální účinky (stabilita pánve a celého těla), snadná údržba (hydrofobní materiály), nízká hmotnost, podpora samostatnosti (přesuny z vozíku a na vozík), široká škála rozměrů, vhodný potah, protiskluzový potah sedáku, životnost a odolnost materiálů, možnost výměny segmentů, možnost integrace moderních technologií (podložka na mapování tlaku – pressure mapping – v potahu) a cenová dostupnost.

U potahu jsou důležité podpora cirkulace vzduchu (prodyšnost), termoregulace, snadná údržba (pratelnost), pružnost potahového materiálu (měl by kopírovat pružnost vnitřních materiálů a nevytvářet nežádoucí záhyby), eliminace střižných sil, ochrana před důsledky inkontinence (nepropustí tekutiny do vnitřní části sedáku), integrace moderních technologií (podložka na mapování tlakového zatížení – pressure mapping).

Návrh nového produktu

Cílem projektu je najít, vhodné **zkombinovat dostupné moderní materiály a technologie s pozitivním využitím jejich vlastností a konstrukčně vyřešit jejich vzájemné sestavení a nastavení dle ergonomie s možností tvarové a rozměrové variability a v souladu s výše uvedenými požadavky. Výstupem bude návrh nového produktu s důrazem na uživatelský komfort a léčbu – nikoli na komerční a marketingový aspekt.**

Důležitým poznatkem je také zjištění, jak vozíčkáři i odborníci vnímají otázku designu v tomto odvětví. **Důvodem množství stávajících produktů, které nesplňují požadavky, je podle projektových zjištění nedostatečná komunikace výrobců přímo s uživateli a odborníky na spinální problematiku, kteří právě s uživateli denně pracují.** Ukazuje se, že designér i zde může být výrazným spojovníkem jednotlivých oborů, tedy fyzioterapie a ergoterapie s konstruktérstvím, technologiemi a materiálovými trendy. Prostřednictvím designu je dokáže skloubit v jeden funkční, uživatelsky přívětivý a vizuálně korektní produkt.



Průzkum jednotlivých sedáků na workshopu, CZEPA

Foto: Štěpánka Paseková

MgA. Věra Kunhartová
a Zdeňka Faltýnková

Jak je to s rehabilitačním centrem Rehafit na Černém Mostě?

Podle pojišťovny cvičí s pacienty příliš...

Neuhrazená péče za loňský rok od Všeobecné zdravotní pojišťovny (VZP) znamená pro pražské rehabilitační centrum bezmála půlmilionovou ztrátu, což se může stát likvidačním. Zařízení prý dostává více peněz než ostatní podobného typu, říká pojišťovna.

Rehafit využije asi 150 klientů s těžkým postižením týdně. V drtivé většině jde o klienty VZP, kteří se nyní budou muset poohlédnout po jiné péči. Nebudou to ale mít snadné – rehabilitační zařízení nedokáže pokrýt zájem už nyní, přičemž ne všechna jsou připravena poskytovat služby pohybově postiženým klientům. Bezbariérové WC je vzácností, často i bezbariérový přístup.

Co se vlastně stalo?

„V roce 2018 nám nebylo proplaceno 350 tisíc korun a dál si VZP svými nějakými regulačními mechanismy a vyhláškou strhla dalších 190 tisíc. Takže tím pádem jsme se dostali do celkové ztráty půl milionu, což je pro nás opravdu obrovský problém. Je to doslova likvidační situace,“ vysvětluje ředitelka rehabilitačního centra Pavlína Zvelebilová. „Bohužel jsme museli přistoupit k regulačním omezením v rámci pacientů, a pokud ne-

dojde k proplácení služeb, tak budeme muset péči omezit. Přitom lidé s postižením nepotřebují nějaké balíčky služeb – třeba v podobě deseti rehabilitací – ale stálou rehabilitační péči, aby byla součástí jejich života,“ konstatuje ředitelka pro iRozhlas.

Starosta Prahy 14 Radek Vondra považuje za klíčové rehabilitační centrum na svém území udržet. „Nechápu limit 20 hodin na rok, který má VZP na jednoho vozíčkáře,“ diví se starosta.

Centrum se maximálně snaží poskytovat individuální přístup. Člověk s postižením potřebuje rehabilitaci pravidelně. Návštěva méně než jednou týdně je nedostačující a v podstatě jde o neefektivně vynaložené peníze.

Člověk s postižením potřebuje rehabilitaci pravidelně. Návštěva méně než jednou týdně je nedostačující a v podstatě jde o neefektivně vynaložené peníze.

Podrobněji se tématu věnuje reportáž „Pacienti rehabilitovali podle pojišťovny až moc. Tak utáhla kohoutky“ na Seznam TV.

Jinde vám dávají péči, tady naději, říká pacient Tomáš Gaudek

„Kdyby se to stalo, tak to беру jako velkou nespravedlnost, strašně nefér, a hlavně je to smutné. Tady to vytvořili lidé, kteří tomu věnovali všechno, co mohli. Najednou – kvůli nějakým tabulkám – se to celé zboří? Vždyť já tu pojišťovnu jinak nic nestojím – neberu léky, nechodím do nemocnic, snažím se sama – cvičit a rehabilitovat,“ říká Ivana Rosová na aktuální situaci v rehabilitačním zařízení Rehafit v Praze. Sama je jednou z pacientek tohoto centra, trpí roztroušenou sklerózou a do centra dochází po celou dobu jeho existence, tedy deset let.

Výjimečnost centra vidí v rozsahu poskytované péče, ale také v tom, že péči pacientům poskytuje tzv. na míru. Prostě tolik rehabilitací a pohybu, kolik která diagnóza potřebuje. Tady neexistuje pro lidi s postižením časové omezení v podo-

bě dvaceti návštěv za rok, které by jinak odpovídaly úhradové vyhlášce.

„Jiná rehabilitační centra vám dávají péči, tady naději,“ říká pacient Tomáš Gaudek. „Je to víra v to, že znáte lidi, kteří jsou vám ochotni pomoci, důvěra v jejich schopnosti a profesionalitu.“

A právě specifické nastavení centra je trnem v oku VZP. Dle úhradové vyhlášky totiž Rehafit překračuje míru péče u svých handicapovaných klientů. A ačkoliv proplácení péče ze strany VZP doposud běželo celkem bez problémů, letos přišel nečekaný zvrat. VZP se rozhodla, že peníze na rehabilitace už neposkytne.

Situaci se pochopitelně centrum Rehafit snaží s pojišťovnou řešit tak, aby se odvrátilo úplné zavření tohoto zařízení. Zatím se ale k nějaké rozumné dohodě nepodařilo dojít. Jednání uvázla, zdá se, na mrtvém bodě.

Mrtvý brouk

Sama pojišťovna Seznamu TV rozhořově odmítla, na otázky zaslané e-mailem neodpověděla. Poslala jen vyjádření, že v příštím roce by měla být vyplácená úhrada u velmi náročných pacientů vyšší. Co to přesně znamená, televizi už nikdo nevyšvětlil.

„Víc, než jsme vám k Rehafitu sdělili, říkat nebudeme,“ vyjádřil se tiskový mluvčí VZP Vlastimil Sršeň.

Pojišťovna v minulosti doporučila paní ředitelce Zvelebilové spustit pilotní projekt, aby bylo jasné, jakou péči a v jakém rozsahu konkrétní diagnóza vyžaduje. Pak by prý bylo možné o výjimce z úhradové vyhlášky uvažovat. Projekt ale najednou stopla.

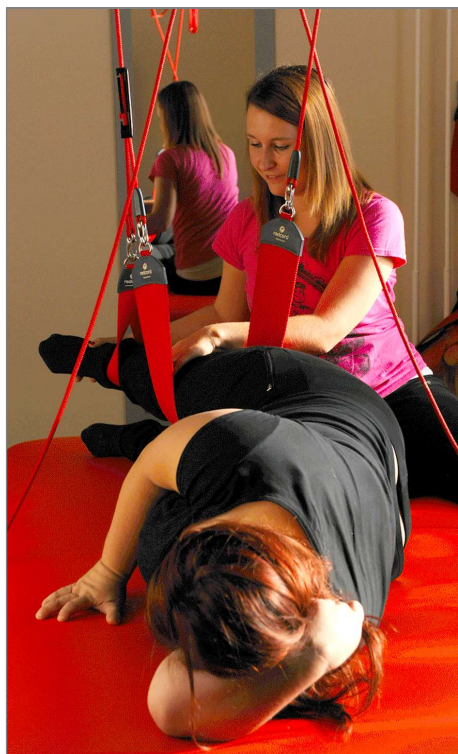
„Stalo se to za tři měsíce, takhle se to prý dělat nebude,“ říká zastupitel Pavel Mašek. „Celý pilotní projekt tak byl k ničemu.“

Co ale bude s postiženými lidmi, kteří do Rehafitu chodí rehabilitovat, pokud bude muset centrum skončit? To neví ani sama pojišťovna.

„Oni vlastně nemají zájem vyjít vstříc. Podle mého názoru je jednodušší zůstat v té škatulce, kde jsou, a tam jim to skutečně vychází. Tolik rodných čísel, tolik pacientů, vykázáno, sečteno, odečteno, vraťte, nebo nefungujete. Prostě tabulkový systém,“ míní Pavel Mašek.

Foto: Rehafit

Zdroj: Seznam TV, iRozhlas, Rehafit



Fyzioterapie

Léčebné konopí nepomůže každému

Domácí konopí může být rizikem

Podle Marty Vachové z RS centra při neurologickém oddělení Nemocnice Teplice u roztroušené sklerózy konopí zmírňuje napětí svalů, svalovou ztuhlost a křeče nebo bolesti, které chorobu často doprovázejí.

„Mívá rovněž protizánětlivý účinek. To je užitečné, protože zánět doprovází poškozování obalů, které kryjí nervy,“ vysvětluje Marta Vachová.

Léčebné konopí se používá asi z 80 z procent případů na léčení bolesti. „Zhruba u třetiny pacientů nemá žádné účinky,“ vysvětluje lékař Ondřej Sláma z Masarykova onkologického ústavu v Brně, který ho využívá ve své praxi.

„Prostě u nich nefunguje. U další přibližně třetiny má mírně pozitivní a zároveň i negativní efekty. Lehce u nich tlumí bolest, ale nemocní si připadají trochu omámení a otupělí. Většina z nich proto přestane konopí užívat. Zhruba u třetiny funguje výborně.“

Jak bude kdo reagovat, to se dopředu nedá poznat. Je nutné to vyzkoušet. Většina lékařů začíná pacientům podávat malé dávky konopí: 62,5 mg v jedné kapsli. A pak spolu hledají dávku, která zmírní potíže, přičemž pacient po ní má jasnou hlavu a cítí se dobře.

„Na nízkých dávkách začínáme i proto, že chceme odzkoušet, jestli se u něj neobjeví alergická reakce nebo jiné nežádoucí reakce,“ říká Radovan Hřib z Centra pro léčbu bolesti z FN u sv. Anny v Brně.

Onkologickým pacientům může konopí pomoci i v tom, že u nich zlepši chuť k jídlu a zmírní nevolnosti. To je vítaný efekt hlavně při chemoterapiích a ozařování.

„Často zlepši také problémy se spánkem a úzkostné stavy,“ říká doktor Sláma. „To mívá pozitivní vliv na lepší tolerování bolesti. Úzkostní lidé ji často vnímají intenzivněji. Někdy se může stát, že konopí u pacienta úzkostné stavy naopak vyvolá. Není to časté, ale stává se to. I proto je potřeba postupovat při léčbě uvážlivě a malé dávky zvyšovat postupně.“

Pomůže i při roztroušené skleróze

Konopí se často používá při léčbě roztroušené sklerózy (RS), při které vlastní imunita člověka napadá obaly jeho nervů, jako by to byly cizorodé tkáně, a tím je poškozují. Mírní také mimovolné pohyby a tiky, které pacient neovládá, nebo neu-

rologický třes (ten bývá typický také pro Parkinsonovu chorobu) a další svalové nebo neurologické potíže. Zlepšuje třeba pohyblivost, kvalitu spánku, úzkostné stavy, poruchy rovnováhy atd.

První dávka by se měla brát pod dohledem lékaře

„U roztroušené sklerózy je důležité, aby použitý konopný preparát obsahoval vyrovnané množství dvou hlavních účinných látek, THC a CBD,“ říká doktorka Vachová. „Pacienti ho pak lépe snášejí, zvláště ti, kteří konopí nikdy neužívali. CBD, tedy canabidiol, působí hlavně proti úzkostem, křečím a odstartování psychotických stavů.“

Protože první reakce pacientů bývají individuální, doporučují jim specialisté, aby si první dávku vzali pod dohledem lékaře nebo poučené osoby, třeba rodinného příslušníka.

Občas se stane, že se nemocnému může motat hlava, udělá se mu nevolno, rozbuší srdce, cítí se slabý, objeví se u něj mírné arytmie či jiné potíže. I když vzhledem k nízkým dávkám, se kterými začínají, to není příliš časté ani dramatické, přece jen k tomu může dojít. Zvláště u starších lidí.

Domácí konopí je riziko

Za lékaři přichází řada pacientů s tím, že kouří marihuanu, kterou si sami vypěstovali nebo kterou jim někde sehnali příbuzní či vnuci. Doktoři jim obvykle doporučují, aby přešli na léčebné konopí, které se prodává v lékárnách. U něj je totiž jasný a kontrolovaný obsah účinných látek. Dá se tedy snáz vyhnout vedlejším účinkům a přesněji určit léčebná dávka, což je zásadní. Kouření marihuany může způsobovat genetické změny u ještě nepočatých dětí.

„U rostlin vypěstovaných doma pro vlastní potřebu je obsah látek velkou neznámou,“ říká doktor Hřib. „Povinné analýzy produktů, které se prodávají v lékárnách, navíc garantují to, že nejsou kontaminované nežádoucími látkami, třeba těžkými kovy.“

Nelze pak vyloučit nežádoucí reakce. Třeba ekzém, pokud je používají jako mazání na bolest. Léčebné konopí se nesmí užívat v těhotenství a v době kojení, při psychiatrických diagnózách, zejména pak schizofrenii a schizoidních atakách, pro které je typická vnitřní rozpolcenost pacienta. Ale také při poruchách srdečního rytmu a závažných jater-

ních chorobách. Nesmí se kombinovat s alkoholem.

Výhodou je naopak to, že se konopí může užívat zároveň s opiáty a dalšími léky na léčbu bolesti. Doplní je jejich efekt, pokud nestačí.

„Rozhodně však pro lékaře není lékem první volby, ale spíš až té další volby,“ říká doktor Sláma. Ale najdou se i výjimky.

Doktor Sláma měl pacientku, která nesnášela opiáty a další léky na tlumení bolesti. Nezbyvalo než místo nich vyzkoušet léčebné konopí, které jí skutečně pomohlo, i když se její nádor zvětšoval. To byl ovšem hodně netypický případ.

Hrozí závislost?

U konopí užívaného pod dohledem lékaře hrozí malé riziko závislosti, ale nelze ho vyloučit. Zvláště u chronických bolestí a RS, kdy ho pacienti berou řadu let. Dávky sice nebývají příliš vysoké a obvykle zůstávají relativně dlouho stabilní, ale při užívání, které trvá deset a více let, může dojít k jejich pozvolnému navyšování. Ke vzniku závislosti dochází asi v devíti procentech případů.

Jak se užívá a co stojí

Nemocní většinou užívají konopí v želatinových kapslích, které si koupí v lékárnách. To umožňuje přesné dávkování.

Jinou aplikací je vaporizér, ve kterém se přesně odměřená dávka konopí zahřívá, takže nevznikají nežádoucí zplodiny hoření jako při kouření. Pacient vdechuje výpary. Mají rychlejší nástup účinku (kolem 5 minut místo 30 až 60 minut běžných u kapslí), ale působí kratší dobu (4 až 5 hodin místo 6 až 8 hodin).

Pacienti si léčebné konopí platí. Gram do vaporizéru stojí kolem 170 Kč, při zpracování do kapslí zhruba 200 Kč. Průměrná měsíční dávka na léčbu bolesti se pohybuje kolem 3 g, ale jsou pacienti, kteří užívají mezi 25 až 30 g.

Od příštího roku by zdravotní pojišťovny měly nemocným lidem hradit 90 % ceny konopí.

*Zdroj: novinky.cz
(red)*



Vaporizér Bubble kapesní

Pohádka o chytrém a hloupém dědovi

Humorné i poučné příběhy slasti života se nevzdávajícího vozičkáře

V jednom pražském asistenčním domě bydleli dva nemocní dědové. Jeden moc rád kouřil cigarety a ten druhý si rád něco dobrého kupoval pro svůj mlsný jazýček. Když museli spolu na kontrolu k lékaři, vedla jejich cesta – zcela zákonitě – kolem trafiky na trase (a že jich je hned několik...). Děda Pavel už neměl zase co kouřit. Vytáhl z peněženky poslední „kilo“ a koupil si za devadesát korun ty nejlevnější cigarety, co tam měli. Ještě ve dveřích rozbalil krabičku a jednu cigaretu si labužnický zapálil. Jako obvykle smrděl tím svým hnusným kouřem dědovi Pepovi pod nos. Celou cestu, než se dostali na polikliniku k výtahům, šel Pavel raději metr vedle dědy Pepy, který je už dvacet let paraplegik a jel na svém mechanickém vozičku. Ne aby ho uchránil od kouře, ale aby mu děda Pepa nenadával a z očí do očí mu nepřednášel o škodlivosti kouření. Tu přednášku znal nazpaměť.

Zpátky domů to bylo úplně stejné. Děda Pavel měl od rána zase co kouřit, tak si to vrchovatě užíval. Postupně své korunky ze starobního důchodu – jednu cigaretu po druhé – vyfukoval jen tak do vzduchu. Ten den bylo veliké teplo, no bodejť, když bylo léto. Děda Pepa měl radost, že má výbornou glykémii i cholesterol. Navíc dostal pochvalu od své diabetoložky. Měl velikou radost, že je zdravý jako řípa. Tak se odměnil a v cukrárně U Aleše si dal jeden kopeček zmrzliny. Nekupte si tu vanilkovou lahůdku, když je jeden kopeček pouze za patnáct korun! Děda Pavel prý na zmrzlinu neměl chuť (nebo už neměl korunky?). Raději si zapálil další smradlavou cigaretu – k nemalému rozladění rodičů s dětmi, kteří seděli před cukrárnou u krásných stolečků a všichni si dávali pěkně „do trumpety“.

Před polednem – v oblacích modravého dýmu – dorazili oba dědové k supermarketu Albert. Zastavili se uondání chůzí i jízdou u lavičky, na které seděly pěkné maminky s kočárky. Tam si začali dělat srandu z fandů fotbalové Sparty, kteří seděli naproti nim. Lítovali je a jízlivě se jich Slávista Pavel ptal, jestli jim nevypadly oči z důlků, když viděli v tabulce první ligy Slávii před nimi. Není lepší raději pít plzeňské a fandit Plzni? rýpl si také děda Pepa do dvou smutných Spartánů.

Když našťvaní Spartáné odešli, děda Pepa se ještě odměnil před posledním kopcem na cestě domů velmi dobrou irskou kávou za patnáct korun z automatu.

Po dvoukilometrové procházce pak s chutí doma poobědval a dal si pěkného šlofika při *Castlovi na zabítí*.

Navečer zavolal místním telefonem dědovi Pavlovi.

„Pavlíku, kamaráde z mokré čtvrti, neškočme si večer před zprávami na dvě malé plzně? Ve štuca? Do Krušovické Šalandy?“

Dlouho bylo v telefonu ticho a pak děda Pavel tiše řekl: „Jdi, Pepo sám, mě zase bolí křečové žíly na levé noze. Asi to mám z toho, jak jsem tě tlačil do kopce domů. Musím se šetřit.“

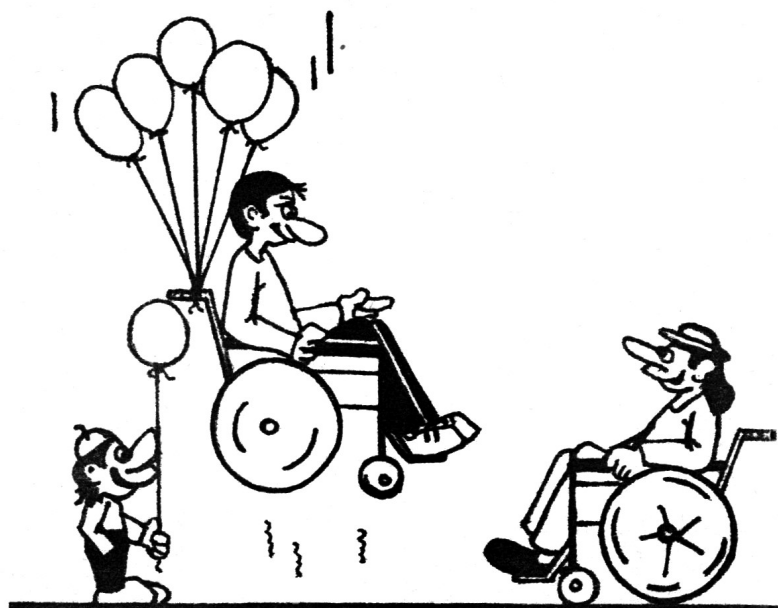
„Nevymlouváš se? Kolik tě ta tvá cigára stojí měsíčně? Dva nebo tři tisíce? A ještě tě bolí nohy, ucpáváš si nikotinem cévy a máš zadehtované plíce“ odpověděl mu děda Pepa. „Co se dá dělat Pavle, půjdu tedy sám. Dám si dva kousky za sebe a jeden za tebe.“

Nechám na vás čtenářích, ať posoudíte, co je pro každého člověka lepší? Jestli si koupit cigarety za nekřesťanských devadesát korun, ničit si plíce a ucpávat si dobrovolně cévy, vylepšovat si pak jejich

stav prášky na tlak a přetěžovat tak ledviny a játra nezdravými chemikáliemi. Vždyť neužít si tradičního českého posezení s přáteli na předzahrádce své oblíbené hospůdky je hřích! Mnohem horší je sušit doma hubu a nemít žádný podíl na našem světovém prvenství v pití piva.

Nebo je lepší žít zdravě, hýbat se, občas si dopřát zmrzlinu, dobré kafičko či něco jiného, co máte rádi a co uspokojí vaše mlsné jazýčky? A v příjemném letním večeru – třeba i při západu sluníčka – si s přáteli propláchnout ledviny tak lahodným a osvěžujícím mokem, jakým je plzeňské pivo. Myslím přesně to, které vám doporučí jako nejlepší lék na ledviny deset z deseti obvodních lékařů.

Josef Procházka



Člověče, nevím, čím to je, ale já se cítím tak nějak lehce.

Milan Linhart

Rekordní festival Colours of Ostrava: Skvěle se na něm bavilo 1017 návštěvníků s postižením

Letošní festival Colours of Ostrava navštívilo díky projektu Colours bez bariér 1017 návštěvníků s průkazy ZTP a ZTP/P. Samotné rekordní číslo ještě nic neznamena, ale připočteme-li k tomu naprostou spokojenost většiny handicapovaných účastníků s úrovní servisu, který organizátoři každý rok znatelně zvyšují, vychází z toho pro ně jednička s hvězdičkou. Lidé na vozíku si pochvalovali hudební program, úroveň toalet, přístup k občerstvení a osvěžení (tradiční venkovní sprchování v horkých fázích festivalových dnů), odpočinkovým zónám a samozřejmě i poskytovanou osobní asistencí.

Prezentace neziskovek

Letos jste mohli na Coloursech potkat řadu zástupců neziskových organizací. Třeba Sdružení pěstounů Polárka, který provází pěstouny na cestě pěstounstvím, vzdělává veřejnost a propojuje místní komunitu. Na Colours 2019 přijala pozvání francouzské zpěvačky ZAZ a jejího týmu stát se součástí celosvětové sítě ZAZimut a prezentovat tak svou činnost přímo během jejího očekávaného koncertu.

Plno bylo okolo stánku spolku Colliery SRDCEM, který mj. podporuje mladé začínající atlety od 13 let a už čtyři roky provozuje fitness pro handicapované či seniory. Letos se propojil s projektem Colours bez bariér a představil veřejnosti všechny možnosti cvičení pro lidi s postižením.

Partnerem projektu Colours bez bariér byla v letošním roce Česká pošta. V jejím stánku jste se mohli potkat s handbikerem a mistrem světa v triatlonu Honzou Tománkem nebo florbalisty týmu FBC ABAK Ostrava, kteří reprezentují Ostravu v extralize vozíčkářů. Pod vedením kapitánu týmu a reprezentanta České republiky Miroslava Večeří si zájemci mohli vyzkoušet střelbu z vozíčku přímo na florbalovou branku.

Projekt EPP – Pomáhej pohybem Nadace ČEZ pro ostravské vozíčkáře

Nadace ČEZ nasadila u příležitosti festivalu Colours of Ostrava do své aplikace EPP – Pomáhej pohybem projekt Ostravské organizace vozíčkářů nazvaný ALDIO. Toto na první pohled záhadné





slovo je zkratkou jedné z hlavních činností spolku – zajišťování Alternativní Dopravy Imobilních Osob, která ročně přepraví okolo 2 000 osob s průkazy ZTP a ZTP/P.

Zájemci – nejen z řad návštěvníků Colours – pomáhali Ostravské organizaci vozíčkářů chůzí, během, jízdou na kole a mnoha dalšími druhy sportu. Stačilo si stáhnout aplikaci EPP – Pomáhej pohybem a vysportované body darovat právě na provoz vozidla. Body pak Nadace ČEZ převede na finance a pošle na účet ostravským vozíčkářům.

(red)

Foto: Jiří Muladi

Z deníku osobní asistentky

Pohled z adrenalinové lávky ve výšce 77,7 metru na celý areál Dolních Vítkovic, kde se každý rok koná festival Colours Of Ostrava, bere dech. Ale popořadě. Název Bolt Tower (345 m. n. m.) je už dobře známý nejen návštěvníkům festivalu, ale i těm, kteří si nenechají ujít prohlídku celé industriální oblasti, kde je i venkovní prohlídkový ochoz kolem kavárny se střešní vyhlídkou. Nazývá se šroubovitá – stavba se točí jako šroub ve tvaru spirály, což je symbol dynamiky. Tady jsme si v kavárně dali s kamarádem Lukášem vynikající kávu a dezert a vydali se do víru festivalu. A že bylo co poslouchat a na co se dívat: skvělí Ben Cristovao, Tom Walker, Rag'n'Bone Man nebo kapela Kryštof nás prostě nadchli.

Ale stejně nezapomenutelně nám zůstane v paměti v úvodu zmíněný pobyt



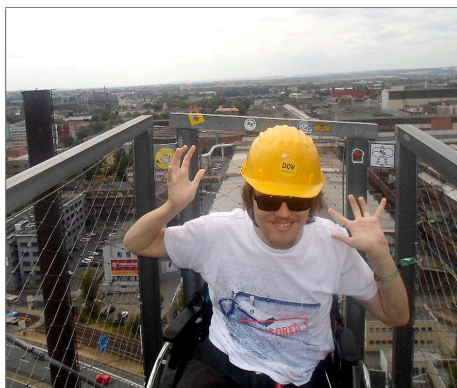
Pohled zespodu na Bolt Tower, vyhlídkovou věž s kavárnou a vyhlídkovou plošinou, která je výsledkem netradiční přeměny bývalé vysoké pece sloužící k výrobě surového železa v době největší slávy vítkovických železáren. Výtah i kavárna jsou bezbariérové.

na adrenalinové lávce. Mohla jsem obdivovat odvahu mladého muže, který se sice pohybuje na ortopedickém vozíku, ale jinak je naprosto rovný ve všem, ba na-

pak mě v některých oblastech převyšuje. Dokonce chtěl být na lávce sám, což jsem plně respektovala.

Upřímně – my, kteří pomáháme lidem na vozíku, máme tendenci je hodně často chránit a nevystavovat nebezpečí. Každý z nich má ale právo vyzkoušet si to, na co se cítí. Já se díky Lukášovi stále učím něčemu novému a měnit své zažitě, navyklé pohledy. V říjnu to bude 21 let, co pracuji v sociální oblasti. Můj život rozvíjejí právě lidé s postižením.

Dovolím si na závěr poděkovat mladému odváznému muži Lukášovi, díky kterému se i já snažím být odvázná. Obdivuji jeho přístup k životu a osobitý humor.

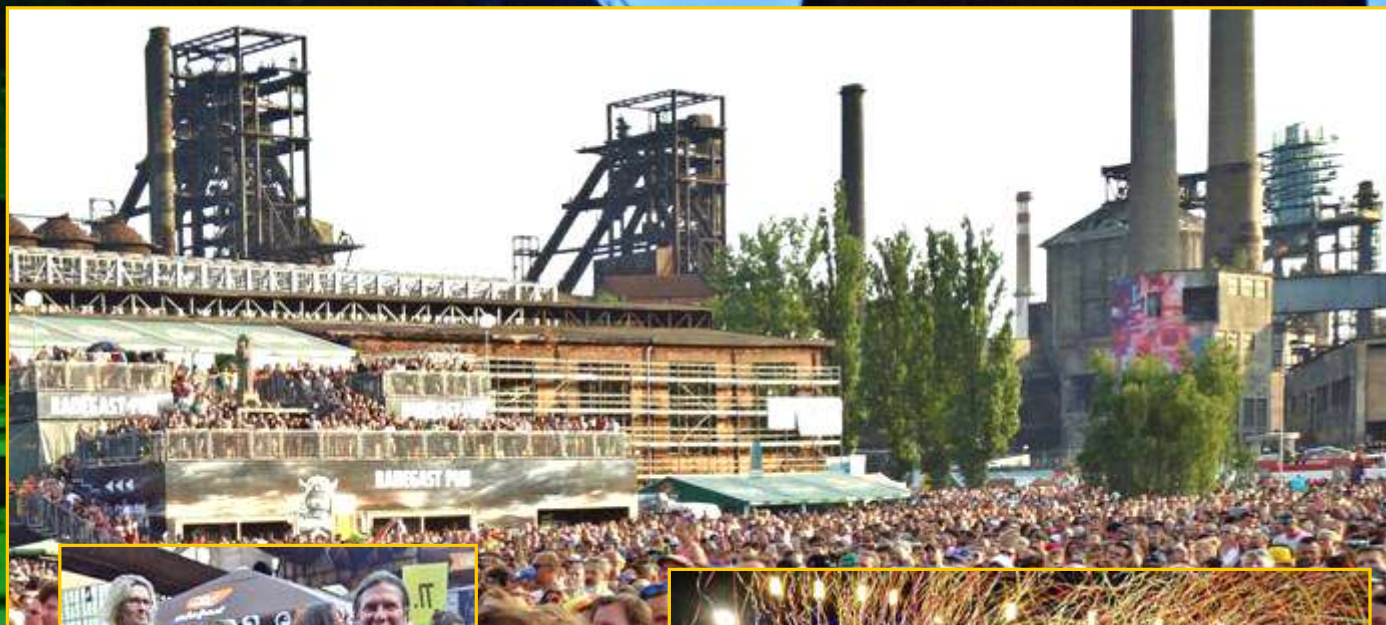


Na vozíku na plošině Bolt Tower

Pavlaína Prosová

COLOURS of Ostrava 2019

objektivem fotoaparátu Jiřího Muladiho



COLOURS of Ostrava 2019

objektivem fotoaparátu Jiřího Muladiho





Nejlepší muži

(The Best of Men)

TV film o vzniku
paralympiády a naději
pro lidi s postižením

Odvahu! Nový život čeká. Bude jiný, ale pěkný... – Tato slova se neposlouchají dobře žádnému čerstvě zraněnému člověku, zejména pokud zranění není vyléčitelné. Britský snímek režiséra Tima Whitbyho z roku 2012 nelze brát jen jako životopisný film. Za životními osudy lékaře Ludwiga Guttmanna je něco víc, něco, co přežilo mnoho desetiletí. Film totiž popisuje vznik paralympijských her.

Nadšený mladý lékař přijíždí v roce 1944 (v době vrcholící 2. světové války) do nemocnice Stoke Mandeville a od základů změní životy pacientů i personálu. Pacienty jsou ochrnutí vojáci, odepsaní a kvůli nezájmu okolí vlastně čekající na smrt. Změna přijde s nadšeným lékařem, který přemýšlí o tom, jak těmto ležákům nalít do žil novou naději. Doktor Guttman zamítá obecně přijímaný názor, že paralýza je konečný stav, a namísto starého pečovatelského režimu nastolí nový. Všem pacientům znovu poskytne možnost žít plnohodnotný život, ve kterém jim sport pomáhá ke znovunabytí fyzické síly i ztraceného sebevědomí. Ležící pacienti – mnozí na morfiu – se vydávají na náročnou, ale smysluplnou cestu cílící na paralympijské hry.



Film působí přirozeně optimisticky, i když neskrývá těžkosti, které museli překonat pacienti i lékaři. Žádní hrdinové, zázračné postupy, uzdravení či znovuna-

bytí neuvěřitelných psychických a fyzických sil. Zkrátka příběh, v jehož prostém realismu si každý najde následováníhodný příklad pro svůj vlastní život...



Za zmínku stojí i skvělý herecký výkon Eddieho Marsana v titulní roli dr. Guttmanna.

Blanka Falcníková



Nejlepší muži (The Best of Men), Velká Británie, 2012, 90 min.

Režie: Tim Whitby, scénář: Lucy Gannon, kamera: Matt Gray.

Hrají: Eddie Marsan, George MacKay, Rob Brydon, Niamh Cusack, Nigel Lindsay, Tracy Ann Oberman, Richard McCabe, Nicholas Jones a další.

Sir Ludwig Guttman

S myšlenkou pořádat sportovní soutěže pro tělesně postižené přišel před více než 60 lety neurochirurg Ludwig Guttman, který založil a vedl speciální kliniku pro léčbu vážných poranění páteře a míchy – první svého druhu na světě – v malé obci Stoke Mandeville severně od Londýna.

Profesor Ludwig Guttman (1899–1980) svou lékařskou dráhu zahájil ve Vratislavi, od roku 1928 pak působil v Hamburku, kde byl považován za jednoho z předních neurochirurgů. S nástupem nacistů se prof. Guttman vrátil do Vratislavi, kde pracoval v místní židovské nemocnici. V roce 1939 s manželkou a dvěma malými dětmi uprchl do Velké Británie. Zde začal v roce 1944 budovat kliniku National Spinal Injuries Centre, jejímiž prvními pacienty byli vojáci zranění na frontách druhé světové války včetně paraplegiků.

Paraplegie byla v té době považována téměř za rozsudek smrti, v mnoha případech znamenala nanejvýš dva roky života. Dr. Guttman se však s touto nepříznivou prognózou nehodlal smířit a u svých pacientů začal uplatňovat radikálně nové metody léčby – od pravidelného otáčení pacientů na lůžku, aby nevznikly proleže-

niny, až po provozování sportovních aktivit jako součásti terapie. Sám o tom vyprávěl v poněkud humorném duchu na jedné konferenci v roce 1962.

„Jeden pacient se mi kdysi svěřil: Čekám, až mě povolá všemohoucí. Řekl jsem mu na to: Ale během toho čekání můžeš taky trochu pracovat.“

Jeho dosud neznámé léčebné postupy zpočátku narážely na silnou opozici a nedůvěru ze strany kolegů lékařů, zdravotnického personálu, správy nemocnice i samotných pacientů. Úspěch ale nenechal na sebe dlouho čekat a Guttmanovy metody jsou v medicíně používány dodnes.

V roce 1948 dr. Guttman uspořádal v Stoke Mandeville první sportovní hry za účasti 16 vozíčkářů, kteří soutěžili v několika disciplínách včetně lukostřelby. Hry se časově shodovaly s konáním první poválečné olympiády v Londýně. Obliba sportovního klání tělesně postižených v Stoke Mandeville (Stoke Mandeville Games) i počet soutěžících narůstaly. Hry se pořádaly každoročně a v roce 1952 (zúčastnilo se jich 130 sportovců) nabýly poprvé mezinárodní charakter díky účasti týmu válečných veteránů z Nizozemska.

V roce 1960 přesvědčil dr. Guttman pořadatele olympijských her v Římě, aby umožnili 400 vozíčkářům z 23 zemí světa soutěžit v rámci souběžně probíhajícího sportovního podniku. Paralympiáda byla na světě.

Když dr. Guttman, který je přezdíván „De Coubertinem paraplegiků“, odešel v roce 1966 do důchodu, povýšila ho britská královna do šlechtického stavu.

(red)



Poezie z vašeho pera

Jarmila Králová
Moře a písek

*Ráda vzpomínám na moře
nádherné, bouřlivé i majestátní
do jeho šumění
smím říkat své sny
do jeho písku
zapsat lásku poslední
a v jeho vlnách dovádět smím
jako ti, co chodí*

*Jen ať mě někdo do moře
s láskou hodí
a dvě věrné paže
ať mě vytáhnou*

*Je totiž nutné spočítat
kolik se za den
přelije sedmých vln
kolik zrněk písku
má nejmenší z dun
a kolik mráček
z moře vyletí
aby se na pevnině
dalo žít*

*A ještě chci objevit
kolik barev může mít
v slunci i bouři
jediné moře
i proto stojí za to
žít*



Johana Lucie Mallardová
Volání archanděla

*Hlásí se archanděl
dovol, abych se představil
jsem Michael
pomoc jsem přislíbil*

*Za mými zády
najdeš bezpečí
pro tebe i tvé ratolesti
ten bídák neklečí*

*Měl by prosit o odpuštění
poznat zázraky stvoření
pak by možná pochopil
jaký jsi dostala cíl*

*Michael sílu ti dává
další anděl z kůru mává
jen tiše poslouchej
miluj a odpouštěj*

Johana Lucie Mallardová
O lidech

*Co mohu pro tebe udělat
abyš začala se smát
chtěla bys dávat i dostávat
na zlé zapomínat*

*Lidé jsou někdy zlí
že jsou všemocnými, myslí
jenže zapomínají
neuvědomují*

*Si svou smrtelnost
proto mají
ukrutnou zlost
vlastně sami na sebe*

*Ochráním tě
nepůjdeš ještě do nebe
tak to nevzdávej
prosím tě*

Johana Lucie Mallardová
Vášeň

*Ve víru své vlastní touhy
lidský život není tak dlouhý
jednou prostě končí všechno
nepoznáš už dno*

*Tak jen žij vášnivě
pozoruj, jak ve mně
touha žít narůstá
vím, není to podle gusta*

*Tvého nemalého ega
trochu po svém pochopíš
že jsem tě milovala
i když při tobě nestála*

*Naše názory se neshodovaly
věru, svět je tak malý*

Johana Lucie Mallardová
Dlouhá noc

*Tato noc byla dlouhá
mě stačí myšlenka pouhá
vím toho o tobě tak moc
nezkrátí to moji noc
jdeš sama světem
možná pestrým květem
jednou pokoj ozdobí
neschováš se v podkrovní
starého domu, co patří tomu
co ti život dal
teď ruce tvé svázal
čekají mě dlouhé noci
ale konec je bezmoci*



Johana Lucie Mallardová
Květníčko
(složenina slov Květoslava a sluníčko)

*Slunce vyšlo na ranní obloze
škarohlíd jen řekl stroze
budou jen blesky, žádná záře
mě při představě vaší tváře*

*Něco dobrého se ve mně raší
možná jednou budu umět
taky lásku a dobro vidět
nezažiju už hloupou nudu*

*Možná jednou budu
dávát radost lidem
skončí trápení se bokem*

*Květníčko ve mně silně hřeje
něco ve mně se pousměje
něco tam dozrává
jímá mě místy únava*



Nakladatelství UMÚN zve na výstavu prací umělců malujících ústy a nohama v Brně, Praze a Lomnici nad Lužnicí

Nakladatelství UMÚN zve na několik výstav prací umělců malujících ústy a nohama „Ne ruka, to duše maluje“. Na první se můžete podívat od 4. 9. do 3. 11. v Obchodním centru Dorných Brno, druhá se uskuteční od 17. 10. do 5. 12. v prostorách počítačového klubu pro zdravotně postižené U Zeleného ptáka v Praze 4 a třetí pak od 1. 12. 2019 do 12. 1. 2020 v kostele sv. Václava v Lomnici nad Lužnicí.

Umělci malující ústy a nohama jsou lidé, kteří úrazem, nemocí či vrozenou vadou ztratili tvořivou schopnost rukou. Mnozí z nich jsou upoutáni na lůžko nebo ortopedický vozík a ve svém každodenním životě jsou závislí na pomoci druhých. Tito lidé navzdory svému osudu rozvíjejí svůj umělecký talent a malují neobvyklým způsobem: štětec uchopují ústy nebo nohama. Všichni čeští malíři jsou stipendisty Celosvětového sdružení malířů malujících ústy a nohama.

Nechte se potěšit obrazy Lenky Bromkové, Šárky Dvorské, Pavla Hejhala, Jakuba Hříbka, Tomáše Janouška, Zdeňky Ježkové, Báry Sedláčkové a Veroniky Svatošové.

Obchodní centrum Dorných najdete blízko brněnského hlavního nádraží na ul. Dorných 404/4.

PC klub U zeleného ptáka 1158 se nachází v Praze 4, e-mail: zelenyptak@zelenyptak.cz nebo tel. 271 913 590. Otevřeno je po–st 10–18 hod., čt 10–16 a pá 10–15 hodin. Dopravíte se tam speciálním autobusem pro handicapované H1 nebo č. 193 a 177 z metra Chodov C a č. 177 i z metra Opatov do zastávky „U Kunratického lesa“. Vernisáž se uskuteční 16. 10. v 17 hodin.



Výstava UMÚN v brněnském obchodním centru Dorných

Foto: zdroj FB Galerie umění

Výstavní prostory kostela sv. Václava v Lomnici nad Lužnicí sídlí na prostranství východně od radnice u Lomnického náměstí. Zahájení adventní výstavy proběhne 1. 12. v 17 hodin. Více informací získáte na info@iks.lomnice-nl.cz či na tel. 724 157 968.

A pokud byste chtěli poznat krásy Třeboňska, můžete využít ubytování v bezbariérovém pokoji Penzionu U Radnice. Pokoj splňuje veškeré bezbariérové normy. Chodba k pokoji je dostatečně široká, stejně tak vstup a části pokoje. Sociální zařízení s WC je také připraveno pro vo-

zíčkáře. Více informací o Nakladatelství UMÚN na www.umun.cz.

(red)



U Zeleného ptáka 1158, Praha 4
www.zelenyptak.cz | Tel: 271 913 590

Otevírací: po–st 10.00–18.00, čt 10.00–16.00, pá 10.00–15.00

Umělci v ČR

UMÚN – Nakladatelství umělců malujících ústy a nohama

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

Koncert pod barvami duhy bude opět duhově pestrý

Muzikálová hvězda a držitelka prestižní divadelní ceny Thálie, zpěvačka Dasha, bude patronkou účinkujících letošního koncertu Všechny barvy duhy. Jeho třináctý ročník se uskuteční v pondělí 21. října v 18 hodin v ostravském Divadle Antonína Dvořáka pod záštitou hejtmána Moravskoslezského kraje Ivo Vondráka, náměstka primátora města Ostravy Zbyňka Pražáka a prezidenta Asociace poskytovatelů sociálních služeb Jiřího Horeckého.

Hlavními aktéry ve světlech ramp budou samozřejmě talentovaní muzikanti, zpěváci a tanečníci se zdravotním postižením jak z pořádající organizace – ostravského Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením, tak z partnerských organizací: Lidové konzervatoře a Múziké školy v Ostravě, tanečníci z Bílé Holubice, skupina Mentallica a hostující tanečníci ze souboru Lucarino Dance z Libochovic. Zahraničním hostem je letošní vítěz polské soutěže Zaczarowana Piosenka, jejíž finále se uskutečnilo v červnu v Krakově – Kamil Czeszel z Toruně. Zpěvačka Dasha vystoupí v programu se svým Dasha triem a překvapením večera bude nepochybně bubenická show Kubabandu Jakuba Kupčíka, jenž bude také spoluúčinkovat se skupinou Rytmy ostravského Čtyřlístku. Slovem i humorem provází diváky koncertem osvědčená moderátorská a herecká dvojice – Pavla Dostálová a Jiří Sedláček. Vstupenky na koncert bude možné zakoupit od poloviny září v předprodeji Národního divadla moravskoslezského.

Bohdana Rywiková
Čtyřlístek – centrum pro osoby
se zdravotním postižením Ostrava



Foto z loňského ročníku koncertu



Členové hostujícího tanečního souboru
Lucarino Dance



Patronka účinkujících letošního koncertu
zpěvačka Dasha

ČTYŘLÍSTEK
CENTRUM PRO OSOBY
SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM OSTRAVA
PŘÍSPĚVKOVÁ ORGANIZACE

Pořádá XIII. ročník koncertu
**VŠECHNY
BARVY DUHY
2019**

v pondělí **21. října**
v **18.00 hodin**
v Divadle
Antonína Dvořáka
v Ostravě

Hosté koncertu
ZPĚVAČKA **DASHA**
A DASHA TRIO

Účinkující:
ČTYŘLÍSTEK - centrum pro osoby
se zdravotním postižením Ostrava, p.o.
se skupinou **RYTMY**
KAMIL CZESZEL /Polsko/
Lidová konzervatoř
a **Múziká škola**, p.o.
BÍLÁ HOLUBICE, z.s.
LUCARINO DANCE, Libochovice
Bubenická show
KUBY KUPČÍKA & KUBABANDU
Skupina **MENTALICA**

Koncert se uskuteční pod záštitou
hejtmána Moravskoslezského kraje
IVO VONDŘÁKA,
náměstka primátora statutárního města Ostravy
ZBYŇKA PRAŽÁKA
a prezidenta Asociace poskytovatelů sociálních služeb
JIŘÍHO HORECKÉHO
s finanční podporou
Moravskoslezského kraje a statutárního města Ostravy
ve spolupráci s Národním divadlem moravskoslezským v Ostravě.

PARTNERI:

MEDIÁLNÍ PARTNERI:

VSTUPENKY odevzdá v předprodeji Národního divadla moravskoslezského v nově zasedl Divadla Antonína Dvořáka, 11. Ča. 146/14 v Ostravě, tel: 596 276 242 nebo 596 276 233, nebo v posádkách Divadla Antonína Dvořáka před každým koncertem, tel: 596 276 420.

Reprezentanti v paralympijském sportu boccia zazářili na Světovém poháru v kanadském Montrealu

Adam a Iva Peškovi vyhráli BISFed World Open MONTREAL 2019!

Na přelomu dubna a května se uskutečnil v kanadském Montrealu BISFed Světový pohár v paralympijském sportu boccia. Reprezenační tým ve složení Kateřina Cuřínová v klasifikační třídě BC1, Adam a Iva Peškovi v klasifikační třídě BC3 zde hájil české barvy. Na Světový pohár alokovala sportovce Mezinárodní federace sportu boccia BISFed na základě kvalifikačních kritérií.

Katce Cuřínové se sportovně příliš nedařilo a v základní skupině vyhrála pouze jediný zápas, a to s Martinem Opatem ze Slovenska. Celkově skončila 14. z 18 hráčů.

Bojovník Adam

Adam Peška se svou sportovní asistentkou v základní skupině naopak vyhráli všechny zápasy a hladce postoupili do čtvrtfinále. Tam na Adama čekal Ital Mirco Garavaglia a zápas to byl velmi napínavý. Adam po 2 směně prohrával 4:0. Ukázal však srdce pravého bojovníka a ve třetí směně vyrovnal na 4:4. Poslední směnu vyhrál a zajistil si tak postup do semifinále. Být již mezi čtyřmi nejlepšími boccisty na Světovém poháru byla prostě fantazie.

V semifinálovém zápase čekala Adama soupeřka Nurulasyiqah Mohammad Taha ze Singapuru. Adam měl tento zápas pod kontrolou a výhrou 4:2 se probojoval do finále. To už byl tak trochu sen.

Ve finálovém zápase čekal na Adama zkušený hráč – několikanásobný paralympijský šampion a Mistr Evropy Jose Carlos Macedo. Adam na něj vyrukoval z mimořádně přesnou hrou, takže ani tento elitní boccista na něj neměl – porazil Joseho 4:2!

Další cíl: kvalifikace na paralympiádu do Tokia

Adam a Iva Peškovi se posunuli velkým krokem ke svému cíli – ke kvalifikaci na LPH Tokio 2020. Dokázali, že svou nezměrnou pílí a snahou dokáží vybudovat naprosto fantastickou herní formu. Dokáží pracovat koordinovaně, disciplinovaně a ve shodě s plánovanou sportovní přípravou.

Od svého prvního výjezdu na oficiální mezinárodní turnaj (pod hlavičkou BIS-



A zlato je doma!

Fed) udělali obrovský kus práce. Vyměnili komplet sportovní vybavení – podařilo se nám po velmi dlouhé době získat velmi efektivní míče – superhard DREAM BALL. Vybudovali si nové herní procesy – dokáží využít k míření každý centimetr odhodového boxu. Adam porozuměl velmi účinným taktickým a strategickým prvkům hry v soutěžní třídě BC3.

Spolupracujeme s těmi nejlepšími profesionály světa, jako je pan Cheol Hyeon Kwon z Koreje, což je pětinasobný mistr světa a trojnásobný paralympijský šampion, který sledoval i na tomto turnaji všechny zápasy Adama.

Nešlo by to určitě bez skvělé osobní asistence Josefa Pešky, který je také fantastický technik a opraví vždy hned vše, co je potřeba. Se vším si prostě poradí.

Velmi upřímné díky patří všem sponzorům a podporovatelům – Nadačnímu fondu EMIL, Sportáčku (WANNADO), firmě Montáže Brož, firmě Samolepky Machač, Nadačnímu fondu Lenky a Romana Šmidberských, MŠMT, TJ Léčebna Košumberk, ČSOB Pojišťovně, Pardubickému kraji, Nadaci Charty 77 a dalším.

A samozřejmě patří obrovské díky rodině za bezvadné zázemí a fanouškům

za doslova masivní příval pozitivní energie. Díky skromnému, milému mladíkovi z malé vesničky Rohovládova Bělá jsme mohli slyšet v Montrealu českou hymnu. Byl to prostě senzační...

*Michaela Řiháčková
vedoucí výpravy a trenérka
Česká federace Spastic Handicap
(red)*

Světový žebříček po ME a Americkém poháru

Na BISFed 2019 Mistrovství Evropy ve španělské Seville na konci srpna se Adam Peška umístil na 7. místě a Katka Cuřínová 8. (pozn. red.). Ve světovém žebříčku kategorie BC3 z konce srpna patří Adamovi 9. místo, Marcela Čermáková je 112., Marek Drahonský 116., Kamil Vašíček 143. a Jiří Svojanovský 157. Ve světovém žebříčku BC1 je Katka Cuřínová 20. a Simona Blažková 76. Na konci září je na programu boccistů Evropský pohár v Nymburce.

(red)

Hrabyňský desetiboj i biatlon si letos sportovci s postižením užili

Předposlední červnový pátek proběhl v Rehabilitačním ústavu v Hrabyni už osmý ročník Hrabyňského desetiboje a o den později čtvrtý ročník soutěžení Biatlon pro hendikepované jednotlivce. V letošním roce se k této akci připojili i klienti střediska Betezda Slezské Diakonie. Oba závody se hodnotily zvlášť, ale i celkově.

Desetiboje se stejně jako každý rok zúčastnily tříčlenné týmy, kde jeden sportovec musí být vozičkář. Čekalo je deset různorodých a zajímavých disciplín, které prověřily logiku, paměť, kondici při jízdě na vozíku, v bazénu, pevnou ruku při střelbě lukem a hlavně smysl pro týmový sport a samozřejmě pro humor.

Biatlon je pro vozičkáře skvělá disciplína

Na závod v biatlonu se sjelo celkem 34 účastníků ze všech míst Moravskoslezského kraje. Každý z nich si mohl podle svých možností a schopností zasoutěžit na okruhu v areálu Centra sociálních služeb Hrabyně, a to včetně střelby z laserové pistole na terč, což k biatlonu amatérských závodníků samozřejmě patří.

Ačkoliv všichni závodili naplno, uplatňovala se zejména zásada, že je důležité hlavně se zúčastnit, nikoliv vyhrát. Své vítěze měl závod v kategoriích Kvadru, Para, Chod'ák a Absolutní vítěz. Pořadatelé je odměnili medailemi a dárky od sponzorů akce. Organizaci závodu zajišťovali zaměstnanci RÚ Hrabyně a klienti terapeutické komunity Exit, kteří si jednoznačně zaslouží obdiv a poděkování za hladký průběh akce.

Přátelskou atmosféru si pochvalovali všichni. Co ale bylo nejdůležitější? No přece setkání přátel a lidí s podobným zdravotním postižením. A povídání po závodu o všem možném...

Ač to zpočátku s počasím moc příznivě nevypadalo – předpověď byla tak půl na půl – nakonec i to vyšlo téměř ideálně. Nebylo ani horko, ani nikdo nezmokl, prostě pohoda.



Organizátoři akce mysleli i na odpovídající pohoštění, takže k dispozici bylo nejen ovoce, melouny, banány, cereální tyčinky, ale i dostatek pitné vody.

Další fotky i videa naleznete na stránkách organizátorů – RÚ Hrabyně (www.ruhrabyne.cz) a Handy Clubu Ostrava, z.s. (www.handyclub.cz).

Nenechte si ujít tuto špičkovou sportovní akci pro lidi s postižením – už teď se na vás těšíme příští rok!

Handy Club Ostrava, z.s.

Foto: David Krayzel



Výsledky

Desetiboj

1. Tým č. 1 – Ondřej Malý, Karel Pustowka, Zdeněk Jedlička.
2. Tým č. 2. – Břetislav Kaláš, Lubomír Altenburger, Jan Thiemel.
3. Tým č. 13. – Rostislav Bukal, Radek Válek, Jan Mrkva.

Biatlon

Kvadru:

1. Zdeněk Jedlička
2. Vojtěch Konečný
3. Michal Slovaček

Para:

1. Jaroslav Klimeš
2. Jakub Ježek
3. Radek Válek

Chod'ák:

1. Ondřej Malý
2. Jan Moštěk
3. Hana Blažková

Absolutní vítěz:

1. Zdeněk Jedlička
2. Jakub Ježek
3. Radek Válek

Ratibořický pojezd vozíčkářů už po čtyřicáté

Víkend plný sportu, humoru, zábavy a přátelství



Letošní ročník Ratibořického pojezdu vozíčkářů byl opravdu významný. Jednalo se již o 40. ročník této víkendové červnové akce, která je primárně určena pro osoby na vozíku, jejich rodiny a přátele. Do autokempu Rozkoš se opět sjeli vozíčkáři z různých koutů naší republiky, aby tyto krásné dny mohli strávit v prostředí přírodní nádrže Rozkoš a v pohádkovém Babiččině údolí, kterým vede trať pojezdu.

V sobotu celý závod odstartovala starostka České Skalice, Ing. Zuzana Jungwirthová. Nepříznivé počasí sice odložilo čas startu o jednu hodinu, ale většina účastníků se toho nezalekla – a udělala dobře, protože po zbytek dne už vládlo krásné slunečné počasí.

Zajímavé disciplíny na stanovištích

Na trať vyrazil i předseda Národní rady zdravotně postižených ČR (NRZP) Mgr. Václav Krása, který se v cíli umístil na pěkném 5. místě. Na trati, která měla přibližně 10 kilometrů, se závodníci potýkali s řadou disciplín na precizně připravených stanovištích. A že je dokonale prověřily! Vyzkoušeli si například pétanque, střelbu ze vzduchovky, kuželky, šípky a další disciplíny, které byly přizpůsobeny tak, aby je mohl zvládnout každý účastník.

Hudba i ohňová show

Na sobotní večer pořadatelé nachystali pestrý program. O příjemnou atmosféru večera se postarala folková kapela Kantoři a po setmění předvedla skupina Inferno ohňovou show, která sklídila také veliký potlesk.

V neděli proběhlo slavnostní vyhlášení a předávání cen za účasti místostarosty Náchoda Ing. Jana Čtvrtečky, který patří k významným podporovatelům a sympa-

tizantům celé akce. Veliký dík patří i všem dobrovolníkům a lidem, kteří se nějakým způsobem podíleli na průběhu celého pojezdu. Třeba panu Jaroslavu Jurovi z Vyškova, který dokázal zajistit až neuvěřitelné množství dáreků pro soutěžící. A také NRZP, která je hlavním sponzorem a spolupořadatelem této akce.

No a na závěr všichni hlasitě poděkovali panu Miroslavu Čiháčkovi, skrom-

nému a charismatickému organizátorovi této akce, bez kterého si Ratibořický pojezd lze jen těžko představit. Svým humorem a milými slovy dokázal navodit tu pravou atmosféru, která k Ratibořickému pojezdu vozíčkářů neodmyslitelně patří.

Naděžda Páclová



Sport a olomoučtí vozíčkáři

Dnes už nikoho nepřekvapí spojení slov – vozíčkáři a sport. Je to úplně běžná záležitost. Nikdo se nepozastaví nad tím, že vozíčkáři hrají míčové hry, ale věnují se i atletiku nebo tanci. A že se koná paralympiáda, to dnes už asi každý ví.

Od atletiky přes para hokej, plavání až po jízdu na monoski

Je ale pravda, že více možností ke sportování a větší výběr druhů sportovních aktivit pro vozíčkáře a lidi s postižením je vázán na větší města. Zkusme se podívat třeba do Olomouce. Žije tam hodně vozíčkářů a mnoho z nich i aktivně sportuje. Je tam například velmi úspěšný atletický oddíl. Důkazem toho je zde žijící paralympionička ve vrhu koulí Eva Kacanu.

Dále zde jsou úspěšní hráči boccie, kteří sice hrají za HSC Havířov, ale žijí i trénují v Olomouci a patří ke špičce v ČR. Ve svých kategoriích (podle zdravotního postižení) obsazují přední místa v celostátních i mezinárodních turnajích.

V Olomouci také velice dobře funguje sledge hokej (nebo také para hokej). Dále také florbal a nově i tanec na vozíku. Skvělé je moderní Centrum pohybu Olomouc s vyhrazeným cvičením pro lidi na vozíku. Se zájmem se setkává i sebeobrana vozíčkářů.

Půl roku už v Olomouci s úspěchem fungují i cvičení zaměřená pro lidi sedící na ortopedickém vozíku pod názvem *Ozdravná cvičení vycházející z čchi-kung pro vozíčkáře a ty, kteří raději cvičí v sedě*. A díky Centru aplikovaných pohybových aktivit (APA) na Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci mohou vozíčkáři využívat bazén nebo jezdit na monoski.

V jiných městech mají vozíčkáři zase možnost hrát košíkovou, rugby nebo stolní tenis. Zájem o sportování lidí na ortopedickém vozíku dnes je určitě mnohem větší, než býval kdysi. A to je moc dobře, protože pokud člověk sedí na vozíku, dříve nebo později se ozvou některé zdravotní problémy a bolesti, kterým pravidelné sportování často pomáhá předejít, případně je odstranit.

Kontakty na některé olomoucké sportovní organizace

Atletický klub Olomouc

Tř. 17. listopadu 3, 772 00 Olomouc,
tel.: 585 224 676, e-mail:



info@atletikaolomouc.cz,
web: www.atletikaolomouc.cz.

Sportovní organizace handicapovaných Olomouc – sledge (para) hokej

Střížova 882/3, 798 11 Prostějov, vedoucí sledge hokeje: Miloslava Švendová, miloslava.svendova@seznam.cz, web: www.s-o-h-o.cz.

Centrum pohybu Olomouc

Sokolská 7, 779 00 Olomouc, Mgr. Lenka Fasnerová, tel.: 774 004 641, e-mail: lenka.fasnerova@volny.cz, cent-rumpohybuol@gmail.com, web: www.centrumphobyuol.cz.

Spolek TREND VOZÍČKÁŘŮ Olomouc

Ozdravná cvičení čchi-kung, tanec, štafeta na vozíku – Lužická 7, 779 00 Olomouc, tel.: 582 777 702, e-mail: trend@trendvozickaru.cz, web: http://www.trendvozickaru.cz.

Centrum aplikovaných pohybových aktivit (APA)

Třída Míru 117, 771 11 Olomouc, web: https://apa.upol.cz.

Věra Schmidová

**A jak je to se sportem ve vašem městě?
Napište nám – do vašeho VOZKY**



Paralympionička Eva Kacanu

Alternativní doprava imobilních osob (ALDIO) Ostravské organizace vozíčkářů má nové auto

Nové vozy od Globusu a Konta Bariéry pro své klienty dostaly v září a na začátku října tři neziskové organizace

O tom, že staré vozidlo Ford Tourneo Custom přepravní služby ALDIO dosloužilo, jsme psali v minulém čísle. Díky entuziasmu a výjimečnému nasazení vedoucí přepravy ALDIO Marie Báňové se organizaci podařilo ve spolupráci s Kontem Bariéry a hypermarketem Globus zajistit vozidlo nové – Ford Tranzit Custom M 1. Od 11. září je vozidlo v úpravě pro bezpečnou bezbariérovou přepravu (plošina, kotvení sedaček a úprava podlahy).

Nové vozy pro přepravu lidí s postižením či duševním onemocněním budou sloužit Ostravské organizaci vozíčkářů (OOV), spolku Náruč z Řevnic a společnosti MELA z Konárovic u Kolína. Konto Bariéry a společnost Globus spolupracují od roku 2002. Z každé prodané nákupní tašky za 5 korun byla jedna koruna určena pro Konto Bariéry. Díky sedmnáctileté spolupráci Globus a Konto Bariéry tak bude jezdit po celé republice již 80 automobilů a usnadňovat každodenní život několika stovkám postižených.

„To, že se za sedmnáct let podařilo shromáždit přes třicet milionů korun je prostě neskutečné. Společnost Globus patří k těm osvědčeným, které chtějí pomáhat, a já mám z této dlouhodobé spolupráce velkou radost,“ řekla Božena Jirků, ředitelka Konta Bariéry.

„Veliké poděkování patří našim zákazníkům, kteří pomáhají Kontu Bariéry společně s námi,“ řekla Rita Gabrielová, vedoucí oddělení externí komunikace Globus ČR. „Do letošního léta jsme věnovali finanční prostředky z prodeje igelitových tašek. Ty jsme s ohledem na přírodu vyřadili z prodeje a nově poplyne podpora Kontu Bariéry z prodeje ekologičtějších papírových tašek a ovosáčků.“

Spolupráce nemohla být lepší

Jako první si 10. září 2019 v hypermarketu Globus v Ostravě slavnostně převzali nový osmimístný mikrobús zástupci spolku Ostravská organizace vozíčkářů.

„Musím poděkovat Nadaci Charty – Kontu Bariéry 77, Globusu i zástupci Fordu za skvělou spolupráci. Všechno klaplo podle našich představ, takže někdy na začátku října budeme moci vrátit zapůjčené vozidlo od Cesty bez bariér z Frýdku-Místku a pokračovat v pře-



Nové auto FORD vystavené před Globusem

pravě vozíčkářů a lidí s postižením v plné výbavě, na kterou byli naši klienti zvyklí,“ poděkoval na slavnostním předání zúčastněným zástupcům spolupracujících organizací předseda OOV Tomáš Dvořák.

Slavnostního předání se v ostravském hypermarketu Globus zúčastnila za Konto Bariéry Dana Štěrbová (členka Rady

Konta Bariéry), ředitel hypermarketu Globus Ostrava Martin Válek, za Ford AMB ředitel pro rozvoj obchodních příležitostí Petr Svoboda, vedoucí přepravní služby ALDIO Marie Báňová a místopředseda ostravských vozíčkářů Pavel Plohák.

(red)



Podpis smlouvy: zleva Petr Svoboda, Tomáš Dvořák a Martin Válek

Jak se cestuje vozíčkářům? No prostě „skvěle“...

Fejeton Lucie Blažkové



Jedno srpnové pondělí jsme s Radkem jeli autobusem do nedalekého krajského „velkoměsta“. Tím je pro mě Ostrava. Pro Radka asi ne, on jako baníkovský fanoušek město dobře zná, protože tu nějaký čas pobýval. Ale nebyl tam skoro deset let, takže mohl očekávat, že se za tu dobu mnohé změnilo.

Vždy jsem do Ostravy jezdila ústavním autem, teď jsem si to asi chtěla zkusit jinak. Cestovat na kárce (ortopedickém vozíku) do „velkoměsta“ mi připadá až neskutečné. Chce to určitě odvahy, ale na druhou stranu člověk se má učit novým věcem a dovednostem. Ostatně jedu do poradny Národní rady osob se zdravotním postižením, kde jsem se přihlásila do jednoho projektu podpory zaměstnanosti osob s postižením.

Radek si kárku nechal v Hrabyni – držel se té mé a zároveň ji tlačil. Simona nám zjistila autobusový spoj do Ostravy v 11.14. Přijedeme na zastávku a vidíme tři čekající vozíčkáře. Takže nestačilo přijet o půl hodiny dříve...

Radek se pro jistotu dívá na jízdní řád – a ejhle! on tam ten spoj napsaný není. První naše mrákoty. By přece by si to Simča nevymyslela?

Vyletí ze mě: „Jdi se prosím podívat na protější zastávku, na výstup.“ Je to sice divné, ale mě už od jisté doby nepříjde divné skoro nic. Spoj tam je napsaný. Radek mě tedy veze nahoru, pak přes silnici – po přechodu – pak dolů a k zastávce. Přijede autobus do Opavy, nabere ty tři vozíky a odjede. Chvilíčku po něm přijíždí autobus do Ostravy. Tak teď už jsme tomu přestali rozumět úplně. Já jsem byla schopna pouze hlesnout: „Radku, dělej něco, ten autobus nám nesmí ujet. Já do té Ostravy musím...“

Radek se mnou vystartuje nahoru, trochu do kopce, pak po zebře a dolů k autobusu. Za ten sprint by se nemusel stydět ani Bolt. Konečně se usazujeme v autobuse a dech se nám stabilizuje. Vypadá to, že jedem opravdu vstříc Ostravě. Je to tak.

Vystupujeme na svinovské dolní zastávce (pod mostem) a zíráme jak čerstvě vyorané myši. Víme, že musíme na tramvaj číslo 8. Zpozorujeme výtah – tak hurá do něj. Jenže ve výtahu tlačítka 1, 2 a 3. Předpokládali jsme, že ve dvojce by mohlo něco být. Zmáčkne ji, abychom vzápětí zjistili, že vystupujeme do spojovací chodby. Obracíme se zpět do výtahu, a je-



Ilustr. foto: r.p. pro www.denik.cz

deme na trojku, kde už vidíme nástupiště. Pak ale čekáme 20 minut, než přijede tramvaj číslo 8, která má plošinu na vozíky. Ale řidič nevystupuje, co se děje? Tramvaj si v klídku zavře dveře a odjede. Mrákoty číslo dvě...

Radek asi začal být nervózní, chce si někde zakouřit. Sjedeme tedy zpět do jedničky a přemýšlíme, co dál. Jako na zavolanou přicházejí dva městští policisté a já se jich ptám, jak to kruci s těmi tramvajemi pro vozíčkáře je. Jeden z nich říká, že každá tramvaj má plošinu (víme, že to není pravda), ten druhý nám prozrazuje velké tajemství.

„Musíte si u dveří zmáčknout příslušný knoflík!“ Rada nad zlato. Jinak se ale tvářili, jako by jim uletěly včely. Bylo dost horko, no a v tom mundúru...

Konečně nastupujeme do tramvaje, podruhé se v nás obou rozhostí klid. Teď už zvládneme cokoli, říkám si. Radek sděluje řidiči, kam jedeme, jak jsme zvyklí z hrabyňských autobusů. Jedeme na zastávku Důl Jindřich. A jsme tam. Zbývá už jen počkat, až řidič spustí plošinu.

Vlastní oči nám ale předkládají obraz, který už jsme dnes jednou viděli – tramvaj se rozjíždí, aniž bychom (tentokrát) vystoupili... Třetí mrákoty, a dost vydatné. Slyším jen slabý hlásek, že musíme zmáčknout nějaký knoflík...

Nevím, jak se ta další zastávka jmenuje, ale s pomocí zázračného knoflíku konečně vystupujeme. Radek se vydává jis-

tým směrem, mi ale říká, že ani neví, kam jde. Tentokrát mám mrákoty akorát já, čtvrté. Radek spočívá ještě ve třetích.

Začínám plácát páté přes deváté, neschopná se zvenčnout. Radek mi něco odsekává a já se rozbrečím. To ho ovšem rozlíti ještě víc, mrákoty jsou ty tam. Vnímám akorát, že jsme oba na pokraji psychických i fyzických sil. Jak sám Radek později vzpomíná, měl pocit, že mu zbývá pouhých pět minut života...

Já trucuju a spouštím nohu ze stupačky na zem. Schválně si ji nechám přejet kolem vozíku. No co, stejně jedeme pozdě, v poradně jsem měla být o půl druhé. Noha pod stupačkou dře o chodník a já řvu jako tur, nečekala jsem takovou bolest. Radek na to, že jestli nepřestanu brečet, tak mě tam nechá napospas zlému světu, protože takové cestování je opravdu na h... Já ale stále řvu a zkouším vozík stočit na stranu, jako že tam klidně zůstanu.

Vyostřená situace se zčistajasna zklidňuje – Radek mi dodává odvalu a společně se vydáváme k cíli podle intuice. Konečně začínám poznávat známá místa v okolí budovy, kde sídlí poradna. Tam mě přijali i se zpožděním a celé setkání trvalo dvě hodiny. Radek trpělivě čekal.

Cestu zpět si nepamatuju, vím jen, že nemít Radka – věrného přítele – ten den sebou, tak buď umřu, poseru se nebo mě nepřičetnou přivezou do Hrabyně policajti. Byla jsem zmatená jak Maďar v kukuřici...

Dva nádherné týdny rekondičního pobytu na Březejci

Klienti ParaCENTRA Fenix se umí bavit i relaxovat



Program obou týdnů (28. 7. – 3. 8., 4. 8. – 10. 8.) jsme letos připravili pro oba turnusy velice podobný. Největší rozdíl byl však v počtu dětských účastníků, a to 13 : 5 ve prospěch druhého. Počasí oběma turnusům vyšlo velice slušně – ani žádné pařáky, ani velká zima. A my jsme mohli trávit velkou část dne venku. Teplota bazény byla také přijatelná, takže rehabilitaci i relaxace ve vodě jsme si dostatečně užili.

Hry, biatlon nebo štafeta

Jako každý rok, tak ani letos nemohl chybět bohatý program. Velký kopec zábavy jsme si užili při hrách ve stylu „Co na to Češi“ nebo „Máme rádi Česko“. U obou her padaly neuvěřitelné hlášky. Nejvíc mě dostal popis římského Caesara: „Je to název toho salámu, který máš nejradši.“ Nebo odpověď na otázku – kolik mláďat rodí při jednom vrhu lachtanů?: „No určitě jedno, kolik myslíte, že by se jich do lachtanice vešlo?“ No opravdu jsme se moc nasmáli...

Ze sportovních aktivit jsme měli letos připraven biatlon na vozíku. Za půjčení terčů bych ráda poděkovala panu Homolovi z nedaleké obce Lavičky. Jel se štafetový závod dvou družstev a nasazení všech účastníků bylo opravdu skvělé.

Tvůrčí dílny a táborák

Tvořivé povahy nemohly ani trošku strádat, protože Romča měla nachystané opět krásné tvoření. Pro pány jsme měli nachystanou výrobu praků.

Protože vzdělávat se je důležité v každém věku (a o to víc, pokud se jedná o vlastní zdraví), měli účastníci pobytu možnost poslechnout si besedu o zelených potravinách s paní Kateřinou Chramostovou. A dokonce mohli tyto potraviny ochutnat.

Nechyběl ani tradiční táborák s kytarou, různé stolní hry, cesta za ronovským zlatým pokladem, výlet s dětmi a především setkání, povídání a poznávání se navzájem.

Poděkování

Za to, že jsme mohli uspořádat rekondiční pobyt nabitý aktivitami, musíme poděkovat společnosti Purple Foundation, která nás finančně podpořila. Také děkujeme Café Orfeu za výbornou kávu





a Žanetě Matulové a Lázeňským oplatkům CLIP Luhačovice za ceny pro děti.

Moje velké díky patří všem kolegům, kteří se se mnou pobytu zúčastnili a úplně nejvíc děkuji Romči Bližňákové a Jaromí-

ru Faltýnkovi, protože absolvovali s velkým nadšením a energií oba turnusy.

A že se rekondiční pobyt nelíbil pouze nám, zaměstnancům, dokazují milá slova, která od klientů přišla.

„Musím vám moc poděkovat za ne-skonale krásný týden, který jsem teď pro-žila. Na všechno byl čas, pohoda, zážitky, další zkušenosti, budu ještě dlouho vzpo-mínat. Potvrdila jsem si, jak jsem pořád hrozně soutěživá. V pátek u táboráku jsme se ještě bavili narážkami, co by na to asi řekli Češi.“

„Chtěla bych poděkovat všem z Para-CENTRA Fenix, že mě berou mezi sebe. Nevím, kdo to vymyslel, ale rekondiční pobyt i s rodinnými příslušníky, plný zá-bavy, relaxu a cvičení v krásném prostředí na Vysočině je super akce. Člověk se tu nabije na dlouhou dobu dopředu.“

Opět za rok

Pokud už nyní litujete, že jste s námi nejeli, tak si запиšte termíny, ve kterých pojedeme na Březejc příští rok, a čekejte na únorový Zpravodaj, ve kterém vyjdou bližší informace společně s přihláškou na pobyt. První termín bude od 2. 8. do 8. 8. 2020, druhý od 9. 8. do 15. 8. 2020. Tak nezapomeňte.

Kristýna Uhlíková

**A jak se bavíte a relaxujete u vás?
Napište nám o tom do VOZKY**



Spolek DMO Pobyty se po roce vrátil do maďarských termálních lázní

Druhý prázdninový týden jsme se vydali na letní pobyt. Namířeno jsme měli, stejně jako loni, do maďarských termálních lázní Harkány. Malé městečko leží těsně u chorvatských hranic, proto cesta začínající v Mladé Boleslavi byla dlouhá a náročná. Naštěstí proběhla v noci a většina posádky cestu prospala.

Čekali nás ubytování v nejhezčím hotelu ve městě. Hned první den jsme se vydali na společnou procházku, pobídkovali pravé maďarské langoše (se zakysanou smetanou a sýrem), prozkoumali, kde mají nejlepší zmrzlinu, a vyfotili se u symbolu města – 3D nápisu Harkány. Večer jsme se sešli ve společenské místnosti, kterou jsme měli k dispozici po celou dobu pobytu.

Koupání v teplé sírné vodě a návštěva Pécse

Druhý den jsme navštívili hotelový bazén a vířivku, kde jsme příjemně strávili několik hodin a připravili se tak na nadcházející nabitě dny. Večer jsme se rozhoupali v bocích na místní tancovačce.

Pondělí i úterý jsme relaxovali v bazénu s teplou sírnou vodou. Teplota tam kolísá mezi 36 a 38 stupni Celsia. Pobyt v ní je doporučen maximálně na 20 minut, proto jsme horký bazén střídali s bazény chladnějšími. Po prvních dvou dnech jsme byli tak unavení, že nezbývalo nic jiného, než ve středu vyhlásit odpočinkový den.

Na čtvrtek jsme si totiž naplánovali celodenní výlet do města Pécs. Obdivovali jsme nespočet památek, ochutnali pravý maďarský guláš i studenou ovocnou polévku a nakoupili nezbytné suvenýry pro rodiče a kamarády.

Lázeňský festival

Celý poslední den jsme opět strávili v termálech. Probíhal tam lázeňský festival a nám se podařilo získat vstupenku na večerní koncerty. Poslední večer tak patřil hudbě. No a po sobotní snídani jsme se sbalili, s pomocí řidičů „nalodili“ do autobusu a vyrazili na cestu domů.

Byl to týden plný nových zážitků, příjemných aktivit i legrace a všichni jsme si ho moc užili. Chtěli bychom poděkovat nejen všem sponzorům a příznivcům organizace za jejich podporu, ale především dobrovolným asistentům, kteří odvedli obrovský kus práce. Dávají do ní nejen svou energii ale hlavně srdíčko. Děkujeme Středočeskému kraji za finanční podporu našich projektů.

Text a foto: DMO Pobyty z.s.



Chorvatská dovolená: Biokovka vozíčkáře nezklame

Michal Pospíšil

Na Biokovku jsem přestal jezdit před jedenácti lety. Důvodem byla nepohodlná cesta autobusem přes noc (rostl jsem a už jsem se ke spánku na sedadlo prostě nestočil), přeplněné pláže a ceny srovnatelné se Středozemím. Letos jsem se ale od všeho oprostil a vydal se na místo, které jsem míval moc rád. K mé radosti se toho moc nezměnilo, a když, tak jen k lepšímu.

Noční cesta autobusem se musí vydržet, pláže a ceny neovlivním. Jste-li na vozíku a chcete k moři, ubytování a přístup k pláži a do vody na Makarské riviéře ve městě Makarská jsou z hotelu Biokovka velmi příznivé. Jsou to totiž chorvatské lázně a jsou na postižené lidi zařízené. Vše je bezbariérové – vstupy, recepce, pokoje (ne všechny, na vyžádání lze bezbariérový s dostupnou koupelnou a vyspádaným sprchovým koutem pro vozíčkáře či sprchovým koutem se schůdkem zamluvit), jídelna, přístup k moři i samotný vstup do vody, protože na betonovém nájezdu máte k dispozici lehce ovladatelnou bezbariérovou plošinu.

Sázka na jistotu

Místní promenáda je vždy plná lidí a žije to tady samozřejmě i večer. Přístav a staré město s trhem, františkánským kostelem, muzeem mušlí, ale třeba i svaté místo Vepric určitě stojí za zhlédnutí.



Zvedák je u hotelu Biokovka již přes deset let



Autor článku se Zoricou – setkání po letech

K občerstvení doporučuji restauraci Fema Grill – provozuje ji Ferdo, který má českou manželku. Má rozumné ceny, nešidí, s každým promluví a já jsem rád, že se mu v podnikání daří. Byl tady totiž i při mé poslední návštěvě Makarské před jedenácti lety.

V recepci i restauraci hotelu jsme potkali pár lidí, kteří si na nás vzpomněli.



Pohled do zrenovované bezbariérové koupelny

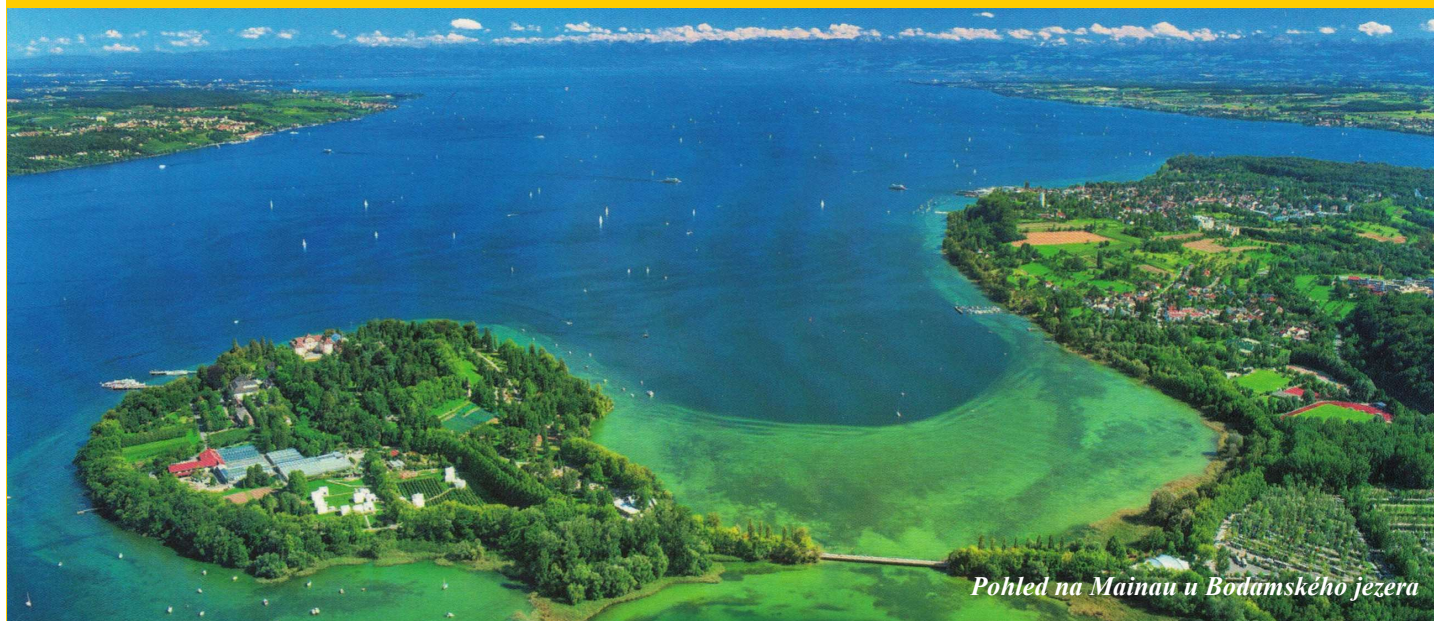
Na pláži jsme se poznali s vozíčkářkou Zoricou z Osijeku, která sem jezdí každý rok. Nebo čtyři slovenské kamarádky s postiženými dětmi. Ti už tady byli popáté.

Hotel teď má tři hvězdy a stále se rekonstruuje. I proto se v něm zvýší komfort, ale možná i ceny. Ale Biokovka mi udělala radost. Navíc pro vozíčkáře je to opravdu sázka na jistotu, žádné bariéry tu nejsou.



Nádvoří Muzea lastur v Makarské

Cestovatelské tipy pro vozičkáře

Květinový ostrov Mainau na Bodamském jezeře*Pohled na Mainau u Bodamského jezera*

V polovině září jsme se vydali na víkend s CK Intertrans k Bodamskému jezeru. Počasí nám přálo a před východem slunce jsme zastavili před vstupem na ostrůvek Mainau.

Nikde ani noha, jen slunce na obzoru. Vydali jsme se kolem ostrova po krásně udržovaných asfaltových pěšinách a obdivovali desítky druhů květů, keřů a vzácných stromů, také obrovské sekvoje z roku 1875 nebo motýlí dům, kde kolem nás poletovali a občas na nás i sedli pestrobarevní motýli.

Mainau leží na dohled od zasněžených vrcholů rakouských a švýcarských Alp a pyšní se typicky středomořským podnebím. Právě to zde umožňuje vidět i květeny, kterou jste zvyklí vidat třeba v Řecku, na francouzské či italské Riviéře. Mainau není nijak velký, jeho rozloha je jen 45 hektarů, ale zastavit se tady pouze na pár hodin je příliš málo. Co vás nemine, je pocit, že jste se ocitli přímo v ráji.

Přestože je ostrov přístupný celoročně, jarní měsíce jsou pro jeho návštěvu jako stvořené. Ve zdejším Palmovém domě rozkvétá více než 3000 orchidejí a v zahradách vás ohromí pestrobarevné „moře“, které tvoří více než 400 odrůd kvetoucích tulipánů. Zahrady pokrývají islandské máky, pomněnky a miliony cibulovin. Následují je rozkvétající háje rododendronů a s příchodem léta zaplaví ostrov omamná vůně růží, šířící se z Růžové zahrady. Na podzim pak ostrov zaplaví na 12 000 kvetoucích jirůk všech barev a druhů.

Vozičkářský ráj?

Přišli jsme k zámku poblíž přístavního mola, kde se nachází i restaurace, kavár-

*Bodamské jezero**Chodníky a cestičky jsou precizně upravené*



Zajímavá úprava parku



Zaparkované vozíky i elektrické skútry připravené pro lidi s postižením na více místech

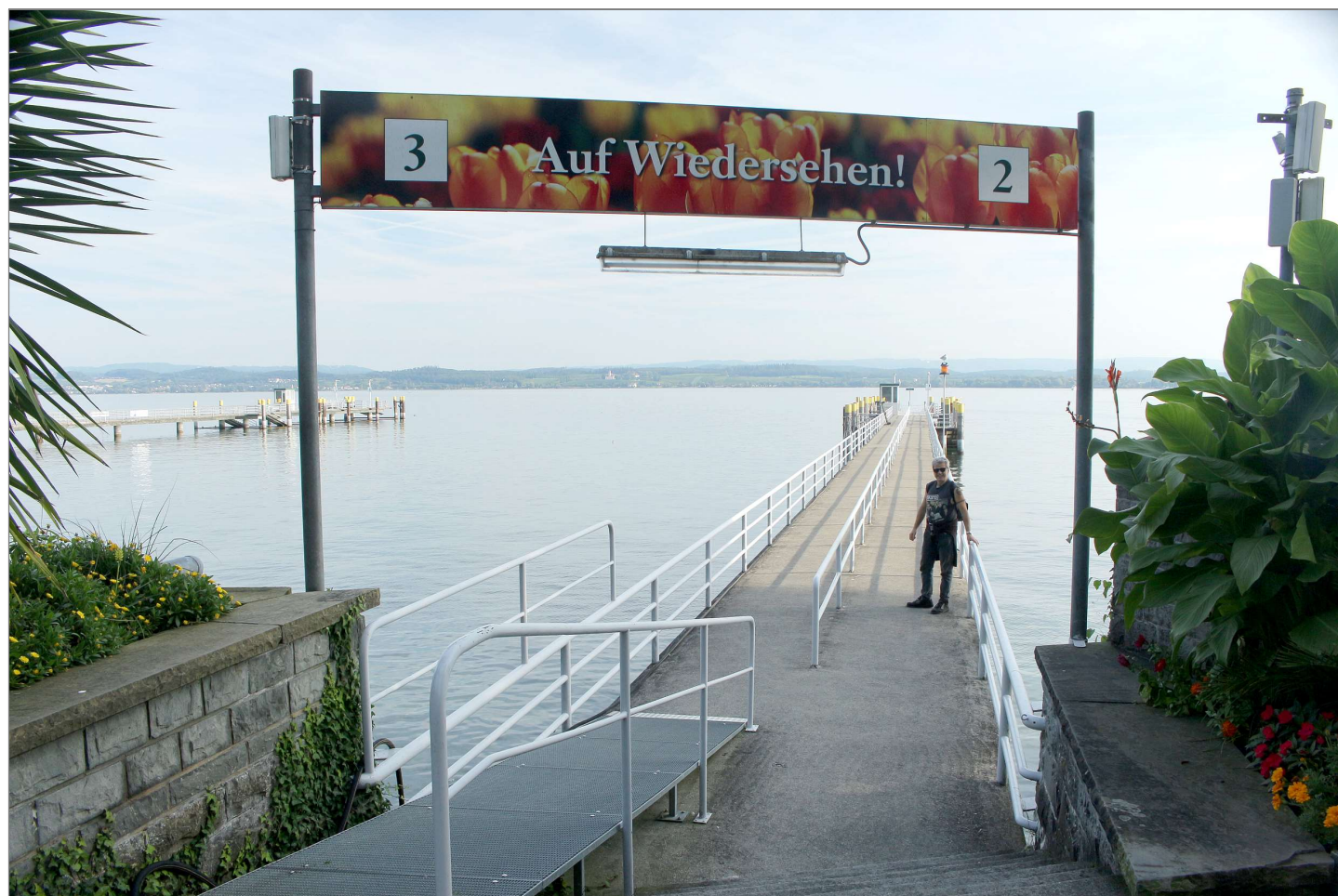
na, toalety a stánky a odkud plují lodě do Kostnice a dalších destinací. Co nás příjemně překvapilo, bylo vybavení pro lidi s tělesným postižením. Viděli jsme spoustu připravených vozíků zaparkovaných kolem a jak jsme o hodinu později, když dorazily autobusy se stovkami návštěvníků, zjistili, i hojně využívaných.

Takže pokud se někdo ze čtenářů chystá k Bodamskému jezeru a míří na ostrov Mainau po vlastní ose, bude o něj dobře postaráno.

Vítek Formánek a Eva Csölleová



Vozíky jsou k dispozici i na tak malebných místech, jako je toto



Na vozíku se dostanete prakticky všude

RIPAK

Rady, informace, příklady a konzultace

BEZ BARIÉR poradenství

Ostravské organizace vozíčkářů, spolek

Osvědčení kvality MPSV o poskytované službě



Bez Bariér poradenství

Odstraňování architektonických bariér, mapování
přístupnosti objektů, rady ze života na vozíku
a posuzování dokumentací

OSTRAVA!!!

PORUBA

MICHÁLKOVICE

SLEZSKÁ OSTRAVA



MINISTERSTVO
PRO MÍSTNÍ
ROZVOJ ČR

Projekt je realizován za přispění
prostředků státního rozpočtu ČR
z programu Ministerstva pro místní rozvoj

OSTRAVA!!!

**MORAVSKÁ OSTRAVA
A PŘÍVOZ**

OSTRAVA!!!

**RADVANICE
A BARTOVICE**

Město Vratimov

Kontakty

- **Telefony:**
596 914 660 (11-12 hod. po-čt)
596 131 202 (11-12 hod. po-čt)
uvedená doba bez záruky
- **E-mail:** poradnaov@seznam.cz
dvorvov@seznam.cz
- **Korespondenční adresa:**
Horymírova 121, 700 30 Ostrava-Zábřeh
- **Osobní kontakt:** (nutná telefonická objednávka)
- **Posuzování dok.:** e-mail: bezbarieri@post.cz
- **Web:** <http://bariery.xf.cz/>
<https://www.facebook.com/poradenstvizbezbarierOV/>

Činnost projektu letos podporují:
Ministerstvo pro místní rozvoj ČR, statutární
město Ostrava, městské obvody
Poruba, Moravská Ostrava a Přívoz,
Slezská Ostrava, Radvanice a Bartovice,
Michálkovice a město Vratimov.

S foťákem „bezbariérovou“ Ostravou

V jedné nově rekonstruované budově, která má svou historickou hodnotu, byla nově zřízena bezbariérová kabina WC.



Rozměry splňují parametry nových právních předpisů, ale... Stačí špatně osadit zařízení předměty, nepočítat s přítěnkem pro odpad, těleso topení nesmyslně osadit na stěnu naproti toaletní míse a ideální přístupnost je v tahu. Také zdra-

votní umývadla mají svá opodstatnění jinde, než jsou bezbariérová WC, neboť podstatně omezují manipulační prostor.

Text: (mf), foto: Petra Rusnáková

Euroklíč není všemocný

Občas z různých stran slyším, že je nutno osadit všechna WC euroklíči, aby mohla sloužit osobám na vozíku. Kamarád mi poslal fotku takové toalety opatřené zámekem na euroklíč z Brna.



Úsudek si udělejte sami. Já osobně jsem proti jakémukoliv zamykání jakýmkoliv zámekem. Záleží totiž výhradně na provozovateli.

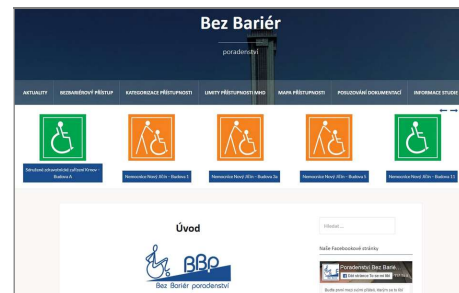
Informace o mapě přístupnosti Ostravy

Provedli jsme další aktualizaci interaktivní Mapy přístupnosti města Ostravy. Najdete ji na Mapovém portálu města Ostravy <http://mapy.ostrava.cz>.

Mapa poskytuje informace o přístupnosti vybraných objektů, které jsou řazeny do kategorií. Přístupnost je hodnocena z mnoha aspektů a rozděluje objekty na přístupné (zelená barva), částečně přístupné (oranžová barva) a obtížně přístupné nebo nepřístupné (červená barva). Mapa vznikla ve spolupráci oddělení Geografického informačního systému Magistrátu města Ostravy (GIS MMO), Útvaru hlavního architekta MMO a spolku Ostravská organizace vozíčkářů.

Zmapované objekty jsou zpřístupněny na webu <http://bariery.xf.cz>. Nacházejí se zde i objekty, které ještě nebyly přidány do mapy přístupnosti nebo které překročily hranice této mapy.

Dále má středisko Bez Bariér OOV novou doménu <http://ostrava-bezbarier.cz>. Tyto stránky jsou funkční a jsou přizpůsobeny i mobilním telefonům. Časem by se tam měly objevit veškeré zmapované objekty a vše by mělo být propojeno přímo s Mapou přístupnosti města Ostravy.

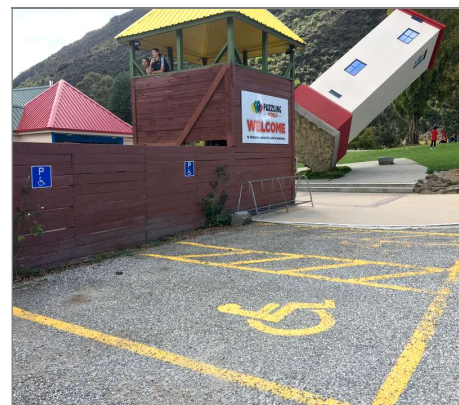


Chce to však čas, takže do té doby budou funkční oba weby.

Text: (mf)

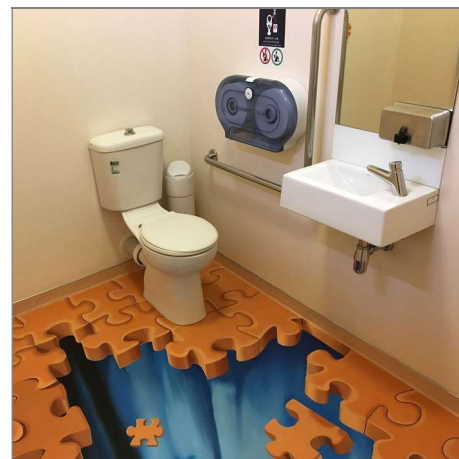
Jak je to s přístupností u protinožců

Při návštěvě města Wanaka na jižním ostrově Nového Zélandu si kromě zkoumání dechberoucí krajiny naplánujte alespoň jeden volný den na zábavní park Puzzling World. Díky kombinaci bizarních budov, iluzí a světoznámého velkého bludiště (které je bohužel bariérové) je tato atrakce navržena tak, aby zmátla váš mozek a zpochybnila vaše vnímání reality. Ostatní atrakce jsou přístupné. Puzzling World je plný klasických hlavolamů (které si zde můžete i zakoupit) a různých optických klamů, které vám ve většině případů – jak se říká – hlava brát nebude.

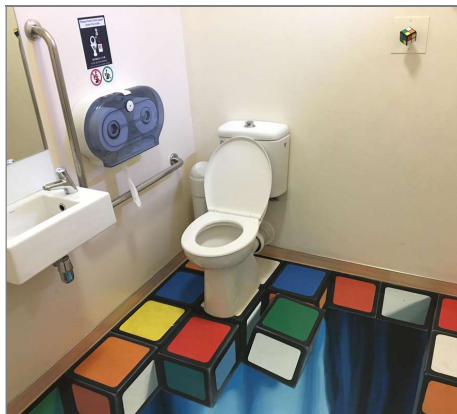


Vyhrazené parkování

Co je zde také unikátní, jsou bezbariérové toalety, které jinde jen tak nenajdete.



Když se nad tím zamyslím, nevím, zda by mi tento optický klam neznemožnil vykonat potřebu.



Co si myslíte vy?

Nakonec vás seznámím s další raritou – nejstrmější ulicí světa. Na první pohled je Baldwin Street nenápadná, necelého půl kilometru dlouhá silnička ve městě Dunedin na jižním pobřeží Nového Zélandu.



Láká řidiče, cyklistické fanatiky, běžce, chodce, ale i blázny v odpadkových koších. Díky sklonu až 36 % v její horní části se tato ulice na Novém Zélandu rozhodně nesetkává s nedostatkem zájmu.



Přestože letos Baldwin Street ztratila po 32 letech strmé prvenství v Guinnesově knize rekordů (o první místo ji připravila jedna ulice v severním Walesu), stojí za to se na ni podívat – velmi zdatní („šilení“) vozičkáři ji mohou i projet!

Text: (mf), Lucie Filipčíková,
foto: Lucie Filipčíková

Připravil: Mirek Filipčík

Šumava

Jsem beskydská holka, ale Šumava mě úplně uchvátila. Ty lesy, cestičky, příroda... Navíc mě potěšilo, jak jde vše dopředu – když se budují nová návštěvnická centra, myslí se i na bezbariérovost, a to i třeba uprostřed lesa.



U budov návštěvnických center stojí vždy dřevěné cedule s mapou okruhů a mě samozřejmě ihned zaujal piktogram bezbariérovosti.



Od budov, ve kterých samozřejmě nechybí bezbariérové WC, vedou naučné okruhy, které vás dovedou k výběhům se zvířaty. Bezbariérová trasa je vždy vyznačená na ceduli, v návštěvnickém centru vám poradí milá obsluha.

Skvělý je výběh s vlky – návštěvnické centrum Srní. Tento okruh vás dovede k visuté lávce, která vede nad výběhem s vlky. Je vyvýšená 3–4 metry nad terénem a můžete z ní bezpečně sledovat život vlků. Měli jsme štěstí – vlci nebyli nikde schováni, takže jsme je vydrželi zaujatě sledovat snad hodinu.



Návštěvnické centrum Kvilda je zase naučný okruh, který vede přímo skrz výběh s jeleny. Před vstupem do výběhu si přečtete pokyny pro pohyb po stezce. Když budete mít štěstí, můžete být s jelenem v opravdu těsné blízkosti. Nebrání vám v tom žádné ploty, procházíte přímo výběhem. Jeleni měli zrovna obědovou ►

pauzu, takže jsme je vůbec nezajímali. Ve výběhu jsou vyvýšená pozorovací místa, která nejsou bezbariérová. Za výcho- dem z výběhu vás čeká krásná procházka nádherným šumavským lesem a na konci návštěvnického okruhu můžete navštívit i výběh s rysy. U něj je pozorovací místo s nájzdovou rampou a jedním sníženým pozorovacím oknem.

Více informací najdete na interneto- vých stránkách Národního parku Šumava: <http://www.npsumava.cz>.

Lidi na vozíčku zvládnou i výlety na Jezerní slať u Kvild nebo na Chalup- skou slať u Svinné Lady. Všude jsou par- koviště s vyhrazeným parkovacím místem a od parkoviště se dostanete po dřevěném chodníčku ke krásným rašelinistům.



Šumava mě překvapila nejenom svou krásou, ale i tím, že se v hluboké přírodě už myslí na bezbariérovost.

Text, foto: Aneta Neulingerová

(Poznámka: autorka již řadu let pra- cuje pro poradenství Bez bariér Ostravské organizace vozíčkářů, takže je již bezbari- érovostí „deformována“ i ve svém volnu, třeba na dovolené.)

PORADNA pro život s postižením Ligy vozíčkářů

Aktuality z legislativy

Změna podmínek pro stanovení výše příspěvku na zvláštní pomůcku, který se poskytuje na pořízení motorového vozidla

Senát ČR na svém jednání 14. 8. 2019 schválil novelu zákona č. 329/2011 Sb., o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením. No- vela rozšiřuje okruh zdravotních indi- kací, na které je možné získat příspě- vek na zvláštní pomůcku a mění pod- mínky pro stanovení výše příspěvku na zvláštní pomůcku poskytovaného na pořízení motorového vozidla. Novelu zákona nyní musí ještě podepsat prezi- dent ČR, poté může být zveřejněna ve Sbírce zákonů. Novela by měla být účinná (měla by platit) od začátku šes- tého měsíce od zveřejnění ve Sbírce zákonů – pokud tedy novela bude po- depsána prezidentem a poté zveřejněna ve Sbírce zákonů v září, měla by být účinná od 1. března 2020.

Vaše žádost o příspěvek na zvláštní pomůcku bude podle nových pravidel po- suzována pouze v případě, že bude poda- ná až po datu, od kterého bude novela zá- kona účinná. Pokud podáte žádost dříve, bude posouzena podle nyní platných pra- videl.

Okruh zdravotních indikací pro nárok na příspěvek na zvláštní pomůcku posky- tovaného na pořízení motorového vozidla se rozšiřuje o **anatomické ztráty horních končetin na úrovni obou zápěstí a výše nebo vrozené či získané vady obou hor- ních končetin s úplnou ztrátou základní funkce obou rukou (úchopu a přidržo- vání) závažně narušující posturální funkce těla.**

Zdravotní indikace pro nárok na pří- spěvek na zvláštní pomůcku obecně se rozšiřují o zdravotní postižení interní povahy (onemocnění srdce, cév, plic) způsobující těžké omezení pohyblivosti.

Výše příspěvku na zvláštní pomůcku poskytovaného na pořízení motorového vozidla **bude nově stanovena takto:**

- **200 000 Kč**, je-li příjem osoby a pří- jem osob s ní společně posuzovaných nižší nebo roven šestnáctinásobku částky životního minima jednotlivce nebo životního minima společně po- suzovaných osob podle zákona o ži- votním a existenčním minimu nebo je- li tento příspěvek poskytován nezletilé osobě;

- **180 000 Kč**, je-li příjem osoby a pří- jem osob s ní společně posuzovaných vyšší než šestnáctinásobek částky ži- votního minima uvedeného v písmenu a), avšak nižší nebo roven sedmnácti- násobku této částky;
- **160 000 Kč**, je-li příjem osoby a pří- jem osob s ní společně posuzovaných vyšší než sedmnáctinásobek částky ži- votního minima uvedeného v písmenu a), avšak nižší nebo roven osmnácti- násobku této částky;
- **140 000 Kč**, je-li příjem osoby a pří- jem osob s ní společně posuzovaných vyšší než osmnáctinásobek částky ži- votního minima uvedeného v písmenu a), avšak nižší nebo roven devatenác- tinásobku této částky;
- **120 000 Kč**, je-li příjem osoby a pří- jem osob s ní společně posuzovaných vyšší než devatenáctinásobek částky životního minima uvedeného v písme- nu a), avšak nižší nebo roven dvaceti- násobku této částky;
- **100 000 Kč**, je-li příjem osoby a pří- jem osob s ní společně posuzova- ných vyšší než dvacetinásobek částky životního minima uvedeného v pís- menu a).

Zrušení karenční doby u náhrady mzdy při dočasné pracovní neschopnosti

S účinností od 1. 7. 2019 zaměstnava- telé opět vyplácejí náhradu mzdy nebo platu při dočasné pracovní neschopnosti již od prvního dne trvání dočasné PN – došlo tedy ke zrušení tzv. karenční doby, tedy výplaty náhrady mzdy až od 4. dne dočasné PN. Nadále ovšem platí, že ná- hraza mzdy je vyplácena pouze za pra- covní dny.

Náhrada mzdy je zaměstnavatelem vyplácena v prvních 14 dnech dočasné PN, od 15. dne dočasné pracovní ne- schopnosti je pak Českou správou sociál- ního zabezpečení vypláceno nemocenské. Nemocenské je vypláceno za kalendářní dny – tedy za dny pracovní, nepracovní a za svátky.

Mgr. Kateřina Bulantová
Poradna pro život s postižením
Liga vozíčkářů, z. ú.

**Bezplatná linka:
800 100 250**

Vy se ptáte, Poradna NRZP ČR v Brně odpovídá



Národní rada osob
se zdravotním postižením ČR

Důchod z mládí

Dcera bude mít v listopadu 16 let. Řádně dochodila devítiletou školní docházkou. Má diagnózu nízkofunkční autismus, středně těžkou mentální retardaci aj. Z důvodu výše uvedených diagnóz nemá šanci nastoupit na střední školu. Na důchod prý nemá nárok. Nevím co tedy dál. Lze důchod z mládí získat dříve než v 18 letech?

Pokud dcera ukončila povinnou školní docházkou a nenastupuje na žádnou další školu, není možné požádat o důchod v 16 letech, a to proto, že by jí byla žádost zamítnuta z důvodu nesplnění doby pojištění.

Pokud by dcera nastoupila do školy a byla alespoň 1 den student, získala by potřebnou dobu pojištění, která je pro získání důchodu nutná, tj. doba pojištění menší než jeden rok. Pak by mohla o důchod žádat už nyní.

Pokud nebude studovat a tudíž nezíská do 18 let dobu pojištění, je možné o invaliditu z mládí požádat až v 18 letech. U tohoto typu důchodu se doba pojištění nevyžaduje. Zvažte tedy ještě jednou možnost studia a poté případně žádost o invalidní důchod v 16 letech.

Baclofenová pumpa

Od loňského roku čekám na operaci baclofenové pumpy. Stále se nic neděje a můj neurochirurg tvrdí, že je problém v legislativě VZP ohledně sehnání a proplacení náplně. Prý už dva roky žádnou pumpu neoperovali...

Nikde nemůžu nic zjistit. Nevíte prosím, jak to vlastně je a zdali došlo u VZP ke změně?

Dle zjištěných informací u VZP k žádným změnám v její interní metodice nedošlo, to znamená, že se schvalováním proplácení by neměl být problém. Schvalování provádí revizní lékař dané pojišťovny.

Ověřte si u odborníka, zdali máte tento zákrok indikován. V případě, že ano, je třeba obrátit se přímo na svou pojišťovnu a zeptat se, z jakého důvodu vám nechce

zákrok ani pumpu s náplněmi uhradit. Pokud obdržíte vyjádření, že vám pojišťovna zákrok schválí, pravděpodobně bude problém s voperováním pumpy na daném pracovišti, které má zákrok provést. V tomto případě je potřeba dohledat jiného specialistu a pracoviště, které operaci provede. S vyhledáním vhodného odborníka se můžete taktéž obrátit na svou zdravotní pojišťovnu.

Omezení svéprávnosti a příspěvek na péči

Jsem nově omezená ve svéprávnosti. Pobírám příspěvek na péči (PNP) I. stupně. Letos v listopadu ke mně přijde paní z úřadu na přezkoumání. Má na přiznání PNP vliv omezení svéprávnosti?

PNP náleží osobě, která si není sama schopna zajistit uspokojení určitého počtu základních životních potřeb a slouží k pokrytí výdajů spojených s potřebnou péčí. Pro přiznání I. stupně PNP je nutné, aby osoba nezvládala tři až čtyři základní životní potřeby.

U omezení svéprávnosti záleží, v jakých právních úkonech jste omezena. Na tyto úkony je vám ustanoven opatrovník, který je oprávněn za vás jednat (např. podávání žádostí úřadům, nakládání s financemi, uzavírání smluv atd.).

Samotné omezení svéprávnosti nemá na přiznání PNP vliv. Záleží pouze na základních životních potřebách, které nejste schopna bez pomoci druhých uspokojovat.

Příspěvek na úpravu bytu

Měl bych z důvodu mého zdravotního stavu (po centrální mozkové příhodě, vlastníků průkazu ZTP) a nevyhovujícího stavu vybavení koupelny prosbu o informaci, zdali mám nárok na příspěvek na přestavbu vybavení koupelny (z vany na sprchový kout) včetně montáže bezpečnostních madel? Pokud ano, na koho se mohu na Praze 9 obrátit?

Žádost o příspěvek na zvláštní pomůcku se podává na místně příslušné pobočce Úřadu práce ČR. Nárok na příspěvek na zvláštní pomůcku má osoba s těžkou vadou nosného nebo pohybového

ústrojí, těžkým sluchovým postižením nebo těžkým zrakovým postižením charakteru dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu (zdravotní stav trvá, nebo je předpoklad, že bude trvat déle než jeden rok) a její zdravotní stav nevyklučuje přiznání tohoto příspěvku.

Zdravotní postižení odůvodňující přiznání příspěvku na zvláštní pomůcku:

1. Za těžkou vadu nosného nebo pohybového ústrojí se považuje:

a) anatomická ztráta obou dolních končetin v bércích a výše;

b) funkční ztráta obou dolních končetin na podkladě úplné obrny (plegie) nebo těžkého ochrnutí;

c) anatomická ztráta podstatných částí jedné horní a jedné dolní končetiny v předloktí a výše a v bérce a výše;

d) funkční ztráta jedné horní a jedné dolní končetiny na podkladě úplné obrny (plegie) nebo těžkého ochrnutí;

e) ankylóza obou kyčelních kloubů nebo obou kolenních kloubů nebo podstatné omezení hybnosti obou kyčelních nebo kolenních kloubů pro těžké kontraktury v okolí;

f) ztuhnutí všech úseků páteře s těžkým omezením pohyblivosti alespoň dvou nosných kloubů dolních končetin;

g) těžké funkční poruchy pohyblivosti na základě postižení tří a více funkčních celků pohybového ústrojí s případnou odkázaností na vozík pro invalidy (funkčním celkem se přitom rozumí trup, pánev, končetina);

h) disproporční poruchy růstu provázené deformitami končetin a hrudníku, pokud tělesná výška postiženého po ukončení růstu nepřesahuje 120 cm;

i) anatomická ztráta dolní končetiny ve stehně bez možnosti oprotézování nebo exartikulace v kyčelním kloubu;

j) anatomická nebo funkční ztráta končetiny;

k) anatomická nebo funkční ztráta obou horních končetin;

l) anatomická ztráta dolní končetiny ve stehně s možností oprotézování.

Zdravotní stav vylučující přiznání příspěvku na zvláštní pomůcku (kontraindikace):

a) duševní poruchy, poruchy chování a poruchy intelektu se závažnou poruchou, s narušením rozpoznávacích a ovládacích schopností, stavy závislosti ►

na návykové látky nebo návykových látek, způsobují-li nemožnost užívání pomůcky;

b) hluchoněmost – platí jen ve vztahu k vodícímu psovi;

c) těžká polyvalentní alergie a alergie na zvířecí srst – platí jen ve vztahu k vodícímu psovi.

Poskytované zvláštní pomůcky osoby s těžkou vadou nosného nebo pohybového ústrojí [písmena a)–l)], mohou mj. získat příspěvek také na stavební práce spojené s uzpůsobením koupelny a WC, a to včetně stavebních prací spojených s rozšířením dveří v rámci uzpůsobení koupelny a WC (jedná se o stavební práce a s nimi nezbytně související materiál na úpravu, tedy nikoli o obklady, podlahové krytiny, sanitu apod.).

Maximální výše příspěvku na jednotlivou pomůcku činí 350 000 Kč. Poskytnutý příspěvek standardně činí pouze 90 % z předpokládané nebo již zaplacené ceny zvláštní pomůcky.

Z vaší strany bude finanční spoluúčast tedy činit 10 % z předpokládané nebo již zaplacené ceny zvláštní pomůcky.

Pokud nemáte dostatek finančních prostředků k doplacení zbývajících částky, může pobočka úřadu práce určit i nižší spoluúčast, min. však 1000 Kč. Při určování výše spoluúčasti je přihlíženo k míře využívání pomůcky, příjmům žadatele o příspěvek a příjmům dalších společně posuzovaných osob.

Výše uvedené informace se řídí zákonem č. 329/2011 Sb., o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením a jeho přílohami.

Nemůžeme vám doporučit žádné konkrétní firmy, které tyto úpravy provádějí, neboť se jedná o komerční subjekty. Pokud máte přístup na internet, hledejte zde; další možností je informovat se u známých, příbuzných, získat informace na základě jejich doporučení.

Následně oslovte 2–3 firmy, poraďte se s nimi a nechte si udělat cenovou nabídku. S touto tzv. předkalkulací je dobré následně žádost o příspěvek na zvláštní pomůcku podat.

Nahlášení hospitalizace

Mám dotaz ohledně nahlášení hospitalizace mého otce úřadu práce. Otec pobírá příspěvek na péči. Pokud jsem to vše správně pochopil, tak podle zákona je má povinnost nahlásit úřadu práce, od kdy je můj otec hospitalizován.

Uvádí se: nahlásit do 8 dnů od hospitalizace. Nikde jsem se ale nedočel, jestli se počítají dny, jak jdou za sebou, tj. i s víkendem, nebo se do nahlášení počítají jen pracovní dny bez víkendů...

V zákoně 108/2006 Sb., o sociálních službách, je v § 21, odst. 1, bod d) uvedeno, že se jedná o osmidenní lhůtu ode dne, kdy taková změna nastala, a jedná se o dny kalendářní včetně víkendů.

Použitelnost příspěvku na péči

Může se použít příspěvek na péči (PNP) pro následující činnosti (péči)?:

– obstarání nákupu potravin podle seznamu bez mé přítomnosti;

– přípravu (uvaření) i složitějšího jídla podle mých dietních požadavků na několik dní z nakoupených surovin přímo v domácím prostředí (tedy ne dovoz hotových jídel), příp. služby kuchaře nebo člověka, který to umí, na rozdíl od většiny osobních asistentů;

– praní a žehlení v domácím prostředí, mytí oken a dveří, malování místností (udržení hygieny prostředí), nutné opravy v domácnosti (vytápění, voda aj.);

– domácí ošetrovatelskou péči, jako jsou masáže, ošetrování křečí aj. i v nočních a ranních hodinách;

– zařizování záležitostí po městě, kam nedojdu...

Díval jsem se na různé poskytovatele, ale zatím nenašel ani jednoho, který by péči v takové šíři a kvalitě poskytoval. Lze si pro některé činnosti objednat profesionály, kteří nejsou registrováni jako poskytovatelé sociálních služeb?

PNP je dávkou, díky které můžete zaplatit služby, které vzhledem ke svému zdravotnímu stavu potřebujete. Poskytovatelem péče může být jakákoli instituce zapsaná v registru poskytovatelů sociálních služeb. Jedná se například o domovy seniorů či terénní pečovatelskou službu. Případně také speciální lůžková zdravotnická zařízení hospicového typu, zdravotnická zařízení poskytující sociální služby nebo dětské domovy. Rozsah poskytovaných služeb je pak předmětem smluvního ujednání (je třeba ošetřit, zda služby zahrnují praní, žehlení, úklid atd.).

Pokud by vám pomáhala fyzická osoba, může se jednat i o rodinné příslušníky, typicky například děti pečující o své rodiče v seniorském věku. V příslušné kolonce uvedeme vztah pečující osoby k žadateli.

Pokud péči poskytuje fyzická osoba, která není osobou blízkou, jedná se dle zákona o sociálních službách o tzv. asistenta sociální péče. V takovém případě je nutné, aby tento asistent spolu s žadatelem uzavřel písemnou smlouvu o poskytnutí pomoci a tu podal spolu s oznámením o poskytovateli pomoci.

Ve smlouvě o poskytnutí pomoci musí být detailně popsána náplň práce, kterou bude asistent vykonávat. Soukromá osoba může být profesionálem v určitém oboru (např. úklid) a zároveň asistentem sociální péče.

Práce v případě III. stupně invalidity

Manželka má III. stupeň invalidního důchodu, pokles pracovní schopnosti o 70 % a nastoupila do práce, kde pracuje cca šest hodin (lehká kancelářská práce). Zajímalo by nás, jestli hrozí, že jí bude důchod odebrán, popřípadě co učinit pro to, aby o něj nepřišla a zároveň mohla pracovat?

Výdělečná činnost při pobírání invalidního důchodu (bez ohledu na jeho stupeň) není zákonem nijak omezena ani co do výše, ani délky pracovního úvazku. Záleží na aktuálním zdravotním stavu, co daná osoba v daném rozsahu zvládne.

Z logiky věci vyplývá, že člověk, který má sníženou pracovní schopnost o 70 %, je schopen pracovat pouze na 30 %, což v praxi znamená např. úvazek do výše 0,3 (12 hodin týdně), popřípadě opravdu jednoduchá práce či práce na chráněném trhu (chráněné dílny, chráněná pracovní místa atd.).

Může se stát, že pracující příjemce invalidního důchodu by mohl být při přezkoumání zdravotního stavu vyhodnocen tak, že se adaptoval na svůj zdravotní stav a může mu být invalidní důchod snížen či odebrán. Přehodnocení je však značně individuální a nepravidelné. Záleží na České správě sociálního zabezpečení, zda vydá podnět k přezkoumání.

Občan se změněnou pracovní schopností

Syn narozený v roce 1981 má rozhodnutí, že je občanem se změněnou pracovní schopností podle §21 odst. 1 zák. č. 1/1991 Sb. Odůvodnění: Pro dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav máte podstatně omezenou možnost pracovního uplatnění nebo přípravy pro pracovní uplatnění. Platnost rozhodnutí bez omezení. Vyšla OSSZ 23. ledna 1996 (bylo mu 15 let).

Má toto rozhodnutí platnost i dnes? Má nárok na finanční zvýhodnění on a jeho zaměstnavatel? Co pro to případně musí zaměstnanec a zaměstnavatel udělat?

Rozhodnutí o přiznání osoby se změněnou pracovní schopností již v tomto případě není platné. Pokud synovi nebyl přiznán invalidní důchod, je možné žádat o status osoby se zdravotním znevýhodněním. Žádost se podává na pobočce

OSSZ dle místa trvalého bydliště. Posudkový lékař posoudí jeho aktuální zdravotní stav a rozhodne o jeho přiznání či nepřiznání. Podklady pro posudkového lékaře vyplňuje obvodní lékař, a proto je důležité, aby měl všechny aktuální zprávy od odborných lékařů.

Pokud syn pracuje a bude mu přiznán status osoby se zdravotním znevýhodněním, nemůže jako zaměstnanec čerpat žádné výhody – slevu na dani apod.

Pokud by pracoval u zaměstnavatele, který zaměstnává více než 50 % osob se zdravotním znevýhodněním, může zaměstnavatel čerpat dotaci od ÚP na zaměstnávání osob se zdravotním postižením.

Výpočet důchodu

Je mi 53 let a mám 29letou dceru, na kterou pobírám PNP, který činí 4000 korun. Dříve to bylo 8000, ale po „Drábkově reformě“ se snížil. Kromě toho jsem až do loňského prosince pracovala na celý, později na poloviční úvazek. Chtěla bych částečně pracovat i dále, zřejmě na dohodu o provedení práce (DPP).

Ráda bych se dozvěděla, z čeho se mi bude vypočítávat starobní důchod, jestli se k tomu počítá i můj výdělek, který byl cca 14 000 korun čistého, nebo se počítá z průměrné mzdy ve státě. Pokud budu dále pracovat, jestli je výhodnější na HPP či na dohodu...

Při posuzování zápočtu péče o osobu blízkou pro nárok na důchod a jeho výši je třeba si opečovávané osoby rozdělit do několika skupin. Tou první jsou děti do 10 let. Pokud pečujete o dítě do 10 let, které má přiznanou závislost (dříve šlo o dítě dlouhodobě zdravotně postižené vyžadující mimořádnou péči), a je jedno jaký stupeň, tato péče se vám plně započítává do důchodu.

Druhou zmiňovanou skupinou je péče o osobu blízkou starší 10 let. Aby se vám tato péče započítávala do důchodu, je třeba, aby opečovávaná osoba měla přiznaný alespoň druhý stupeň závislosti.

Jako příjem do důchodu se při splnění výše uvedených podmínek doba péče plně započítá do doby pojištění. Zjednodušeně řečeno doba péče se hodnotí stejně, jako by osoba pečující byla zaměstnaná.

Obecně se při výpočtu důchodu v období péče nehodnotí žádné výděly. Doba péče je tzv. vyloučenou dobou a nezhoršuje, ale ani nezlepšuje průměr z výdělků získaných mimo období péče.

Vyloučená doba je doba, která se při výpočtu osobního vyměřovacího základu vyloučí, tak aby nezhoršovala průměrný výdělek v ostatních dobách.

V případě souběhu péče a zaměstnání na zkrácený úvazek si žadatel o důchod

může vybrat, zda chce dobu vyloučit (většinou je výhodnější dobu vyloučit), nebo zhodnotit výděly ze zaměstnání.

Také záleží na tom, jak dlouhou dobu o dceru pečujete. U výpočtu důchodu se jedná o složitější problematiku, z tohoto důvodu Vás ohledně konkrétních informací požádám obrátit se přímo na OSSZ.

Část dalšího vašeho dotazu zní, co je pro Vás výhodnější – zdali DPP či HPP?

U DPP je za rok možné odpracovat max. 300 hodin u stejného zaměstnavatele. Výhodou v tomto případě je, že z hrubé měsíční odměny se neplatí zdravotní ani sociální pojištění, když je hrubá měsíční odměna nižší než 10 000 Kč včetně.

U HPP za vás zaměstnavatel hradí zdravotní i sociální pojištění. Důležité je pro vás to, že součástí sociálního pojištění je i pojištění důchodové, jehož jste účastníkem. Dále máte nárok na čerpání placené dovolené a nemocenských dávek.

Dle výše uvedených informací k jednotlivým druhům pracovních poměrů ponechám na vašem zvážení, který pro vás bude výhodnější.

Příspěvek na schodišťovou plošinu

Může požádat o příspěvek na schodišťovou plošinu organizace s počtem 27 klientů, z toho 16 imobilních?

O příspěvek na úřadu práce může žádat jednotlivec. Pokud je příspěvek přiznán, plošina je jeho majetek a má za ni zodpovědnost. Podmínkou pro získání příspěvku je také to, že žadatel má trvalý pobyt v místě, kde je plošina umístěna.

O příspěvek od úřadu práce nemůže žádat organizace. Příspěvek se vždy vztahuje k jednotlivci, a ne k poskytovateli sociální služby.

Pokud chcete získat schodišťovou plošinu pro klienty vaší organizace, zkuste se obrátit na zřizovatele sociální služby, město, kraj, případně na nadace, které poskytují příspěvky na pomůcky.

Pořízení nového vozu pro osobu s průkazem ZTP/P

Jsem invalida na vozíku a můj dotaz se týká pořízení nového vozu. V roce 2013 jsem dostal příspěvek na zakoupení osobního auta. Z důvodu častých a nákladných oprav jsem nucen ho prodat. Ve kterém roce mohu znovu požádat o příspěvek na nový vůz?

V případě, kdy prodáváte dotovaný vůz před uplynutím 7 let, jste povinen tuto skutečnost co nejdříve hlásit místně příslušnému úřadu práce a doložit potvrzení o prodeji. Úřad práce následně vypočítá poměrnou část příspěvku, kterou budete muset vrátit.

O opakovaný příspěvek na zakoupení zvláštní pomůcky – motorového vozidla – si můžete požádat nejdříve 7 let od data, kdy vám byly poukázány peníze na účet či složenku (např. pokud vám byl příspěvek připsán na účet 1. 1. 2013, tak další žádost můžete podat v únoru 2020).

Zpracovala Mgr. Michaela Zapletalová,
krajská koordinátorka NRZP ČR
pro Jihomoravský kraj

Poradna NRZP

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

Na poradnu se mohou obracet se svými dotazy:

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

Témata otázek, ve kterých poradna bezplatně poradí:

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

KONTAKTY:

☎: 542 214 110, 542 214 111,

SKYPE: poradnabrno

✉: poradnabrno@nrzp.cz

www.nrzp.cz

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

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

Vedoucí poradny: Mgr. Michaela Zapletalová.

Asistence při mimořádných situacích

Publikace má záchranářům pomoci lépe chápat specifika komunikace s lidmi se zdravotním postižením

Publikace, kterou vydalo Ministerstvo vnitra České republiky, se soustřeďuje na spolupráci s lidmi se zrakovým, sluchovým, psychickým či pohybovým postižením. Jejím cílem je zlepšit krizovou připravenost a spolupráci policistů, hasičů, zdravotnických záchranářů a dalších s lidmi se zdravotním postižením při řešení mimořádných událostí.

Příručka vznikla v rámci evropského projektu EUNAD Implementace, který se zaměřoval na specifika interakce a komunikace členů zasahujících složek a dalších pomáhajících s lidmi s různými typy postižení v kontextu krizí, katastrof a traumatu. Jedná se o stručnější variantu výstupní publikace *Assisting People with Disabilities in Case of Disaster – European Network for Psychosocial Crisis Management*, kterou vydal v r. 2017 Německý federální úřad pro civilní ochranu a asistenci při katastrofách, který koordinoval výše uvedený projekt. Příručka je adaptovaná pro české prostředí.

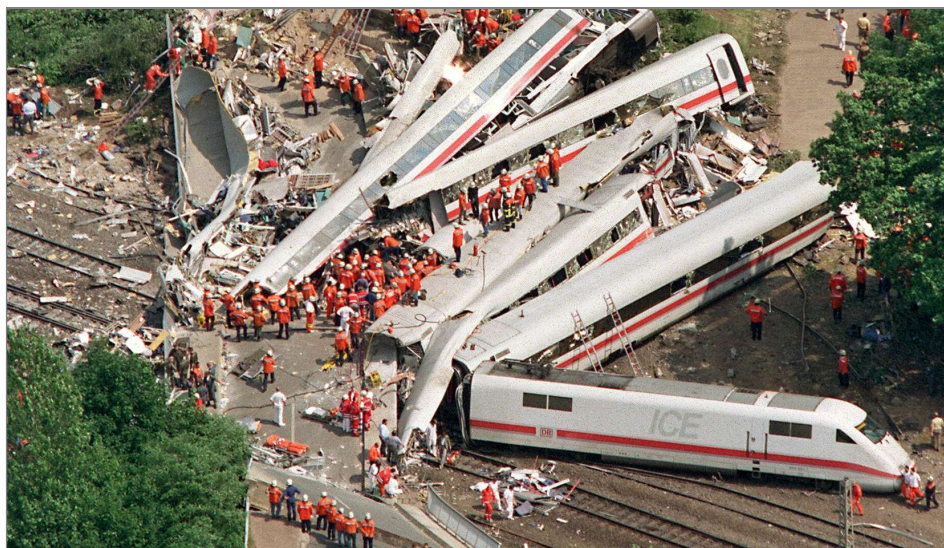
Partnerem projektu EU NAD IP za Českou republiku byla Karlova univerzita v Praze, kooperujícími partnery Ministerstvo vnitra ČR a Policie ČR. Po odborné stránce k výsledkům významně přispěl také Hasičský záchranný sbor ČR, který se spolupráci s lidmi s disabilitou věnoval již před projektem. Zvláštní poděkování patří zástupcům zapojených organizací lidí s disabilitou i odborníkům, kteří sdíleli své konkrétní zkušenosti nezbytné pro platnost a užitečnost doporučených postupů.



Ministerstvo vnitra vydalo publikaci v tištěné verzi v nákladu 600 kusů pro účely vzdělávání psychologů, krizových interventů a dalších expertů IZS.

Veškeré materiály včetně výstupní publikace jsou umístěny na webových stránkách projektu: <http://eunad-info.eu>, související materiály v českém jazyce jsou k dispozici na webových stránkách: www.mvcr.cz/clanek/mezinarodni-projekty.aspx. Publikaci v češtině si můžete stáhnout na: <https://www.mvcr.cz/soubor/asistence-lidem-s-disabilitou-pri-katastrofach.aspx>.

Zdroj: Ministerstvo vnitra ČR (red)



Ilustr. foto.: repro www.tagesspiegel.de

Literární dílna

Ivan Jergl:

Pomněnky

Hledá nové holičství. Nestojí o zručné, vymydlené ruce mužů zavánějící cigaretovým kouřem. Nejde mu ani tak o dokonalý účes nebo hladce vyholené tváře. Vábí ho dotek jemných, jakoby ostýchavých dívčích rukou holiček.

Na Staňkově ulici, porostlé nízkými zašlými domky, uvidí vývěsní štít: Služba lidové družstvo invalidů. Opatrně nahlédne a zaraďuje se. Starý skoliózní holič v malém krcálku a v bílém pomačkaném plášti je zaměstnán zákazníkem. Brousí s odvěkou hbitostí břitvu na začernalém koženém řemeni až se mu hlava s vlnitě vyčesanými, prošedivělými vlasy natrásá. Vejde a pozdraví.

„Posaďte se,“ usměje se na něho posmutněle pomenší děvče, blondýnka. Plášť má čistý, vonící silně práškem na praní. On si sundá brýle a opatrně je položí na mramorovou desku před svým křeslem. Když se nad ním dívka nakloní a citlivě mu pod krkem zastrká bílou plachtu, nenápadně ji pozoruje. Má něco s levým očičkem. Jako by ji někdo dávno surově uhodil a vrazil bezbranné oko hluboko do očního důlku.

Šéf holí na vedlejším sedadle holohlavého otlělého muže. Mezitím se baví otcovským tónem s dívkou, tykají si. Mluví poklidně, s pauzami, jako lidé, jimž stačí slovo, náznak, protože si jsou velmi, velmi blízcí. Jíme ho z toho nesmyslná žárlivost. Je to jen kolegiálita nebo co?

Když je ostříhaný, rychle si ještě poručí oholit, i když se holil včera a jako obvykle se vztekal, že mu holičí strojek nasazený do prodlužující rukojeti padal z pokrivených prstů. Poddává se dotykům malé blondýnky, která mu ještě – mimo štětec – opatrně, až skoro něžně, roztírá ukazováčkem kolem chrípí hustou pěnu. Cítí její jemný dech, jak se nad ním sklání a břitvou přejíždí jemně po tvářích, nadzvedává ušní boltce a pod nimi vybírá pěnu a citlivě vyholuje vousy, které nikdy sám nedokáže hladce odstranit. Propadá se do její pozorné péče. Otevře oči. Znovu úkradkem pozoruje její zapadlé oko, pokrivené víčko a vidí, že zdravé oko je krásně pomněnkově modré, až mu lítostí zatrne v žilách pokroucených zápěstí.

Měl by u ní naději? Ona má určitě taky těžký výběr, pokud to s ní netáhne ten staroch, co jí tady šéfuje. Zase v něm zaplane úplně debilní žárlivost. Je tu poprvé a hned tak fantazíruje.

Zamyšlení Milana Linharta

Lepšolidé a socky

Potom platí a dá jí takové spropitné, že je pomalu větší než samotná cena holení a stříhání. Ona to – víc než zaskočená – odmítá a on se domnívá číst v její tváři výraz, jako by říkala: ty si hraješ na grófa a jsi na tom... Nakonec si vezme sotva třetinu trinkeltu, přičemž v obličeji stále má jakousi smutnou odevzdanost.

On se nakonec mimořádně odváží a polohlasem – s ohlédnutím na šéfa – se zep-
tá: „Šla byste do kina?“

Dívka zvedne překvapeně i to zmrzačené víčko a on vidí, že hluboko vtačené oko je taky tak krásně pomněnkově modré jako to zdravé. Odpoví mu též pološep-
tem: „To ne, pane, já už s někým chodím...“

Pohádal by se s každým do krve, kdyby mu tvrdil, že dívka se při své odpovědi neobrátí směrem k šéfovi, který už mačkal balonek starodávného stříbrného rozprašovače a oblažoval tvář oholeného pitralonem. Možná to bylo mimovolné ohlédnutí, možná to byla odpověď, kterou on tomuto pohybu přisoudil, ale mohla to být i jen opatrnost děvčete, které nechťelo, aby šéf zaslechl, že ona skutečně s někým chodí.

Jeho lítost byla zřejmá až natolik, že se děvče trpce pousmálo, zvedlo ruku k jakémusi soucitnému gestu, ale pak ji nechalo klesnout a řeklo: „Na shledanou, pane!“ To už ji nahrblý šéf sledoval, zrovna se loučil se svým zákazníkem.

Vyšel z krcálku se dvěma zrcadly a zahanbeně, roztrpčeně šel opatrně přes silnici na parkoviště před hotýlek nazývaný před dávným znárodněním Kulíšek, nyní nesoucí nefungující neonový nápis Hotel Merkur.

Jakmile odemkl koženou potaženou tříkolku a otočil se, aby nasedl, uviděl na protější straně ve dveřích oficíny stát oba dva. Dívku s ukrytým pomněnkově modrým okem a skrčeného šéfa dvou ošoupaných kožených křesel. Stáli tam poklidně, mlčky, každý hleděl na jinou stranu. Šéf dokouřil znovu zapálený zbytek cigarety a zašlápl ho před prahem. Jejich hlavy se obrátily k sobě, pohledy se setkaly, aniž se změnil netečný výraz jejich tváří. Jeden po druhém se otočili zády do ulice jako panáčci na vlhkoměru a ponořili se do šera holírny.

Celou dobu, co stál přímo ve směru jejich pohledů, se ani jeden z nich na něj nepodíval.



Na přelomu 70. a 80. let minulého století žili a pracovali dva bratrské národy Čechů a Slováků v totalitním režimu. Komunismus hlásal, že jsme si všichni rovni. To ovšem nebyla pravda. Byli lidé rovni a ještě rovnější. Už tehdy vznikaly elitářské skupiny, mezi něž patřily špičky politiků, vedoucí stranických organizací, číšníci, taxikáři a veksláci.

Na Ostravsku patřili k vrstvě elity – tedy *lepšolidi* – zejména horníci. Ti si ovšem na rozdíl od těch předešlých své výjimečné postavení ve společnosti vydobyli poctivou prací. Benefity, kterých se jim od režimu dostávalo, většina z nich nevyužívala. Členové vlády či ÚV KSČ neměli nouzi o nedostatkové zboží. „Pros-
tý lid“ si ho mohl za bony pořídit v Tuzexu. Ti první cestovali po celém světě, tedy i na západ od našich hranic, zbytek republiky byl vděčný i za rekreace v Bulharsku, Rumunsku nebo i doma. „Elita národa“ jedla nezávadné potraviny, my ostatní jsme se živili jídlem s vysokým obsahem pesticidů a dusičnanů, po černo-
bylské katastrofě obohacené radioaktivními látkami, a to zejména na severní Moravě.

V tehdejší společnosti tedy existovaly tři skupiny: vyvolených, průměrně zajištěných a sociálně slabých. Jestli lze považovat osobní automobil, chatu a zahradu za luxus, žilo obyvatelstvo Čech, Moravy, Slezska a Slovenska v relativním blahobytu. Vrstvu sociálně slabých tvořilo malé procento lidí, kteří žili na okraji společnosti. Většina lidí touto skupinou opovrhovala. V té době se jim ale ještě neříkalo *socky*. Na rozdíl od malé privilegované skupiny jezdila větší část národa v tehdejším Československu městskou hromadnou dopravou a vlakem. Před Vánoci stála poslušně ve frontách na banány a mandarinky, jednou týdně si mohla koupit čerstvé maso a každý čtvrtek v knihkupectví čerstvou novinku.

Po sametu

Doba po sametové revoluci přinesla naší společnosti mnoho změn. Obecně se dá říct, že to byly změny k lepšímu, ale nastaly i změny, které je nutné hodnotit jako neblahé. Tržní hospodářství a liberalizace myšlení způsobily, že se u nás vytvořily propastné sociální rozdíly a „pomyslné nůžky“ se rozevírají čím dál víc...

Současnou dobu Charakterizuje honba za ziskem a konzumní způsob života. Máme zde novodobé zbohatlíky, miliardáře a milionáře. Jejich protipólem jsou lidé s astronomickými dluhy, lidé žijící na hranici chudoby a bezdomovci.

Senioři a lidé se zdravotním postižením mohou jen těžko konkurovat výdělkům podnikatelů a zdravé populace. Tak se v podstatě znovu ocitají na okraji společnosti. I oni se stávají chťe nechťe tzv. *sockami*. A co to podle názoru horních 10 000 jsou *socky*?

A zase ten majetek...

Nevlastníš vilu či dům s bazénem, ale bydlíš v panelákovém bytě? Jsi *socka*.

Nejezdíš na Maledivy a Seychely, ale do Beskyd nebo k Máchovu jezeru? Jsi *socka*.

Nevlastníš mercedes, ferrari či poršáka, ale jezdíš tramvají, autobusem a vlakem? Jsi *socka*.

Neobléká tě Armani, Gucci nebo Dior, ale Vietnamec a second hand? Jsi jednoduše *socka*.

Nekupuješ bio potraviny, farmářské produkty ze zahraničí, ale akční zboží v supermarketech? Jsi také *socka*.

Nemáš každého půl roku nový notebook Apple, iPad nebo iPhone, ale vlastniš pouze tlačítkovou Nokii? Pojmenování *socka* na tebe sedne jako ulitě.

Je jisté, že jsme všichni od listopadu 1989 o 30 let starší. To ovšem neznamená, že bychom měli být automaticky o 30 let moudřejší. Vyzbrojení nejnovějšími technologiemi, strejdou Googlem, Facebookem, Instáčem či Twitterem si tak mohou někteří lidé opravdu připadat jako vzdělanci. Skutečné vzdělání a životní moudrost tkví ovšem v něčem docela jiném. V obyčejném každodenním prožívání života se vším, co nám přinese. Ani zdraví a štěstí se za peníze pořídit nedá. Ale to si ti, kteří se povyšují nad ostatní a považují se za *lepšolidi*, neuvědomují.

Naši rozumní předkové říkali, že „chudoba cti netratí“ a taky se tímto řečením řídili. Pokud si z našich předků vezmeme příklad, nemusíme se ani my stydět za to, že žijeme svůj normální, ale přitom plnohodnotný život. Musíme se umět i nadále v životě těšit z maličkostí a být šťastní.

To z nás přece ještě žádné *socky* nedělá, ne?

Kateřina Morozová: Dělá mi radost, když lidi okolo mají radost...

Sympatická a věčně usměvavá Kateřina Morozová z Písku se narodila se srostlými klouby a nefunkčními svaly, což znamená, že nebude nikdy chodit a i pohyb rukou má velmi omezený.

Jezdí na kolečkovém křesle, doma se kutálí nebo plazí po koberci a většinu věcí dělá ústy.

I přes své postižení se rozhodla splnit svůj sen a chce se stát střihačkou. Filmová akademie Miroslava Ondříčka, respektive její ředitel Miloň Terč jí nejen studium nabídl, ale i sponzoroval.

Životní příběh této pozoruhodné dívky nás zaujal natolik, že jsme se rozhodli s ní udělat rozhovor. Šlo to neuvěřitelně rychle – Katka obrátem souhlasila a zvolila psaní přes e-mail.

• Jaké jste měla dětství vzhledem k nemoci, se kterou jste se narodila?

Moje nemoc se jmenuje *Arthrogryposis multiplex congenita* – ztuhnutí kloubů končetin. Po narození a kratším pobytu v nemocnici jsem byla umístěna do dětského domova, kde jsem strávila čtyři roky. Pak si mě vzala jedna rodina do pěstounské péče. Vyrůstala jsem mezi „zdravými“ dětmi. Vychovávali mě stejně jako moje sourozence. A za to jsem svým rodičům nesmírně vděčná, že se mnou nejednali jako s chudáčkem. Jasně, měla jsem a pořád to mám občas těžší než ostatní vrstevníci, ale vždy okolo mě byli lidé, kteří mi pomáhali. Postupně jsem se učila, jak některé věci zvládat sama.

Nebojím se říct, že moje dětství bylo skvělé, občas šílené, někdy smutné – jak to ve větších rodinách bývá. Nelituji ničeho.

• Vystudovala jste střední školu při Jedličkově ústavu – obor Práce v sociálních službách. Měla jste představu, že byste chtěla pomáhat lidem?

Když jsem nastupovala do Jedličkárny na střední, neměla jsem žádnou představu, co bych chtěla dělat. Ani ve čtvrtáku. Během studia mě ale začal bavit střih. Teď pracuju ve firmě Newton Technologies na klientské podpoře a do toho občas střihám, což mi plně vyhovuje.

• Irský režisér Simon Fitzmaurice se může dorozumívat pouze očima, přesto natočil film. Nechtěla byste také zkusit režii? Máte ráda vyprávění příběhů?

Ve filmovém průmyslu se chci posouvat, ale spíše před kameru, ale uvidíme,



co se naskytne. Nemám žádné herecké vzdělání, takže zkouším spíše komparzní role. Zároveň se střihu chci pořád věnovat a vlastně pořád věnuji. Ale že bych měla režirovat, tak to fakt nehrozí.

• Jaké to bylo na Filmové akademii Miroslava Ondříčka?

Já neměla velká očekávání. Byla to pro mě neskutečně cenná zkušenost. Filmovka mi zkrátka otevřela dveře, o kterých jsem ani netušila, že by se někdy pro mě mohly otevřít.

• Hodláte nějak aktivně hledat zakázky u filmových společností nebo doufáte, že vás někdo osloví a dá vám třeba práci?

Ani ne. Sleduju na Facebooku skupinu Komparz ČR a tam hledám komparzní role. Jsem zaregistrovaná v několika castingových agenturách, odkud mi občas napíší, že hledají vozičkáře. V tomto ohledu jsem aktivní, ale co se střihu týče, tak ten jde teď trochu stranou.

• Vy se ale taky věnujete divadlu...

Nevím, jestli mohu říct, že mám herecký talent, ale ano – divadlo zkouším. Beru to jako výzvu a s každým představením nebo i zkouškou vycházím ze své komfortní zóny, což mě posouvá dál. Zároveň jsem ráda mezi lidmi, ale není to primární důvod, proč hraju.



• **Bydlela jste v Písku, ale víme, že byste se chtěla osamostatnit a bydlet v Praze. Máte nějaký plán, jak takovou náročnou změnu zvládnout?**

Ale já už bydlím v Praze, osamostatnění bylo náročné, ale nakonec se mi to podařilo. Po vysoké škole jsem si zařídila bydlení ve stacionáři pro lidi s postižením, kde jsem se přes prázdniny učila samostatně bydlet. Zároveň jsem si zařizovala bydlení v Jedličkově ústavu, kde nabízí možnost bydlet během školního roku v garsonce – tento program se jmenuje Samostatné bydlení. Během těch deseti měsíců jsem hledala byt i práci. Za pomoci lidí z Jedle a za podpory rodiny se mi to podařilo.

• **Jak to probíhalo?**

Hledala jsem hlavně na internetu. Většinou mi přicházely odpovědi, že byt

nebo práce není bezbariérová. Já to ale nevzdávala a hledala dál. Ohledně práce jsem se ptala i kamarádů. A trpělivost se vyplatila. Moje kamarádka z Jedle mě seznámila s Ditou Horochovskou. Původně mělo proběhnout setkání s ní ohledně programu pro ovládání počítače hlasem. Nevyšlo to, ale bavili jsme se i o práci. Dita mě pak propojila s Petrem Herianem, který mě po pár měsících hledání vyhovující práce zaměstnal.

S bydlením to bylo tak, že v Jedličkárně vznikla skupina lidí se stejným cílem: najít si bezbariérové bydlení. S pomocí obecně prospěšné společnosti Asistence a koordinátorů naší skupiny, jsme naši potřebu protlačili do médií. Ukázali jsme na složitou problematiku okolo bezbariérového bydlení. K tomu také vznikly stránky www.bezbabyty.cz. A uspořádali



jste happening s přespáním pod stany. V televizi běžela i reportáž, kde jsme mimo jiného prosili občany o to, že kdyby měli k dispozici byty k pronájmu a zároveň by souhlasili s rekonstrukcí, tak ať se ozvou. No a pár lidí se skutečně ozvalo. A já díky tomu bydlím.

• **Jste samý úsměv a na nic si nestěžujete. Co vás nabíjí?**

Mně dělá radost, když lidi kolem mě mají radost. A i když si někdy na něco stěžuju, vždy to přebiju svým optimismem.

• **S instruktorem jste dokonce jela i na speciálních lyžích nebo bobech... O čem ještě sníte? Co byste si chtěla vyzkoušet?**

Mám víc snů, ke kterým směřuju a postupně si je plním. Tím větším je podívat se do Ameriky. Jinak ráda cestuju i po České republice. Musím si předem domluvit asistenci, naplánovat cestu a všechno kolem. Jezdíme většinou autobusem nebo vlakem.

• **V poslední době se o vás dost píše, a byla jste i v televizi. Vadí vám publicita?**

Publicita mi nevádí, беру to s pokorou, ale zároveň chci lidem ukázat, že se dá žít plnohodnotný život i s postižením.

*Foto: archiv Kateřiny Morozové
Vítek Formánek a Eva Csölleová*

Louis Braille naučil slepé vidět prsty

Když se řekne Louis Braille, mnohým se patrně vybaví bodové písmo pro nevidomé, které tento Francouz vynalezl už ve svých šestnácti letech. Méně známý je však jeho životní příběh.

Louis Braille vyrůstal v rodině sedláře v obci Coupvray ležící asi 40 kilometrů severovýchodně od Paříže. Louis byl slabé miminko a zpočátku nebylo vůbec jisté, zda přežije. Odmala byl zvědavý a chtěl napodobovat svého otce, kterého pozoroval při práci. Jednou, to mu byly teprve tři roky, se přes zákaz vydal do dílny. Ostrým sedlářským nožem zkusil uříznout kůži, jenže nástrojem si zajel do oka. Rána se mu špatně hojila a infekce se navíc přenesla i do toho druhého, takže v pěti letech chlapec zcela oslepl.

Díky své šťastné povaze, podpoře rodičů i dalších lidí z okolí se mu přesto v rámci možností dařilo začleňovat do běžného života. Velice rychle zvládl chodit po městě s holí, rozpoznávat hlasy sousedů, pomáhat otci s leštěním kůže. A jelikož toužil po vědění, místní farář Jacques Palluy mu nabídl, aby se u něj několikrát týdně vzdělával. Louis se tak od šesti let připravoval na vstup do vesnické školy. Později ho rodiče poslali do slepeckého ústavu v Paříži. Tam se brzy učil hrát na klavír a v hlavě se mu rodila myšlenka na vytvoření jednoduchých znaků, které by se daly sestavovat a rozpoznávat hmatem, čímž by nevidomým usnadnily komunikaci.

Inspiroval ho důstojník francouzské armády Charles Barbier, který přišel nevidomým chlapcům představit své tajné písmo, které sloužilo k dorozumívání za tmy. Braille později systém zredukoval. V roce 1825 byl jeho návrh v ústavní soutěži ohodnocen jako nejlepší. Celých pětadvacet let ale učitelé novinku odmítali. Až v roce 1850 vedení ústavu uznalo, že Braillův vynález bude slepcům sloužit nejlépe. Pak už se v něm začaly tisknout knihy. V průběhu 2. poloviny 19. století se pak přizpůsobovalo potřebám jednotlivých jazyků a rozšiřovalo do dalších zemí.

Louis Braille, který ve slepeckém ústavu nakonec zůstal jako učitel, si však uznání dlouho neužíval. Onemocněl tuberkulózou a v prosinci 1851 začal vykašlávat krev. Umíral obklopen nejbližšími přáteli, a dokonce i žáky.

Zdroj: Novinky.cz

Z historie



Dívka na vozíku na verandě domu (20. léta 19. století)

Z archivu Státního historického ústavu v Iowě, USA



Pacientky rehabilitačního ústavu (30. léta 19. století)

Z archivu Rooseveltova institutu pro rehabilitaci ve Warm Springs, Georgia, USA - bývalého osobního sídla prezidenta F. D. Roosevelta

Vaříme s VOZKOU



Zdravá a jednoduchá jídla

Tvarůžky a syrečky:

**Nos i chuťové buňky
si přijdou na své**

S tvarůžky – tedy správně Olomouckými tvarůžky (dále tvarůžky) – se to má podobně jako s olivami, skopovým masem nebo kozími sýry: buď se po nich můžete utlouct, anebo se jich ani nedotknete.

S nadsázkou by se dalo říct, že tvarůžky jsou ve světě potravin celebritou, a to bez ohledu na to, zda tu tak specifickou chuť a vůni tvarůžků milujete, nebo nenávidíte. Olomoucké tvarůžky získaly chráněné zeměpisné označení Evropské unie, vznikla speciální tvarůžková cukrárna, každoročně je pořádán tvarůžkový festival a mají vlastní muzeum. Pro řadu z nás, kteří si hlídáme každou kalorií, je tvarůžek jídlo VIP – obsahuje totiž velmi malé množství tuku (do 1 g ve 100 g výrobku).

Přinášíme vám několik prověřených receptů a budeme rádi, pokud vám budou chutnat stejně jako nám.

Smažený tvarůžek v hermelínu



Potřebujete: hermelín, tvarůžky – kolečka, plátek uzeniny podle chuti, trojbal a olej na smažení.

Postup: Hermelín si rozpulte, lžičkou vydlabejte část měkkého středu, do kterého vložte tvarůžek. Pak přiklopte, přitiskněte a obalte v klasickém trojbalu (nejlépe dvakrát). Vnitřek hermelínu můžete

vyložit salámem. Takto připravený sýr osmažte v rozpáleném oleji z obou stran dozlatova. Podávejte s bramborovou přílohou. Ze zbylého hermelínu můžete udělat pomazánku.



Pikantní syrečkový (tvarůžkový) salát



Potřebujete: tvarůžky, cibuli, lžici oleje, lžici nakládané kapie, sůl, mletý pepř a chilli omáčku.

Postup: Tvarůžky a nakládanou papriku nakrájejte na malé kousky, oloupanou cibuli na slabé plátky. Vše dejte do misky, zalejte olejem, chilli omáčkou podle chuti, opepřete a osolte (nemusí být), promíchejte a nechte alespoň přes noc uležet v chladu. Podávejte s čerstvým pečivem nebo jako chuťovku k pivu.

Tvarůžkové (syrečkové) placičky s masem



Potřebujete: 250 g kuřecího masa – drobně pokrájeného, 100 g tvarůžků (syrečků), jarní cibulku, 1 vejce, 50 g solamylu, mletý pepř, sůl a olej na smažení.

Postup: Maso pokrájejte na malé kousky, cibulku nadrobno, tvarůžky podle

stavu prolezení buď rozmačkejte, nebo nastrouhejte na hrubém struhadle. Přidejte vajíčko, opepřete, případně osolte a dobře promíchejte. Vše zaprašte solamylem, opět dobře promíchejte a nechte jen krátce proležet. V pánvi si rozpalte olej. Lžící nabírejte připravenou hmotu a po malých hromádkách kladte do pánve. Ihned je upravte na placičky (ne rukou, ale lžící...). Smažte dozlatova z obou stran. Placičky můžete vkládat do housek se zeleninou a hořčicí.



Tvarůžkové syrníky



Potřebujete: 3 brambory vařené ve slupce, 250 g měkkého tvarohu, 100 g tvarůžků, 2 vejce, sůl, pepř, půl lžičky drceného kmínu, 4 lžíce dětské krupice a 3–4 lžíce oleje.

Postup: Brambory oloupejte a v míse rozmačkejte, přidejte tvaroh, nejmenší nakrájené tvarůžky, vejce, sůl, pepř, kmín a zamíchejte. Přidejte krupici – množství záleží na vlhkosti tvarohu. Nechte asi 20 minut odstát, aby krupice nabobtnala. Na pánvi s tenkou vrstvou rozpáleného oleje smažte placičky po obou stranách do zlatova. Jsou skvělé s bramborovou kaší.

Pivní tvarůžková pomazánka

Potřebujete: tvarůžky, pivo a kmín.

Postup: Tvarůžky naskládejte do skleněné nádoby, vrstvy průběžně prosypávejte kmínem (může být i drcený), zalijte dobrým pivem do úplného ponoření. Sklenici uzavřete, nechte několik dní stát v chladu a temnu. Když se tvarůžky změní na jednolitou hmotu, která začíná bobtnat, je pomazánka hotová.

Dobrou chuť přeje Blanka!

Arteterapie pro zdraví i pro radost

Motýlí lustr do dětského pokoje nebo třeba na verandu

Motýlí lustr si můžete udělat z papíru barevného, transparentního nebo zvolit filc či plát tenčí umělé hmoty. Třeba růžový – něžný pro malou holčičku. Nebo v barvě podle představ někoho, s kým ho budete tvořit – s dcerou, synem nebo vnučkou. Navíc rozvinete svou kreativní duši a procvičíte si jemnou motoriku. Tak do toho.

Budete potřebovat:

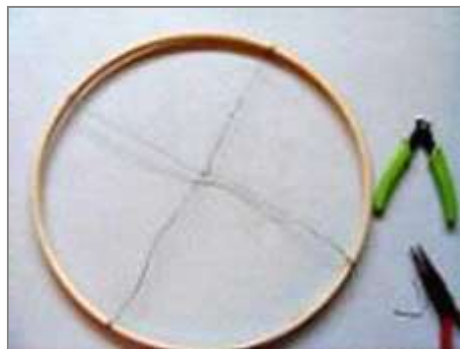
- 6–8 papírových archů, doporučuji spíše ze silnějšího papíru. Barvu a typ zvolte po libosti. Je možné použít velikost 12 × 12 cm, ale i 8,5 × 11 cm vypadá dobře – jen jich budete potřebovat víc;
- lepidlo, popřípadě lepicí pistoli;
- tenčí rybářský vlasec;
- obruč volitelné velikosti, nejlépe dřevěnou, ale i obruč z pevného drátu se hodí;
- řemeslný drát pro výplň obruče, na který zavěsíte vaše motýly;
- stuhy a tyl podle vaší představy, hodí se ale v barevném provedení ladícím k motýlkům.

Postup

Krok 1: Začněte vystřížením spousty motýlků. Lze je vystříhnout podle vzoru, volit různé velikosti, ozdobit pastelkami nebo vystřížením, případně u tvrdších materiálů vyražením ozdob na křídlech. Krásně vypadá lustr s více než 100 motýly. Kreativcům doporučuji nebát se barev, takový lustr s temně zelenými křídly motýlů vypadá extra efektně.

Na fotografii máte vzor skládání motýlků z papíru.

Krok 2: Vezměte si obruč a pomocí drátu uvnitř kruhu vytvořte rovnoměrně vystředěný kříž.

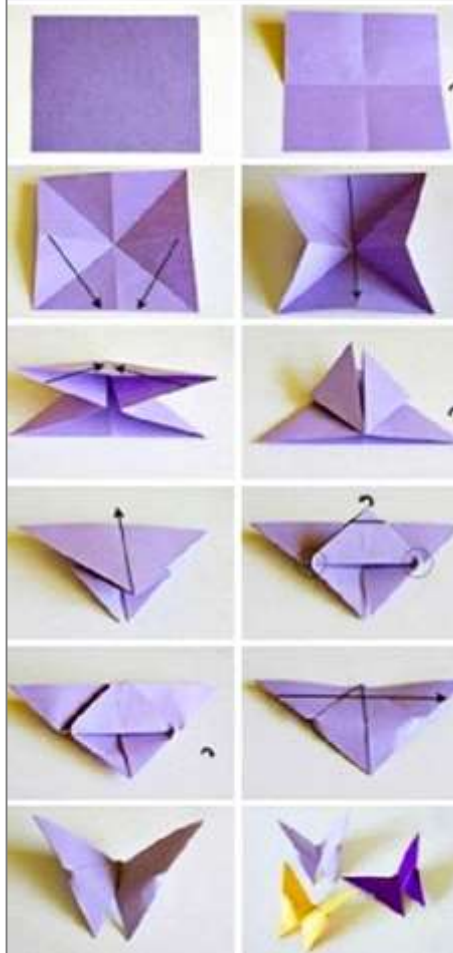


Krok 3: Nejjednodušší je připojit motýly na zavěšenou obruč, například na už fungující lustr v obýváku. K obruči

připojte jeden konec rybářské šňůry. Ještě neřezejte délku, stačí ji nechat připevněnou k cívice. Pak udělejte lepicí tečku na střed motýla, přilepte na rybářskou šňůru a druhou zatlačte na vrchol. Pokračujte dolů, dokud nejste spokojeni s délkou. Až budete spokojeni i s množstvím nalepených motýlků, šňůru odstříhnete.

Krok 4: Pokračujte v připevňování motýlů – postupujte zevnitř ven. Udělejte tolik zavěšených šňůr, kolik se vám bude líbit.

Krok 5: Vezměte tyl – případně jemný krepový papír – a připevněte ho k horní části obruče v každém rohu, kde je vodič.



Mějte ho k dispozici dost, abyste mohli udělat mašli. Tylem můžete obruč nazdobit podle libosti. No a nakonec lustru najděte místo k zavěšení – pokud to bude nad postýlku, pověste ho mimo dosah dítěte.



Zdroj: <https://wonderfuldiy.com>
Připravila Blanka Falcniková

Kvíz

Tvarůžky

Lahodná vůně,
nebo vlezlý zápach?

Jídlo, které mnozí bezvýhradně milují, jiní zase haní. Pojďme si dnes zkusit odpovédět na několik kvízových otázek o tomto unijně chráněném kulinařském skvostu olomoucké provenience.

1. Jsou tvarůžky dietním jídlem?

- Jsou dietology výrazně nedoporučovány, neboť vzhledem k výrobnímu procesu, který zahrnuje dodávání tučných tvarůžkových kultur, je jejich kalorická hodnota na vysoké úrovni.
- Kalorická hodnota tvarůžků stoupá současně s jejich zralostí – čím zralější, tím je vyšší. Pro dietní účely je tedy nutné, aby je člověk konzumoval těsně po vyrobení.
- Jsou dietní přirozeně odtučněným sýrem. Vyrábí se z netučného kyselého tvarohu, který má nízkou kalorickou hodnotu. Tvarůžky obsahují méně než jedno procento tuku.

2. Tvarůžky jsou známy hlavně svým specifickým aroma, které je v pokročilejším stadiu zralosti velice silné. V současnosti už nejsou cítit tak intenzivně jako dřív. Proč?

- Je to dáno proměnou technologie, materiálů i surovin – dříve hrálo významnou roli dřevo, dnes je to samý plast a nerez. Dřevo nebylo v souladu s předpisy EU, tak před lety nařídila jeho výměnu. To je jeden z důvodů, proč tvarůžky nejsou cítit až za roh. Práči dřívě mělo svůj důvod...
- Dříve se tvarůžky neboli syrečky vyráběly téměř v každé jihomoravské chalupě. Hygiena se při výrobě nijak zvláště neřešila, tudíž byl proces velmi „zrající“ a otevřený a i pro naše nosy citlivý. Dnes je výroba tvarůžků uzavřena ve výrobním procesu, který ven pach nepouští, tudíž ani výrobek pach sebou na pulty nenese.
- Je to mlékem, které už není, co bývalo dřív. Je plné nejrůznější chemie, která chrání krávy před nemocemi. Právě to už neumožňuje tvarůžkům jejich pachové zrání.

3. Jak tvarůžky servírovat? Kromě smažení a zapékání se dají použít do slaných koláčů, případně jako ná-

hražka tučných sýrů při vaření. Hodí se na topinky či k dochucení česnekové polévky. A samozřejmě jen tak na chleba s máslem a posypané kmínem, solí, pepřem a mletou červenou paprikou. Čím se ale zapíjejí?

- Vychlazeným mlékem nebo pivem.
- Tvarůžky se podle doporučení výrobců vůbec nemají zapíjet. Tekutinou se totiž znehodnotí jejich kvalitní působení pro organismus. První lok má přijít asi hodinu po konzumaci.
- Podle doporučení vinařství Lochnicki a spol., které přímo spolupracuje s výrobcí tvarůžků, je ke konzumaci nejvhodnější bílé suché víno, třeba Veltlínské zelené pozdní sběr, ročník 2009 nebo 2015.

4. Patří mezi netradiční recepty z tvarůžků...

- ... ty ze sněmovní jídelny českého parlamentu, kde jsou i originálním způsobem servírovány a konzumovány? Výhodou je, že si pro ně poslanci či senátoři nemusejí sáhnout hluboko do kapsy, neboť cena je zde uměle udržována na úrovni 70. let minulého století.
- ... originální moučníky z tvarůžkové cukrárny? Jednoduchý je třeba moučník na sladko – kolečka tvarůžků stačí doplnit o šlehačku a povidla.
- Bezpośredně otázka. Žádné netradiční recepty z tvarůžků neexistují, jedná se jen o neoborné pokusy, které tento produkt znehodnocují.

5. Při výrobě tvarůžků v minulosti se v zimě během zrání používalo tři a půl kila soli na sto kilogramů tvarohu, v létě už to bylo kil pět na sto kilogramů tvarohu. Proč?

- V létě by tvarůžky přirozeně zrály rychleji, proto se proces zpomaloval právě použitím většího množství soli.
- Protože sůl byla v zimě dražší, tak s ní při výrobě šetřili.
- Sůl je přirozený dezinfekční prostředek. A protože v zimě se infekce nemá tendenci tak rychle šířit, nebylo ani potřeba tolik soli.

6. Mohou tvarůžky sportovci?

- V žádném případě, konzumace tvarůžků jejich trávicí proces velmi ztěžuje, a to od začátku až po jeho ukončení. Stává se, že pokud sportovec konzumuje tvarůžky, velmi často musí řešit „nehodu“ při výkonu.
- Tvarůžky v sobě zahrnují stejně jako jiné druhy sýrů i bílkovinu. O tom, kolik z ní přijde do těla sportovce, však rozhoduje individuální tělesný systém každého člověka, a to podle rychlosti jeho trávení. Tento proces se dá změřit v Ústavu trávicích systému (ÚTS) Praha, kde za částku 2 536 Kč tento systém přeměří.

- Více jak čtvrtinu hmotnosti tvarůžků tvoří bílkovina, a proto je ocení sportovci a lidé, kteří se snaží nabírat nebo udržovat svalovou hmotu. Patří ke kvalitním zdrojům proteinů.

7. Co jsou to troky?

- Nástroj při výrobě tvarůžků, kterým se dřívě vytahovaly zbytky sraženého mléka z dřevěných forem na tvarování tvarůžků. Název byl převzat z chirurgického nástroje trokar, který byl využíván obdobně.
- Říkalo se tak ženám, které každoročně přicházely z německého města Trockau, aby vypomohly při sezónní výrobě tvarůžků. Trockau a Olomouc jsou spřátelená města.
- Dřevěné necky, ve kterých se praly tvarůžky od soli.

8. Co jsou to klapačky?

- Formy na tvarování tvarůžek kulatého tvaru, kterými se hotové tvarůžky vyklepávaly na podložku.
- Tak se hanlivě nazývají ženy pracující při výrobě tvarůžek. Pojmenování vychází z jejich silné potřeby verbálního sdílení.
- Jsou to úderníky na dveřích, jimiž chlapi na Olomoucku oznamovali poklepáním, že výroba tvarůžek je hotova a že obyvatelé mohou přijít směřovat či nakupovat. Zvyk se udržel dodnes.

9. Co je to kisten?

- Uhro-skandinávské pojmenování tvarůžků (syrečků).
- Tvarůžková cesta vedla do dřevěných beden s uřezanými rohy, tzv. kisten, které se skládaly šikmo na sebe, aby mohl vzduch kolem nich proudit a tvarůžky mohly rovnoměrně zrást.
- Tak byl na jižní Moravě nazýván muž, který ukládal už hotové tvarůžky do beden. Název byl převzat od velmi známého ukladače tvarůžků v 17. století, který proslul rychlostí a precizností práce. Pocházel z Pákistánu, odtud jeho pojmenování.

10. Proč se tvarůžky nazývají tvarůžkami?

- Vyrábějí se z tvarohu – odtud jejich název.
- Tvarůžky se pro usnadnění tvarovaly původně rukama do kulatého tvaru tzv. plácnutím. Když se pracovníkům nedařilo plácát správně, tak se mistr hromovým hlasem ozýval: „Tvar! Tvar! A bez růžků!“
- Název je odvozen z německého označení Olmützer Quargel.

Správné odpovědi: 1c, 2a, 3a, 4b, 5a, 6c, 7c, 8a, 9b, 10c.

Připravila odbornice
na sýry a vůbec na hodně věci Blanka

INZERCE

Soukromou inzerci si můžete
podat také na web VOZKY
www.vozka.org

PRODEJ

• **Prodám elektrický vozík typu Joystick Compact DX** se dvěma akumulátory, ovládání joystickem na pravé područce. Vozík byl přivezen firmou LPN Napajedla z Holandska a zde byl také repasován. Vozík má nová zadní kolečka, součástí dodávky je i nabíječka. Podle informace firmy LPN Napajedla by vozík měl mít dojezd cca 18 km. Kontakt: L. Řezníčková, Brno, lida.reznickova@seznam.cz, tel. 728 007 261.



• **Prodám zimní kola, vč. obručí, velikost 24 x 1,95.** Cena: 10 000 Kč. Kontakt: 735 32 Rychvald, tel. 733 387 804, Cader.r@seznam.cz.



• **Prodám mechanický vozík zn. Meyra s přídatným pomocným motorem.** Snadná manipulace, motorovou část lze snadno od vozíku oddělit a vozík složit. Velmi ulehčí práci osobě, která handicapovaného člověka doprovází. Dojezd 20 km na jedno nabití. Vozík má zadní pojistná kolečka, opěrky nohou lze zvednout i do vodorovné polohy. Informace na telefonu 776 112 529.



• **Prodám otočnou a výsuvnou sedačku pro spolujezdce do vozu Citroen Berlingo** (API otočná sedačka – otočné sedadlo Turnout). Jedná se o sedačku Kompakt, posuvné kolejnice, otočnou desku Turnout III a montážní konzole Turnout do podlahy. Téměř nepoužívaná. (Instalaci provádí např. firma API.) Informace na telefonu 776 112 529.



• **Prodám spolehlivý a málo jetý Peugeot 307, plus nájezdové zasunovací ližiny 90/180 cm,** ideální pro vozíčkáře, rok výroby 2002, stav tachometru (v době podání inzerátu): 30 630 km. ABS, ESP + EVI – brzdový asistent, nový aku BOSCH, nové zimní pneu + 2leté letní pneu, brzdové obložení, vodní pumpa. Nová STK do 1. 8. 2020. Výborný stav, vše funkční. Doplňková výbava: zámek převodovky Construct, pískovaná skla, radio s RDS, denní LED svícení v předním nárazníku, solární nabíjení aku. Cena 50 tis. Kč. Na koupi je možné čerpat příspěvek na pořízení a úpravu vozidla. Prodávající: Luděk Trombala, Vsetín, tel. 721 726 538 (po 16 hodině), e-mail: Trombala@seznam.cz.



• **Prodám Renault Kangoo – pro převoz vozíčkáře.** Vůz je vybaven homologovanou plošinou – Flexi rampou pro snadný nájezd a ukotvení vozíčkáře – a otočným a výsuvným sedadlem spolujezdce vedle řidiče, vše od firmy API Slapy. Při složené rampě má vůz k sezení 5 míst, při převozu vozíčkáře 4 místa. Vozidlo je zakoupeno v ČR, rok výroby 2009, nehavarováno, garážováno,

Přihlášky k odběru magazínu VOZKA

Přihlásit se můžete

- **telefonicky:**
- tel. redakce: 596 783 174 (10-17 h)
- tel. vydavatele - Ostravská organizace vozíčkářů, spolek: 596 786 353 (8-13 h)
- **e-mailem:** dzido.petr@vozka.org (redakce)
- **více informací:** www.vozka.org

Platby

- **Roční předplatné:** minimálně 160 Kč/rok/4 čísla.
- **Při přihlášení v průběhu roku:** částka podle počtu nevydaných čísel.
- **Číslo účtu pro platbu:** 2701107774/2010 (Fio banka)
- **specifický symbol:** 201
- **variabilní symbol:** VAŠE TELEFONNÍ ČÍSLO
- **zpráva pro příjemce:** „VOZKA“, „Jméno a město předplatitele“
- **Na požádání Vám můžeme zaslat poslední již vydané číslo** (pokud je skladem).

**Magazín VOZKA: 4×/rok,
68–76 str., distribuce do všech
krajů České republiky**

najeto pouze 68 000 km, je ve stavu nového vozu – nutno vidět.. Výbava: motor 1.2 16 V 55 kW (atmosférický čtyřválec), 2 × airbag (u spolujezdce lze vypnout), ABS, klimatizace, servo, centrální + alarm na dálkově ovládané autorádio, elektricky ovládaná okna i zrcátka, 5rychlostní manuální převodovka, 2 sady kol atd. Možnost čerpat příspěvek na zvláštní kompenzační pomůcku od úřadu práce. Cena 239 000 Kč. Kontakt: tel. 608 570 590, e-mail: karel@karel123.cz.

VOZKA

**Magazín
o životě
a pro život
na vozíku**

**Rady,
inspiratione
a motivace**

www.vozka.org

Vydává: Ostravská organizace vozíčkářů, spolek; Horymírova 3054/121, 700 30 Ostrava 30, www.vozickari-ostava.cz, tel. 596 786 353, IČO: 66933579 ■ **Magazín Vozka**, č. ú.: 2701107774/2010 (Fio banka) ■ **internet:** www.vozka.org ■ **Facebook:** <https://www.facebook.com/magazinvozka> ■ **Redakce – šéfredaktor, vedoucí vydání, styk s dopisovateli, jazyková korekce, web, facebook:** Pavel Plohač (pp), Dolní 87, 700 30 Ostrava 30, tel.: 595 545 083, sefredaktor@vozka.org ■ **Předplatné, inzerce** (redaktor, grafická úprava, sazba, web): Ing. Petr Dzido (dz), 596 783 174, (10–17 h); dzido.petr@vozka.org ■ **Redaktoři:** Mgr. et Mgr. Blanka Falcínková (bf) ■ **Stálí dopisovatelé:** Miroslav Filipčík (mf), Mgr. Kateřina Bulantová, Mgr. Michaela Zapletalová, Josef Procházka, Michal Pospíšil, Věra Schmidová, Mgr. Milan Linhart, Vítek Formánek a Eva Csölleová, Ivan Jergl ■ **Administrativní spolupráce:** Marie Báňová ■ **Registrace:** MKČR E 12818 ■ **ISSN** 2533-3267 ■ **Vychází** 4× ročně v Ostravě ■ **Tiskne** Printo, spol. s r.o., Ostrava ■ **Cena předplatného:** (minimálně) 160 Kč/rok ■ **Náklad:** 1 180 ks ■ Distribuci pro předplatitele provádí v zastoupení vydavatele Česká pošta, s. p., Postservis, Poděbradská 39, 190 00 Praha 9, tel. 284 011 810. Smluvní vztah mezi vydavatelem a předplatitelem se řídí Všeobec. obchod. podmínkami pro předplatitele ■ Články nemusí být shodné s názory redakce a vydavatele ■ **Zařazování příspěvků** je na rozhodnutí redakce ■ Redakce si vyhrazuje právo redakčně upravit externí příspěvky ■ **Vydáno za finanční podpory:** Ministerstva zdravotnictví ČR, Magistrátu města Ostravy, Nadace ČEZ, Nadace Jedličkova ústavu aj.

Magazín VOZKA je adresně distribuován do všech krajů ČR: lidem s těžkým tělesným handicapem (TTH) – rodičům dětí s TTH, organizacím poskytujícím služby TTH lidem; Centřům a poradnám pro TTH občany, na kontaktní pracoviště rehabilitačních ústavů, školským zařízením pro výuku dětí a mládeže s TTH, veřejnosprávním institucím, zabývajícím se problematikou občanů s TTH, firmám, poskytujícím služby občanům s TTH, do hlavních knihoven ČR aj.

Ocenění redakce: Výroč. cena ministra zdravotnictví ČR za práci ve prospěch zdravot. postiž., Stříbrný kamínek Ostravské radnice a Asociace Trigon za nápaditou zpravodaj. a publicist. činnost, III. cena Vlád. výboru pro ZP za publicist. dílo zaměř. na problematiku zdravot. postiž. v kat. tisk. prací, Cena novinářů redakce zpravodaje Ostravská radnice a Centra pro komunit. plánování MS kraje za šíření informací o životě seniorů a zdravotně postižených.

Úpravy aut pro invalidy



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

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



IROA-HDC s.r.o.

Lodžská 808,
181 00 Praha 8

Telefon: 233 552 309, 283 852 945

e-mail: iroa@volny.cz

internet: www.iroa.cz



B | BRAUN
SHARING EXPERTISE



Actreen® Hi-Lite Cath

- Bezpečný, zdravotně a ekologicky nezávadný katétr
- Snadné zavádění, složitelnost, nezalamuje se
- Připraven ihned k použití
- Garance lubrikace katétru 60 min od jeho otevření

Actreen® Hi-Lite Set

- Sběrný močový sáček s kapacitou 1 l a s anti-refluxní chlopní
- Lehký, skladný, jednoduché zavádění
- Diskrétní balení

Actreen® Hi-Lite Cath
Actreen® Hi-Lite Set

UŽIJTE SI LÉTO A CESTOVÁNÍ
S NOVOU GENERACÍ MOČOVÝCH KATETRŮ ACTREEN®

B. Braun Medical s.r.o. | www.bbraun.cz | www.actreen.cz

FlexiRamp™

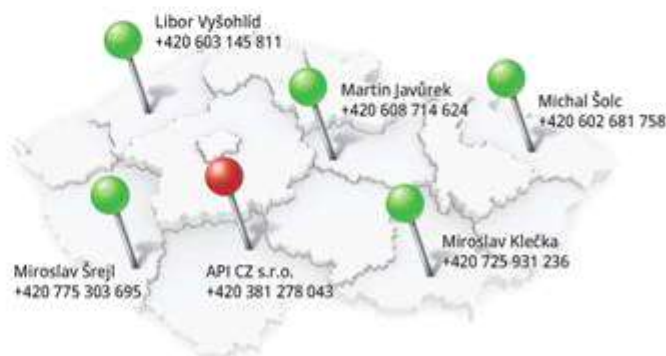
SVOBODA POHYBU



Nové Berlingo pro rodinný komfort — cestování za všech okolností.

Zůstaňte aktivní s bezbariérovými vozy od API CZ

- ✓ Montáž ručního řízení i v místě bydliště
- ✓ FlexiRampy, zvedací plošiny, robot na nakládání invalidního vozíku
- ✓ Otočné sedačky, nakládací jeřábky, schůdky...
- ✓ Vlastní výzkum a vývoj, globální homologace
- ✓ Záruční i pozáruční servis, zápis do TP



apicz.com | flexiramp.com