

# VOZKA

ročník XXIV | jaro 2022

Magazín o životě  
a pro život  
na vozíku



**Proty boty**  
Tanec přináší radost  
a uvolnění

**MALÍŘKA ÚSTY**  
CLAUDIA CAROLINA  
ORTEGA ITURBE  
TOUŽÍ BÝT VELKOU  
UMĚLKYNÍ

**PROŠAZ V PRAZE**  
ZAJIŠTUJE  
NOČNÍ PEČOVATELSKOU  
POHOTOVOST

**RADEK KRUPA**

**Do parabadmintonu  
jsem spadl po hlavě**



**JP  
SERVIS**

ČINNOST JP SERVISU JE ZAMĚŘENA NA INDIVIDUÁLNÍ ÚPRAVY AUTOMOBILŮ PRO OSOBY TĚLESNĚ POSTIŽENÉ, VYŽADUJÍCÍ PRO SVOJI MOBILITU (SAMOSTATNOST) SPECIÁLNÍ PODMÍNKY + DOPROVODNÝ PROGRAM PŘÍMO SOUVISEJÍCÍ S TOUTO OTÁZKOU



Jsmo schopni navrhnout a realizovat úpravu vozidla dle přání majitele tak, aby nastupování, ovládání a užívání bylo co možná nejpohodlnější a nejbezpečnější, za použití originálních dílů předních světových výrobců a našich vlastních systémů prověřených a stále zdokonalovaných v praxi již od roku 1998.



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

24 let profesionální práce v oboru

Jan Píbal - JP SERVIS [www.jpservis.eu](http://www.jpservis.eu) +420 606 613 239



**HORIZONT-NARE** *bez bariér*

**VOLEJTE ZDARMA**  
800 10 10 73

Realizujeme zakázky na celém území ČR.  
[www.horizont-nare.com](http://www.horizont-nare.com)



**6-8**

**GALERIE**  
Malířka ústy  
Claudia Carolina Ortega Iturbe  
(red)



**10-14**

**ROZHOVOR**  
Radek Krupa  
Nejen o parabadmintonu  
(red)



**24-25**

**ROZHOVOR / ASISTENČNÍ PSI**  
Dušan Pospíchal  
Assistance Dogs Europe  
Helpes / (red)



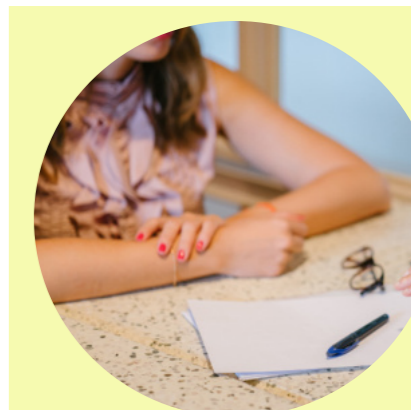
**26-27**

**KULTURA**  
Colours bez bariér 2022  
Opět nadstandardní servis  
(red)



**40-41**

**PŘEDSTAVUJEME**  
Proty Boty  
Tančit může každý  
Jitka Morozová a tým Proty boty



**55**

**PORADENSTVÍ**  
Olomoucká iPoradna  
Oslava dvacetin: kvalitnější služby  
Libor Novosád, (red)

**Magazín o životě a pro život na vozíku, ročník XXIV., vychází čtvrtletně online [www.vozka.org](http://www.vozka.org)**

Vydává  
Ostravská organizace vozíčkářů, spolek,  
Horymírova 3054/121,  
700 30 Ostrava-Zábřeh  
IČO: 66933579  
[www.vozickari-ostava.cz](http://www.vozickari-ostava.cz)

**REDAKCE**  
Šéfredaktor, editor, grafika, web  
Pavel Plohák, [sefredaktor@vozka.org](mailto:sefredaktor@vozka.org),  
737 238 933  
Redaktor, inzerce, web  
Ing. Petr Dzido, [dzidopetr@volny.cz](mailto:dzidopetr@volny.cz),  
596 783 174 (10-17 h)  
Administrativní spolupráce  
Marie Báňová  
Registrace  
MK ČR E 12818  
ISSN 2533-3267

**FINANČNÍ PODPORA**  
Statutární město Ostrava, Nadace ČEZ, Nadace Jedličkova ústavu aj.  
Články nemusí být shodné s názory redakce a vydavatele. Zařazování příspěvků je na rozhodnutí redakce. Redakce si vyhrazuje právo na úpravu příspěvků. Nevyžádané příspěvky se nevracejí.  
Fotografie na titulní straně  
Archiv **Radky Krupy**





## KUKÁTKO

### Poradní orgán ombudsmana požaduje zlepšení podmínek pro vzdělávání dětí s postižením

Členové poradního orgánu, který vede zástupkyně ombudsmana Monika Šimůnková a který zprostředkovává praktické zkušenosti týkající se života lidí se zdravotním postižením a jejich práv, dlouhodobě upozorňují na problémy dětí ve speciálních školách. Aktuálně poradní orgán požaduje zrušení současné podoby vyhlášky Ministerstva školství, která od roku 2020 znemožnila poskytování intenzivní podpory dětem ve speciálních školách.

U dětí s kombinovaným postižením se intelektové a tělesné postižení pojí s dalšími znevýhodněními, ať už jde o zrakové, sluchové nebo například řečové. Proto potřebují při vzdělávání vysokou míru podpory, například v podobě vlastního asistenta pedagoga (jeden asistent na jedno dítě) nebo kompenzačních pomůček.

Vyhláška č. 27/2016 Sb. od ledna 2020 ale financování takové intenzivní formy podpory ve speciálních školách neumožňuje. Hradit ji totiž mají speciální školy přímo z přiděleného rozpočtu. Ten ale většinou nestačí.

„Máme informace, že některé speciální školy požadují, aby asistenti platili dětem přímo rodiče. Někdy jsou dokonce zákonní zástupci dětí s kombinovaným postižením nuceni k domácímu vzdělávání. Tento stav ovšem odporuje jak školskému zákonu, tak Úmluvě o právech osob se zdravotním postižením,“ upozorňuje zástupkyně veřejného ochránce práv Monika Šimůnková, které ombudsman svěřil agendu práv lidí s postižením.

„Paradoxem je, že pokud by se dítě se stejným postižením vzdělávalo v běžné – například své spádové – škole, na potřebnou personální a finanční podporu by dosáhlo,“ vysvětluje Šimůnková.

Poradní orgán se na svém prvním letošním zasedání jednomyslně shodl, že by mělo dojít ke změně sporné vyhlášky a pravidla by se měla vrátit do podoby platné před začátkem roku 2020.



### Lidé na vozíku si vyzkoušeli telerehabilitaci

Lidé s postižením z Ligy vozíčkářů měli možnost vyzkoušet si zařízení pro telerehabilitaci. Software Mira Rehab s technologií na sledování pohybu jim v brněnské organizaci představil jednatel společnosti E-health and Telemedicine Ondřej Svoboda. Ten se dlouhodobě věnuje telemedicině a modernizaci zdravotnictví.

Zařízení Mira Rehab využívá k rehabilitaci formu 3D cvičení pomocí počítačových her. Software umožňuje rehabilitovat z domova a usnadňuje tak život lidem s handicapem.

„Jde o motivaci ke správným pohybům, jež je koordinována a kontrolována technologiemi s pohybovými senzory,“ přibližuje fungování zařízení Svoboda.

Letošní setkání navázalo na prosincové předání softwaru Mira Re-

hab osmi rodinám ze spolku Srdce na pravém místě.

„Jejich zpětná vazba je skvělá. Díky ní jsme dostali možnost telerehabilitační software představit i našim členům. S telerehabilitací jsem se seznámil v rámci studia v Nizozemí. Na západě jsou tyto technologie běžnou součástí rehabilitačních cvičení. U nás si své místo teprve hledají,“ říká Tomáš Koubek, který je hlavním fyzioterapeutem v Lize vozíčkářů.

V září 2020 zahájila Liga novou službu osobní asistence, kterou je právě rehabilitace. Chce tak prostřednictvím pravidelného cvičení podpořit zachování nebo rozšíření schopnosti sebeobsluhy klientů. Právě zde se spojily cesty Ligy vozíčkářů a zařízení Mira Rehab, určeného k telerehabilitaci.

## Školu chůze pro amputaře

nabízí Rehabilitační klinika Malvazinky. Náplní programu je nejen fyzioterapie a péče na nejvyšší úrovni, ale také propojení pacientů v rámci komunity, kde se mohou vzájemně podporovat a učit se zvládat novou situaci. Amputace dolní končetiny vždy výrazně zasáhne do života pacienta nejen z hlediska fyzického, ale i psychologického. Šok, zoufalství, smutek. Těmito pocity na začátku procházejí téměř všichni takto postižení. Negativní pocity však může vystřídat nejen smíření, v mnohých případech se objeví i odhodlání a s ním snaha bojovat a jít životem dál. Program Škola chůze dělá z Rehabilitační kliniky Malvazinky cíl lidí po amputaci z celé České republiky. Důvodem je specializovaná péče a mnohaleté zkušenosti, díky kterým se tým kvalifikovaných fyzioterapeutů dokáže postarat o pacienty po fyzické stránce, ale také po té leckdy složitější, psychologické. Pacienti rehabilitují denně po dobu tří až čtyř týdnů, pak jsou obvykle schopni chůze bez opory. Zároveň se klienti učí, jak pečovat o pahýl.

### Raná péče komunikuje s dětmi pomocí pohledu

Pro podporu vývoje dětí se závažným postižením využívá oční navigaci Tobii PCEye. Středisko rané péče v Pardubicích o.p.s. zajišťuje v rámci poskytování služby rané péče podporu vývoje dětí se zdravotním postižením v Pardubickém kraji. Raná péče zajišťuje pomoc rodinám s dětmi od narození do sedmi let s ohroženým vývojem, například v důsledku komplikovaného porodu nebo nedonošenosti. Služba je poskytována i dětem s nerovnoměrným vývojem, s tělesným, mentálním a kombinovaným postižením nebo s poruchami autistického spektra.

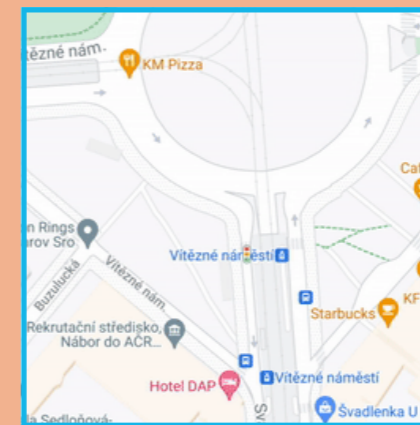
Oční navigace je zařízení, které umožňuje komunikaci pomocí pohybu očí (pohledem). Prodejcem zařízení je firma Spektra. Tobii PCEye je zařízení o velikosti školního pravítka, které se magnetem přichytí na rámeček monitoru. Váží pouhých 93 g a jeho rozměry jsou 28,5 × 1,5 × 0,8 cm, je tedy snadno přenositelné, proto je s ním možno pracovat v pohodlí domova, ve školách či na dovolené.

Pomůcka tak může být nástrojem nepřetržité komunikace mezi rodiči a učiteli na jedné straně a dítětem s postižením na straně druhé. Dětem, které mají závažné tělesné, mentální nebo kombinované postižení, může toto zařízení sloužit jako komunikační prostředek. Dětem, které nemohou ovládat počítač běžnou myší, mohou díky tomuto zařízení využívat všechny funkce osobního počítače s OS Windows. Mohou pracovat v prostředí internetového prohlížeče, komunikovat přes e-mailovou poštu nebo se věnovat obsahu sociálních sítí. Zařízení je velmi přesné a umožňuje práci s jednoduchými programy pro nejmenší děti i práci se složitějšími programy pro pokročilejší.



Zdroje a foto: Veřejný ochránce práv, zdravotnictví.cz (Martin Břejna)

## Mapy Google nabízejí vylepšení pro vozíčkáře i rodiče s kočárky



Služba ukáže, kde se v Praze nacházejí chodníky, přechody a ostrůvky pro chodce, ale i přesný tvar a šířku jednotlivých silnic. Tyto informace mohou pomoci při plánování nevhodnější trasy zvláště lidem s kočárky nebo lidem pohybujícím se na vozíku. Mapy Google k tomuto zobrazení využívají umělé inteligence a znalosti městských krajín po celém světě. Chodčím v Česku je pro snadnější navigaci k dispozici také funkce Live View. Ta umožňuje najít správnou cestu v ulicích prostřednictvím rozšířené reality. Fotoaparát mobilního telefonu umísťuje šipky, směrovky a ukazatele vzdálenosti do reálného prostoru, ve kterém se uživatel nachází, čímž usnadňuje orientaci a výběr správného směru. To se ukazuje jako užitečné zejména v případech, kdy lidé opouštějí například stanici městské hromadné dopravy a váhají, kterým směrem se vydat.



### SeniorCentrum v Humpolci je prvním PPP projektem v oblasti sociální péče ČR

Klienti domova pro seniory v Humpolci se přestěhovali do nově postaveného SeniorCentra. Stavba nové budovy s jedno- a dvouúžlkovými pokoji trvala jeden a půl roku. Centrum nahradí dvě dosluhující budovy (ul. Lužická a Máchova.) Jde o první projekt v oblasti sociální péče, který vznikl díky partnerství veřejného a soukromého sektoru. V praxi to znamená, že domov patří Kraji Vysočina, ale náklady na jeho vybudování a závazek provozovat ho 25 let nese společnost SeneCura. Z původního domova se do kompletně bezbariérového SeniorCentra už přestěhovalo všech 126 klientů, svůj domov zde postupně najde až 203 seniorů. Domov zaměstná více než 100 lidí. Prvním obyvatelům nového SeniorCentra v Humpolci se stala paní Ludmila Dvořáková (na fotografii). „Jsem opravdu ráda, že jsem konečně tady. Všichni jsme se sem těšili. Jsme v novém prostředí. Každý má svou koupelnu, to je velké plus. A hlavně se těšíme na to, že v tomto krásném prostředí budeme trávit společné chvíle,“ sdělila své první dojmy paní Ludmila, která nedávno oslavila 87. narozeniny. V SeniorCentru mohou obyvatelé využívat např. fitness, kadeřnictví nebo kapli sv. Mikuláše.



# Claudia Carolina Ortega Iturbe



Malířka ústy Claudia Carolina Ortega Iturbe se narodila v roce 1984 v Los Mochis, pobřežním městě na severu státu Sinaloa v Mexiku. Stipendistkou Celosvětového sdružení malířů malujících ústy a nohama je od roku 2008. Jako nejstarší ze čtyř sourozenců byla normální dítě až do svých 16 let, kdy si po autonehodě zlomila krční páteř a stala se kvadruplegičkou. To ještě žila v obci Ahóme nedaleko Los Mochis, kde se později s rodinou přestěhovali, aby mohla rehabilitovat. Nakonec Claudii převezli do Ciudad de México, aby tam rehabilitovala 3,5 roku. Poté se vrátila do Ejido Plan de Guadalupe v Ahome, kde s rodinou žije dodnes.

(red), apbpmexico.com | Foto: archiv APBP

Přijmout to, že ani po dlouhých letech rehabilitace nebude Claudia chodit a žít životem, jaký si představovala, bylo pro ni i její rodinu velmi těžké. Nicméně se stalo to, co se v mnoha podobných případech často stává. Rodinu to stmelilo navždy. Už od počátku všichni museli překonávat překážky, aniž by jim někdo dokázal poradit, jak je řešit.

„Měli jsme velmi málo informací o mém zdravotním postižení a také jsme neměli tolik prostředků, abychom si mohli dovolit nějakou speciální léčbu,“ říká Claudia. „Ale to si nestěžuji na lékaře ani rehabilitační pracovníky. Spíše jsme se setkávali s lidskou lhostejností a společenskou diskriminací vůči lidem s postižením.“ Claudia už nevěřila, že bude moct pokračovat ve studiu, ale nakonec se jí podařilo nastoupit do otevřené střední školy.

„Už od dětství jsem ráda kreslila a malovala, ale nikdy jsem se tomu nevěnovala ve větší míře. Nakonec jsem se rozhodla, že se naučím malovat, ale nevěděla jsem, jak a kde. Začala jsem nové období rehabilitačních terapií a tam jsem se seznámila s chlapcem s poraněním míchy na úrovni hrudníku, jmenuje se Dennis. Ani jsem se nenadála a zrodilo se přátelství. Nakonec jsme se vzalí a nyní spolu máme krásnou dceru. Dennis hraje basketbal na vozíku a seznámil mě i s dalšími lidmi s postižením. Tam jsem se seznámila s manželem profesorky Lydie Chaidézové, který je stipendistou mexické Asociace malířů ústy a nohama (APBP), a tak jsem se dostala do její malířské dílny,“ vzpomíná Claudia.

„Vynaložila jsem veškeré úsilí na to, abych se naučila malovat ústy. Ku-



Žirafa

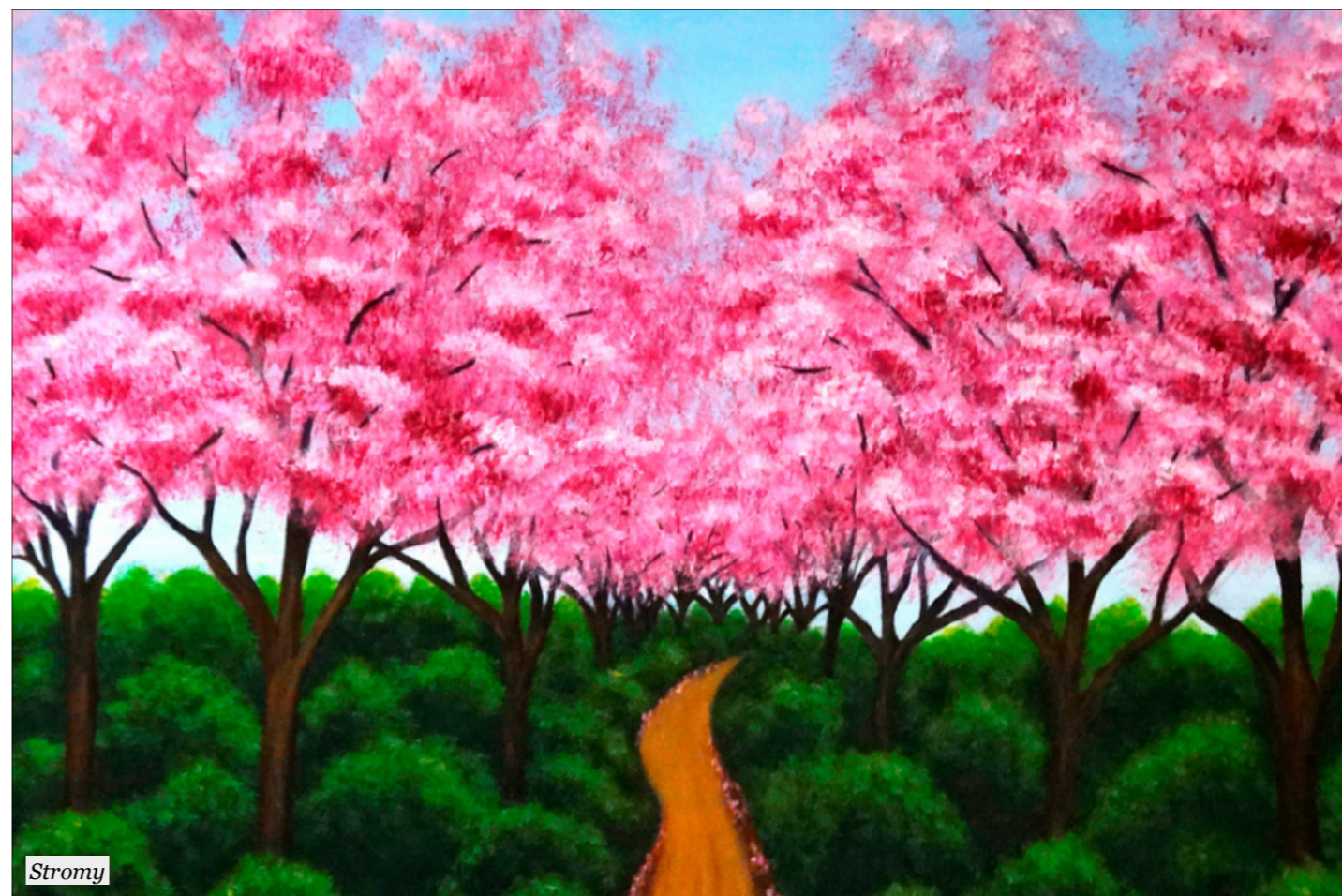
podivu jsem zjistila, že mi to jde a že mně samotné se to, co jsem vytvořila, moc líbí. Lidie mi řekla, že bych mohla být také stipendistkou APBP, což mě velmi nadchlo, protože bych dělala něco, co mě vždycky bavilo. Podala jsem si tedy do asociace přihlášku spolu s ukázkou své práce. Jak jsem

byly šťastná, když jsem byl v březnu 2008 přijata. Být stipendistkou je pro mě skvělou příležitostí k osobnímu rozvoji a zároveň se cítím být produktivní.“

Claudia se zúčastňuje mnoha výstav a stále usiluje o to, aby se stala velkou umělkyní. 🐘



Agáve



Stromy



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



Nakladatelství UMŮN  
a kavárna Bílá vrána při o.p.s. POHODA  
Vás srdečně zvou

na výstavu prací  
umělců malujících  
ústý a nohama

„Ne ruka, to duše maluje“

1. 3. - 29. 4. 2022



POHODA



Kavárna Bílá vrána | Ve Smečkách 5, Praha 1  
www.kavarnabilavrana.cz | Tel: 777 913 414  
Otevřeno: po-pá 9.00-20.00



Nakladatelství UMŮN  
a Místní knihovna Dolní Němčí  
Vás srdečně zvou

na výstavu prací  
umělců malujících  
ústý a nohama

„Ne ruka, to duše maluje“

4. 4. - 1. 5. 2022



Místní knihovna Dolní Němčí | Nivnická 82  
Otevřeno pouze tyto dny:  
Po, Čt: 8.30-11.30, 12.30-18.00; Pá: 12.30-18.00



Lenka Bromková



Mgr. Šárka Dvorská



Bára Sedláčková



Bc. Veronika Svatošová



Jakub Hříbek



Tomáš Janoušek



Pavel Hejhal

# Kruté poznání

*Nevěděl jsem, že kolem mne v práci žijí osobnosti s darem zjitřeného vnímání fyzikálních působků, které ještě málo vyvinutá věda nedokáže vnímat ani speciálními přístroji, protože je nemá. Lidé vylepšující dietami a homeopatiky zdraví těla i duše, stěhují lůžka z kouta do kouta a kladou pod ně velké měděné pláty o stanovené tloušťce, jen aby se spasili před vlivem záluďných patogenních zón.*

Ivan Jergl

**N**echápal jsem, proč mi při obědě odbytář kýve zlatým řetízkiem před očima. Nekoupím, nemám zájem, odfrknu. Odtuší, že stejně neprodá, jen mě chce upozornit, že jeho kyvadélko mu právě sdělilo, že můj pravý ramenní kloub je artritický a krční páteř také není ol rajt. Může mi však pomoci originálním olejíčkem ze zelených vlašských ořechů. To se mám mazat ořechovkou? Zevně nebo radši zevnitř? Neodpoví a uraženě odejde.

Tím ale ten den neskončí. Noční vrátný Olešovský mi ve večerním přesčase na uzávěrce nabízí nepostradatelný indikátor patogenních proudů a předvede, jak přístroj varovně vrčí, když ho přiblíží k roztojece šňůr, jež vedou k počítači a tiskárně. To jsou škodlivé patogenní zóny, vysvětluje mi. Vyhledávač nejnovějšího typu, zaváděcí cena jen 500 Kč. Manželka to prodává na dohodu pro nějakou firmu. Směju se. To je přece vyhledávač vodičů, abys při vrtání děr „nekousl“ vrtákem do drátu pod proudem jako náš říd' a na školení o bezpečnosti práce.

Přesvědčím ho, aby otestoval všechno ve vrátnici: kávovar, přehrávač DVD a televizor. Když je zapnul, u všech se detektor mohl zbláznit. Člověče, řeknu mu starostlivě, tady nemůžeš dělat. Musíš dát hned výpověď nebo alespoň požádat o příplatek za rizikové pracovní prostředí a všude dát stíněné kábly. Vyhodím ten krám, rozčílí se. Ale proč? řeknu. Schovej si ho. Až budeš většet doma obrazy, zaprská, kde nevrtat, takže tě ochrání před pěknou šlupkou.

Vracím se k výkazům. Vrátný je smutný. Je mi ho trochu líto. Ale ne na dlouho. Za chvíli slyším, jak předvádí detektor uklízečce. Považte, říká, cena pouhých pět kilo. Když ta žena odchází domů, vidím, že jí visí z kabele přívodní šňůra. Ted' bude její domov opravdu vypulírovaný a zdravotně nezávadný.





# Radek Krupa: Žij život, stejně z něj nevyvázneš živý

Radek Krupa hledal někdy okolo roku 2012 sport, který by mohl provozovat zejména v zimním období a který by byl doplňkovým sportem k jeho hlavní letní aktivitě – ultramaratonským trasám na handbiku.

„V zimě jsem totiž už dávno nelyžoval na monoski, proto pohybu bylo málo a já nádherně kynul a kynul a pak v létě těžce shazoval. Nehledal jsem kolektivní sport, napadl mě badminton, protože jsem jej jako dítě hrál v létě s kamarády na ulici skoro každý den a o prázdninách také s rodiči nebo sourozenci. A tak jsem začal o badmintonu hledat informace a zejména trenéra, který by se mi věnoval. V té době jsme v České republice parabadminton stále neznali a já zjistil, že se nás vozíčkářů trenéři tak trošku obávají, protože si neuměli představit, jak by měl probíhat trénink člověka, který se pohybuje na vozíku.“

(red) | Foto: archiv Radka Krupy

**R**adku, ty ses ale nevzdal a stále doufal, že se ti podaří trenéra, popřípadě nějaký oddíl badmintonu, kde by se mohli vozíčkářům věnovat, najít...

Vznik českého parabadmintonu a jeho dynamický rozvoj přišel až v roce 2017. Já do něj naskočil v roce 2018. Přesvědčil jsem vedení ostravského klubu, tehdy ještě pod názvem B.O.CHANCE & Ridera Sport Team a seznámil se s trenérem Marcelem Klimešem, který se mi začal věnovat. Kluci basketbaloví z BK Frýdek-Místek mi zapůjčili nevyužitý sportovní vozík a já začal naplno makat. Občas jsem dojel na trénink do klubu Badminton Sharks Brno nebo do polského klubu MSK ve městě Imielin.

Zakrátko se dostavil první úspěch. V roce 2019 na otevřeném Mistrovství ČR v Rousínově jsme s kamarádem Michalem Vondráčkem, hráčem stolního tenisu, získali stříbrnou medaili ve čtyřhře. Pak ale přišla pandemie covidu-19, narodilo se mi čtvrté dítě, dcera Anička, a já přišel o práci, protože zavřeli školy. Práce preventisty



Michal a Radek vicemistry ČR 2019

ve školství mi předtím dovolovala jezdit na tréninky v dopoledních hodinách, ale najednou se vše zcela změnilo. Musel jsem ještě více pomáhat manželce, protože starší dcera Eliška měla zavřenou školku, a musel jsem si sehnat jinou práci. Badmintonovou raketu jsem na 1,5 roku odložil a znovu se k ní mohl vrátit až letos v lednu. Začal jsem opět od začátku. Hráči, které jsem v roce 2019 porážel, mi teď na

kurtu dávají na prdel. V Brně je to holt slušnej oddíl...

**Jako horolezec sis přivodil úraz, po kterém jsi skončil na vozíku, zřejmě pádem ze skály. Na sportovní aktivity jsi ale nezanevřel. Na Těrlické přehradě ses angažoval při návrhu a výrobě bezbariérového startovacího mola, souběžně jste vyráběli první**



**vodní lyži pro vozíčkáře v Česku, která umožňovala jízdu za motorovým člunem a na vodním vleku, podílel ses spolu s dalšími vozíčkáři na stavbě úspěšného handbiku a založil jsi SKV Frýdek-Místek. Ale to není zdaleka vše.**

Nespadl jsem ze skály, ale z panelového domu, ze čtvrtého patra, když jsem udělal neskrupulečnou sérii chyb. Vůbec nechápu, na co jsem tenkrát myslel...

Začnu od konce. Basketbalový klub SKV Frýdek-Místek vznikl přejmenováním a reorganizací původního klubu TJ Meta Hrabyně. Na tréninky basketbalu jsme jezdili do Frýdku-Místku již několik let a město bylo takovým středobodem pro všechny dojíždějící hráče z Třince, Jablunkova, Ostravy, Karviné a Nového Jičína. Proto jsme zůstali v tomto městě, jehož název se stal součástí názvu nového klubu. V roce 1998 jsem začal tomuto klubu šéfovat. Pomyslné kormidlo jsem převzal od Tomáše Dvořáka, který by si zasloužil místo v Síni slávy českého paralympijského sportu (Tomáš byl první vozíčkář, který na vozíku vyjel na Lysou horu nebo jel na „formulce“ z Ostravy do Prahy a zpět...).

V klubu jsem prosazoval, že musíme dělat sporty, o které se nikdo v ČR nepokusil, natož se jim dlouhodobě věnoval. A tak vznikla myšlenka zúčastnit se s kamarádem Radimem Lančou 24hodinového závodu Okolo Lichnova u Frenštátu pod Radhoštěm. Nejprve na zapůjčeném přídavném adaptéru k vozíku a o rok později na prvním českém handbiku, který vyrobil Radim s kamarádem svářečem z běžných železných trubek. Byli jsme tehdy mladí a nadšení pionýři dálkové cyklistiky sedících. Nádherná doba. V současnosti v Lichnově startuje někdy i pět handbikerů a trasa, kterou ujedou za 24 hodin, je až čtyřikrát delší, než jsme dokázali ujet s Radimem v roce 1999.

V roce 1999 jsem přesvědčil kluky z basketbalu, abychom se kromě zimního lyžování na monoski v Beskydech začali věnovat také lyžování na vodě. K tomu jsme si vybrali Těrlickou přehradu, protože se tam jezdí jak za člunem. tak na vodním vleku. Vedení tamního klubu k nám bylo velmi vstřícné, i když jsme měli zkušenosti pouze z monoski Vodní lyžování mělo ještě větší úspěch, protože vozíčkář je tvor teplomilný. Časem jsme tam začali jezdit na letní dovolenou a víkendovky s celými rodinami.

Byli jsme z tohoto sportu tak nadšení, že jsme nejdříve odjeli na čumendu do Milána, kde se konalo Mistrovství Evropy v vodním lyžování. Plně naložená Fabia Combi,



v ní Radim Lanča s tátou a já s rodnou kamarádkou Bárou Veličkovou (vyrůstali jsme spolu a častokrát trávili společné chvíle na horolezeckém laně po různých skalách), si to fičela vstříc dobrodružství za evropskými vozíčkáři – vodními lyžaři.

Jelikož Bára měla státnice z angličtiny a pracovala jako překladatelka, tak její úloha byla jasná – stala se mou osobní překladatelkou. Radim totiž anglicky uměl a táta Lanča přijal roli hlavního řidiče.

Na místě jsme s Radimem fotili ty nádherné závodní vodní lyže, zapisovali si pravidla tohoto sportu a všichni dohromady jsme navazovali velmi kamarádské vztahy s vedením světového vodního lyžování zdravotně postižených. Ufff, to byly zážitky! Tam jsme poprvé viděli jezdit na vodní lyži jak kvadrupleiky, tak paraplegiky nebo amputáře. Vrcholem byly jízdy nevidomých lyžařů.

Radim Lanča byl původně sáňkařem a měl jet do Nagana 1998 na zimní olympijské hry. Ovšem osud tomu chtěl jinak a nakonec jeho zkušenosti s úpravou saní ze sklolaminátu zúročil při stavbě první vodní lyže. Došlo to tak daleko, že evropští sportovci dojeli v r. 2002 na první mezinárodní závody vozíčkářů v ČR a dovezli nám první originální slalomovou lyži. Tenkrát nás vyšla na 30 tisíc Kč. Jedna pro všechny zájemce...

Bohužel tento skvělý vzestup sportování vozíčkářů neměl mít dlouhé trvání. Radim podnikal se svým tátou a já chodil do práce na plný úvazek. Nikdo jiný z velké party frýdecko-místeckých vozíčkářů do

práce nechodil. Sportoval jsem a v klubu sháněl sponzory, jednal s městem. Nikdo jiný se do klubových povinností zapojit nechtěl. S klukama jsem se rozhádal a odešel z basketbalu sedících. Dodnes vím, že na tom mám svůj díl viny. Prostě jsem nerozdýchal, že jim stačí se jen potkávat a udělat si „žízeň“...

#### **Pak přišel nápad s Centrem Comeback?**

Ano. Začal jsem budovat Centrum Comeback, které mělo vozíčkářům pomáhat získat vzdělání. Rozjeli jsme alternativní dopravu a pořádali rekondiční pobyty pro rodiny s postiženými dětmi. Byl to nádherná kapitola života, ale s velmi hořkým koncem. Centrum muselo být v roce 2012, a to kvůli mé nezměrné důvěře v jednu partnerskou dvojici (Z + A) z Jesenicka, zrušeno. Tato podařená dvojice mě dostala do takových potíží, až jsem se zařekl, že v neziskové oblasti už nikdy působit nebudu.

#### **Vratme se k parabadmintonu. Jak ses stal jeho koordinátorem na Ostravsku?**

Předně musím říct, že na funkci koordinátora mě nikdo nezvolil nebo touto funkcí nepověřil. Prostě není nikdo jiný, kdo by chtěl na Ostravsku pracovat na rozvoji parabadmintonu. (Tedy kromě šéfa klubu B.O.CHANCE OSTRAVA SPORTCLUB, z.s., Marka Švábíka, který má obrovský zájem na rozvoji parabadmintonu, ale samozřejmě vedle svých podnikatelských aktivit se stará především o chod klubu – tedy o rozvoj badmintonu zejména mezi ostravskou mládeží a dětmi již od věku pěti let. Klub

nám zatím pomáhá materiálně i finančně. Jelikož se Marek stal členem nejužšího vedení Českého badmintonového svazu, máme v něm velkou záruku podpory a dalšího dynamického rozvoje parabadmintonu v ČR.) Takže jsem do toho zase spadl po hlavě...

Rád bych získal pro tento sport co nejvíce zájemců jakéhokoli věku. To je první hlavní úkol. A pak je potřeba zajistit finance pro jejich trénink a účast na turnajích. Třeba jednou uspořádáme mezinárodní turnaj v parabadmintonu i tady v Ostravě. Bylo by také fajn se někdy dopracovat do stádia, že přivezeme z každého republikového mistrovství medaili. Cíle by mohly být velké, ale prozatím se soustředíme na to, abychom získali nové hráče.

Jedno vím jistě: pomohu, jak budu moct, ale samotný hráč musí makat sám, musí ukázat, že chce něčeho dosáhnout, že se sám pokusí sehnat nějaké sponzory, aby si mohl pořídit speciální sportovní vozík nebo aby se mohl zúčastnit atraktivních turnajů v zahraničí. Už nikoho nebudu vodit za ručičku, nikomu nic nebudu zajišťovat „pod nos“, jako tomu bylo v minulosti. Necítím se zase tak starý (52), a proto bych se rád v tomto sportu výkonnostně posunul tak, aby mě to stále bavilo a zažil občas nějakou výhru.

Mám ovšem novou rodinu a malé dcery, takže v žádném případě nebudu opakovat chyby z minulosti. Na prvním místě bude vždy rodina. Holky nesmí vzpomínat na tátou, se kterým nezažily šťastné a aktivní dětství. Mé dospělé děti z prvního manželství, které již mají své děti a rodiny, totiž zažily tátou, který nebyl věčně doma, protože mu komunita kamarádů vozíčkářů byla bližší než vlastní rodina...

#### **Pro které vozíčkáře je parabadminton vhodným sportem?**

Parabadminton je skvělý nejen v tom, že je vhodný pro mnoho zájemců o pohyb z řad tělesně postižených, ale také v tom, že je paralympijským sportem (premiérově na Letních paralympijských hrách v Tokiu 2021). Je rozdělen do šesti kategorií podle zdravotního postižení hráčů.

Parabadmintonu se mohou věnovat jak děti s vrozenými tělesnými vadami, po DMO nebo lidé „po úrazoví“, tak osoby malého vzrůstu. Raketa je totiž velmi lehká (ve srovnání s tenisem) a obecně je badminton hra méně náročnější na pozornost než stolní tenis.

Badminton je skvělý v tom, že jej můžeme hrát za domem, na parkovišti, na louce nebo u chaty, tedy prakticky všude, kde je alespoň trochu volného prostoru.

#### **Kolik stojí vybavení na parabadminton, musí mít každý sportovec své?**

Ono hodně záleží na tom, co chceš v badmintonu dokázat. Pokud hledáš jen pohyb a radost z něj, popřípadě sounáležitost se stejně zaměřenými lidičkami, umím si představit, že raketa vyjde na 500, ale i na 2 500 Kč. Klub na společném tréninku každé pondělí ve sportovní hale Vítek v Hrabůvce „zapůjčí“ šikovného žáka nebo juniora, aby tohoto „hobíka“ prohnal, tedy tzv. mu vyrobí chuť na 12° pivko.

Pokud by si parabadminton chtěl vyzkoušet dítě s postižením, věřím, že s vedením klubu najdeme optimální možnosti, aby si rodiče na hodinu odpočinuli a v prvních třech měsících nic neplatili. Po této době si sedneme a dohodneme se, za jakých podmínek mohou pokračovat. To, jestli je parabadminton pro dítě vhodným sportem, se ale pozná už po třech hodinách tréninku.

V případě, že náš klub navštíví zájemce o parabadminton, který chce trénovat s trenérem, nemusí mít základní vybavení, jako je raketa (zapůjčí trenér) s míčky (dodá klub). V případě účasti na turnajích je hráč vybaven dvěma dresy. Na turnaji neplatí startovné. Vše ostatní si musíme zatím ze 100 % uhradit sami. Hodina

tréninku na kurtech Sportclubu Metalurg vyjde na 300 Kč (v této ceně je pronájem kurtu, práce trenéra, šatna, sprcha, iontový nápoj a kafe). Toto je opravdu velmi příznivá cena, což si může potenciální hráč leče ověřit na internetu u jiných klubů.

Pokud půjde o vozíčkáře, pro začátek stačí, když bude mít vozík ze skupiny „aktivních“, tedy s pevným rámem a s co možná nejmenšími předními kolečky. Trénink mu sestavíme takovým způsobem, aby byl pro něj bezpečný. Nemusí tedy mít strach, že by se při nějakém pohybu převrátil na záda. Snažím se novým hráčům alespoň na čas zapůjčit vhodný sportovní vozík se zadním kolečkem, které právě zamezuje připadnou dozadu. Časem bude určité potřebovat „speciálku“ – badmintonový sportovní vozík, který se dá objednat za cenu od 50 do 120 000 Kč.

#### **Jak často trénujete a kde?**

Zatím v klubu hrájeme parabadminton dva hráči. Na vozíku zatím hraji jen já sám a také pouze já jezdím na turnaje. Dalším hráčem je Patrik Valas z Orlové, kterému chybí pravá ruka od ramene. Další zájemkyní je Katka Müllerová, „velmi mladá vozíčkářka“. Pro ni sháníme k zapůjčení vhodný sportovní vozík. Až se Katka dostane do zdravotní pohody, určitě



Se svým osobním trenérem Marcelm Klimešem ze Sportclubu Metalurg



ji brzy uvidíme na kurtu. Doufám, že prvotní elán nám všem vydrží dlouho. Tím, že je nás málo a každý máme jiné možnosti volného času, trénujeme individuálně. Jednou, respektive dvakrát týdně hráče cepuje trenér naší paraskupiny Marcel Klimeš ve Sportclubu Metalurg (hotelový dům Metalurg, ulice U Studia 29, Ostrava-jih). Máme možnost trénovat i v hale Vítek vedle Vítkovické střední průmyslové školy (vchod z ulice Provaznické). V této hale nám vedení klubu nabízí možnost navštěvovat společné tréninky každé pondělí od 15.30 do 17.00 hodin.

#### Kde se zájemci o parabadminton mohou hlásit?

Na klubových kontaktech: [bochance.cz](http://bochance.cz), [sportclubmetalurg.cz](http://sportclubmetalurg.cz) nebo na e-mailu [habrfm@gmail.com](mailto:habrfm@gmail.com). Informace o parabadmintonu v ČR najdete na facebookovém profilu [Czech Para-Badminton](https://www.facebook.com/Czech-Para-Badminton) nebo na webu [Ceskeho badmintonoveho svazu](http://Ceskeho-badmintonoveho-svazu.cz).

#### Účastní se váš oddíl nějakých soutěží?

Ano, a to jak domácích, tak zahraničních. Tento rok je na turnaj v parabadmintonu bohatý. Poslední víkend v dubnu je turnaj ve Vídni, nejdůležitější český turnaj bude 8. května v Rousínově, kde se sejde-me na 5. mezinárodním mistrovství ČR v parabadmintonu.

V polovině června pojedeme do polského Imielinu. Tam bych rád pozval zvláště ostravské zájemce o tento druh sportu, protože to není daleko (115 km). Navíc u dálnice mohou natankovat levný benzín nebo naftu. Na tomto turnaji uvidíte celou polskou špičku. V Polsku je tradice parabadmintonu o mnoho delší než u nás a počet hráčů je nepoměrně vyšší. Koncem června bude ještě jeden polský turnaj. No a pak se bude konat celorepublikové letní soustředění ve Znojmě (26.–28. 8.). V září pojedeme na velmi kvalitně obsazený turnaj do Zakopaného.

#### Co bys vzkázal těm lidem na vozíku, kteří nemají chuť sportovat, ač mají v pořádku ruce, a neustále nadávají na osud nebo převážnou část dne prosejí u televize? Máš nějaké krédo, kterým se řídíš?

Kdybych toho člověka dobře znal, věděl bych, jak žije, a byl si jistý, že by na mě dal, byl bych k němu zcela upřímný. Zdravé ruce ale nejsoutak úplně klíčem k aktivnímu životu. Já měl obrovské štěstí zejména v diagnóze a další prognóze vývoje mého omezení, ale rovněž v lidech okolo. Děti a manželka mi dodaly ohromnou motivaci, aktivní život před úrazem mě naučil najít sílu a energii a kamarádi horolezci mi darovali nástroj onu motivaci přetavit v realitu.

Moje celoživotní motto jsem si malinko upravil: „Žij život, stejně z něj nevyvázneš živý.“ A taky si myslím, že svému štěstí musíme jít aktivně naproti, což ale někdy ukrutně bolí. 🙄



Okolo ČR 2012

# Jednoduchá manipulace, snadný průchod močovou trubicí

 Coloplast

SpeediCath® Navi

Připraven k okamžitému použití

## SpeediCath® Navi

### Nový katetr pro muže s flexibilní špičkou

Flexibilní špička a měkčí katetr přispívají k šetrnému zavedení katetru a hladkému průchodu mužskou močovou trubicí, která je přirozeně zakřivená. Hydrofilní potažení katetru a oček katetru podporují šetrnou katetrizaci.

Bezdotykový úchyt zjednodušuje manipulaci s katetrem a umožňuje postupné hygienické zavedení katetru.

Pravidelně se cévkujete a chtěli byste nový katetr vyzkoušet? Vzorky Vám zašleme zdarma. Volejte bezplatnou linku Péče o zákazníky společnosti Coloplast v pracovní dny od 8.00 do 16.00 hodin. Nebo navštivte [SpeediCath® Navi, mužský \(coloplast.cz\)](http://SpeediCath® Navi, mužský (coloplast.cz))

 Péče o klienty  
**800 100 416**  
bezplatná informační linka

Sterilní močový katetr pro intermitentní použití SpeediCath® Navi je zdravotnický prostředek. Před použitím se poraďte s odborníkem, čtěte pečlivě návod k použití a informace o bezpečném používání.

Ostomy Care / Continance Care / Wound & Skin Care / Urology Care

Společnost Coloplast vyvíjí výrobky a služby, které usnadňují život lidem s velmi osobními a soukromými zdravotními obtížemi. Protože neustále pracujeme a komunikujeme s lidmi, kteří naše výrobky používají, vyvíjíme řešení citlivá k jejich mimořádným potřebám. Toto my nazýváme intimní zdravotní péčí.

Coloplast je registrovaná ochranná známka společnosti Coloplast A/S. © 2021-02  
Všechna práva vyhrazena pro Coloplast A/S, 3050 Humlebaek, Dánsko.

 Coloplast

Coloplast Czech s.r.o.  
Radlická 740/113d  
158 00 Praha 5  
tel. 244 470 212  
[info@coloplast.cz](mailto:info@coloplast.cz)  
[www.coloplast.cz](http://www.coloplast.cz)

Péče o klienty:  
bezplatná informační linka 800 100 416





**Děkujeme, že pomáháte spolu s námi**



Jsme rádi, že Nadace Jedličkova ústavu může pomáhat tam, kde je to potřeba. Když se ohlédneme za uplynulým rokem, vidíme samé rozesmáté tváře, a to je pro nás největší odměnou. Moc si vážíme toho, že Vy – naši partneři, patroni a dárci, stojíte při nás a podporujete naším prostřednictvím děti a mladé lidi s handicapem.

Text a foto: Tým Nadace Jedličkova ústavu

V roce 2021 jsme díky Vaším darům mohli podpořit příspěvkem 64 dětí a mladých lidí s postižením. Formou grantu jsme také podpořili 41 projektů a organizací, které mají podobné poslání jako naše nadace. Děkujeme! Celková hodnota naší pomoci v roce 2021 činí 4 107 636 Kč.

### Co plánujeme v letošním roce?

Nejprve 16. 6. 2022 budeme pořádat již 3. ročník charitativní akce **Běh pro Jedličku**. Na začátku září proběhne již tradiční **Koloběžka DEN** na podporu Nadace Jedličkova ústavu. Můžete se také opět těšit na venkovní stopovací hru **Vyšehradem pro Kolíček** pro rodiny s dětmi a firemní týmy.

Budeme moc rádi, když se s Vámi setkáme na některé z těchto akcí.

### Jak nás můžete dále podpořit

Podpořit nás může také formou finančního příspěvku některé z výše uvedených akcí, příspěvkem na transparentní účet 350 350/ 5500,



Běh pro Jedličku

DMS ve tvaru: DMS PRO JEDLICKU 90 nebo 60 nebo 30, popř. umístěním naší sbírkové kasičky ve Vaší organizaci nebo podniku (pokud máte o tento způsob podpory zájem kontaktujte nás prosím na [marketing@nadaceju.cz](mailto:marketing@nadaceju.cz)). Moc Vám děkujeme za podporu a přízeň. Do

roku 2022 vstupujeme plni očekávání a těšíme se na další spolupráci!

**My s Vámi. Vy s námi. Více než 30 let!**



Koloběžka DEN



## Vyšehradem pro kolíček



# Pobočky Centra Kopretina nabízí programy všem generacím

S novým rokem změnila Kopretina – centrum pro rodiče s dětmi svůj název na Centrum Kopretina a současně také rozšířila programy nejen pro rodiče s dětmi, ale i širokou rodinu zájemců z řad veřejnosti.



Lucie Březková | foto: archiv Centra Kopretina



## BEZSTAROSTNÁ JÍZDA SE SUNRISE MEDICAL

K elektrickým invalidním vozíkům řady Q objednaným do 31. 12. 2022 obdržíte poukaz na odběr jedné sady baterií\* zdarma kdykoli v průběhu sedmileté užité doby vozíku.

VYBERTE SI VOZÍK PŘESNĚ PODLE VAŠICH POTŘEB:

KLINICKÉ POTŘEBY

<p><b>Q300</b></p> <p>SEZENÍ: SEDEO LITE KIDS PODVOZEK: MWD MINI</p>	<p><b>Q400</b></p> <p>SEZENÍ: SEDEO PRO, SEDEO LITE PODVOZEK: MWD, FWD, RWD</p>	<p><b>Q500</b></p> <p>SEZENÍ: SEDEO PRO, SEDEO LITE PODVOZEK: MWD, FWD, RWD, HWD</p>	<p><b>Q700</b></p> <p>SEZENÍ: SEDEO ERGO, SEDEO PRO PODVOZEK: MWD, FWD, RWD</p>	<p><b>Q700-UP</b></p> <p>SEZENÍ: SEDEO ERGO UP PODVOZEK: MWD, FWD</p>
--	---	--	---	---

■ RWD: Pohon zadních kol  
 ■ MWD: Pohon středních kol  
 ■ FWD: Pohon předních kol  
 ■ HWD: Hybridní verze

\* Poukaz opravňuje zákazníka k odběru jedné sady baterií stejné kapacity, jaké byly použity v elektrickém vozíku z výroby.

POŽADAVKY NA VÝKON



www.MEDICCO.cz | www.SUNRISEMEDICAL.cz | 800 900 809

Uvedené produkty patří mezi zdravotnické prostředky třídy I a jsou určeny ke kompenzaci pohybového zdravotního postižení. Součástí našich služeb je i odborná instruktáž před uvedením produktů do provozu.

„Náš programy mohou využít všechny rodiny s dětmi, maminky či tatínkové na mateřské nebo rodičovské dovolené, rodiče, kteří očekávají příchod miminka a současně nás mohou navštívit i babičky, dědečkové, tety nebo strýčkové. Nabídka našich programů je pestrá. Vybrat si z ní může zájemce různého věku i různých zálib. Na své si přijdou jak ti, kteří rádi tvoří a učí se novým věcem, ale také ti, kteří se rádi dozvědí něco nového z oblasti psychologie, výchovy dětí či sociální pedagogiky. V plánu máme i různé venkovní aktivity, ať již v přírodě nebo poblíž zázemí našich poboček,“ sdělila Lenka Vencáková, vedoucí Centra Kopretina.

Vedení Centra, které spadá pod žďárskou Charitu, se rozhodlo rozšířit cílovou skupinu, pro které je nabídka programů určena i vzhledem k nárůstu tzv. sendvičových generací. Tvoří je rodiče středního věku, starající se nejen o své děti, ale i o své starší rodiče. Centrum Kopretina mohou využít i rodiny se specifickými potřebami – vícečetné rodiny, rodiny s víceročaty, rodiny s dětmi se speciálními vzdělávacími potřebami, rodiny během a po rozvodu, samozhivitelky pečující o děti, rodiny s nemocným či postiženým dítětem nebo členem rodiny a také pěstounské rodiny.

Centrum Kopretina je možné navštívit ve čtyřech pobočkách, a to v Bystřici nad Pernštejnem, v Radešinské Svatce, v Radostíně nad Oslavou a ve Velkém Meziříčí. Jejich provozní dobu naleznou zájemci na webových stránkách [zdar.sazava.cz](http://zdar.sazava.cz) nebo na facebookových stránkách jednotlivých poboček.



Aktuální programovou nabídku najdete [zde](#).

Posláním Centra Kopretina je posilovat a zkvalitňovat rodinné vztahy, rodičovské kompetence a zodpovědnost. Působí jako prevence vztahových dysfunkcí k posilování mezigeneračních vztahů. Podporuje rodiny v péči o děti, v jejich výchově, při sladění práce a rodiny, napomáhá předcházet rizikovým situacím v rodině. Jejím cílem je poskytovat

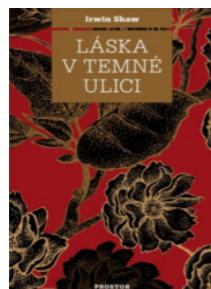
komplexní pomoc rodině jako celku, a to prostřednictvím poradenství v prarodinné oblasti a dalších služeb (např. psycholog, speciální pedagog, pediatr, právník aj.), dále pomocí vzdělávání, jež vede ke zvyšování rodičovských kompetencí a zodpovědnosti, volnočasových aktivit pro rodiny s dětmi, které podporují mezigenerační vztahy. Součástí služeb je také doprovodný program včetně zajištění péče o děti v průběhu aktivit rodičů.



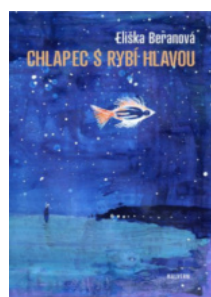
## LITERATURA



**Vytržení**, Petr Michálek. Románový debut dramatika a ředitele Městského divadla Zlín, autora kultovní hry Ovčáček čtveráček. Ve městě Zlín vrcholí oslavy 700 let od „první zmínky“. Čtyřicátník Jan při této příležitosti natáčí jeden ze svých podcastů s místní herečkou Olgou a na záznamu následně najde záhadný vzkaz, týkající se jeho otce, dodnes uznávané kapacity na „změněné stavy vědomí“. Otevírá se díky tomu nejdříve detektivní, a čím dál tím více i děsivá cesta, která spíše než pátrání připomíná past v podobě starých šamanských rituálů, jejichž smyslem bylo „dotknout se smrti na cestě do jiné, nové reality“. Jak se ukáže, není náhodou, že se vše děje právě ve Zlíně, městě, které trpí „otcovským komplexem“ a stále hledá svou identitu...



**Láska v temné ulici**, Irwin Shaw. Paříž, New York, Švýcarsko, zapadlý kout amerického venkova – to všechno jsou místa, která Irwin Shaw, jeden z nejlepších amerických prozaiků 20. století, mistrovsky zachytil ve své povídkové sbírce. Věrně zobrazené prostředí však nebylo jeho jedinou doménou, vynikal především jako výborný vypravěč. Jako málokterý spisovatel dovedl spojit zvukný, mužný a někdy lehce ironický projev svých povídek s nevšedně jemným pochopením i těch nejniternějších pohnutek lidského chování. Shawův svět je v podstatě tragický, přestože on sám zdaleka není pesimista. V jeho civilních příbězích nejdou zazářit lidská něha, nesobeckost, obětavost a upřímný cit. Shaw obdivuje člověka a přes všechny výhrady věří v jeho morální sílu.



**Chlapec s rybí hlavou**, Eliška Beranová. Chlapec s rybí hlavou je lyrickým ponorem do bezejmenného českého maloměsta, skrz naskrz šedošedého, ubíjejícího ve své každodennosti a vyčpělých ideologiích. To vše velmi ostře vnímá a reflektuje protagonistka příběhu, která se do svého rodiště po letech vrací, aby se rozloučila s tragicky ztraceným přítelem z dětství. Pod zdánlivou fádností městských budov číhají temné a bytostně lidské momentky, uchopené specifickým a stylisticky výjimečným jazykem. V okolních leších však cosi rozkvétá, když se pod hladinou řeky odehraje milostný příběh 21. století, bez patosu a stylizujících stereotypů.

**ČTENÁŘI DOPORUČUJÍ: Sentimentální román**, Bianca Bellová. Dva lidé, dva vypravěči, jeden den, dvě místa a dvě setkání se smrtí se stávají spouští pro sestřih vzpomínek, zážitků, chybných závěrů a krivých zrcadel. On se stává poslem špatných zpráv, ona musí vypořádat rodinnou pozůstalost... Sledujeme dva příběhy, které se v jeden okamžik protnou a pokračují společně. Úběžníkem jejich bytí je přítom talentovaná Eliška, která jim zmizela v předvečer svého absolutoria na akademii před patnácti lety.



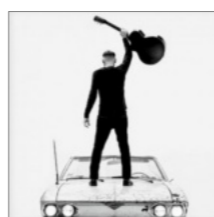
## HUDBA



**Jednou tě potkám**, Vladimír Mišík. Životní zpověď a nejosobnější projekt Vladimíra Mišíka. Celý soubor 14 písní vznikl ve spolupráci s muzikanty Blue Shadows producenta Petra Ostrouchova. Po 45 letech vyšlo album legendy české hudební scény bez domovské kapely ETC.



**Chlapec z ulice**, Miro Žbirka. V roce 1986 vydal Miroslav Žbirka se svým kmenovým producentem Lacom Lučeničem další plnoautorské album s hity jako Dr. Jekyll a Mr. Hyde, Kup mi knihu, Slávou opilý nebo Katka. Miroslav Žbirka zemřel loni 10. listopadu ve věku 69 let.



**So Happy It Hurts**, Bryan Adams. O novém album Bryan říká: „Pandemie a lockdown mi pomohly si uvědomit pomíjivost věcí, jako je možnost sednout do auta a vyrazit na turné nebo jen na výlet. Titulní skladba ‚So Happy It Hurts‘ je o svobodě, autonomii a spontánnosti. Album se dotýká mnoha pomíjivých věcí v životě a tajemství štěstí, kterým jsou mezilidské kontakty.“ Bryan Adams je kanadský rockový zpěvák a kytarista. Své první sólové album vydal už v roce 1980, od té doby vydal 14 studiových alb a získal si svými poprockovými skladbami, zejména baladami, miliony fanoušků po celém světě.

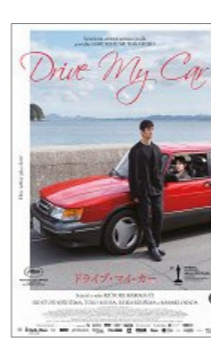
## FILM



**Cyrano**, režie Joe Wright. Nadaný básník Cyrano z Bergeracu (Peter Dinklage) oslní hravými slovními hříčkami při ústním souboji i brilantním šermem v duelu. Kvůli svému vzhledu je však Cyrano přesvědčen, že není hoděn lásky oddané přítelkyně, zářivé Roxanne. Když Cyrano konečně plánuje vyjádřit své city, Roxanne se na první pohled zamiluje do rekruta Christiana...



**Známí neznámí**, režie Zuzana Maríanková. Komédie o partě českých a slovenských přátel, kteří se sejdou v pražském bytě, aby oslavili Silvestra. Mělo jít o běžnou oslavu, kdyby se nenarodil zdánlivě nevinný nápad: dát všechny mobilní telefony na stůl a nahlas sdílet každou doručenou zprávu a dát na hlasitý odposlech každý příchozí hovor. Stanou se z přátel nepřátelé?



**Drive My Car**, režie Rjúsuke Hamaguči, předloha Haruki Murakami (povídka). Júsuke Kafuku je slavný herec a režisér, který se vyžívá v řízení svého červeného Saabu 900. Během angažmá na tradičním festivalu v Hirošimě musí tuto radost nedobrovolně přenechat mladé málomluvné řidičce Misaki. Oba během jízdy na zkoušky nečekaně zjistí, že je spojuje nejen záliba v řízení. Společně naleznou způsob, jak se vyrovnat se svými traumaty a pocity viny, a jít dál. Drive My Car režiséra Rjúsukeho Hamagučiho je atmosférický snímek plný tajemství, hledání lidského porozumění a smíření. Rjúsuke Hamaguči a Takamasa Ōe se stali prvními Japonci, kteří získali cenu za nejlepší scénář na festivalu v Cannes.

## NAUČNÉ PUBLIKACE

**Výpravy do divočiny: Dobrodružství mladého přírodovědce**, David Attenborough. Žijící legenda a průvodce sérií Zázračná planeta z produkce BBC, sir David Attenborough, vypráví příběh začátku své kariéry přírodovědce, dokumentaristy a popularizátora. V roce 1954 se mladému Davidu Attenboroughovi naskytla životní příležitost cestovat po světě, hledat vzácná, stěží polapitelná zvířata pro Londýnskou zoologickou zahradu a zároveň celou expedici zachytit pro pořad BBC Výpravy za zvířaty. Výpravy do divočiny jsou příběhem těchto cest. Aby mohl Attenborough a jeho tým představit neuvěřitelnou krásu a biodiverzitu naší planety, museli se při pobytu u domorodců a výpravách za mravenčíky velikými v Guyaně, varany komodskými v Indonésii a pásovcí v Paraguai vypořádat nejen s agresivními dikobrazy, divokými prasaty a dravými rybami, ale i se zrádným terénem a nepočítatelným počasím. Attenborough píše s typickým humorem a šarmem.



**Božská rovnice: Hledání teorie všeho**, Michio Kaku. Světoznámý astrofyzik nás tentokrát zve na pátrání po dokonalé rovnici, která by pomohla odhalit nehlubší tajemství našeho světa a celého vesmíru. Všechny základy moderní techniky v podstatě vděčí za svůj vznik vědcům, kteří postupně objevovali základní síly světa. Nyní vědci možná mají na dosah prostředky, jak tyto čtyři přírodní síly – gravitaci, elektromagnetickou sílu a slabou a silnou jadernou sílu – skloubit v jedinou teorii. Ta by mohla konečně vrhnout světlo na největší záhady vědy: Co se stalo před velkým třeskem? Co se nachází na druhé straně černé díry? Existují červí díry vedoucí do jiných vesmírů? Proč jsme tady? Kaku líčí hledání této finální teorie a všechny prazvláštní peripetie jedné z nejpodivnějších kapitol v dějinách fyziky. Prochází všechny dřívější revoluce, jež nám daly naše technologické divy: newtonovskou revoluci, ovládnutí elektromagnetické síly, teorii relativity, kvantovou teorii a nakonec i dnešní teorii strun.



**Umění: objasněno – 100 mistrovských děl a co znamenají**, Susie Hodgiová. Proč Michelangelo vymaloval Sixtinskou kapli a proč byl Rembrandt posedlý malováním vlastních podobizen? Jaké je tajemství terakotové armády a polévkových plechovek Andyho Warhola? Tato fascinující kniha vám poskytne přímé vysvětlení a odpovědi na 100 neobyčejně zajímavých otázek. Pokud jste někdy stáli před uměleckým dílem v úžasu, ale nebyli jste si jisti, zda ho dobře chápete, tak tohle je ta správná kniha pro vás. U všech uvedených děl jde o pozoruhodné práce – od těch nejstarších, které byly objeveny, po ty z nedávné doby. Kniha rozebírá mnohé významy a cíle, jež se za nimi skrývají, přičemž bere v úvahu skutečnosti, jako je prostředí, z něž umělec pochází, zkušenosti a přesvědčení, důvody k použití konkrétních materiálů, aspekty společnosti, jež autory obklopovaly či obklopují, ale i to, čeho dotyční chtěli dosáhnout. Důvody, které stojí za tím co vidíme, když umělec dokončí dílo a ukáže ho světu, bývají často fascinující a závažné. A tato kniha vám pomůže umění porozumět a ještě více se z něj radovat. Mezi známé malíře, jejichž díla kniha rozebírá, patří například Donatello, Michelangelo, Rafael, Tizian, Rubens, Rembrandt, Goya, Manet, Monet, Gogh, Cézanne, Gauguin, Chagall, Dalí, Picasso, ale i mnoho dalších méně známých autorů. Máme tak možnost seznámit se s díly 100 umělců, dozvědět se o nich i o jejich kresbách co nejvíce zajímavosti.





# Prověření asistenční psi mohou mít i digitální „občanky“



**Asistenční či vodící pes je pro člověka s postižením nepostradatelným pomocníkem. Pomáhá vracet tyto lidi zpět do běžného života, což by mělo být z dlouhodobého hlediska cílem každého předaného psího pomocníka. Zdaleka ne všichni psi však splňují mezinárodně uznávané standardy a takoví psi mohou být pro klienty i veřejnost dokonce i nebezpeční. Jednou ze záruk kvalitně vycvičeného psa je i nová mezinárodní identifikační karta.**

Tým **Helppes** | Foto: archiv **Helppes**

**V**ýcvik asistenčního psa je dlouhá, náročná, a hlavně velmi zodpovědná práce. Na pomoci čtyřnohého parťáka jsou lidé s postižením závislí. Každá mezera ve výcviku pak může znamenat velké potíže, přičemž neodborně připravení psi vrhají špatné světlo na celou oblast využívání asistenčních a vodících psů.

Organizace Assistance Dogs International (ADI), která zastřešuje organizace, zabývající se výcvikem asistenčních a vodících psů z celého světa, proto připravila a zavedla spolehlivou identifikaci asistenčních psů. Digitální identifikační kartu, kterou lze uložit do jakéhokoliv mobilního zařízení, mohou získat pouze psi, kteří splňují závazné standardy ADI a spadají pod ověřenou akreditovanou organizaci. Již nyní mají psi z akreditovaných organizací například výjimku u největších leteckých přepravců a mohou doprovázet lidi s postižením i na palubě letadla. Status asi-



sténčního psa z akreditované organizace ADI dává dopravci jistotu, že nejen pes, ale i jeho držitel se budou chovat tak, aby nenarušovali bezproblémový průběh cesty, například že pes nevykoná potřebu na palubě nebo nebude obtěžovat ostatní cestující štěkáním.

**I**dentifikační karta, jejíž koncept vznikl od roku 2021, dává člověku s postižením jistotu, že získá pečlivě a odborně vycvičeného asistenčního psa. Nové a dokonalejší zabezpečení této identifikační karty, které zabraňuje jejímu padělání, zároveň pomůže bojovat proti pochybnostem například mezi

dopravci nebo poskytovateli dalších služeb, kteří se často obtížně rozhodují, zda mají asistenčním psům udělit výjimku pro vstup na místa, kam jinak zvířata vstupovat nesmí.

Digitální karta obsahuje fotografii klienta, jeho kontaktní údaje, číslo licence psa, číslo mikročipu, datum složení testu veřejného přístupu ADI a kontakt na akreditovanou organizaci, která psa vycvičila.

V současné době je již 18 ze 45 akreditovaných organizací z Evropy plně zapojeno do tohoto projektu. Mezi tyto organizace patří i [Helppes – Centrum výcviku psů pro postižené o.p.s.](#)



# Dušan Pospíchal: Speciální občanka pomůže asistenčním psům i jejich páníčkům

„Pro lidi se zdravotním postižením jsou psi pomocníci jejich nedílnou součástí, jsou pro ně stejně důležité jako slepecká hůl či ortopedický vozík. Přesto jsou například v hromadné dopravě či obchodech tyto lidé často omezováni právě proto, že jejich průvodcem je speciálně vycvičený pes. Zlepšení situace by měla přinést nová mezinárodní identifikační karta asistenčního psa,“ říká Dušan Pospíchal, člen předsednictva Assistance Dogs Europe a zástupce ČR pro tvorbu evropských norem v oblasti asistenčních psů.

## S jakými omezeními se dnes lidé s postižením setkávají?

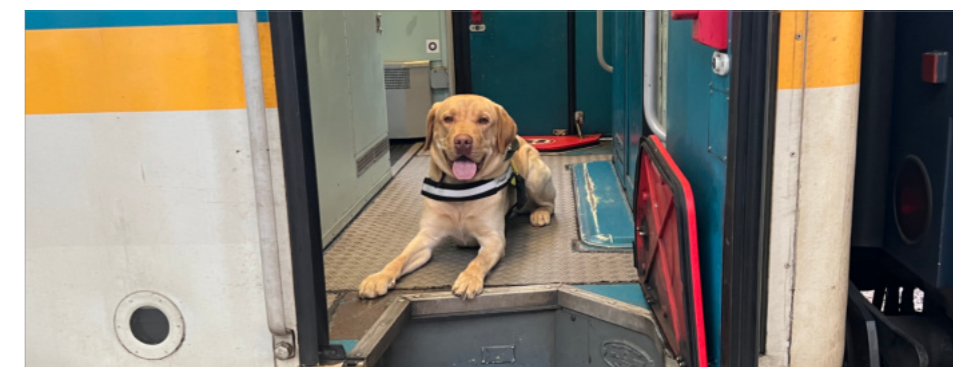
Je to smutné, ale v naší republice jsou lidé v doprovodu asistenčního psa téměř každý den vystaveni diskriminaci v obchodech, ve školách, v zaměstnání, v dopravních prostředcích a podobně. Problémy vznikají třeba i na dětských hřištích, kam nechtějí dítě s handicapem v doprovodu asistenčního psa vpouštět, ačkoli je tento pes řádně označen a jeho držitel je vybaven mezinárodním průkazem.

## Čím to, že asistenční pes nemá v takovém případě výjimku?

Na rozdíl třeba od vozíku nebo slepecké hole není pes v zákoně definován jako kompenzační pomůcka. Navíc ve společnosti zoufale chybí osvěta. Dokonce někdy strážníci městské policie, kteří by měli bránit práva lidí s postižením, je místo pomoci naopak diskriminují, vyhrožují jim pokutami a brání jim v přístupu do veřejných budov a na veřejná místa.

## S čím konkrétně pomůže zavedení digitálních identifikačních karet pro psy?

Řádná identifikace bude v první řadě důkazem, že jde o psa, jehož výcvik odpovídá nejprísnějším standardům. U takového psa se není třeba obávat, že například znečistí dopravní prostředek



či hřiště nebo bude obtěžovat jiné osoby. Pomůže také s problémem tzv. falešných asistenčních psů, kdy jsou za řádně vycvičené psí pomocníky vydáváni psi, kteří buď neprošli požadovanými fázemi výcviku, nebo neprošli výcvikem žádným.

## Proč jsou falešní asistenční psi takový problém?

Cvičitel dostane za psa i stovky tisíc korun, u psa vodičího se jedná ze zákona až o částku 350 000 Kč, takže jde o výhodný byznys. Jenže pes s nedostatečným výcvikem svému majiteli nejen nepomůže, ale může ho přivést i do situace ohrožení zdraví či života. Reklamáce je kvůli chatrné legislativě velmi problematická. V Česku proběhlo zatím jediné soudní řízení s falešnou cvičitelkou vodičích psů. Nevidomá

klientka soud nakonec vyhrála, jenže až po šesti letech, během nichž vodičího psa nemohla používat. Částku téměř 300 000 korun za falešného vodičího psa navíc musela příslušnému úřadu práce nejprve sama vrátit.

## Jaké záruky poskytne psí „občanka“?

Průkaz dostane jen takový pes, který pochází z mezinárodně akreditované organizace ADI. Takovou akreditaci obdrží organizace, která splňuje nejprísnější standardy nejen výcviku, ale i práce s klienty. Klient s postižením se na náležitě vycvičeného psa může zcela spolehnout. Dopravci, provozovatelé ubytovacích a dalších služeb tak budou mít jistotu, že asistenční pes nijak nezasáhne do jejich provozu. 🐾





## Festival Colours of Ostrava opět nabídne nadstandardní servis pro zdravotně znevýhodněné návštěvníky

I po tříleté pauze zaviněné epidemií koronaviru nabídne festival Colours of Ostrava, který proběhne od 13. do 16. července 2022 v unikátních industriálních Dolních Vítkovicích, nadstandardní servis pro zdravotně znevýhodněné návštěvníky. Díky němu si bez starostí a překážek užijí nejen hudbu, ale i další program.

Colours of Ostrava, red | foto: Jiří Muladi

V rámci projektu **Colours bez bariér**, který proběhne již poděsáté, budou moct festivaloví návštěvníci se zdravotním znevýhodněním a obecně držitelé průkazů ZTP a ZTP/P využít zvýhodněnou cenu vstupenky, přičemž doprovod návštěvníka s průkazem ZTP/P má vstup zdarma.

K dispozici budou také bezbariérové tribuny, bezbariérová přeprava v rámci města Ostravy a jeho příměstských částí prostřednictvím dvou bezbariérových BB TAXI, uzamykatelná bezbariérová WC nebo možnost objednat si předem – opět zdarma – speciálně proškoleného asistenta.

Návštěvníkům se zdravotním znevýhodněním projekt Colours bez bariér zprostředkuje také bezbariérové ubytování v ostravských hotelích nebo rezervaci místa v bezbariérovém stanovém městečku ve festivalovém kempu vedle festivalového areálu, a to včetně parkovacího místa přímo

u hlavního vchodu. K dispozici bude Info Point a pokladna Colours bez bariér, stanoviště bezbariérového taxi a parkoviště vyhrazené pouze pro ZTP a ZTP/P návštěvníky.

Návštěvníkům se zrakovým postižením nabídne festival praktickou příručku v Braillově písmu, hmatový plán areálu s vyznačením všech festivalových scén nebo speciální lehký přenosný 3D model Auly Gong.

### Rezervace služeb bude spuštěna v květnu

Od května bude fungovat kontaktní e-mail bezbarier@colours.cz a telefon +420 731 932 768. Jejich prostřednictvím ZTP a ZTP/P návštěvníci získají všechny potřebné informace k projektu.

Pro rychlé odbavení na pokladně si návštěvníci mohou vstupenky předem rezervovat, stejně tak i další výše popsané služby.

### Headlineři festivalu

K hlavním hvězdám Colours of Ostrava 2022 patří The Killers, Twenty One Pilots, Martin Garrix, LP, Franz Ferdinand, Meduza, Youssou N'Dour, Inhaler, Larkin Poe, Modest Mouse, Phoebe Bridgers, Princess Nokia, Sleaford Mods, Hiromi, Wardruna a řada dalších.

Vedle zahraničních i domácích kapel nabídne festival tradičně na mnoha pódiích bohatý doprovodný program – mezinárodní fórum Meltingpot, divadla, workshopy, filmy nebo výtvarné instalace.

Bližší informace o projektu a službách pro návštěvníky se ZTP a ZTP/P průkazy naleznete [zde](#). Vstupenky pro držitele průkazů ZTP a ZTP/P budou k dostání v pokladně v době konání festivalu.

Aktuální informace o festivalu Colours of Ostrava najdete na stránkách [www.colours.cz](http://www.colours.cz).





# Z hotelu vybudovali domov pro seniory, na polohovací postele přispěla Nadace ČEZ



Nadace ČEZ | Foto: Nadace ČEZ, archiv: Adámkova vila, Domov se zvláštním režimem, z. ú.

Před lety poloprázdný hotel, dnes domov až po střechnu plný spokojených seniorů. Takový je osud Adámkovy vily v Raškovicích na Frýdecko-Místecku, o kterou od roku 2017 pečují nadšenci ze zapsaného ústavu Adámkova vila, Domov se zvláštním režimem. Přerod z hotelu na zařízení pro seniory je stál spoustu energie, času i peněz – rekonstrukcí prošlo celé zařízení, měnily se stavební dispozice i nábytek. Pryč musely také původní postele pro hotelové hosty.

„Abychom splnili přísná kritéria pro registraci sociální služby a samozřejmě také abychom klientům zajistili maximální komfort, museli jsme pořídit polohovací postele. To jsou ale šité pátky, které jsme si jako nestátní organizace nemohli dovolit, proto jsme začali s repasovanými postelami. Ty je ale třeba neustále opravovat, vydrží sotva dva roky a potřebují vyměnit motoriky a další součástky. Proto jsme se teď rozhodli zainvestovat do nových moderních postelí,“ vysvětlila ředitelka Lenka Janečková.

„Vloni nám pomohla Nadace ČEZ a přispěla 80 000 Kč, za které jsme poříдили čtyři nové postele. Teď už jich máme 17 a postupně sháníme peníze na další,“ upřesnila Lenka Janečková při prohlídce fotek usmívajících se babiček, které jsou na nových postelích spokojené. Mnohé je zvládnou samy ovládat a „jezdí nahoru dolů“.

Adámkova vila má mnoho drobných dárců a její šéfka je vděčná za každý příspěvek, za každou novou polohovací postel.

„Pokud se nám ale podaří získat větší dar od tak významného partnera, jako je Nadace ČEZ, je naše radost dvojnásobná,“ dodala ředitelka. Zařízení podporuje mateřská obec



Raškovice i okolní vesnice, pro jejichž staré nebo handicapované občany zajišťuje Adámkova vila osobní asistenci – pečovatelky jim vozí domů nákupy, uklízí nebo pomáhají při osobní hygieně.

Pro lidi z odlehlých beskydských osad, kam se v zimě pečovatelky dostávají jen s obtížemi, chtějí vybudovat kolem Adámkovy vily domečky,

ve kterých by senioři strávili zimu, aby se na léto mohli vrátit do svých domovů.

Realizaci projektu VOZKA podporuje



# Vážení klienti a sympatizanti přepravní služby ALDIO

Marie Báňová, vedoucí ALDIO, Ostravská organizace vozíčkářů, spolek

Připadá mi, jako bych vyslovovala kondolenci s ukončením naší specializované přepravy pro zdravotně postižené, kterou provozujeme již od roku 1999. Naše první vozidlo byl Mercedes 208 D. I když měl své nejlepší roky za sebou, sloužil ze všech sil pět let.

Od roku 2003 jsme se snažili o zařazení do Adventních koncertů České televize a v roce 2004 jse nám to povedlo. Díky tomu jsme získali více než 2 miliony korun na nákup nového vozidla. Stali jsme se majiteli Fordu Transitu. Sloužil téměř deset let a dneska můžeme říct, že to byla „zlatá léta“. Svou kapacitou byl ideální i pro velké sportovní nebo společenské akce, které nám přinášely odpovídající finanční částky za jízdné.

V roce 2013 jsme obdrželi bezúplatně z Nadace Charty 77 – Konta Bariéry a s příspěvím z fondu Globus opět vozidlo Ford Tourneo Custom a po šesti letech jsme svou žádost

o nové vozidlo zopakovali. Opět jsme byli úspěšní. Poslední dvě nová vozidla byla vybavena hydraulickou plošinou a v bočních dveřích i hydraulickou seřadkou. Tyto úpravy byly již financovány z dotací statutárního města Ostravy, městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz a Nadace ČEZ.

Za každý rok máme přesné údaje o ujetých kilometrech, přepravených osobách a zaplaceném jízdném. V období pandemie covidu-19 se všechno změnilo. Ani na jediný den se sice přeprava nezastavila, ale počet jízd se rapidně snížil. S tím samozřejmě souviselo i rapidní snížení tržeb. Mzda řidiče, nájemné, spotřeba energií a pojistky musely být uhrazeny bez ohledu na příjmy. Díky poskytnutým dotacím jsme přežívali s myšlenkou, že bude líp. V současné době je nám hůře než ve výše uvedených dvou letech. Výše dotací nám nezajistí celoroční provoz vozidla a z toho důvodu hrozí situace, že ve druhém pololetí 2022 budeme

muset ukončit provoz naší alternativní dopravy. Pokud se tak stane, bude to velká ztráta pro lidi, kteří užívají elektrické nebo mechanické vozíky, ale i pro ty, kteří jsou zdravotně jinak handicapovaní.

Osobní poznámka od dispečerky: udělám všechno pro udržení Vaší přepravní služby, ale zázraky (zřejmě) neumím...



OOV

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

## NAŠE PROJEKTY SLOUŽÍ NEJEN LIDEM S POSTIŽENÍM

VOZKA  
v PDF!

VOZKA  
Magazín o životě a pro život na vozku

ALDIO

Alternativní doprava imobilních osob

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

ALDIO  
JEDE!

Magazín pro vozíčkáře, lidi s postižením a seniory

Ke stažení za dobrovolný příspěvek: [www.vozka.org](http://www.vozka.org),  
[www.facebook.com/magazinvozka](https://www.facebook.com/magazinvozka).

Rady, informace, příklady a konzultace

Volejte: pondělí–čtvrtek 11–12 hodin na tel.: 596 914 660,  
596 131 202, [poradnaoov@seznam.cz](mailto:poradnaoov@seznam.cz), [dvorvoz@seznam.cz](mailto:dvorvoz@seznam.cz),  
[bezbarier@post.cz](mailto:bezbarier@post.cz) (posuzování dokumentace),  
[www.ostrava-bezbarier.cz](http://www.ostrava-bezbarier.cz),  
[www.facebook.com/poradenstvizbezbarierOV](https://www.facebook.com/poradenstvizbezbarierOV).

BEZBARIÉROVÁ  
ŘEŠENÍ!





## PROSAZ nabízí v Praze noční pohotovostní pečovatelskou službu

Chcete jít večer na koncert, ale po návratu domů nemáte nikoho, kdo by vám pomohl s uložením do postele? Obratě se s předstihem na pražskou organizaci PROSAZ, z. ú., která vám po uzavření smlouvy o poskytování služby zajistí vše potřebné. Po domluvě je možné službu poskytovat i pro pravidelné kratší činnosti, jako je například polohování během spánku a podobně. Stalo se vám někdy, že jste večer upadli a museli jste čekat na pomoc až do rána? Už nemusíte, pro podobné mimořádné situace je v provozu pohotovostní služba, a to od 21.00 do 6.00 hodin.

Daniel Petrák a tým PROSAZ | Foto: archiv PROSAZ



„Noční pohotovostní službou chceme našim klientům pomáhat v nočních hodinách, kdy jsou často odkázáni jen sami na sebe a nikdo jiný se o ně nemůže postarat. Chceme jim v akutních případech poskytnout nadstandardní pomoc, která jim pomůže vyřešit komplikovanou situaci a udržet jejich životní standard a pohodlí,“ uvedla ředitelka organizace Ing. Iveta Pešková. Cílem je navázat na poskytované služby v průběhu dne, aby uživatelé mohli bezstarostně žít v jejich přirozeném prostředí i během noci. Působnost služby je na území hlavního města Prahy.

Mezi nejčastější úkony během „noční“ patří:

- pomoc při zvládnutí běžných úkonů péče o vlastní osobu – podpora při podávání jídla a pití, oblékání a svlékání včetně speciálních pomůcek, pomoc při přesunu na lůžko nebo vozík;
- pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu – úkony osobní hygieny a použití WC;
- poskytnutí a zajištění stravy – pomoc při přípravě nebo podání jídla a pití;
- pomoc při zajištění chodu domácnosti – běžný úklid a údržba domácnosti, běžné nákupy a pochůzky;
- zprostředkování kontaktu se společenským prostředím – doprovázení do zaměstnání, k lékaři, na úřad a instituce poskytující veřejné služby.

Další informace o službě včetně ceníku najdete na [webových stránkách](#) organizace PROSAZ.

## Znáte elektromobily elBlesk TIGER nebo elBlesk Tříkolku?

Zastřešený, vybavený topením nebo větráním, rádiem, ovládáním elektrických oken i centrálním zamykáním a parkovací kamerou. Umožňuje celoroční provoz v jakémkoliv počasí a navíc samostatnost a dopravní samoobslužnost. Nabíjí se z domácí obyčejné zásuvky 230 V, stejně jako telefon. To je elektromobil elBlesk TIGER. K jeho řízení je třeba ŘP A1 a řídit tak můžete už od 16 let. Dělá vám problém nástup nebo výstup z vozu? Špatně se pohybujete nebo jste na ortopedickém vozíku a potřebujete elBlesk řídit pouze rukama? Máme pro vás řešení. Vozy elBlesk individuálně upravujeme tak, aby vyhovovaly i zákazníkům se zhoršenou pohyblivostí. Řešení máme skoro pro každého.

Ivana Steidlová a tým elBlesk | Foto: archiv elBlesk



Firma BLOHMANN spol. s r.o. je jediným dodavatelem tohoto typu elektroauta v ČR a má povolení k jeho prodeji a úpravám pro lidi se sníženou pohyblivostí. Její síť prodejních a servisních míst zaručuje snadnou dostupnost služeb. Elektromobily elBlesk kompletuje na své centrále v Klatovech, kde také probíhá jejich další vývoj, a to zejména v oblasti baterií a dojezdu, elektrického pohonu a dalších konstrukčních vylepšení.

Elektromobil **elBlesk TIGER** je díky maximální rychlosti 80 km/h naprosto komfortní vozidlo pro každodenní dojíždění. Bezúdržbový asynchronní motor se jmenovitým výkonem 7,5 kW zajišťuje dostatečný výkon za každé situace. Je naprosto běžné, že na Tigera se auta při rozjezdu na semaforech nechytají. Dojezd až 130 km je ideální pro každodenní dojíždění do práce, školy nebo na nákupy. Cena dobití baterie je 20 Kč/100 km.

Kola z lehkých slitin, osvětlení s technologií LED, barevná parkovací kamera, rádio s MP3, USB port, nabíječka na telefon, elektricky ovládaná okna. Ano, naše **elBlesk Tříkolka** je vybavena opravdu bohatě již ve standardní výbavě. Má také topení, takže s ní lze pohodlně jezdit po celý rok. Nasedání a vysedání z tříkolky je velmi pohodlné. Díky tomu a díky ručnímu ovládání je tříkolka elBlesk velmi oblíbená i mezi seniory či osobami se sníženou pohyblivostí. Obrovskou výhodou elBlesk tříkolky je to, že se ovládá pouze rukama. Díky tomu dokážete jednoduše zaparkovat kdekoli, jako byste řídili obyčejné jízdní kolo. Její maximální rychlost je 45 km/h a dojezd 70 nebo 140 km, a to podle typu baterie.

Více informací o našich elektromobilech najdete na našich [stránkách](#).



elBlesk TIGER



elBlesk Tříkolka





# Čtyřnozí asistenti jsou v ČR už 21 let

Nezisková organizace  
Pomocné tlapky slaví  
21. narozeniny



Text: Hana Pímerová a tým Pomocných tlapek  
Foto: archiv Pomocných tlapek

Ano, je tomu 21 let, kdy první asistenční psi ze společnosti Pomocné tlapky o.p.s. začali doprovázet klienty s tělesným znevýhodněním. Do roku 2001 byl pojem asistenční pes v ČR znám pouze ze zahraničních dokumentárních filmů. V dnešní době jich tu žije více než 250. V únoru oslavily Pomocné tlapky 21 let od svého založení. Byly první neziskovou organizací tohoto druhu u nás. Pomocné tlapky mají za cíl vychovávat a cvičit asistenční psy pro tělesně postižené klienty z celé republiky. Do této doby byli v ČR známí pouze psi vodící. Asistenční psy poskytuje společnost klientům do užívání zdarma. Každý pes je cvičen na míru podle konkrétního postižení klienta, takže je originálem, stejně jako jsou originální klienti organizace.



Samozřejmostí je následná péče ve formě rekondičních setkání, poradenství od trenérů, procvičování povelové techniky po celou dobu služby psa a následné vzdělávání týmů především v oblasti péči o psa a zdravotní péči. Společnost se specializuje především na výchovu asistenčních psů a šikovných společníků.

**Asistenční psi** částečně nahrazují službu osobních asistentů nebo rodinných příslušníků. Snižují závislost klientů na této péči, čímž zvyšují jejich samostatnost a sebevědomí. Klienti se tak mohou aktivně a plnohodnotně zapojit do běžného života a zlepšit komunikaci s okolím. Asistenční psi pomáhají se zvládnutím každodenních činností a úkonů, aby klienti mohli setrvat ve svém přirozeném prostředí a zachovat si vlastní životní styl. (Pes ovládá desítky povelů např. otevře a zavře dveře, rozepne zip, sundá ručavice, ponožky, podá předměty rozličného materiálu, přivolá pomoc, otevře pračku, vyndá prádlo, podá ko-

líčky na prádlo atd.) Výsledkem práce jsou samostatné asistenční týmy, jež bez problémů spolupracují jak doma, tak na veřejnosti.

**Šikovný společník** je určen pro klienty těžce tělesně postižené, kteří nejsou schopni plně komunikovat se psem, ale jeho přítomnost a asistence napomáhá jejich rehabilitaci, rozvíjí motoriku a mentální schopnosti. Pes kromě klienta asistuje třetí osobě, již pomáhá při péči o klienta (pes odnáší plenky, otvírá dveře matce nesoucí dítě apod.).

Pomocné tlapy rovněž zajišťují speciální výcvik psů pro děti postižené autismem (PAS) nebo pro děti s ADHD, u kterých mají velmi dobré výsledky. Cvičí také psy pro epileptiky, kdy pes dokáže přivolat pomoc a ošetřit pacienta po záchvatu – otočí ho do stabilizované polohy, podá mu krabičku s léky nebo ručník. V poslední době se na organizaci obrací i klienti s psychickými problémy, jako je například posttraumatický syndrom. I v tomto

doby jsou součástí mého života. Pečlivě jsem si nastudovala jejich stránky a kontaktovala paní ředitelku Hanu Pirnerovou. Je to úžasná žena. Vše mi vysvětlila a začal kolotoč, který je nutný k tomu, aby klient mohl získat asistenčního pejska. Dotazníky, osobní pohovor s cvičiteli, rozhovor s psychologem a fyzioterapeutem. Jelikož pomocné tlapy cvičí psy klientům na míru, potřebují detailní informace.

Na pejska jsem se těšila tak moc, jako v dětství na Vánoce, doslova jsem nemohla dospát. Po roce a půl od podání žádosti a absolvování všech



zmíněných procedur zazvonil telefon. Radost jsem málem dostala infarkt. Vzápětí jsem vyrazila na první setkání s pejskem, kterého mi Pomocné tlapy vybraly. Vidím to jako dnes. Sešli jsme se před domem v Plzni, kde měly Pomocné tlapy secvičovací byt pro klienty a pejsky. Z auta vystoupili cvičitelé a krásná černá fenka labradorského retrievera Pája. Zamílovala jsem se do ní okamžitě. Na pár dní jsme se i s dcerkou nastěhovaly do „tlapkáčeho“ bytu, kde jsme u sebe měly Pāju 24 hodin denně. Poznala jsem všechny členy týmu Pomocných tlapek. Jsou to moc hodní lidé se srdcem na správném místě. Přátelství, které mezi námi

případě dokáží Pomocné tlapy spolehlivě pomoci.

Do letošního března bylo předáno klientům celkem 255 psů (asistenčních, vodičích, šikovných společníků a rezidenčních canisterapeutických psů).

Největší odměnou pro společnost je spokojený fungující tým a skutečnost, když si klient odváží druhého nebo třetího, či jako paní Jarka čtvrtého asistenčního psa.

Pomocné tlapy jsou podporovány a financovány z darů jednotlivců, firem, příspěvků z nadací z veřejných sbírek (zasíláním DMS a příspěvků sbírkových kasiček), ale také vlastní výdělečnou činností, přednáškami a provozování vlastního [e-shopu](http://e-shopu).

Velké poděkování patří skvělému týmu trenérů, spolupracovníkům, vychovatelům štěňat a všem, kteří organizaci podporují.

Kontakty: Pomocné tlapy o.p.s., tel.: 724 279 599, [web](http://web) a e-mail: [info@pomocnetlapky.cz](mailto:info@pomocnetlapky.cz).

vzniklo, je opravdové a pevné. Během našeho pobytu v Plzni trenéři zjišťovali, co mi dělá největší potíže, aby mi fenka mohla po docvičení co nejlépe pomáhat v běžném životě. Po našem odjezdu ještě pár týdnů Pāju doučovali několika drobným úkonům.

Já jsem mezitím doma začala připravovat zázemí, které takový pejssek potřebuje. Zanedlouho jsem jela opět do Plzně na závěrečné několikadenní secvičování. Pája si mě pamatovala a vítala mě. Bylo to krásné. Dál jsme vše procvičovaly, seřadily se a trénovaly s cvičiteli. Ke konci našeho pobytu nás čekala závěrečná zkouška dovedností v secvičovacím bytě i při pohybu venku a v obchodním centru. Vše jsme zvládly.

Další den už jsme odjeli domů. Jel s námi i cvičitel Jirka, který se ubytoval v naší blízkosti a byl nám k dispozici 24 hodin denně. Nacvičili jsme si cestu k lékaři, cestování autobusem, správné venčení, našli vhodnou veterinární péči a mnoho dalšího. Jirka odjel a Pája je od té doby Příbramačka.

Při sebemenším problému jsem se mohla v kteroukoliv denní či noční dobu ozvat a poradit se. To trvá dodnes. Když potřebuji, vždy mi někdo z Pomocných tlapek ochotně pomůže, a toho si nesmírně vážím. Navíc mi velmi pomohlo, že jsem Pāju do užívání od Pomocných tlapek dostala zdarma.

Letos v září oslavíme s Pájou sedm společných let. Je to moje velká láska, která mi obrátila život vzhůru nohama, a jsem jí za vše velmi vděčná. Je moc hodná, přátelská, krásná, chytrá, šikovná a pracovitá. Tolik lásky a porozumění v ní je! Navíc je Pájinka moje velká psychická opora a kamarádka. Doprovází mě úplně všude. Chodíme společně do všech obchodů, k lékařům

i na návštěvy. Každý rok jezdíme na několikadenní rehabilitační pobyt do Nemocnice Na Pleši. Pája už to tam zná nazpaměť a personál nám umožňuje veškerý komfort. Pája mě doprovází na všechny procedury a má tam možnost trávit volný čas v krásné přírodě. Všichni ji tam mají rádi a ona to ví. Dokáže svou přítomností rozsvítit tolik srdcí... Hodně mi pomáhá canisterapie, kterou s Pájou často děláme. Zahřeje mi svaly svým kožíškem a následně je masíruje jazykem. Cokoliv mi upadne na zem, podá mi zpět do rukou, třeba i kreditní kartu, drobné mince, časopis, botu atd. Umí otevírat a zavírat dveře pomocí tkalounu na klíče. Dokáže otevřít myčku. Když jdu z obchodu a nákup se mi nevejde do tašky na chodítku, dám jí sáček s rohlíky, který donese domů v tlamě.

Před časem jsem onemocněla. Nejprve mě čekala operace, po níž následovala onkologická léčba, která stále pokračuje. Pájinka s námi dojíždí na každou léčbu a je mi velkou oporou. Často se musím smát, jak je v nemocnici důležitá. Věřím, že vše dobře zvládneme a že si budu Pāju užívat spoustu dalších let.

Chtěla bych moc poděkovat Pomocným tlapkám a všem podporovatelům, kteří přispívají na výcvik psů a díky nimž Pāju mám. Pomohli mi žít mnohem lepší život a já si toho nesmírně vážím.



Ilustrační foto



## 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](http://www.pomocnetlapky.cz), [info@pomocnetlapky.cz](mailto:info@pomocnetlapky.cz)

**ROHO**  **CZ.TECH**  
Čelákovice

**Antidekubitní podložky a matrace**

zamezují vzniku proleženin  
a napomáhají při jejich léčbě

Podložky do vozíků jsou hrazeny VZP

kód: 5009759

skup.: 07.06.02.03

Dodává:  
CZ. TECH –  
Čelákovice, a.s.  
Stankovského 1200/46,  
250 88 Čelákovice  
tel.: 326 993 844, fax: 326 993 845  
e-mail: [roho@cztech.cz](mailto:roho@cztech.cz), [www.roho.cz](http://www.roho.cz)





## KOLOBĚH MÉHO ŽIVOTA

**Lucie Blažková**

**Pohřbení trpké minulosti,  
v níž zla bylo dosti.  
Mám víru v budoucnost,  
těší mě přítomnost.**

**Na bolesti a křivdy zapomínám,  
nevymizí nikdy.  
Jen víc teď radosti  
i krásy života vnímám.**

**Naděje v duši mé přebývá,  
přestože smutek a žal  
tam někde zůstává.  
Chci žít přeci dál.**

**Vzpomínky tolik bolí,  
však nikdy už čas nevrátím.  
Jenže co je to čas,  
fyzikální veličina?  
Je jen ten v nás.**

## Vrbické jezero v červnu přivítá ocelácký triatlon a závody dračích lodí

Do letní pohody je sice ještě daleko, město Bohumín ale už s předstihem podpořilo konání dvou velkých sportovně-společenských akcí, které lidem zpříjemní předprázdninový čas. Obě se uskuteční v červnu u Vrbického jezera, které je přístupné i pro lidi na ortopedickém vozíku. Závody dračích lodí a ocelácký triatlon mohou počítat nejen s tradiční vysokou návštěvností, ale i s finančním příspěvkem města přesahujícím 100 000 korun.

Jana Končítková | Foto: město Bohumín

**D**ivácky oblíbené závody dračích lodí se loni poprvé přesunuly z nástupního místa pro vodáky u řeky Odry k Vrbickému jezeru. To nabízí větší prostor pro zázemí s občerstvením a toaletami i nedaleké velkokapacitní parkoviště. Letos se klání amatérských posádek rozšíří na dva dny, aby mohly změřit své síly i děti z bohumínských škol. Lidé, kteří mají rádi neformální atmosféru a setkání s přáteli, by si do svých kalendářů měli napsat termín 4. června.

Organizátoři se mohou spolehnout nejen na tradiční vysokou účast týmů i podporu diváků, ale také na finanční injekci od města.

„Zajištění této akce je velmi náročné, účastní se jí až dvě stě amatérských závodníků a další stovky lidí v roli diváků, kteří mají vstup zdarma. Původně skromné závody pořádal Spolek přátel bohumínské historie, nyní je organizace masové akce v rukou ostravského spolku Dragon Boat Ostrava. Platí však, že posádky lodí jsou z Bohumína, jejich fanoušci také, stejně tak žáci bohumínských škol. Proto jsme se rozhodli přispět na závody a doprovodný program 75 000 korun, což představuje polovinu celkových nákladů,“ vysvětlil místostarosta Bohumína Igor Bruzl.

**Z**atímco závody dračích lodí patří nejen ke sportovním, ale i společenským událostem, ocelácký triatlon je o individuálních výkonech a překonávání vlastních limitů. Přesto jeho pořadatelé v minulých letech dokázali, že jim jde o vyšší mety, než je pouze protrhnout cílovou pásku závodu. K pohybu motivují i nejmenší prostřednictvím speciálních dětských kategorií. A před závodem se navíc pouštějí do dobrovolných aktivit, jakou



je například úklid břehů Vrbického jezera. Letos Sportovní klub Oceláci Ostrava naplánoval závody na 11. června a nesou podtitul Triatlon s úsměvem. Soutěž v plavání, jízdě na kole a běhu bude opět otevřená i amatérům a dětem, přičemž organizátoři ponechají symbolické startovné. Město jim na akci přispěje 30 000 korun.

„Oba podpořené spolky jsou ze sousední Ostravy, ale mají zájem pořá-

dat akce u nás v Bohumíně pro naše občany. V tomto případě nezáleží na tom, kde mají sídlo, ale jaké aktivity vyvíjejí v našem městě. A u těchto dvou akcí jde navíc i o přesah do jiných oblastí, než je ryze sport. Ze zkušeností víme, že jejich organizace je kvalitní a shodli jsme se, že i mimobohumínské spolky si v takových případech naši podporu zaslouží,“ doplnil Bruzl.





## JARNÍ SLEVA 10 % NA PŘÍDAVNÉ POHONY EMPULSE

Objednejte si váš nový přídatný pohon Empulse F55 nebo Empulse R20 **od 1. 3. 2022 do 30. 6. 2022** a získáte **slevu 10 %**. Jaro se blíží – pohony máme skladem připravené k okamžitému dodání.

PROZKOUMEJTE SVĚT  
JAKO NIKDY PŘEDTÍM



**Empulse**

www.MEDICCO.cz | www.SUNRISEMEDICAL.cz | 800 900 809

Uvedené produkty patří mezi zdravotnické prostředky třídy I a jsou určeny ke kompenzaci pohybového zdravotního postižení. Součástí našich služeb je i odborná instruktáž před uvedením produktů do provozu.

# Nenechte se mýlit aneb Telemedicína opředená mýty

Rozvoj distanční lékařské péče je dnes jedním z největších trendů zdravotnictví v Česku i ve světě. Nedílnou součástí elektronizace odvětví jsou moderní nástroje zdravotní péče, například telemedicína. S tímto pojmem se setkali mnozí z nás, především během pandemie. Podle průzkumu ale jen 14 % Čechů dokáže vysvětlit, co telemedicína vlastně znamená. Neznalost a nedůvěra pak vede ke vzniku řady mýtů a polopravd – například tvrzení, že telemedicína má tradiční lékařskou péči zcela nahradit.

Alexandra Prochorova | Foto: Unsplash

**P**ořady o medicíně vysílané v televizi, teleshopping, rozhovory s robotem či dokonce šamanské praktiky. To je jen mála ukázka toho, co si Češi obvykle spojují s pojmem „telemedicína“. Výsledky vyplynuly z průzkumu realizovaného na jaře agenturou Ipsos pro zdravotnickou skupinu EUC. Pouhých 14 % dotázaných přitom odpovědělo, že pojem opravdu zná – většina se s ním poprvé setkala až během pandemie covidu-19.

### eHealth není teleshopping

„Že telemedicína má něco společného s teleshoppingem, tedy prodejem přes televizní obrazovku, je asi nejčastější omyl rozšířený mezi lidmi“, komentuje výsledky průzkumu MUDr. Petra Bomberová Kánská, vedoucí lékařka telemedicínské služby Lékař online 24/7.

„To sice má, ale pouze z jazykového hlediska, díky stejné předponě ‚tele-‘. Ta pochází z řečtiny a lze ji přeložit jako ‚na dálku‘. V moderním pojetí znamená telemedicína především způsob komunikace lékařů s pacienty na dálku. Jedná se o rychle se rozvíjející fenomén. Přístup veřejnosti k telemedicině se razantně změnil obzvláště během pandemie. Vznikla celá řada kvalitních českých telemedicínských projektů a rozvoj českého eHealth finančně a legislativně podporují stát i pojišťovny. I přesto, že většina zdravotních zařízení se již vrátila do plného provozu, popularita vyšetření na dálku stále roste. Mnoho pacientů si distanční medicínu vyzkoušelo zejména v období karantény, a i v budoucnu s ní počítá,“ říká Petra Bomberová Kánská.

### Mýty o telemedicině

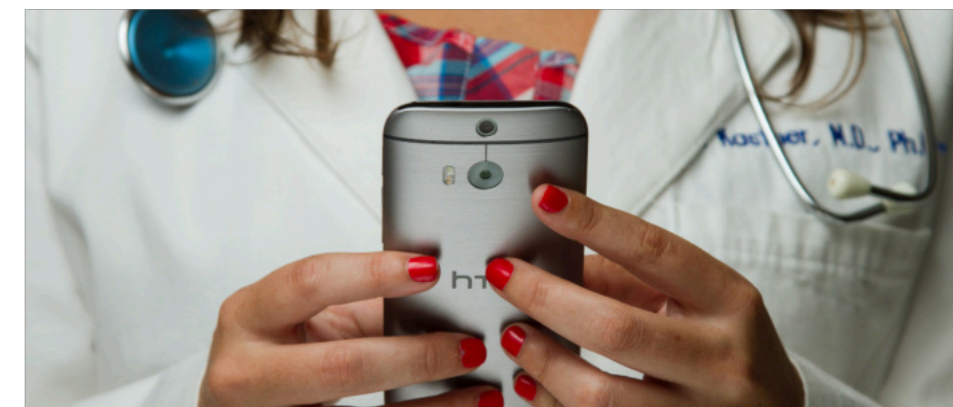
Problém u laické veřejnosti ale spočívá v nedostatku jasných a srozumitelných informací, jak přesně telemedicína funguje, kde se může uplatnit a pro koho je vhodná. Špatná úroveň informovanosti je pak živnou půdou pro všelijaké mýty.

„Někteří lidé si mylně myslí, že cílem telemedicíny je zcela nahradit fyzický kontakt lékaře s pacientem, což zdaleka není pravda“, vysvětluje MUDr. Bomberová Kánská a dodává, že telemedicína není samostatným odvětvím medicíny, ale jejím moderním digitálním nástrojem.

Má za úkol především zvýšit dostupnost a kvalitu zdravotní péče pro pacienty – a také zefektivnit práci zdravotnického personálu. Pacientům nabízí možnost rychle a snadno řešit část svých běžných zdravotních potíží na dálku, třeba z pohodlí domova nebo i ze zahraničí. Telemedicína si však v žádném případě neklade ambice zcela nahradit fyzické zákroky třeba v ordinacích nebo při laboratorních odběrech.

„Kardiolog si například pacienta s poruchou srdečního rytmu bude chtít nejen poslechnout, ale mimo jiné doplnit i krevní odběry nebo ultrazvuk srdce,“ uvádí příklad MUDr. Bomberová Kánská. „Toto telemedicína dnes zprostředkovat nemůže. Prostřednictvím telemedicínské aplikace lze ale například pacienta po vyšetření monitorovat na dálku, kontrolovat mu krevní tlak, za pomoci digitálních přístrojů měřit EKG či konzultovat zdravotní stav pacienta s kolegy. A to v mnoha ohledech zjednodušuje práci a podporuje lékaře v jejich odborné činnosti.“ Telemedicína tak mimo jiné nabízí i účinný způsob, jak pečovat o chronicky nemocné.

U nás je jedním z průkopníků telemedicínských technologií skupina EUC se svou aplikací [mojeEUC](#), jejíž součástí je osvědčená a vysoce zabezpečená telemedicínská služba Lékař online 24/7. Díky ní mohou pacienti absolvovat vyšetření lékařem na dálku pomocí videohovoru nebo chatu. Ke stažení je pro všechny uživatele zdarma – stačí mít chytrý telefon a internetové připojení.





## V organizaci Proty boty může tančit každý, i dospělí a děti s handicapem



Láká vás pohyb, ale myslíte si, že když jste na vozíku, tak to není možné? Brněnská organizace Proty boty vás zve do svých tanečních kurzů pro děti a dospělé s handicapem i bez. V Proty botách se setkáte s milými lektorkami, které se už více než deset let věnují tanci s lidmi s handicapem, ale i bez něj. Dokážou využívat umělecký a terapeutický potenciál pohybu a tance. Ničeho se nebojte a pojďte si vyzkoušet naše kurzy, jsou otevřené opravdu pro všechny. Aktuálně probíhá kurz V těle doma pro dospělé a dva kurzy pro rodiče a děti.



Jitka Morozová a tým Proty boty | Foto: archiv Proty boty

**V těle doma** je kurz prožitkového tance, který probíhá každé úterý od 1. února do 7. června v čase 17,30–19,00 h v Divadle Barka v Brně. V kurzu vytváříme bezpečný prostor, kde si můžete užít radost z pohybu, uvolnit se, rozvinout své pohybové možnosti a kde se od sebe navzájem inspirovají lidé s handicapem a bez něj. Více se o kurzu dozvíte [zde](#).

**V kontaktu** je kurz pro dvojici rodič a dítě od jednoho roku, který probíhá od 2. února do 7. června každou středu v čase 10,00–10,45 h v Centru Kmen v Brně. V kurzu se naučíte, jak děti správně chytit a podržet, aby pro vás oba byla pohybová hra bezpečná, ale také se naučíte nechat pohyb a tanec volně plynout. Využijete tento čas jen pro sebe navzájem. Čeká vás

spousta společné legrace, pohybového sdílení a taky krásné hudby. Další informace o kurzu se dozvíte [zde](#).

**Tancehraní** je kurz pro dvojici rodič a dítě od tří let, který probíhá od 15. března do 7. června každé úterý od 16,30 do 17,15 h v Divadle Barka v Brně. Kurz je plný pohybu, her, hudby a hlavně společné radosti a vzájemné blízkosti. Originálním a zábavným způsobem využíváme tanec a hru k tomu, abychom děti naučili nejen pohybovým, ale také psychosociálním dovednostem.

Program je tematicky zaměřen, k motivaci dětí používáme básničky, písničky a příběhy. Vytváříme respektující prostředí, aby se mohly zapojit i děti s různým typem handicapu, které si chtějí hrát, učit se a vyjadřovat se po-

hybem. Podrobnější informace o kurzu najdete na našem [webu](#).



V kontaktu

## Když jsem začala tancovat, našla jsem sama sebe

Jmenuji se Dominika a je mi 27 let. Už od narození mám zdravotní postižení – dětskou mozkovou obrnu. Jsem z úplné rodiny. Rodiče mě i bratra vždy vedli k tomu, abychom se věnovali svým zálibám a koníčkům a abychom trávili volný čas pestrým způsobem. Proto jsem už od základní školy chodila na různé kroužky od angličtiny přes vaření až po počítačový kroužek.

Na střední škole jsem se dostala ke sportovním kroužkům, kde se mi podařilo splnit si svůj sen a stát se šermířkou na vozíku. Díky tomuto sportu jsem měla možnost poznat spoustu nových lidí a dozvědět se nové příběhy, které obohatily můj život.

Na vysoké škole jsem našla sama sebe, když jsem začala tancovat v brněnské neziskové organizaci Proty boty. Měla jsem k tomu hned několik důvodů. Mou hlavní motivací bylo to, že jsem se chtěla hýbat. Díky tanci jsem začala poznávat nejen své tělo a jeho limity, ale postupně se mi podařilo tyto hranice posunout a zvětšit si například rozsah pohybu. Nyní jsem schopna lépe vnímat svoje tělo a poslouchat, co, jak a kdy potřebuje.

Dalším důvodem, proč jsem s tancem začala, byla myšlenka, kterou organizace Proty boty vysílá do světa – „Tančit může každý“. Být součástí integrované taneční skupiny mi dává pocit, že někam patřím, že je jedno, jaká jsem, protože všichni jsme jedinečné a originální osobnosti. To, že jsem na vozíku, neznamená, že se nemůžu učit a inspirovat od zdravých a naopak.

Mým osobním důvodem k připojení do skupiny bylo i to, že jsem od dětství přemýš-

lela, jak světu ukázat, že i člověk s handicapem může žít plnohodnotným životem. Právě tanec v této skupině a účinkování v představeních pro různorodé publikum a na různých akcích mi umožňuje lidem sdělit, že handicap není nic, čeho by se měli bát. Naopak je to něco, co je může mnohému naučit.







## Jak se žije na Rooseveltce

### Můj život na běžné základní škole

Eva Guldová

Jmenuji se Eva a od narození trpím dětskou mozkovou obrnou. Od 1. třídy jsem navštěvovala běžnou základní školu. Ptáte se, proč klasickou základní školu, když mám handicap? Důvodem byla špatná finanční situace. Rozhodla jsem se vám povědět o svém životě na běžné základní škole.

Víte, celé jsem si to začala uvědomovat až od 6. třídy, kdy jsem začala chodit na 2. stupeň základní školy. Poté, co jsem nastoupila, se mi změnil život, bohužel ale k horšímu. Jeden z největších problémů, a pro mě asi nejbolestivější fakt, bylo to, že jsem neměla kamarády a žáci ve třídě si o mně mysleli, že jsem jiná. A protože jsem nikdy nebyla začleněna do třídního kolektivu, shazovala jsem učebnice na zem, aby si mě někdo všiml. Jelikož jsem měla asistenci, tak mě spolužáci nechtěli přijmout mezi sebe, a to ani o přestávkách.

Bylo pro mě komplikované začlenit se do běžné třídy a i přes individuální přístup bylo pro mě učení těžké, a proto jsem ho nezvládala. Jelikož nás ve třídě bylo mnoho, tak učitelé neměli dost času se mi více věnovat a bylo pro



ně jednodušší dát mi kalkulačku a tabulky. Chtěli, abych všechny písemky psala s nimi.

To, co jsem si vždy přála, byli hlavně kamarádi. Toto přání se mi splnilo po nástupu na speciální střední školu v Brně. Zažívala jsem nová dobrodružství, seznámila jsem se

### Jak jsem se vyrovnala se životem na vozíku

Jana Šamanová

Pamatuji si každý moment z toho, co se stalo. Omdlela jsem a nemohla jsem se vzbudit. Všechno si vybavuji, jak maminka a tatiček zavolali záchranku, jak jsem vnímala, a přitom jsem nedokázala nic říct, jak jsem jela záchrankou nebo to, jak mě sestřička konečně uvedla do spánku, protože věděla, že všechno slyším. Nemoc: mozková příhoda. Mohla jsem chodit. A pak mi otekl mozek. Chcete vědět, co se dělo, když jsem byla v umělém spánku? Pamatuji si to

doteď. Viděla jsem světélko (ono to fakt existuje!) a nechtělo mě pustit. Řekli, že musím zpátky na zem. Vrátili mě. Nevím, jestli to byli lékaři nebo něco, co se nedá vysvětlit, ale nakonec mě přece jenom vzbudili. Plakala jsem. Beru to tak, že jsem dostala druhou možnost, kterou jsem si nicméně nepřála, ale nikdo to nechtěl ani slyšet. Na tři měsíce jsem byla v Kladrušech, ale chodit jsem se už nenaučila. Začala jsem se učit vše od začátku, neuměla jsem napsat ani vlastní jméno, hodiny, týdny, měsíce, čísla, vyjmenovaná slova... Když si uvědomím, že jsem před tím milovala knížky a slohy, těžko se s tím vyrovnávám.

Takový první důvod, proč jsem tenkrát nepřestala bojovat a nevzdávala se, je náš bráška Jeníček. Nebyl mu

ani rok, když se mi to stalo. Je jediný. Samozřejmě mi pomáhali rodiče a známí, ale všechno bych to zahodila, nebýt jeho.

Když jsem zase vše uměla, dostala jsem se na naši školu. Jsem mezi lidmi. A dobře, pomohl mi jeden kluk, který mi říkal, že mě bere jako zdravou holku. Zdráhala jsem se tomu věřit, řešila jsem jiné problémy. Pak se ale jednou stalo, že jsme čekali na vlak, v podchodu bylo spousta schodů a ten kluk mě vzal do náručí a vynesl mě. To mě tak uchvátilo, že jsem změnila názor a jsme spolu doteď.

Ono to nějak všechno dopadne. Třeba jinak, než si představujete, ale když se s tím vyrovnáte (což se blbě dělá), jde všechno líp. 🌈







## I malý dárek potěší

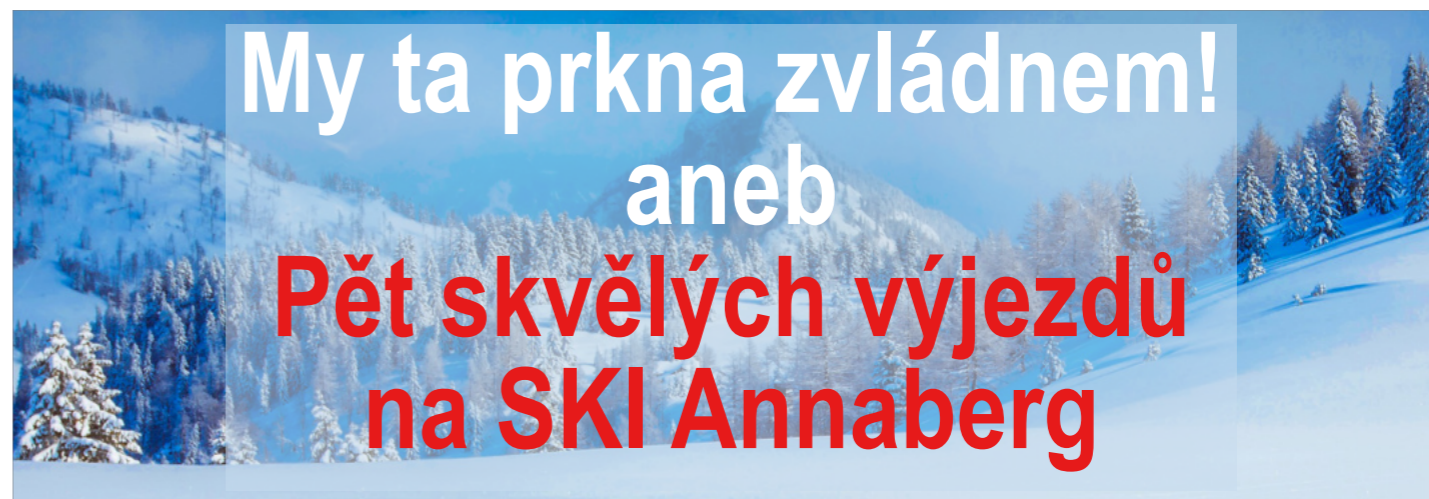
Pod tímto názvem se uskutečnil krátkodobý česko-slovenský projekt v rámci eTwinning, společenství evropských škol, mezi Speciální základní školou v Banské Štiavnici a Základní školou pro tělesně postižené, Opava, Dostojevského 12, konkrétně mezi dvěma jejich třídami. Impulzem k jeho vzniku bylo podle iniciátora ze Slovenska zamyšlení nad nepříznivou celosvětovou situací spojenou s pandemií covidu-19, která všechny stále více izoluje a zřejmě nejtěživěji doléhá na seniory odloučené od rodin. Proto je náš projekt zaměřen na skromné rozveselení lidí, kteří to potřebují možná víc než my žáci a učitelé.

Text a foto: ZŠ pro tělesně postižené, Opava, Dostojevského 12

Cílem projektu bylo oslovit konkrétní zařízení pečující o seniory a navázat s ním spolupráci. Vybrali jsme si Domov pro seniory – Bílá Opava na Rybářské ulici v Opavě. V cílové skupině bylo 86 klientů, ale my jsme se toho počtu nezalekli. Byla to pro nás výzva. Samotná realizace projektu byla rozdělena do dvou fází.

Úkolem té první bylo vyrobit 86 papírových květin a doručit je spolu s přáním do Domova Bílá Opava. Z kladných ohlasů a fotografií, které jsme obdrželi, jsme měli velkou radost a povzbudilo nás to v další tvorbě. Druhá fáze se uskutečnila v čase blížících se Vánoc. V naší školní cvičné kuchyni jsme upekli voňavé perníčky a k nim vyrobili krásná novoroční přání. I tentokrát se nám podařilo vykouzlit úsměv na tvářích babiček a dědečků. Tím projekt dospěl do svého zdárného konce.

Přínosem této společné česko-slovenské spolupráce byla skutečnost, že žáci navázali kontakt s vrstevníky z podobného speciálního zařízení ze sousední země, představili si navzájem své školy, prezentovali se osobně v krátkých dopisech, seznámili se s jazykem. Obě strany se o průběhu projektu pravidelně informovaly na společné internetové platformě. Projekt jsme rovněž využili k tomu, abychom žákům přiblížili téma stáří, úcty k němu, problém osamocení a odloučení. Z celého průběhu projektu vznikala bohatá fotodokumentace.



Základní škola pro tělesně postižené z Opavy pořádala po roční pauze v únoru tohoto roku pět výjezdů na SKI Annaberg do Andělské Hory. Zažili jsme zimní parádu se vším všudy, ani počasí nás nedostalo...



Text a foto: ZŠ pro tělesně postižené, Opava, Dostojevského 12

Žáci byli rozděleni do různých skupin, kde se jim plně věnovali pedagogové a asistenti školy. Žáci se zdokonalovali v jízdě na lyžích nebo snowbladech, někteří na běžkách, jiní na saních a bobech. Další skupinku tvořili tzv. „pěšáci“, kteří zdolávali místní kopce a pořizovali nádherné fotky a videa zdejších panoramat. Těm byly na poslední tři výjezdy zakoupeny trekkingové hole. Díky nim žáci zapojili při pohybu celé tělo, měli lepší stabilitu při zdolávání nerovností terénu a hlavně jim bezpečně pomáhali při cestě z kopce.

Měli jsme ještě jednu zvláštní skupinu převážně imobilních žáků, která se vozila v monoski. Monoski, jak už všichni vědí, je jedna lyže s vázáním, do kterého se zapne tzv. skořepina, v níž žák sedí a nechá se vozit učitelem. Jízda s monoski je realizována tak, že učitel jede na svých lyžích a monoski „veze“ před sebou. Tu drží za konstrukci řídicí. Společný pohyb vychází z vlastní jízdy učitele a z jeho ovládnutí monoski. Ten, kdo chce s monoski lyžovat, musí mít velice dobré lyžařské schopnosti, protože při společné jízdě právě on zodpovídá za bezpečnost. Naše škola vlastní dvě monoski, které jezdily bez přestávek, protože žáci si

tento nevšední zážitek užívali plnými doušky.

Po pár dnech na horách už víme, jak zrádné může být zdejší počasí. Zažili jsme všechno od sněhových přeháněk a silného foukání větru až po nádherné azurové nebe.

Poslední lyžařský den tak intenzivně přelétlo a foukalo, že nejdly ani vlek, protože došlo k přerušení elektrického vedení. Museli jsme narychlo zvolit náhradní program, a to pohádku

Tajemství staré bambitky 2 v kině Cinenstar Opava. Společně strávené chvíle jsme si užili nejen na svahu, ale i cestou v autobusu, kde nás skvěle bavila paní učitelka Lenka Koprivová. Dozvěděli jsme se různé příběhy a historické zajímavosti spojené s místem ozdravného pobytu.

Také jsme si společně zvolali naše známá hesla. „Jaké máme dnes počasí?“ No přece: „Chamonix!“ „Jak budeme jezdit?“ Přece: „Pecky, bomby!“






**KURZY SOCIÁLNÍ REHABILITACE EXODUS 2022**

 Pořádá a bližší info - Sdružení občanů Exodus [www.exodus.cz](http://www.exodus.cz) Jana Tremlová [tremlova@exodus.cz](mailto:tremlova@exodus.cz) tel. 777 656 200

**Poznávací a výtvarný kurz**

Poznávat okolí a k tomu si vyrobit něco hezkého? To je skloubení poznávacího a výtvarného kurzu. Navštívíte například muzeum trabantů, ZOO a klášter v Plasích, zámek Kozel a mnoho dalších zajímavých míst v okolí. Vyzkoušíte si různé výtvarné techniky jako je sůl do koupele, výroba z podpalových dřívěk, vypalování do dřeva, výroba hrnku z keramiky a mnoho dalšího.

**2.5. - 8.5. 2022**
**2 500 Kč**
**Kurz výtvarné techniky**

Cílem tohoto kurzu je vyzkoušet si různé výtvarné techniky jako je například malování na hedvábí, transferová technika, výroba mýdel či soli do koupele, gelových svíček nebo svíček z včelího vosku, vypalování do dřeva, výroba šperků z korálků a výroba hrnku z keramiky. Součástí kurzu je také celodenní výlet po krásách Plzeňska.

**18.7. - 24.7. 2022**
**2 500 Kč**
**Výtvarný a relaxační kurz**

Cílem kurzu je naučit se nové výtvarné techniky a naučit se různé relaxační techniky. Během tohoto kurzu zažijete relaxační cvičení, canisterapii a návštěvu solné jeskyně. Z výtvarných technik si vyzkoušíte například savování a batiku triček, výrobu lžiček z fimo hmoty, pískové mandaly a mnoho dalšího. Na programu je také celodenní výlet v okolí Plzně a výroba keramiky.

**30.5. - 5.6. 2022**
**2 500 Kč**
**Relaxačně výtvarný kurz**

Kurz zaměřený na různé výtvarné techniky, jako je výroba z keramiky, šperků z korálků, transferová a ubrousková technika, výroba mýdel a svíček nebo soli do koupele. Dále zažijete návštěvu solné jeskyně, canisterapii a různá relaxační cvičení. Součástí kurzu je celodenní výlet po okolí Plzně.

**25.7. - 31.7. 2022**
**2 500 Kč**
**Poznávací kurz a digitální fotografie**

Prožijete týden plný poznávacích výletů po celém Plzeňsku a to jak po historických památkách, tak i po muzeích a přírodních zajímavostech. Vyzkoušíte si úpravu Vámi pořízených fotografií v PC, dále si zkusíte výrobu z keramiky a další výtvarné techniky jako je ubrousková technika, transfer na textil či výroba mýdel.

**6.6. - 12.6. 2022**
**2 500 Kč**
**Relaxačně pohybový kurz**

Týdenní kurz zaměřený na relaxaci jako je návštěva solné jeskyně, canisterapie, muzikoterapie či relaxační cvičení. Dále si vyzkoušíte hraní bowlingu, šipek, stolního tenisu a cvičení na posilovacím trenažeru. Také si vyzkoušíte výrobu keramiky a vyrazíte na výlet po okolí Plzně.

**22.8. - 28.8. 2022**
**2 500 Kč**
**Relaxační kurz**

Kurz zaměřený na potřebný odpočinek a relaxaci. Během kurzu zažijete návštěvu asistenčních psů při canisterapii, muzikoterapii, navštívíte solnou jeskyni, poznáte techniky relaxačního cvičení a absolvujete celodenní výlet. Vyzkoušíte si výrobu z keramiky a další výtvarné techniky, jako je ubrousková technika, mozaika na svícny, výroba svíček z včelího vosku a jiné.

**13.6. - 19.6. 2022**
**2 500 Kč**
**Sportovně adrenalinový kurz**

Týdenní kurz, který je zaměřen na sportovní aktivity v tělocvičně i venku. Během kurzu si vyzkoušíte adrenalin při jízdě v motokáře, navštívíte plavecký bazén, zahrajete si tenis, squash, bowling, florbal na vozíku nebo posilovací trenažer, ale také si užijete relaxaci v solné jeskyni nebo při masáži. K dispozici je stůl na stolní tenis, beerpong, stolní fotbal a šipky.

**12.9. - 18.9. 2022**
**2 500 Kč**
**Tvořivý týden a deskové hry**

Během tohoto kurzu si vyzkoušíte mnoho nových výtvarných technik jako je výroba svíček, pískové mandaly, fimo lžiček, savování, batiku, vypalování do dřeva, lapače snů, výrobu šperků z korálků, výrobu z keramiky a jiné další zajímavé výtvarné techniky. Budete mít možnost zahrát si různé společenské hry, při kterých si procvičíte svoji paměť a fantazii. Součástí kurzu je celodenní výlet v okolí Plzně.

**11. 7. - 17.7. 2022**
**2 500 Kč**
**Designový kurz**

Cílem kurzu je vyrobit si dekorační předměty pro vyzdobu Vaší domácnosti. Vyrobite si například svícny a svíčky, krabičky z podpalového dřeva, vypalování na prkénka, rámečky na fotky, závěsy z macramé, lapače snů nebo květníky, zdobené ubrouskovou technikou. Také si vytvoříte originální hrnek z keramiky. Během kurzu bude celodenní výlet.

**24.10. - 30.10. 2022**
**2 500 Kč**
**V cenách kurzů je zahrnut program, ubytování a strava. Dopravu na kurz si klienti zajišťují sami.**





Naše zkušenosti a hlavně informace vám ušetří čas, nervy a možná i peníze



Obracejte se na nás:

telefonicky na bezplatné lince 800 100 250 po–st 9–13, út–čt 12–16;  
e-mailem na [poradna@ligavozic.cz](mailto:poradna@ligavozic.cz). Internetová poradna [zde](http://zde).  
Nebo se můžeme setkat osobně u vás doma nebo u nás v poradně na ul. Bzenecká 23, 628 00 Brno (domluva předem na 777 010 331).

# Životní a existenční minimum, navýšení a dávky, které navýšení ovlivní

Mgr. Kateřina Bulantová

Od 1. 4. 2022 došlo k navýšení částek životního a existenčního minima o 10 %. Navýšení ovlivní některé z dávek státní sociální podpory a pomoci v hmotné nouzi, změny se dotknou i některých dávek pro osoby se zdravotním postižením.

## Životní minimum

Částky životního minima nyní činí:

- jednotlivec (jednočlenná domácnost) – 4 250 Kč;
- vícečlenná domácnost: 1. dospělá osoba v domácnosti – 3 910 Kč, 2. a každá další dospělá osoba v domácnosti (která není nezaopatřené dítě) – 3 530 Kč, nezaopatřené dítě ve věku do 6 let – 2 170 Kč, ve věku od 6 do 15 let – 2 670 Kč a ve věku od 15 do 26 let – 3 050 Kč.

Životní minimum domácnosti je součtem všech částek životního minima jednotlivých členů domácnosti. Věkem osoby rozhodným pro stanovení částek životního minima je věk, kterého osoba dosáhne v kalendářním měsíci, za který je životní minimum zjišťováno.

Za **nezaopatřené dítě** se považuje dítě do skončení povinné školní docházky a poté, nejdéle však do 26. roku věku, jestliže



a) se soustavně připravuje na budoucí povolání (studium na střední nebo vysoké škole, popř. teoretická a praktická příprava pro zaměstnání nebo jiná výdělečná činnost pro osoby se zdravotním postižením);  
b) se nemůže soustavně připravovat na budoucí povolání nebo vykonávat vý-

dělečnou činnost pro nemoc či úraz;  
c) z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu je neschopno vykonávat soustavnou výdělečnou činnost.

Po skončení povinné školní docházky se do 18. roku věku považuje za nezaopatřené dítě také dítě, které je vedeno v evidenci krajské pobočky

Úřadu práce ČR jako uchazeč o zaměstnání a nemá nárok na podporu v nezaměstnanosti nebo podporu při rekvalifikaci.

**Dítě do 26 let, které pobírá invalidní důchod pro invaliditu III. stupně, není považováno za nezaopatřené.**

## Existenční minimum

Částka existenčního minima od 1. 4. 2022 činí 2 740 Kč. Existenční minimum nelze uplatnit v případě nezaopatřeného dítěte, poživatele starobního důchodu, u osoby invalidní ve III. stupni a u osoby starší 68 let. U těchto osob se tedy při výpočtu dávek, které vycházejí z existenčního minima, počítá s částkou životního minima.

V dalším textu stručně zmíníme změny u jednotlivých dávek (včetně příkladů), podrobné podmínky dávek zjistíte v naší Poradně pro život s postižením nebo na pobočce úřadu práce.

## Státní sociální podpora

### Porodné:

Pro nárok na porodné nesmí příjem domácnosti přesáhnout 2,7násobek životního minima domácnosti – v případě domácnosti se dvěma dospělými příjmem domácnosti nesmí přesáhnout částku 20 088 Kč měsíčně (dosud 18 225 Kč).

### Přídavek na dítě:

Pro nárok na přídavek na dítě nesmí příjem domácnosti přesáhnout 3,4násobek životního minima domácnosti – v případě domácnosti se dvěma dospělými a jedním nezaopatřeným dítětem ve věku 10 let příjem domácnosti nesmí přesáhnout částku 34 374 Kč měsíčně (dosud 31 178 Kč).

## Pomoc v hmotné nouzi

### Příspěvek na živobytí:

Nárok na příspěvek na živobytí má osoba, jejíž příjem (resp. příjem domácnosti) nedosahuje částky živobytí. Osobě invalidní ve III. stupni, která je osaměle žijící, vzniká nárok na příspěvek na živobytí v případě, že její příjem nedosahuje částky 4 250 Kč (dosud 3 860 Kč).

### Mimořádná okamžitá pomoc:

• Nejsou splněny podmínky hmotné nouze, ale v případě poskytnutí pomoci osobě hrozí vážná újma na zdraví. Dávku lze poskytnout v částce, která doplní příjem osoby do výše existenčního minima (v případě nezaopatřeného dítěte do výše životního minima), tj. do částky 2 740 Kč (v případě nezaopatřeného dítěte do částky 2 170 Kč u dítěte do 6 let, 2 670 Kč u dítěte od 6 do 15 let, 3 050 Kč u dítěte od 15 do 26 let).



• Postižení vážnou mimořádnou událostí (živelní pohroma, větrná pohroma, ekologická havárie, požár apod.). Dávku lze poskytnout až do výše 15násobku částky životního minima jednotlivce, tj. až do výše 63 750 Kč.

• Nedostatek prostředků k úhradě jednorázového výdaje spojeného např. se zaplacením poplatku za vystavení duplikátů osobních dokladů nebo v případě ztráty peněžních prostředků. Dávku lze poskytnout až do výše tohoto jednorázového výdaje.

• Nedostatek prostředků k nákupu nebo opravě předmětů dlouhodobé potřeby. Dávku lze poskytnout až do výše těchto výdajů, maximálně však v průběhu kalendářního roku do výše 10násobku částky životního minima jednotlivce, tj. až do částky 42 500 Kč.

• Nedostatek prostředků k uhrazení odůvodněných nákladů vznikajících v souvislosti se vzděláním nebo se zájmovou činností nezaopatřených dětí. Dávku lze poskytnout až do výše těchto výdajů, maximálně však v průběhu kalendářního roku do výše 10násobku částky životního minima jednotlivce, tj. až do částky 42 500 Kč.

• Ohrožení sociálním vyloučením. Jde např. o situace osob vracejících se z vězení, z dětského domova a z péstovské péče po dosažení zletilosti nebo po ukončení léčby chorobných závislostí. Dávku lze poskytnout až do výše 1000 Kč. V průběhu roku může být poskytnuta opakovaně, součet však nesmí překročit 4násobek částky životního minima jednotlivce, tj. maximálně částku 17 000 Kč.

### Doplatek na bydlení:

Výše doplatku na bydlení je stanovena tak, aby vám po odečtení odůvodněných nákladů na bydlení a (případně) příspěvku na bydlení zůstala

částka živobytí. Osobě invalidní ve III. stupni, která je osaměle žijící, by tedy mělo zbýt minimálně 4 250 Kč (dosud 3 860 Kč).

## Dávky pro osoby se zdravotním postižením

### Příspěvek na péči:

Nárok na zvýšení příspěvku na péči o 2 000 Kč měsíčně má domácnost s nezaopatřeným dítětem (příspěvek pobírá buď nezaopatřené dítě, nebo osoba, která o nezaopatřené dítě pečuje), pokud příjem domácnosti nepřesahuje 2násobek životního minima domácnosti – v případě domácnosti se dvěma dospělými a jedním nezaopatřeným dítětem ve věku 10 let příjem domácnosti nesmí přesáhnout částku 20 220 Kč měsíčně (dosud 18 340 Kč).

### Příspěvek na zvláštní pomůcku:

Pokud je cena pomůcky nižší než 10 000 Kč, příspěvek je poskytnut pouze v případě, je-li příjem osoby a příjem osob s ní společně posuzovaných nižší než 8násobek životního minima domácnosti – v případě domácnosti se dvěma dospělými a jedním nezaopatřeným dítětem ve věku 10 let příjem domácnosti nesmí přesáhnout částku 80 880 Kč měsíčně (dosud 73 360 Kč).

### Příspěvek na zvláštní pomůcku poskytovaný na pořízení motorového vozidla:

Pro nárok na maximální výši příspěvku pro dospělou osobu nesmí příjem domácnosti přesáhnout 16násobek životního minima domácnosti – v případě domácnosti se dvěma dospělými a jedním nezaopatřeným dítětem ve věku 10 let příjem domácnosti nesmí přesáhnout částku 161 760 Kč měsíčně (dosud 146 720 Kč).





www.ostrava-bezbarier.cz, www.facebook.com/poradenstvibezbarierOV  
 poradnaov@seznam.cz, posuzování dokumentace: bezbarieri@post.cz

596 914 660 (po 11–12)  
 596 131 202 (st 11–12)

## Příjezd do Ostravy vlakem a přeprava MHD

Text a foto: Tomáš Dvořák

Po příjezdu do vlakové stanice **Ostrava-Svinov** se z perónu přepravíte pomocí výtahu.



Výtah z perónu

terminálu Svinovské mosty. V jeho spodní části najdete stanoviště a zastávky autobusů. Do horní části terminálu se zastávkami tramvají a autobusů vás vyvezou výtahy nebo eskalátory. V mezipatře je bezbariérové WC. Všechna nástupiště jsou bezbariérová. Pokud vystoupíte ve stanici **Ostrava hlavní nádraží**, přepravíte se z perónu výtahem do nadchodu a přesunete se do vestibulu nádraží, kde je bezbariérové WC s bariérovým sprchovacím koutem (vanička). Přístupy do čekáren, do obchůdků s občerstvením a informačního centra jsou bezbariérové o dostatečné průchozí šířce dveří.

V těsné blízkosti nádraží je bariérové stanoviště tramvají a trolejbusů, kde se neobejdete bez doprovodu. U stanoviště trolejbusů najdete čekárnu s upraveným bezbariérovým WC (klíč na požádání, kontakt na dveřích).

Obě nádraží prověřkou bezbariérovosti celkem prošla, pokud nepočítám dvě nepříjemné, ale překonatelné překážky: asi 350metrová cesta z nádraží Ostrava-Svinov k hlavnímu přestupnímu terminálu na Svinovských mostech a bariérová zastávka tramvaje před železniční stanicí Ostrava hlavní nádraží.

## Další přestupní uzly

Přestupní uzel **Sad Boženy Němcové** nemá veřejné WC. Najdete tady 7 nástupních a výstupních stanovišť tramvají, autobusů a trolejbusů. Stanoviště 1 a 2 jsou bezbariérová (katselský obrubník), ostatní stanoviště trolejbusů a autobusů jsou označena červeným piktogramem – je zde nutný doprovod.

V budově přestupního terminálu **Hranečník** můžete použít bezbariérové WC, ale nenajdete tady žádný obchůdek nebo bufet s občerstvením.

Vyhrazená parkovací místa a všechna nástupiště a přístupy k nim jsou bezbariérové.



Čekárna s WC

Přestupní bod **Hlučínská** s odstavným parkovištěm a vyhrazenými parkovacími místy nemá veřejné WC (je v plánu). Hlučínská točna tramvaje má bezbariérovou výstupní a nástupní zastávku, a to včetně přístupu z odstavného parkoviště.



Točna Hlučínská

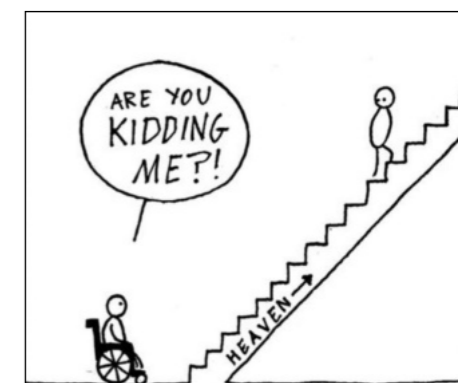
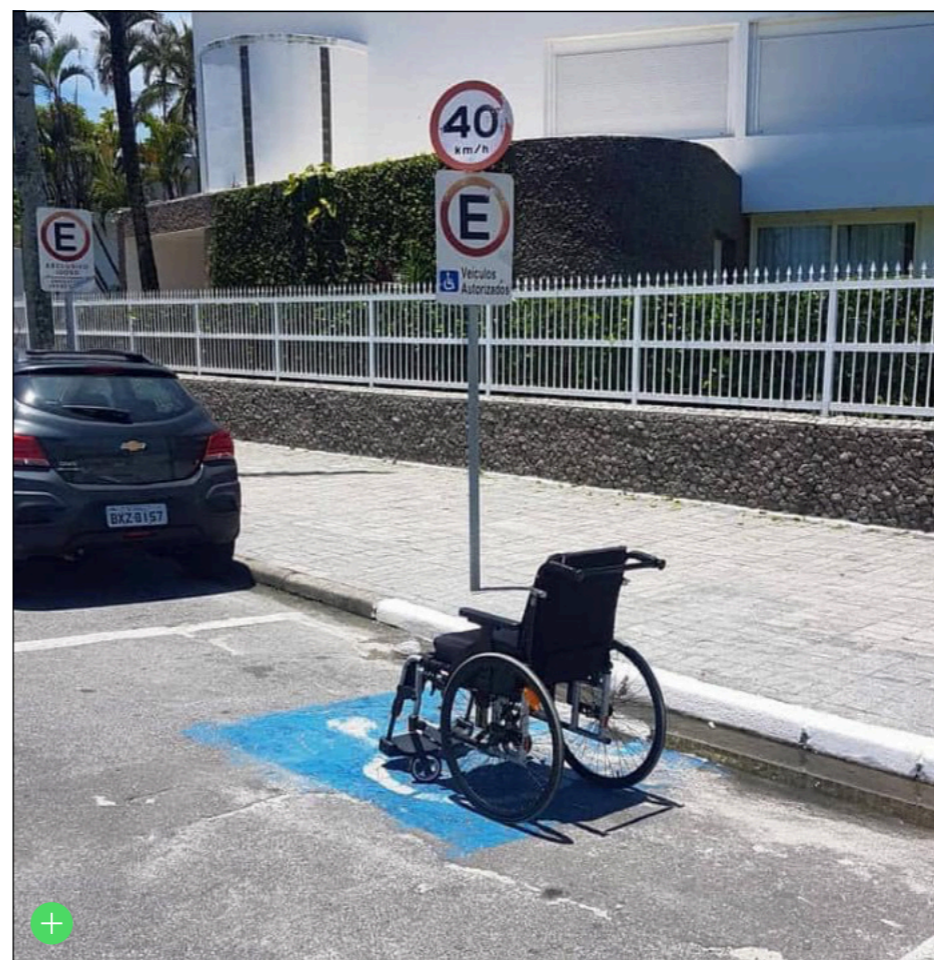
Zastávka autobusu směr Hlučín je bezbariérová, na zastávce směr Křížkova je možný nástup pouze s doprovodem.



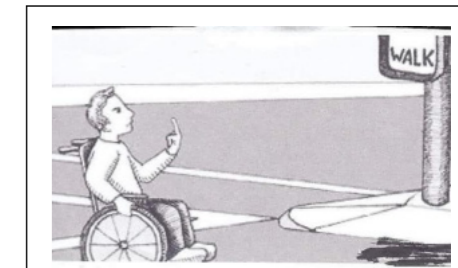
Kdo tuhle rampu otestuje, je prostě borec...



Vyhrazené místo v autobuse...



Děláte si ze mě srandu?!





## Poradna NRZP ČR v Brně



Vy se ptáte

Konzultační hodiny: po 8.30–12, 12.30–17, út 9–12, st 8.30–12, 12.30–17, čt 9–12, pá 9–12; kontakty: 542 214 110–111, 736 751 214, poradnabrno@nrzp.cz, Skype: poradnabrno; adresa: Cejl 892/32, 602 00 Brno

My odpovídáme

Mgr. Michaela Zapletalová | Foto: Pixabay.com

### Přiznání příspěvku na péči u dítěte s diabetem I. typu

Existuje nějaký zákon nebo rada ohledně přiznání příspěvku na péči u dětí s diabetem I. typu? Opakovaně jsem žádal jako zákonný zástupce dítěte, které je nyní ve věku 15 let, a vždy byl příspěvek na péči přiznán. Nyní došlo k jeho odejmutí. Podle posudkového lékaře se jedná o úplně zdravé dítě, jež není závislé na pomoci jiné fyzické osoby ani v jednom posuzovaném bodě stupňů závislosti. I podle sociální pracovnice, která prováděla sociální šetření, si posudkový lékař vybral jen to, co uznal za vhodné, aby mohl příspěvek na péči zamítnout...

Nárok na příspěvek na péči má osoba starší 1 roku, která z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu potřebuje pomoc jiné fyzické osoby při zvládnutí základních životních potřeb v rozsahu stanoveném stupni závislosti. Stupně závislosti se hodnotí podle počtu základních životních potřeb, které daná osoba není schopna bez cizí pomoci sama zvládnout.

Mezi základní životní potřeby (ZŽP), které se hodnotí, řadíme: mobilitu, orientaci, komunikaci, stravování, oblékání a obouvání, tělesnou hygienu, výkon fyziologické potřeby, péči o zdraví, osobní aktivity a rovněž péči o domácnost (neposuzuje se u osob do 18 let).

Bližší vymezení schopností zvládnout jednotlivé základní životní potřeby a jejich hodnocení naleznete v příloze č. 1 vyhlášky 505/2006 Sb.

Při posuzování se přihlíží k věkovým standardům psychomotorické-

ho vývoje dítěte, podle kterých se hodnotí, kdy se z fyziologických důvodů předpokládá zvládnutí ZŽP a co se považuje za nezvládnutí.

Při stanovení stupně závislosti do 18 let se nepřihlíží k potřebě péče, která plyne z věku osoby a tomu odpovídajícího stupně biopsychosociálního vývoje.

Pokud dítě nezvládá některou aktivitu kvůli nízkému věku a stupni biopsychosociálního vývoje, nepovažuje se tato skutečnost za nezvládnutí ZŽP. Za nezvládnutí lze považovat situaci, kdy kvůli dlouhodobě nepříznivému zdravotnímu stavu při zvládnutí ZŽP vyžaduje dítě každodenní mimořádnou péči jiné fyzické osoby.

U mimořádné péče se jedná o péči poskytovanou nad rámec běžně poskytované péče. Je to péče, která svým rozsahem, intenzitou nebo náročností podstatně přesahuje péči poskytovanou osobě téhož věku. Potřeba každodenní mimořádné péče se může z fyziologických důvodů průběžně měnit v závislosti na věku a stupni sociální zralosti.

Je velmi pravděpodobné, že při hodnocení nynějšího zdravotního stavu posudkový lékař přihlížel právě k věku dítěte, jeho stupni vývoje a tomu, co by mělo v daném věku zvládnout. Předpokládáme, že vycházel z doložených lékařských zpráv, v nichž velmi záleží na tom, jak jsou v nich zdravotní stav a potřeba péče o dítě popsány.

K podrobnějšímu rozboru by bylo třeba znát detailně posudek LPS. Obecně lze ale sdělit, že pokud s rozhodnutím nesouhlasíte, je možné do 15 dní od převzetí rozhodnutí podat odvolání k MPSV prostřednictvím místně příslušné krajské pobočky úřadu práce (ÚP), která napadené rozhodnutí vydala.

### Příjem pečující osoby a následný výpočet starobního důchodu

Jsem plně invalidní a pobírám příspěvek na péči. Máme dceru, která je rovněž plně invalidní a pobírá příspěvek na péči. Manžel ještě pracuje. Jaký bude jeho příjem v případě, že by zůstal doma a pečoval o nás? Jak se bude vypočítávat výše jeho důchodu? Manžel má 62 let.

Abych mohla zodpovědět vaše dotazy, budu předpokládat, že manžel bude nahlášen na ÚP jako hlavní pečující vás obou, tedy vás a dcery.

V případě, že manžel ukončí pracovní poměr a již nenastoupí do nového zaměstnání, může se evidovat na místně příslušném ÚP jako uchazeč o zaměstnání za účelem pobírání podpory v nezaměstnanosti. V tomto případě bude třeba, aby plnil všechny povinnosti, které jsou na uchazeče o zaměstnání kladeny, např. dostavoval se na schůzky apod. Dále bude také třeba, aby zde nahlásil, že je pečující osobou. Tuto skutečnost by měl ÚP zohlednit, a tím pádem manžela například nevyřadit z evidence uchazečů o zaměstnání v případě, že nebude schopen nastoupit do zprostředkovaného zaměstnání, protože je pečující osobou. Během podpůrní doby, která v tomto případě činí 11 měsíců, by mohl pobírat podporu v nezaměstnanosti.

Další možností je po čerpání podpory v nezaměstnanosti odchod do tzv. předčasného důchodu. V případě této volby je třeba, aby manžel získal alespoň 35 let pojištění. Dále je třeba zvážit i to, že předčasný starobní důchod je trvale krácen. Pokud by nevyužil ani jednu z variant, měl by příjmem manžela být příspěvek na péči, a to váš

i dcery, neboť péče vám oběma bude poskytována jeho osobou, a to do doby, než mu vznikne nárok na starobní důchod.

Ve druhém dotazu se ptáte, jak se bude vypočítávat manželův starobní důchod. Výpočty důchodů neprovádíme, protože při určení konečné částky hraje roli mnoho faktorů (odpracovaná doba, náhradní doby pojištění, výše odvodů na sociální pojištění, odpracované roky apod.) Pokud chcete znát přibližnou částku, nechte manžel kontaktuje přímo OSSZ. Doby pojištění, která mu bude započítána, lze zjistit na *Informativním listu důchodového pojištění*. O tento se žádá zasláním žádosti ČSSZ.

V případě, že manžel nebude zaměstnán a bude na ÚP evidován jako pečující osoba, doba péče mu bude započítána jako náhradní doba pojištění. Náhradní doba pojištění se jako doba pojištění potřebná pro důchod započítává u pečujících osob, pokud:

- pečují o osobu starší 18 let a ta je příjemcem příspěvku na péči ve 2. stupni a výše;
- pečují o osobu mladší 10 let a ta je příjemcem příspěvku na péči od 1. stupně a výše.

Jakmile si manžel bude žádat o starobní důchod na pobočce ČSSZ, je třeba k němu doložit potvrzení o péči. Toto potvrzení vydává místně příslušný ÚP, oddělení příspěvku na péči. Pokud váš manžel opustí zaměstnání a stane se pouze pečující osobou, neměla by jej z hlediska výpočtu výše důchodu tato skutečnost poškodit.

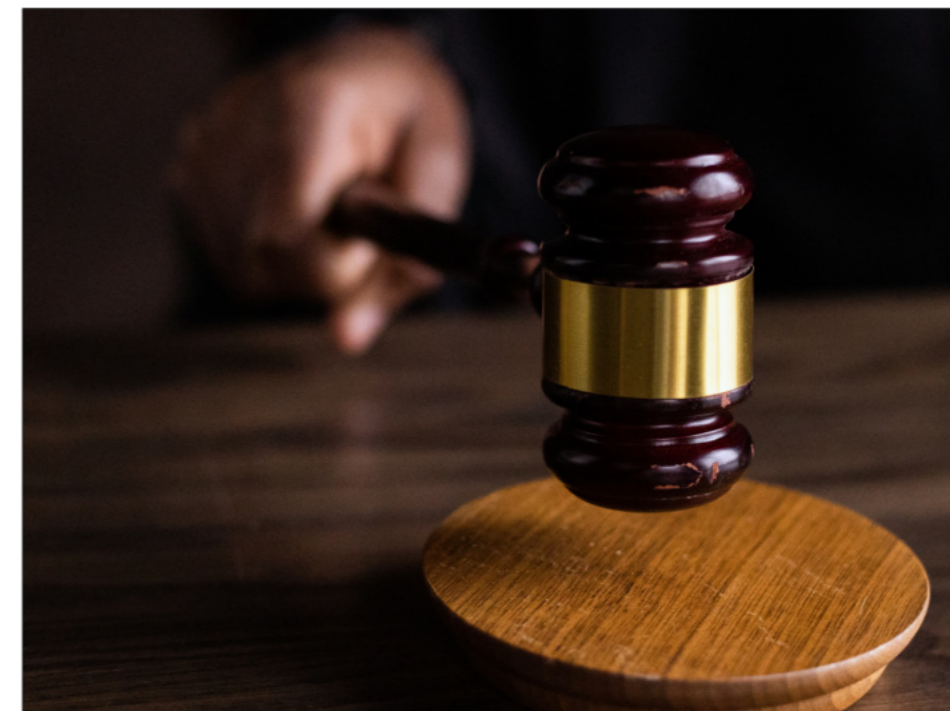
V případě, že doba péče nepřesáhne 15 let, se za období péče standardně nehodnotí žádné výdělky a nedochází tak k „rozměňování“ příjmů, ze kterých se následně důchod počítá.

V případě, že doba péče 15 let přesáhne, uplatní se tzv. ochranný výpočet, který umožňuje příjmy získané za období péče započítat, ale pouze v případě, že by to z hlediska výpočtu výše důchodu bylo výhodnější.

### Omezení způsobilosti k některým právním úkonům

Dlouhodobě pečují o postiženou dceru, u níž psychiatr i psycholog doporučují zvážit omezení způsobilosti k právním úkonům. Je možné omezit způsobilost k právním úkonům pouze na vymezené právní úkony? Jde například o uzavírání úvěrů a půjček, popřípadě dalších smluv (šmejdi) nebo o disponování s nemovitostí (dcera ji má v osobním vlastnictví) tak, aby se sama neohrozila.

Omezení svéprávnosti (slovy dřívější právní úpravy „omezení způsobilosti



k právním úkonům“) upravují §§ 55–65 zákona č. 89/2012 Sb., občanský zákoník (OZ). Účelem omezení svéprávnosti je ochrana člověka s duševní poruchou, která není jen přechodná, před důsledky právního jednání, jež by mu bylo na újmu. Takové právní jednání může představovat právě například uzavření smlouvy s tzv. šmejdy. Ačkoli primárním účelem omezení svéprávnosti je ochrana zájmů člověka před takovým právním jednáním, je třeba současně říci, že omezení svéprávnosti představuje citelný zásah do jeho práv.

OZ proto stanoví striktní podmínky, jež musí být dodrženy k tomu, aby mohlo být k omezení svéprávnosti konkrétního člověka přistoupeno. Ty jsou následující:

- omezení je v jeho zájmu;
- omezení je možné jen po jeho zhlédnutí;
- k omezení může dojít jen s plným uznáváním jeho práv a jeho osobní jedinečnosti;
- při stanovení rozsahu musí být důkladně vzat v úvahu rozsah i stupeň neschopnosti člověka postarat se o vlastní záležitosti;
- k omezení lze přistoupit až tehdy, pokud by mu jinak hrozila závažná újma a nepostačí-li vzhledem k jeho zájmům mírnější a méně omezující opatření.

Právě z výše uvedených důvodů nelze člověka svéprávnosti zbavit, nýbrž lze jeho svéprávnost pouze omezit. K omezení svéprávnosti pak dochází prostřednictvím soudního rozhodnutí, v němž soud stanoví jeho rozsah, jmenuje opatrovníka tomu, jehož ve svéprávnosti omezuje, a stanoví dobu, na niž je svéprávnost omezena (maxi-

málně 5 let), přičemž omezení svéprávnosti může být dalšími soudními rozhodnutími následně prodlužováno. K omezení svéprávnosti dochází prostřednictvím tzv. negativního výtčtu. To znamená, že soud v rozhodnutí stanoví, jaká právní jednání není daný člověk schopen činit (například může jít o nakládání s majetkem, jehož hodnota přesahuje částku 10 000 Kč nebo uzavírání smluv o úvěru). Potom platí, že právní jednání, jež nejsou v tomto výtčtu uvedena, zásadně schopen činit je. Vámi nastíněná situace – že by dcera nebyla způsobilá pouze k určitým právním jednáním – možná je.

Namísto omezení svéprávnosti je však možné využít i jiných institutů, které mohou v konkrétních případech poskytnout dostatečnou ochranu a které současně nepředstavují takový zásah do práv daného člověka. Jedná se o tzv. alternativy omezení svéprávnosti. Lze mezi ně zařadit:

- nápomoc při rozhodování,
- zastoupení členem domácnosti,
- opatrovnictví bez omezení svéprávnosti.

Jaké řešení je v daném případě nejvhodnější? Posoudit se musí řada faktorů, například existence a závažnost duševní poruchy, věk a zejména pak přání a potřeby konkrétního člověka.

Současně je třeba uvést, že v některých případech může být jediným vhodným řešením právě omezení svéprávnosti. I v případech, kdy omezení svéprávnosti představuje jediné vhodné řešení, je však třeba důsledně zvážit jeho rozsah a neomezovat svéprávnost víc, než je třeba.



## Vstupní prohlídka

V září minulého roku jsem jako OZZ nastoupila do chráněné dílny. Hned na začátku jsem se domáhala vstupní prohlídky, protože jsem si nebyla jistá, zdali práci zvládnu (práce ve stoje, tavná pistole, manipulace s těžkými bednami). Zaměstnavatel mi sdělil, že mě objedná ke své závodní lékařce. Nakonec jsem obdržela termín 24. 10. a ještě předtím (14. 10.) jsem absolvovala vyšetření karpálního tunelu. Vzhledem ke svému onemocnění nejsem tak rychlá, takže mě asi propustí, protože neplním normu. Je postup ohledně vstupní prohlídky správný a možný?

V dotazu neuvádíte, zda jste zaměstnaná v pracovním poměru. Pro účely zodpovězení vašeho dotazu však budu předpokládat, že tomu tak je.

Dle § 103 odst. 1 písm. a) zákona č. 262/2006 Sb. (zákoník práce) je zaměstnavatel povinen nepřipustit situaci, aby zaměstnanec vykonával práci, jejichž náročnost by neodpovídala jeho schopnostem a zdravotní způsobilosti. Ke splnění této povinnosti zaměstnavatele směřuje právě vstupní lékařská prohlídka. Tu je dle § 59 odst. 1 písm. b) zákona č. 373/2011 Sb., o specifických zdravotních službách, zaměstnavatel povinen zajistit vždy před vznikem pracovního poměru. Dnem vzniku pracovního poměru je pak podle § 36 zákoník práce den, který byl sjednán v pracovní smlouvě jako den nástupu do práce.

Vztáhnou-li výše uvedené skutečnosti na váš případ, lze říct, že ke vstupní lékařské prohlídce mělo dojít nejpozději 31. 8. a postup zaměstnavatele spočívající v tom, že pro vás vstupní lékařskou prohlídku zajistil až na pozdější termín, lze sice považovat za možný, nikoli však za správný. Jedná se však o pochybení na straně zaměstnavatele, které by mělo jít k jeho tíži. Důsledkem tohoto pochybení by pak zejména nemělo být to, že by na vaši pracovní smlouvu mohlo být nahlíženo jako na neplatnou (k tomu viz blíže rozsudek Nejvyššího soudu ze dne 11. 4. 2018, sp. zn. 21 Čdo 1083/2017). Pokud tedy byly splněny ostatní zákonné požadavky, lze mít ve vašem případě za to, že pracovní poměr byl platně založen a trvá, a to i navzdory tomu, že zaměstnavatel pro vás nezajistil včasnou vstupní prohlídku. Je však třeba uvést, že na trvání vašeho pracovního poměru by mohlo mít vliv zjištění z dodatečně provedené vstupní prohlídky, že jste byla shledána zdravotně nezpůsobilou pro výkon sjednané práce. Na takovou skutečnost by pak měl zaměstnavatel adekvátně



reagovat, a to buď tím způsobem, že vás převede na jinou práci, nebo že s vámi ukončí pracovní poměr.

Ve vztahu k vámi vyjádřené obavě z propuštění kvůli neplnění normy lze uvést, že to může představovat výpovědní důvod dle § 52 písm. f) zákoník práce, a to i v situaci, kdy byste v rámci vstupní prohlídky byla shledána způsobilou k výkonu sjednané práce. Aby zaměstnavatel mohl dát zaměstnanci výpověď právě z tohoto důvodu, musel by v posledních 12 měsících písemně vyzvat zaměstnance k odstranění nedostatků a zaměstnanec je v přiměřené době neodstraní.

## Změna výše příspěvku na péči ve 3. a 4. stupni v rámci ústavní péče

**Chtěla bych se zeptat, zda zvýšená částka příspěvku na péči ve 3. a 4. stupni, kterou dostaly ústavy a zařízení pro tělesně postižené, je určena jenom na péči nebo i na stravování.**

V prvé řadě bych ráda upozornila na skutečnost, že příjemcem daného příspěvku na péči je osoba, které se péče týká. V případě, že se jedná o pobytové zařízení, je tato částka zasílána pobytovému zařízení, neboť péče danému klientovi je poskytována právě oním zařízením či ústavem.

V § 7 odst. 1 zákona 108/2006 Sb., o sociálních službách, je uvedeno: „Příspěvek na péči se poskytuje osobám závislým na pomoci jiné fyzické osoby. Tímto příspěvkem se stát podílí na zajištění sociálních služeb nebo jiných forem pomoci podle tohoto zákona při zvládnutí základních životních potřeb osob.“

Z této citace tedy plyne, že příspěvek je určen na péči. Stravování z příspěvku hradit nelze. To si hradí klient např. z důchodu, z dopomoci rodiny nebo jinou formou.

## Převod vlastnictví vozidla na základě získaného příspěvku na zvláštní pomůcku po uplynutí 7leté lhůty

**Můj syn (18 let) je držitelem ZTP/P průkazu a je postižen těžkou, až hlubokou retardací psychomotorického vývoje. Před 8,5 lety jsme dostali příspěvek na motorové vozidlo, které stále využíváme. Je možné po uplynutí 7 let od poskytnutí příspěvku převést vlastnictví vozu na mě, nebo stále musí být vlastníkem syn?**

Lhůta, po kterou není možné, aby příjemce příspěvku na zvláštní pomůcku (motorové vozidlo) převedl na někoho jiného vlastnické právo, činí ve smyslu § 12 odst. 1 písm. c) zákona č. 329/2011 Sb., o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením, 7 let ode dne vyplacení příspěvku. Po uplynutí této lhůty je však již možné, aby k převodu vlastnického práva došlo.

Pokud tedy uplynulo již 8,5 let od vyplacení příspěvku na motorové vozidlo, může váš syn vlastnické právo k vozidlu převést na vás.

Uvádíte, že syn má těžkou, až hlubokou retardaci psychomotorického vývoje a dále, že mu již bylo 18 let. Nevím ale, zda mu byla omezena svéprávnost. V případě, že tomu tak je, pak bych ráda upozornila na to, že prodej automobilu představuje tzv. neběžnou záležitost ve smyslu § 461 odst. 1 zákona č. 89/2012 Sb. (občanského zákoníku), a proto by právní jednání, jímž se převádí automobil (darovací či kupní smlouva), mělo být předem schváleno opatrovnickým soudem. V případě, že doposud vašemu synovi svéprávnost omezena nebyla, doporučuji zvážit zahájení řízení o omezení svéprávnosti a k převodu automobilu přistoupit až po jeho ukončení. ☺

# Olomoucká InternetPoradna.cz slaví dvacetiny a pod novým názvem iPoradna zkvalitňuje své služby

Pomáháme už 20 let

Pod zjednodušeným názvem iPoradna a s novým webem [www.iporadna.cz](http://www.iporadna.cz) poskytuje olomoucká organizace i nadále služby, které ocení cílová skupina. Pozměnil se způsob podávání dotazů a standardní lhůta pro zodpovězení dotazu se zkrátila ze sedmi na dva pracovní dny.

Libor Novosád, (red) | Foto: Pexels

Současná sociální politika i pojetí sociálních služeb avizují možnost, resp. právo volby takové dávky, služby a jiné formy pomoci, která by měla odpovídat možnostem, limitům a potřebám lidí s postižením a jejich blízkých i dalším osobám v nepříznivé nebo rizikové životní situaci. Aby však mohli tuto pomoc využít, potřebují se ve své situaci orientovat a zároveň ji musí chtít řešit. Měli by mít potřebné znalosti, dovednosti k tomu, aby mohli rozhodovat o sobě a svém životě. Právě k tomu jim může pomoci online poradenská intervence, kterou iPoradna poskytuje. Odborníci jejím prostřednictvím nabízejí pomoc nejen lidem žijícím s různým typem postižení či chronického onemocnění, seniorům, pečujícími osobám, dlouhodobě nezaměstnaným a zadluženým, ale i těm, kteří musejí v důsledku své tíživé životní situace čelit psychickým nebo existenčním obtížím.

Okruhy dotazů jsou proměnlivé, ale týkají se zejména života s postižením nebo chronickou nemocí, široké oblasti sociálněprávních a zdravotně-

-sociálních problémů, poptávky sociálních služeb, žádostí o dávky a příspěvky nebo zapůjčení kompenzačních pomůcek. V posledním období se objevují i dotazy z oblasti zaměstnanosti a pracovního uplatnění, vzdělávání, nerovného zacházení v různých situacích, insolvence, majetkového vypořádání po rozvodu a výživného nebo např. dědictví.

Motto olomoucké iPoradny „Pro všechny, kteří si občas neví rady“ zřetelně vyjadřuje fakt, že nikdo neví všechno, že něco nevědět není nic zvláštního, nedůstojného, čímž podporuje „odvahu“ tazatelů k tomu, aby hledali řešení svého problému prostřednictvím dotazu nebo nalezením odpovědi na dotazy tematicky podobné.

Dotazy a odpovědi jsou důsledně anonymizovány, takže mohou být dostupné nejen tazateli, ale i zájemcům o službu. Ti se tak mohou k seznámit s odpověďmi na dotazy, jež mohou být podobné jejich problému, popř. s ním souvisí, takže mohou svůj dotaz upřesnit či jasněji, konkrétněji formulovat.

K výhodám online poradenství patří nízkoprahovost – klient nejenže nemusí překonávat žádné psychologické, fyzické, komunikační, dopravní a jiné překážky, ale ani svůj ostych či obavu ze stigmatizace.

Olomouckou iPoradnu oslovují tazatelé z celé ČR i Češi žijící v zahraničí. Její činnost reflektuje komplexnější přístup ke klientovým obtížím, přičemž klade důraz na jeho seberozvoj, posílení autonomie a vedení k reálné dosažitelné míře svépomoci. Služby poradny jsou otevřené všem z uvedené cílové skupiny.

Potřebujete-li pomoc, radu, informaci, názor nebo vysvětlení, neváhejte, jsme tu pro vás. Koneckonců je zřejmé, že informace, kontakty, konzultace a sdílené zkušenosti pomáhají, tedy mohou být vítaným a efektivním nástrojem podpory osob v nepříznivé životní situaci.

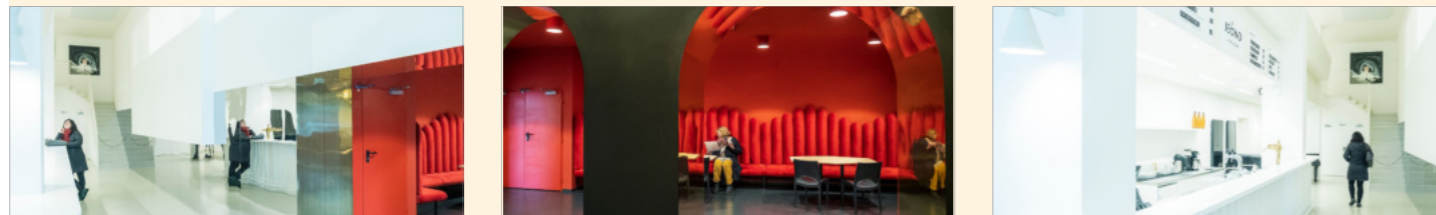
Poradna neposkytuje pouze internetové poradenství, ale také klasické ambulanci poradenství, krizovou linku, chat a další služby. Podrobnější informace se dozvíte na jejím [webu](http://www.iporadna.cz).



## Malé divadlo v Liberci je vstřícné k vozíčkářům

Víc než pět měsíců trvala rekonstrukce foyer Malého divadla v Liberci. Architektonicky návrh zpracovalo liberecké studio Mjölck. Úprava vstupních prostor stála bezmála devět milionů korun, jinde jsou šatna i bar. A jako hlavní vchod začal sloužit ten blíže ke křižovatce se Sokolskou ulicí, původní bude sloužit vozíčkářům. Oznámila to Jarmila Levko, ředitelka Divadla F. X. Šaldy, pod které scéna spadá.

ČTK



Vstupní prostor divadla představovali řemeslníci poprvé od chvíle, kdy malá liberecká scéna v roce 1989 otevřela.

„Proměnilo se to velmi výrazně, nejde jen o estetickou stránku, ale šlo i hodně o užitnou,“ zdůrazňuje Jarmila Levko.

Navenek nejvýraznější změnu představuje přemístění baru z malé místnosti u původního hlavního vchodu do velkého prostoru, kde dříve bývala šatna.

„Bar je dlouhý a obsluhuje tam o pauze více lidí. To znamená, že jsou tam třeba tři menší fronty než jedna velká jako dosud,“ objasňuje ředitelka.

Díky přemístění baru by se už lidé před představením nebo o přestávce neměli tísnit v úzké chodbě, když čekali ve frontě nebo konzumovali občerstvení. Lidé na vozíku se v ní neměli šanci pohodlně pohybovat. Nově budou moci diváci navíc využívat i balkon nad novým barem, kde by během několika týdnů mělo vzniknout posezení. Toto místo bude sloužit i jako výstavní galerie. Šatna je pak nyní v místě, které dříve sloužilo coby sklad kulis.

Slavnostní otevření foyer proběhlo v pondělí 14. února, kdy v Malém divadle zahrála kapela Neklišé. Tu tvoří právě herci libereckého divadla. Podle ředitelky se foyer bude i poté vylepšovat.

„Aby bylo útulnější, dozdobené divadelně,“ dodává.

Rekonstrukce vstupního prostoru je součástí postupné obnovy Malého divadla. V roce 2017 řemeslníci za 2,3 milionu korun vyměnili dřevěnou podlahu v sále, ta předchozí byla v havarijním stavu. V minulých letech se podařilo rovněž pořídit nové ozvučení sálu a opravit hlediště.

Na konečnou úpravu čeká prostor před divadlem, kde bude posezení.

„Bude tam mobiliář, především hezké netradiční lavičky navržené architektky z Mjölck. V plánu je i oprava schodů. Chceme, aby tam ožilo, aby tam lidé mohli sedět i venku, když bude hezky,“ nastínila Levko.

S tím, že nová kavárna přitáhne více návštěvníků, ale souvisí letitý problém s chybějícím přechodem pro chodce. Lidé sice mohou využít podchod, ne každému se ale do něj

chce. „Prověřovala jsem tuto možnost hned, jak jsem do divadla nastoupila před sedmi lety. Dozvěděla jsem se, že namalovat tam jednoduše přechod ale nejde. Ale můžu zkusit znovu,“ dodala ředitelka.

Podle mluvčí liberecké radnice Jany Kodymové patří silnice Ředitelství silnic a dálnic a vytvoření přechodu brání hned několik technických problémů.

„Jednak je zde světelná signalizace, což znamená, že by případný přechod zasahoval do řadicích pruhů, a to nelze. Dalším hlediskem je fakt, že od křižovatky je vyznačen parkovací pruh, což znamená, že by se řada aut musela vymístit,“ upozornila Kodymová.

Parkovací místa jsou určena právě pro návštěvníky divadla a je proto žádoucí, aby zůstala v plném počtu. Kromě toho je silnice široká a neobešla by se tak bez přechodového ostrůvku.



Jste po ZPM a vaše životní situace je tak složitá, že nevidíte směr, kterým se vydat?  
 Pečujete o někoho blízkého po ZPM a potřebujete podporu, nasměrování a ujištění, že na to nejste sami?

## CASE MANAGEMENT

Podpora a doprovázení ve složité životní situaci u osob se získaným poškozením mozku

### NABÍZÍME:

- Kontinuální podporu – pravidelná setkání – osobně či online.
- Mapování problematických životních oblastí, které je potřeba vyřešit.
- Propojení a spolupráci s dalšími odborníky, poskytnutí kontaktů.
- Podporu od akutní po následnou péči pro osoby po ZPM nebo jejich blízké.
- Případové konference – společné setkání s rodinou či odborníky, za účelem vyřešení komplikované životní situace.
- Podpora a motivace v převzetí zodpovědnosti na své životní cestě.



Služba je financována v rámci projektu Mapa, kompas a kormidlo, CZ.03.2.X/0.0/0.0/20\_139/0017136



Evropská unie  
 Evropský sociální fond  
 Operační program Zaměstnanost

### KONTAKT:

ERGO Aktiv, o.p.s.  
 Centrum neurorehabilitace  
 pro osoby se ZPM

www.ergoaktiv.cz  
 +420 732 542 529  
 poradna@ergoaktiv.cz  
 Olšanská 7, 130 00 Praha 3



# ParaCENTRUM Fenix informuje



## Ples pro Fenix odložen

Milí přátelé, po šílené vlně covidu, která nám zhatila již několikrát plány uskutečnit další ročník benefičního Plesu pro Fenix, přichází nyní válečný konflikt na Ukrajině, společně s vysokou inflací a výrazným navyšováním cen. Právě z těchto důvodů jsme se rozhodli ples koncem května, jak jsme původně plánovali, neuskutečnit. Cena za pronájem, catering, doprovodný program atd. se vyšplhaly příliš vysoko, abychom byli schopni zachovat pro vás příznivou cenu vstupenek. Musíme také přihlídnout k faktu, že spousta z vás k nám jezdí i více než 100 km a při současných vysokých cenách pohonných hmot se tato akce nyní stává luxusem, který si ne všichni mohou dovolit. Nechci vám nyní slibovat, že ples uděláme na podzim, vše bude záležet na okolnostech.

O společné setkání vás však nepřipravíme, již nyní si můžete poznamenat do svých diářů, že velikonoční tvoření včetně členské schůze proběhne již 8. 4. 2022. Na podzim 22. 10. 2022 se pak společně vydáme do sklípku na ochutnávku vín za poslechu cimbálovky. Připravujeme pro vás i řadu dalších pěkných akcí, proto sledujte náš [facebook](#) nebo [web](#), at jste stále v obraze.

## Čarodějnické odpoledne s Fenixem



Vážení malí i velcí přátelé, přijďte s námi oslavit předvečer pálení čarodějnic do areálu Centra Kociánka. Sejdeme se v pátek 29. dubna v 16.00 hodin u budovy C (recepce ParaCENTRA Fenix).

Celé odpoledne se ponese ve znamení her a soutěžních stanovišť s tematikou pohádek. Parkování bude zajištěno klasicky u budovy C, případně u garáží s vozy ParaCENTRA Fenix. V případě zájmu si můžeme společně připravit grilované dobroty. Nechte se společně s námi unést na vlně magie!

Více informací na +420 733 589 567 nebo [senkapoulova@pcfenix.cz](mailto:senkapoulova@pcfenix.cz).

## Registrace na Slováký okruh spuštěna



Bikeři a handbikeři zbystřete! Registrace na 5. ročník Slovákého okruhu je spuštěna. Počet účastníků je omezen, registrujte se ještě dnes!

Registrace [zde](#). Omezený počet startujících vč. pořadatelů: 200 účastníků na jednom místě a pro jeden závod. Dětský závod proběhne na všem, co se točí: registrace 9–10 hodin na místě. Start mezi 10–11 hodinou. Vyhlášení výsledků ihned po závodě.

Start závodu cyklistů ve 14 hodin (handbike a hobby), ostatní ve 14.02. Vyhlášení v 19 hodin v místní sokolovně.



Soukromou inzerci vám můžeme vložit také na web VOZKY [www.vozka.org](http://www.vozka.org). Kontaktujte redakci: [dzido.petr@vozka.org](mailto:dzido.petr@vozka.org).

## PRODEJ

Prodám lehký skládací elektrický vozík E THRONE ET – 12F22, v záruce. Původní cena 62 000 Kč, nyní dohodou. Kontakt: Helena Uhrová, Petrovice u Karviné č. 180, tel. 733 405 820.



Realizaci projektu VOZKA podporuje

**OSTRAVA!!!**



## Opavskem bez bariér, z.s.

### Integrační herní prvek pro děti s handicapem



Ani v dnešní smutné době by se nemělo zapomínat na to nejkrásnější, co máme. Na naše děti. Ale jsou zde i děti, kterým osud přichystal nelehký život. Jsou to právě děti s různým handicapem, jež si nemají kde hrát.

Pomozte nám vykouzlit úsměv na jejich tváři.

Prostřednictvím podpory lidí, kterým není osud těchto dětí lhostejný, jsme v roce 2021 mohli doplnit jedno opavské hřiště o integrační herní prvky. Teď už si tam mohou hrát společně s dětmi zdravými. Toto integrační hřiště stojí na náměstí Slezského odboje (naproti Okresnímu soudu v Opavě). Letos bychom rádi postavili další hřiště, a to za ZŠ pro tělesně postižené děti na ulici Dostojevského. Město nabídlo pomocnou ruku, jen je potřeba vybrat **436 000 Kč** k jeho dofinancování.

Proto Vás prosíme o pomoc. Každá korunka se počítá. Za sdílení a příspěví na transparentní účet u Raiffeisenbank moc děkujeme.



**TRANSPARENTNÍ ÚČET:  
80380399/5500**

**Děkujeme Vám za Vaši finanční podporu a za to, že Vám není život dětí s handicapem lhostejný.**





Vlastní výroba a vývoj



## PROFESIONÁLNÍ ÚPRAVY VOZIDEL OD VÝROBCE

vývoj | výroba | montáž | prodej

## ELEKTRICKÝ POHON INVALIDNÍHO VOZÍKU

### HURT-e

### Dejte vozíku křídla

Nový web

[www.RUCNIOVLADANI.CZ](http://www.RUCNIOVLADANI.CZ)

[www.HURT-e.CZ](http://www.HURT-e.CZ)

**HURT s. r. o.**

Bambousek 664

281 26 Týnec nad Labem

Česká republika

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

E-mail: [info@rucniovladani.cz](mailto:info@rucniovladani.cz) / [info@hurt-e.cz](mailto:info@hurt-e.cz)

[www.facebook.com/rucniovladani](https://www.facebook.com/rucniovladani)

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

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