

VOZKA

ročník XXIV | podzim 2022

Magazín o životě
a pro život
na vozíku



Rozhovor s Pavlem
Zbožínkem
o projektu
Dny bez bariér

Festival Colours of Ostrava

COLOURS = RADOST

**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



Jsme 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 +420 606 613 239



6-8

GALERIE
Robert Florio
Malíř ústý
(red)



10-13

ROZHOVOR
Pavel Zbožínek
O projektu Dny bez bariér
(red)



16-17

CHARITATIVNÍ AKCE
Koloběžka DEN
Tradiční sportovní událost opět táhla
Tým Nadace Jedličkova ústavu, (red)



30-33

HUDEBNÍ FESTIVAL
Colours of Ostrava 2022
Festivalové ozvěny a galerie
Simona Sbiegay a Jiří Muladi



45

SPORT
Charitativní běhy Konta Bariéry
Run and Help
Lucie Nekvasilová



55

RADY DO ŽIVOTA
Slovo psychiatricky
Co je a co není štěstí...
Růžena Mašková

Magazín o životě
a pro život na vozíku

ročník XXIV.
vychází čtvrtletně online
www.vozka.org

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

REDAKCE

Šéfredaktor, editor, grafika, web
Pavel Plohák, sefredaktor@vozka.org,
737 238 933

Redaktor, inzerce, web
Ing. Petr Dzido, 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,
Ministerstvo zdravotnictví České republiky,
Nadace ČEZ, Nadace Jedličkova ústavu,
Nakladatelství UMŮN 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
Jiří Muladi



KUKÁTKO

Trutnovská pečovatelská služba dokončila testování senzorů, které mají upozornit na pády seniorů

Seniory v Trutnově, u kterých hrozí riziko pádu, hlídají senzory. Trutnovská pečovatelská služba má za sebou zkušební provoz nové technologie v několika domácnostech a výsledky si pochvaluje. Pro bezpečnost seniorů je to prý výborná věc a navíc i ekonomicky únosná. Senzory si nechala na zhruba čtvrt roku nainstalovat třeba paní Eva.

„Jsou to kamery, které nás budou sledovat. Já jsem zrovna ten rok spadla dvakrát a potom ještě také soused vedle. Já jsem se toho ale nebála, paní vedle by se třeba té technologie bála. Když se třeba svlékáte, že je vše snímané a sledované.“

Instrukce, které sympatická a čilá seniorka dostala, možná mohly naznačovat, že jde o kamery a že tedy klienti přicházejí o soukromí.

„Nikoliv kamery, jsou to senzory pohybu. V žádném případě systém nenahrává obrazový ani zvukový materiál,“ vysvětluje ředitel trutnovské pečovatelské služby Roman Béla.

Systém vychází z toho, že seniři mají téměř pravidelný denní režim a hlásí odchylky.

„V případě, že by došlo k nějaké změně, to znamená, že by bylo něco časově jinak než obvykle v tom denním režimu, tak my to prostě zjistíme.“

Pro seniory to na jednu stranu může být nepříjemné, na druhou stranu je to podle paní Evy určitě přínosné. Případný pád nebo zdravotní problémy zatím zjišťovali tak trochu svépomocí.

„Naše druhé patro je tak domluvené, že si ráno zavoláme, jak se cítíme. A kdyby se někdo nehlásil, tak víme, že se něco děje.“

Vybavení jednoho bytu touthle technologií vyjde zhruba na 13 tisíc korun. Systém dokáže v případě potřeby informovat nejen pečovatelskou službu, ale i rodinné příslušníky nebo městskou policii.



Konto Bariéry a ŠKODA AUTO přispívají lidem s postižením na řidičáky

Lidé s handicapem mohou žádat o finanční příspěvek na absolvování autoškoly. Grantový program ŠKODA Neřídít, který vyhláší Konto Bariéry ve spolupráci se ŠKODA AUTO, otevírá tělesně postiženým cestu k řídičskému oprávnění a tím i k větší samostatnosti. Automobilka do něj ročně věnuje čtvrt milionu korun. Žadatelé se mohou obracet na Konto Bariéry.

Grantový program ŠKODA Neřídít je určen tělesně postiženým s průkazem ZTP nebo ZTP/P, kteří dosud nejsou držiteli řídičského oprávnění a jejichž handicap umožňuje řídit osobní automobil. Nadace jim na absolvování autoškoly poskytne finanční příspěvek až do výše 15 tisíc korun. Spolupráce nadace a automobilky trvá od roku 2018. Jen loni díky ní získalo

příspěvek na autoškolu devět lidí s handicapem. Mezi nimi i sedmadvacetiletý Jakub, který je kvůli dětské mozkové obrně upoután na elektrický vozík a nehýbe jednou rukou.

„Dlouho jsem přemýšlel, jak nebyt tak závislý na druhých, když se autobusem nikam moc nedostanu a vlak musím hlásit dva dny dopředu. Pak mě napadlo zkusit si udělat autoškolu,“ říká Jakub, který žije s rodiči na vesnici. Počáteční nervozitu, zda řízení zvládne, rychle vystřídala radost. „Zvládnout zatáčení mi umožňovala tzv. kulička na volantu.“

Grantový program ŠKODA Neřídít je pro handicapované otevřený i letos. Informace o tom, jak o podporu požádat, jsou k dispozici na webových stránkách [Konta Bariéry](#).

Novou knihu „Máme právo žít běžným partnerským a sexuálním životem“



vydala Petra Lecnarová. Čtenáři v knize nahlédnou do prožívání, úvah, názorů nebo výzkumů o partnerských vztazích a sexualitě u osob s handicapem a u seniorů. Autorka Petra Lecnarová vedla rozhovory s lidmi s handicapem všech cílových skupin a rozhovory s odborníky, kteří se tímto tématem zabývají. Kniha se rovněž ohlíží zpět k začátkům rozvoje sexuální asistence. Publikace může být přínosem nejen pro studenty sociálních a pedagogických škol, jejich učitele, pro sociální pracovníky a pro rodiče dětí s handicapem, ale i pro všechny, které toto téma zajímá.

Zdroje a foto: helpnet.cz, Konto Bariéry, i-rozhlas.cz, PC Fenix, Vozíčkář a spol., Praha.eu

V nové odlehčovací službě Grébovka mohou děti i přespat

Odlehčovací službu poskytuje Dětské centrum Paprsek v nově zrekonstruovaných prostorách speciálně upraveného bytu v ulici U Vršovického nádraží. Službu ve stylu běžné domácnosti mohou v jednu chvíli využívat až čtyři děti. V Praze žije přes 2 700 dětí s různými druhy postižení. Z toho více než třetina potřebuje velmi intenzivní, nepřetržitou péči. Rozvoj odlehčovacích služeb pro děti, ale i pro dospělé proto patří i nadále mezi priority hlavního města, neboť se jedná o klíčový typ sociální služby, který umožňuje rodinám skloubit péči s dalšími životními potřebami, jako je základní odpočinek od náročné péče, možnost věnovat se sourozencům či dalším členům rodiny nebo dělat věci, které s dítětem kvůli jeho postižení dělat nejde, případně jen velmi složitě.

Odlehčovací služba může také pomoci v situacích, kdy se rodič dočasně nemůže o své dítě postarat, např. v případě lékařského zákroku. Proto bude Rada hl. m. Prahy brzy projednávat celkový plán rozvoje dalších kapacit respitní péče. Cílem je nabídnout Pražanům v rámci příštích dvou let síť s více než 20 novými místy v odlehčovacích službách, na jejichž vzniku již nyní město pracuje.

„Pokud v minulosti rodiče nebo pečovatelé dětí se zdravotním znevýhodněním či autismem potřebovali jít třeba na operaci nebo si prostě potřebovali odpočinout od náročné péče, museli své děti často vozit do zařízení v Mladé Boleslavi nebo v Náchodě. Splácíme tento historický dluh města a Pražané mohou využívat nepřetržitou odlehčovací službu, za níž by nemuseli dojíždět desítky kilometrů, konečně také na území Prahy,“ říká Milena Johnová, radní hl. m. Prahy pro oblast sociální politiky a zdravotnictví.

Přespávání dětí umožňuje rozšíření registrace odlehčovací služby o pobytovou formu, které Dětskému centru Paprsek vydal pražský magistrát. K tomu bylo zapotřebí udělat ve stávajících prostorách drobné stavební úpravy, na což navázal kolaudační souhlas vydaný stavebním odborem Úřadu městské části Praha 10.

Městská část poskytla nejen vhodný prostor, ale pomohla se zpracováním podkladů pro jeho rekolaudaci na bytový nebo investovala více než milion korun na nutnou přestavbu.

Zúčastněte se 5. KOLONÁDY



Předpokládaný konec akce je po 18 hod., protože po návratu zpět do bystrckého přístaviště plánujeme drobné občerstvení. Pokud ještě nejste zaregistrovaní do Běhu, naše smečka psích promotérů vám vysvětlí, proč je spojení pohybu s benečiční akcí dobrý nápad zde! A na Kolonádě si ukážeme, jak si nejlépe znamenávat ujité/ujetě/uběhané kilometry!



Tip: Tým rehabilitace opět vypůjčí několik koloběžek od skvělých kluků z kolobky.cz, takže případní zájemci o tento elegantní způsob pohybu, necht' dají vědět Tomíkovi na ligové recepci, nebo na e-mail tomas.petnik@ligavozic.cz.



Divadlo Reduta opět rozzáří obrazy malované dětmi

V úterý 11. října 2022 v brněnském divadle Reduta proběhne slavnostní zahájení výstavy obrazů mladých výtvarníků ze základních uměleckých škol a gymnázií z celé ČR. Výstava se koná v rámci projektu „Umění propojuje naše světy“, který si klade již třetím rokem za cíl veřejně propagovat a podporovat mladé talenty. Vystavena bude kolekce 74 obrazů, které byly vybrány odbornou komisí ze složení: Katherine Kastner, František Kinský, Lucía Lettenmayerová, Michal Horáček a Denisa Kujelová. Všechna díla můžete zhlédnout v divadle Reduta od 11. října do 24. listopadu 2022, kdy budou obrazy vydraženy na Dražbě pro Fenix. Součástí výstavy bude i virtuální prohlídka určená zejména těm, komu handicap nebo velká vzdálenost neumožní osobní návštěvu. Více informací najdete [zde](#).

Robert Florio: Každý den se těším, až vstanu a začnu malovat



Robert se narodil se 2. března 1982 v Baltimoru ve státě Maryland. V důsledku skoku do bazénu utrpěl poranění míchy na úrovni obratle C4 a stal se tetraplegikem (1996). Dva roky po nehodě začal malovat a kreslit ústy, aby si ukrátil čas. I když byl samouk, dokázal rychle dělat umělecké pokroky. Později navštěvoval soukromé lekce u Anne Arundelové v Pittsburg Art Institution a naučil se ústy malovat olejem a akvarelem a také kreslit tužkou. V průběhu své umělecké kariéry vydal vlastní životopis, který nazval *Život! Musí to být komedie*. Píše a ilustruje knihy pro děti. Robert obzvláště rád maluje barevné obrazy s hloubkou a perspektivou v realistickém stylu. Absolvoval online studijní kurz na Institutu umění v Baltimoru a v prosinci 2007 získal bakalářský titul v oboru zábavního umění a designu. Když zrovna nemaluje, vystupuje na místních komediálních scénách a kupodivu hraje na kytaru.

(red), mfpausa.com, ARTSY SHARK | Foto: robertflorio.com, Capital Gazette, ARTSY SHARK

Na otázku magazínu ARTSY SHARK, kdy vlastně začal malovat, Robert odpověděl:

„Asi dva roky po úrazu jsem si pořídil svou první tyčinku na ústa. Bylo mi 16 let. Cvičil jsem se v malbě akvarelem a namaloval jsem téměř přesnou kopii jednoho svého stromu – bonsaje. Bylo to velmi obtížné a frustrující, ale každým dnem jsem se zlepšoval a začal jsem malovat svá oblíbená místa, kde jsem mohl uniknout z reality. Na mém prvním olejovém portrétu byl zobrazen můj pes. Když lidé okolo mě viděli můj talent, začal jsem dostávat žádosti o namalování portrétů. Lidskou podobu jsem studoval na místní komunitní škole v Anne Arundel County v Marylandu. Od té doby můj zájem o umění rostl. Na Uměleckém institutu v Pittsburgu jsem online vystudoval bakalářský obor umění a designu videoher. Cestu, kterou jsem si zvolil, jsem nemohl ignorovat, prostě ke mně přišla. Každý obraz, který dokončím, je lepší a lepší.“

Stipendistou Celosvětového sdružení malířů malujících ústy a nohama se stal v roce 2012.

„Asociace oceňuje talent umělců, kteří malují nohama a ústy po celém světě. Je to skvělá příležitost pro lidi



s postižením, jak se prosadit a předvést svou práci a zároveň dostat zapláceno. Jsem velmi šťastný a konečně jako umělec i odměněn. Můj styl je jedinečný – s jasnými barvami, západy slunce a siluetami, krajinami a portréty. Každý den se těším, až vstanu z postele a budu malovat.

Mým cílem je vytvořit ta nejlepší umělecká díla. Pro každého umělce je uznání a možnost vyniknout intenzivní inspirací. Robert také začal vytvářet díla se sportovními legendami, zvláště z amerického fotbalu a baseballu.

„Byl to pro mě nevhodnější způsob, jak se znovu spojit s oblíbenými

sporty, kterým jsem se rád věnoval před úrazem. Navázal jsem přátelství se sportovci, jako jsou bývalý hráč Baltimoru Oriole Jay Gibbons a bývalý kopáč Baltimoru Ravens Matt Stover. Místní zpravodajství přebíralo jejich příběhy a sdílelo moje díla a můj příběh.“

Lidé se inspirojí mými díly a chtějí se o mně dozvědět víc. Namaloval jsem Cala Ripkena Jr., Dennisona Cabrala, Babe Rutha, Matta Stovera, Jaye Gibbonse, Joea Flacca, Raye Lewise, Briana Robertse a další hvězdy.“

Robertovy umělecké schopnosti se dílo od díla zlepšovaly. Zásluhu na tom měla nejen jeho trpělivost, disciplína a cílevědomost, ale také zájem o umění v celé své šíři, a to včetně komediantství.

„Pracuji na komiksovém příběhu s vánoční tematikou. Mým cílem je proměnit ho ve videoheru a cestovat po zemi a inspirovat každého, kdo jen trochu projeví zájem o umění. A pak stále maluji další obrazy, které musím dokončit pro Celosvětové sdružení malířů malujících ústy a nohama. Také mě moc baví malovat portréty superhrdinů. Pro baltimorský Comic-Con jsem dokončil Hulka. Nyní dokončuji obraz Avengers.“



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



Můj hrdina Carl Ripken



Obama



Hulk



Západ slunce na moři



Čokoládový labrador

Osamělé srdce bloudící

Ivan Jergl

Osud mi dopřál, že jsem potkal pana Vihálka, hubeného človíčka s černými vlasy ulíznutými dozadu, jak se nosily za první republiky, který byl neustále štván nenaplněnou touhou po dívkách, protože měl tenoučkou nohu po obrně a tím i tenoučké sebevědomí, neboť se vlácel na té nožičce s podpěrným přístrojem zakončeným vždy vyleštěnou obludnou černou ortopedickou botou a opíral se o šviháckou hůlčičku.

Vyučil se elektromechanikem, ale vyměňovat přepálené spirály vařičů ho nesmírně nebavilo, proto přeseďlal na domácího učitele klavíru pod kulturním střediskem, ale jeho nepokojné ruce nejenže rozeznávaly akordy, nýbrž se také nedovoleně pokoušely rozeznávat prsy mladých žaček, což vedlo k jeho propuštění. Odbor sociálního zabezpečení ho poslal do našeho provozu družstva invalidů, kde mu na dílně balení ob vazů brzy do oka padla baculatá Maruška. Dospělá dívka s velkými prsy, avšak s duší dítěte, které je třeba hlídat, aby nebylo nezodpovědně obtěžkáno. I když byla kognitivně pozadu, byla velmi poslušná rad rodičů i nabádání vedoucí účetní, paní Jenišové, která byla neformální poradkyně dílenských lidí. Maruška jí referovala o všem, co pan Vihálek vyprávěl, a také paní účetní pravidelně odevzdávala podivně stylizované milostné lístečky, v nichž roztoužený muž barevnými pastelkami názorně zobrazoval, jak vypadá jeho a její tutadlo a jak je možné je spojit, aby jim bylo oběma dobře. Nicméně jí zapřísahal, aby si tyto návody nechávala pro sebe.

Zrazený svědce byl předvolán před vedoucího provozny, který s ním promluvil jako muž s mužem a následně donchuána, jenž měl tvář červenou jako hutník skončivší právě směnu u vysoké pece, propustil. Vihálek se brzy ztratil z mého obzoru, aby se náhle vynořil v úředovně spolku zdravotně postižených, kam jsem odešel jako sociální referent. Když mě spatřil, zajásal, že nachází někoho, koho už zná. Když se vzpamatoval z nadšení, že v podatelně úřaduje plavovlasá praktikantka z obchodní akademie, která je podle jeho názoru celá Helenka Vondráčková, přišel následující den s naducaným fasciklem soudních spisů, jež doprovázely jeho při s protřelou ženskou, které po několika omamujících souložích prodal dům po svých nedávno zemřelých rodičích. Podvodnice mu ovšem nezaplátila, dům obratem prodala a byla k nenalezení.

I když jsem mu obstaral právníka, který byl ochotný prokousat se sbírkou podání, rozhodnutí a odvolání, docházel do úředovny snad obden, jen aby mohl prohodit několik slov s dvojnicí Helenky Vondráčkové a vysedávat u ní v podatelně jako před svatým obrázkem. Pokoušel se konverzací o hudbě a koncertech prolomit její chladné nevšímavé mlčení a tvářil se, že vůbec nevidí její oči, jež se co chvíli zoufale obracely ke stropu staré kanceláře. Na pozadí omšelých registratur, které spolku někdo daroval, svítila Helenčina světlovlasá hlava jako slunce naděje v temnotě vonící cyklostylovanými oběžníky a žádostmi o berle, slepecké hole, motocyklové tříkolky a přednostní přidělení bytové telefonní stanice. Přes doporučení, aby v podatelně nevyrušoval, nemínil pak Vihálek své vytrvalé zbožňování přerušit. Byl proto velmi zklamán, když praktikantka jednoho dne zmizela, ne sice proto, že by se ho bála, ale proto že její praxe skončila. Zůstal jsem tu však já.



Záchranný dok, u kterého kotvil na rozvrzané židli a nemohl se smířit s tím, že podvodnice sice byla vypátrána a odsouzena, ale splácela mu tak malé částky, že splacení celé kupní ceny domu přesahovalo pravděpodobný věk, jehož by se mohl dožít. Přebýval proto na černo na různých ubytovnách bez vlastní střechy nad hlavou, neboť v bytovém pořadníku byl jako svobodný pořad odsouván.

Konečně mu však štěstí, i když docela malinké, přálo. Bezpřístřešný pan Vihálek se nouzově ubytoval hned naproti ředitelství České spořitelny na ulici Jánské, v malinkaté garsonce skoro pod střechou, a to jako podnájemník bělovlasého a dýchavičného stařečka, kterému na ulici jednoho dne pomohl vyspat do popelnice kbelík s odpadky. Pana Vihálka, který všecek okrál, však hostitel začal brzy vyhazovat, protože pán s hůlčičkou si vodil do jediné miniaturní místnůstky kněžky z nádraží a průjezdů. Vášnivý sténání starého, byť nedoslýchavého pána nemístně rozčilovalo, takže jsem byl požádán vášnivcem, abych kmetovi domluvil a ten aby nadále nechával erotického ahaswera spát na dvou k sobě sražených křeslech s vybledlým potahem. Sotva jsem vkročil do jejich příbytku a vyslechl bědování Vihálka, že už má ze spaní na křeslech břišní kýlu, poněvadž se rozjíždějí a on se silou břišních svalů drží ve vodorovné poloze jen hlavou na jednom křesle a kotníky na druhém, takže to vypadá jakoby levitoval. Skládací lůžko přes moje prosby nechtěl nájemník Vihálkovi povolit, protože se bál, že by se nocležníka už nikdy nezbavil. Když jsem vyslechl obě strany, vztyčil se starý pán Hugo a přerývavým, rozčileným hlasem, který prozrazoval těžkou srdeční nedostatečnost, zvolal:

„Dobře, ať si sem lehátko dá, ale ať mi sem nevodí ty děvky a ať si nezaspává nemocnou nohu pudrem, kterej mě dusí.“ A zhroutil se zpátky na svoji váleudu. Dal jsem mu plně za pravdu a rázně přerušil Vihálka, který se pokoušel namítat, že jinde zájemkyně na seznamovací inzerát vodit nemůže, a prý že ženštiny mohou Hugovi garsoněčku uklidit...

Minulo sotva několik měsíců od mého smířovacího jednání, když se přihlítil Vihálek ke mně do kanceláře a s rozjásanou tváří oznámil, že nerudný Hugo umřel. Nepředvedl ani formální lítost nad odchodem svého ubytovatele. Neodpustil jsem si proto poznámku:

„Vy jste ho utrápil s těmi vašimi kurtizánami, abyste měl konečně svoje hnízdečko lásky!“

„Ne, ne, to ne!“ bránil se dotčený.

„Tak tím pudrem!“

„To teprve ne,“ hájil se. „Pudroval jsem si nohu výhradně na schodišti, i když kolemjdoucí divně koukali.“ Znovu se nadechl.

„Ale mám na vás velikou prosbu, jen vy mě můžete zachránit, abych neskončil na dlažbě. Potřebuju svědka, aby potvrdil, že jsem žil s tím dědou ve společné domácnosti.“

Dostal jsem tedy soudní předvolání jako svědek. Ve stručném jednání jsem bez zaváhání uvedl, že oba žili několik let společně, tak říkajíc z jednoho hrnce. Napřed z důchodu starého pána a pak od patnáctého z důchodu pana Vihálka. Ano, navštěvoval jsem je jako sociální referent už před dvěma roky. Soudkyně rozhodla, že nájemní právo přechází na potulného nešťastníka. Odcházel jsem s pocitem, že i malá svědeckví pomáhají k velkému dobrodiní.

Pavel Zbožínek: Roadshow Dny bez bariér měla handicapovaným ukázat možnosti sportování a přilákat nové zájemce

Sportovat a zažívat potěšení ze svobodného pohybu je snem mnoha lidí se zdravotním postižením. Sport je příležitostí k radosti, získávání sebevědomí, nabízí možnost uvolnění a rehabilitace, ale je to i způsob, jak se rozvíjet, získávat nové přátele a zážitky. Ne pro každého je ale snadné se ke sportu dostat – speciální sportovní pomůcky jsou nákladné a mnohdy zcela nedostupné a sportovního vyžití je stále málo. Na to, že je potřeba situaci v České republice zlepšit a ukázat nové možnosti, měl poukázat projekt Dny bez bariér, který byl spolufinancován z programu Interreg V-A Rakousko – Česká republika. Zapsaný spolek Emilova sportovní a Österreichischer Behindertensportverband proto letos na podzim vyjeli na roadshow v příhraničních regionech, kde společnými aktivitami představili handicapovaným a jejich rodinám možnosti sportovního vyžití a zároveň informovali a zapojili i veřejnost. Na otázky k roadshow Dny bez bariér odpovídal vedoucí projektu Pavel Zbožínek.

Text a foto: tým projektu Dny bez bariér, archiv VOZKY

Jaké jsou v České republice v současné době možnosti dětí a mládeže se zdravotním postižením, jak se mohou věnovat sportu?

Pokud se chtějí opravdu sportu věnovat, je napůl vyhráno. Nejtěžší totiž je vůbec je ke sportu přivést (v tomto se neliší od většinové populace tzv. zdravých). A když se to podaří, nastupuje další nesnáze. Podmínky ke sportování totiž nejsou podle nás bohužel vůbec dostačující a možností je stále málo. Ideální způsob je samozřejmě najít si sportovní klub, který zájemcům pomůže. Ne vždy je ale takový klub v rozumné vzdálenosti, a navíc pro tělesně postižené je ve většině případů i nedostatečně vybavený a bez odpovídajících finančních prostředků. Některé sportovní pomůcky jsou totiž velmi drahé. Když zmíníme třeba kolektivní sporty, jako jsou například basketbal nebo ragby pro vozičkáře, tak zde se jedná o ceny vozíků v řádech desítek až stovek tisíc, což je pro dr-



Venkovní akce

tivou většinu zájemců nedosažitelné. A pak teprve přicházejí běžné výdaje, jako je trenér, pronájem tělocvičny a podobně.

Tomu měla pomoci i připravovaná roadshow...

Přesně to mělo být jejím cílem. Proto jsme ji také koncipovali v širším pojetí jako třídní akci, která spojuje jedinečným způsobem edukaci, interakci a zábavu. V edukační části proběhly besedy se studenty a konference za účasti zástupců municipality

a odborné veřejnosti. V rámci interakce jsme přivedli ukázky sportů přímo do center měst, na nich jsme prezentovali místní kluby nebo organizace a zábavnou formou představili různé sporty a pohybové aktivity. Zapojili jsme do nich i širokou veřejnost, proto jsme pořádali například i benefiční koncert, kterého se zúčastnilo mnoho návštěvníků.

Jaké vypadaly besedy a konference?

Besed se studenty se zúčastnili i paralympionci, kteří je nechali nahlédnout do světa sportu handicapovaných. Jsou to ve většině případů silné příběhy a jsou zároveň ukázkou síly, vytrvalosti a odhodlání nevzdávat se. Tímto jsme chtěli u zdravých studentů vyvolat zájem o zapojení a pomoc, handicapované naopak motivovat. Konferencemi pod názvem „Sport pro všechny – opravdu pro všechny?“ jsme chtěli prostřednictvím různých témat se zástupci municipalit, škol, sociálních zařízení, organizací a sportovních klubů diskutovat možná řešení ke zlepšení současného stavu. Zda se nám to povedlo, uvidíme v budoucnosti.

Jakou roli měl při roadshow rakouský partner?

Österreichischer Behindertensportverband byl hlavně zapojen do sportovní části roadshow. Je to velký rakouský svaz, který má obrovské zkušenosti se sportem zdravotně postižených. Přenáší je na nás ve všech aktivitách projektu Dny bez bariér a roadshow nejsou výjimkou. Jak oslovovat a motivovat děti nebo mládež ke sportu, jaké jsou další možnosti sportu či pohybových aktivit a samozřejmě jejich přímé zapojení, ale také ukázky sportů, které třeba doposud neznáme – to je jen krátký výčet spolupráce s naším rakouským partnerem.

Jaké jsou nebo byly další aktivity projektu?

Jsou celkem čtyři. První je roadshow, kterou jsme mimo jiné v loňském roce absolvovali na rakouské straně hranic. Druhou aktivitou je vybudování sítě půjčoven v příhraničních regionech. Třetí je databáze sportovních klubů, sportovišť a vůbec sportovních možností a její propojení s uvedenými regiony.

A tou poslední jsou zimní hry. Bohužel tato aktivita je jedinou, která se nám v důsledku pandemie nepodařila zrealizovat. Z projektu měly být financovány dva ročníky, které měly založit tradici zimních her v jižních Čechách.

Zastavme se u zmiňovaných půjčoven. Kde všude je najdeme a co si v nich lze půjčit?



Beseda

Půjčovnu otevíráme celkem pět, dvě na rakouské a tři na české straně. Rakouský partner to má jednodušší v tom, že je zřídil v rámci svých sportovišť. My jsme museli hledat partnery, kteří splní hned několik podmínek,

Roadshow Dny bez bariér proběhla na podzim, a to v Jihomoravském kraji ve dnech 7.–9. 9. s venkovní akcí na Náměstí Svobody v Brně, v Kraji Vysočina 14.–16. 9. s venkovní akcí na Masarykově náměstí v Jihlavě a v Jihočeském kraji 28.–30. 9. s venkovní akcí v Marině v Lipně nad Vltavou. Další zajímavé informace najdete na dnybezbarier.cz.

přičemž tou hlavní byla zkušenost se zdravotně postiženými a návštěvnost daných lokalit.

Nejjednodušší to bylo v Jihomoravském kraji, kde jsme doma. Půjčovnu jsme zřídili v Centru Kociánka v Brně. Jasná volba to pro nás byla i v Jihočeském kraji, kde jsme díky připravovaným zimním hrám našli skvělé zázemí ve Ski areálu Lipno. Prostřednictvím projektu Lipno bez bariér jsme našli pro půjčovnu i úžasné partnery. Partnera jsme nakonec našli po delším hledání i v Kraji Vysočina. Stala se jím Národní rada osob se

zdravotním postižením ČR. Půjčovnu jsme umístili v jejím sídle v Jihlavě a ve Ski areálu Křemešník.

Jaké vybavení v půjčovnách bude a jak budou fungovat?

Vybavení půjčoven jsme vybírali tak, aby ho mohlo využít co nejvíce zájemců k rekreačním účelům a aby přitom pokrylo celoroční sezónu. Typickým zájemcem se stává rodina na výletě, jejíž jeden člen je postižený. Takže kromě handbiku v nich najde například monoski nebo para paddleboard. A díky zasíťování je možností daleko víc. Mladý člověk z Lince se prostřednictvím naší databáze dozví, že je v Brně půjčovna, kde si může půjčit handbike a kde také zjistí, že se na něm může svést po krásné cyklostezce až na Mušov. Pomůcku si může každý rezervovat prostřednictvím jednoduchého on-line formuláře.



Basketbal na vozíku



Boccia

Taky třeba jednou budete potřebovat pomoc

I když už dvacet let pracuji jako osobní asistentka postižených a seniorů, o napsání článku do VOZKY mě ještě žádný klient nepožádal. Až teď, padesátník, kvadruplegik s roztroušenou sklerózou...

Zuzana Bárová | Foto: Pexels

Proč mě o to požádal? Stejnou dobu jako já pracuji s různými klienty, on se potýká s nevyléčitelnou nemocí. Když člověk ví, že se bez další pomoci do konce svého života neobejde, uvažuje o své budoucnosti v podstatě neustále. Pokud by těžce tělesně postižený člověk měl určitou jistotu ve svých spolehlivých pečujících osobách, nedělal by si těžkou hlavu – co bude potom? Kdy? Až přestanou pomáhat nejbližší, pečovatelky, osobní asistentky – prostě ti, které konkrétní klient zná a vyhovují mu.

O čem dalším uvažoval můj klient? Všichni tělesně postižení by se měli stmelit! Chybí zařízení specializované na těžce tělesně postižené, které by i v noci zajišťovalo kvalitní sociální služby v požadovaném rozsahu. Je potřeba individuální péče pro konkrétní klienty se specifickými potřebami a v domovech pro seniory se takto o různé potřeby klientů nepostarají. Tam je člověk jeden z mnoha, což znamená, že ráno umyjí jednoho, druhého... posledního. Tedy když se dobře daří a vše jde jak po drátkách. Potíže nastanou, když je málo personálu a některý z klientů má „nehodu“. Pak je třeba věnovat mu více času a navíc ho očistit apod.

Podle klienta by se u nás měla spustit motivační kampaň pro vládní úředníky, poslance a senátory, aby viděli každodenní realitu života těžce tělesně postižených lidí. Když se osobně setkají s paraplegiky nebo kvadruplegiky v jejich bezbariérovém domácím prostředí a uvidí stropní či mobilní zvedáky, budou moct uvažovat

o křehkosti života a svých vyhlídkách. Taky třeba jednou budou potřebovat pomoc... Uraz, nemoc nebo něco jiného nemusí potkat přímo je, ale (ne)dej bože) jejich blízké, děti a vnoučata.



Smutný vozíčkář dále konstatoval: V sociálních službách není dostatek peněz na kvalitní personál. Tento nápaditý kvadruplegik by chtěl „nahnat

lidi“, ať se dostatečně seznámí s obsahem poskytování sociálních služeb. Ať chtějí podpořit těžce tělesně postižené, ať chtějí s láskou, empatií a s nasazením pracovat s klienty, kteří si sami pomoci opravdu nemohou. Co by pomohlo? Motivační videa? Bilboardy? Články v novinách a na internetu? Můj klient si myslí, že ano. Sám požadavky domova pro seniory – věk nad 65 let – nesplňuje. Ani důvěru v domovy ve svém okolí nemá. My, kteří se v nich pohybujeme nebo navštěvujeme své blízké a klienty, si všímáme, jak ochotně personál klientům vychází vstříc nebo někdy jednoduše slíbí, a nesplní. Tento kvadruplegik už jednu zkušenost s pobytovou službou měl. Prý to tam začalo tak hezky...

Většina z nás žije ve svých původních domovech celé dětství a mládí, někteří také ve středním věku a další dokonce až do věku seniorského. Život jim v jediném bytě či domě s nadějí začíná a někdy i nečekaně končí. Jak to mají postižení lidé? Mohou se spolehnout, že zůstanou doma tak dlouho, jak budou chtít? Domácí prostředí je postiženým blízké a mají k němu (ve většině případů) hluboký citový vztah. Nábytek a své věci nachází na místech, kam je už kdysi postavili, položili a pověsili. Lidé s postižením, poslze i senioři znají své skříně, křesla, stoly a židle. Ví, kde jsou ostré hrany, nebezpečné rohy nebo záluďné radiátory... Když postižení a senioři ztrácejí stabilitu, znají místa, kde se mohou přidržet nebo při pádu zachytit. Opírají se tam, kde je pevná a stabilní podložka. Přírozené

prostředí zajišťuje postiženým jistotu. Připomíná jim různé zážitky s rodinou, manželským partnerem a povětšinou i s dětmi.

Pokud například ženy, které jsou tělesně postižené, mohou vařit, péct, pomáhat na zahradě nebo být s dětmi, cítí se prospěšné. Pak jsou také šťastné. Některé takto aktivní ženy mohou v kuchyni krájet, strouhat, škrábat, pomáhat s některými drobnějšími pracemi nebo navigovat někoho, co a jak má dělat. Zapojují přitom jemnou motoriku, i když jen podle svých možností. V domácnosti vědí, kde mají uloženy své oblíbené knihy, pletení, háčkování, vyšívání, křížovky, sudoku atd. Ne vždy na ně dobře vidí, ale stále něco dělat mohou. Také při tom s láskou vzpomínají na své mládí. Rodině a jiným příchozím ukazují své výrobky –

dečky, prostírání, svetry, čepice, ponožky atp. Když postižení a senioři přestanou svou sebeobsluhu zvládat, pomáhá jim nejbližší rodina nebo někdo ze sociálních služeb. Ale co dělat, když sociální služby nestačí potřeby klientů pokrývat? A rodina je na pokraji sil? Nezbyvá než uvažovat o pobytovém zařízení... Na řadu přichází stěhování a z těchto individualit se stává jen skupina klientů.

V novém prostředí domova pro seniory je vše neznáme a jiné. Po přestěhování nic není na svém místě jako dřív. Většinou je zařízení pokoje nebo bytu moderní, má jiné rozmístění, je neosobní, má nevhodné rozměry skříněk... V takovém prostředí ztrácí postižení a senioři orientaci. Znamé opěrné body zmizely. Nějaký čas neví, kde se mají přidržet nebo opřít. Jistota, že na-

jdou věci, které byly na stejném místě desítky let, je pryč. Polohovací lůžka s hrazdičkou připomínají postiženým a seniorům spíše nemocnici...

Personál zařízení do pokojů a bytů klientů přichází a odchází. Při zhoršeném zdravotním stavu nebo imobilitě určuje dobu vstávání, hygieny, jídla atd. Pracovníci zařízení pomáhají s nasazováním a sundáváním inkontinenčních pomůcek atd. Tito lidé jsou profesionálové v sociálních službách, ale nejsou vždy dostatečně trpěliví, optimističtí a vstřícní, nemají vždy individuální přístup ke každému klientovi. Domácí prostředí zkrátka nic nenahradí, ani ochotné pečovatelky a laskavé osobní asistentky, konstatoval vozíčkář, který po dvaceti letech se svou nemocí a teď už taky o holý život...



Fantastický Koloběžka DEN



Koloběžka DEN je sportovně-charitativní projekt určený pro všechny, kteří mají chuť se projet na koloběžce, zazávodit si o atraktivní ceny, užít si zajímavý doprovodný program a zároveň podpořit Nadaci Jedličkova ústavu. Veškerý výtěžek z akce je vždy určen k podpoře a realizaci projektů, jako jsou bezbariérová doprava, osobní asistence, pořízení kompenzačních pomůcek, podpora volnočasových aktivit pro děti a mladé lidi s trvalým zdravotním handicapem. Koloběžka DEN je zaměřen na jednotlivce, děti, dospělé, kamarády, přátele, rodiny a lidi se zdravotním postižením, tedy opravdu na širokou veřejnost. Letos se akce konala 25. 9. opět na Výstavišti Praha Holešovice a vynesla celkem 121 218 Kč. Moc děkujeme!

Text a foto: Tým Nadace Jedličkova ústavu

Závody jsou odjeté, lístky do tomboly prodány, nádherná koloběžka vydražena a kasičky jsou spočítány... Celkový výtěžek, který jsme na akci Koloběžka DEN vybrali, umožní například přispět pěti dětem na nový vozík nebo na 800 hodin osobní asistence.

Absolutní hvězdou závěru sportovního odpoledne byla koloběžka YEDOO Wolfér ve speciální úpravě s podpisy Lukáše Krpálka a Jiřího Prskavce, kterou mohli návštěvníci akce na místě prohlédnout a zapojit se do závěrečné charitativní aukce pro Nadaci Jedličkova ústavu.

Úspěšným dražitелеm se stal Lukáš Kuneš, který koloběžku vydražil za 20 tisíc Kč a k částce ještě přidal 5 tisíc Kč jako dar nadaci. Pozadu nezůstalo ani YEDOO, kde koloběžka vznikla. Ke koloběžce nám přidalo 20 tisíc Kč jako dar. Máme obrovskou

radost z úspěšné dražby a děkujeme! Celkový výtěžek je tedy 45 tisíc Kč.

Akci Koloběžka DEN 2022 pořádáme pod záštitou Českého olympijského výboru v rámci projektu Česko sportuje. Patrony projektu byli dvojnásobný olympijský vítěz v judu Lukáš Krpálek, olympijský vítěz z LOH v Tokiu Jiří Prskavec a špičkový zápasník a olympionik Artur Omarov. Na akci byla spuštěna také aukce treter oštěpařky Barbory Špotákové.

Děkujeme kromě YEDOO i našim dalším hlavním partnerům, bez kterých bychom Koloběžka DEN nemohli uspořádat. Patří mezi ně Kolektory Praha, VZP ČR, D.A.S. ČR, Auto Palace, Nadace Preciosa, Praha 7, Praha.eu, Rádio Blaník nebo RICOH Czech Republic. Moc si jejich podpory vážíme a těšíme se již na příští ročník, který plánujeme na podzim 2023.



Slezská diakonie poskytuje ve středisku DUHOVÝ DŮM Ostrava pobytovou odlehčovací službu pro lidi s postižením

Lidé, kteří pečují o osobu s mentálním, tělesným nebo kombinovaným postižením mají možnost využít pobytovou odlehčovací službu, kterou poskytuje Slezská diakonie ve středisku DUHOVÝ DŮM Ostrava. Služba je poskytována lidem ve věku 5 – 70 let s cílem zastoupit pečující osobu v celodenní péči v době, kdy potřebuje využít čas k odpočinku, regeneraci a vyřízení osobních záležitostí.



Mgr. Nikola Šimíková | foto: archiv DUHOVÉHO DOMU Ostrava

Podporu, pomoc a péči klientům poskytujeme na základě jejich individuálních potřeb. Službu lze poskytnout v minimálním rozsahu jednoho dne a maximálně souvisle v délce tří měsíců. Kapacita služby je šest lůžek.

Klientům nabízíme ubytování ve dvoulůžkovém apartmánu s vlastním sociálním zařízením a terasou. Prostory střediska jsou kompletně bezbariérové.

Zajišťujeme ošetrovatelskou péči poskytovanou našimi všeobecnými sestrami (denně v době 6–22 hod., a to včetně víkendů a svátků). Klienti mohou využít také fakultativní služby (podle volných kapacit) – fyzioterapii, perličkovou koupel, svozy do a ze zařízení.

Podmínkou pro poskytnutí služby je schopnost klienta respektovat běžná



Společný obývací

pravidla kolektivního soužití. Ke zvýšení hranice věku klientů odlehčovací služby na 70 let došlo od září 2022. Služba ale primárně není určena pro seniory.

Kontakty a další informace: Slezská diakonie, DUHOVÝ DŮM Ostrava, Klostermannova 1586/25, 709 00 Ostrava.

Sociální pracovnice Pavlína Macková, DiS., 730 811 309, soc.dozp@slezskadiakonie.cz.

Mgr. Nikola Šimíková, vedoucí střediska, 736 757 533, n.simikova@slezskadiakonie.cz.

Bližší informace o službě (včetně úhradovníku a žádosti) naleznete [zde](#), nebo na [FB](#).



Apartmán



Fyzioterapie



DUHOVÝ DŮM
domov pro osoby se zdravotním postižením
sociálně terapeutické dílny

odlehčovací služby
denní stacionář

Vás srdečně zve na
DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

KDY?
5. 10. 2022
9:00 - 11:00 a 12:00 - 16:00

KDE?
DUHOVÝ DŮM Ostrava
Klostermannova 1586/25, Ostrava – Mariánské Hory

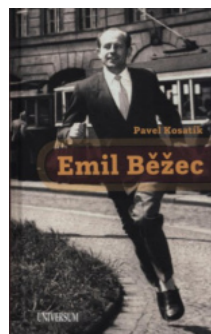
CO NA VÁS ČEKÁ?
prohlídka zařízení
informace o jednotlivých sociálních službách
výstava a prodej výrobků klientů



LITERATURA



Potmě jsme se viděli lépe | *Monika Zgustová*. Před třiceti lety rodina musela uprchnout před totalitou a „normalizací“. Od té doby je vztah jejích členů poznamenán vším, co exil navždy zlomil. V průběhu let si všichni znovu vybudovali své životy, i když na různých kontinentech, s vědomím, že nejsou odnikud. Vzdálenost, málo času, který spolu sdílejí, a rozdílná realita, v níž žijí, jejich pouta oslabil. Když dcera letí přes oceán, aby se možná naposledy setkala se svou matkou, přezkoumává životy obou a hledá pochopení. A po příletu ji čeká ještě nejedno překvapení, které ukáže, že konec života může být tím nejintenzivnějším, nejhlubším a nejkrásnějším okamžikem, jaký lze prožít. Odvážný román, velice osobní. Zgustová s lehkostí a citovou hloubkou vypráví o všem, co přináší exil. Velice aktuální dílo.



Emil Běžec | *Pavel Kosatík*. Chcete vědět, jak žil člověk, který objevil to, pro co byl stvořen, a dělal to? Pokud ano, pak je pro vás odpovědí první ucelený životopis legendárního běžce Emila Zátopka. Vypráví o jeho dětství v početné rodině, o mládí v batovském Zlíně, o době, kdy se u nás rodlil běžecký sport, o respektovaných soupeřích i přátelích, o armádě a disciplíně, o manželství a také o politice. Ale především a stále o běhání. Kniha je připomenutím osudu člověka, kterému se jako jedinému atletovi v historii světového běžeckého sportu podařil zlatý hattrick na olympijských hrách v roce 1952. Je potvrzením toho, že pokud děláte cokoli na sto procent, není možné, abyste neuspěli, i když zrovna nezískáte olympijské zlato. A pod zátopkovským heslem „Nemůžeš? Přeidej!“ je také inspirací k amatérskému běhání.



Nalezení | *Jiří Březina*. Minulost se vrací bez varování – pátý případ Tomáše Volfa. V kanceláři soukromé vyšetřovatelky Evy Černé se objeví zoufalý otec pohřešované Elišky. Dívka způsobila tragédii, utekla a zřejmě si chce ublížit. Rozjíždí se intenzivní pátrání a na místo dorazí i Tomáš Volf, který vyrůstal v nedalekém maloměstě. Vyšetřování však otevírá staré rány místních obyvatel. Tomáš se vrací k létu, které chtěl navždy vytěsnit z paměti. Jenže právě jeho vzpomínky mohou být jedinou šancí k nalezení zmizelého. Čas neúprosně běží. Dvojnásobný držitel ceny za nejlepší českou detektivku Jiří Březina se v tomto příběhu vydává do minulosti, která souvisí se současným případem nejen místem činu. Autor odhaluje dospívání hlavního hrdiny, které ovlivnilo jeho pohled na svět a přimělo ho k zásadnímu rozhodnutí...

ČTENÁŘI DOPORUČUJÍ: Mimo chodem | *Woody Allen*. Slavný režisér ve svých pamětech nic neskrývá a jeho pohled na vlastní bouřlivé životní osudy nepostrádá humor. Popisuje dětství v Brooklynu, jak získával autorské ostruhy, vypráví, jak se těžce protloukal jako komik na standupových pódiích. Svým šťastným vyprávěčským stylem vykládá, jak došlo k tomu, že posléze přeběhl k filmu; provede nás celou svou dlouhou režisérskou kariérou od komediálního debutu Seber prachy a vypadni přes klasické filmy jako Annie Hallová či Manhattan až po poslední snímky.



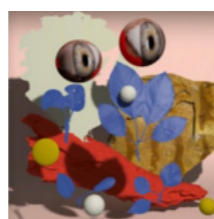
HUDBA



Heartbreak Culture | *Lenny*. Třetí studiové album oblíbené zpěvačky. Jde opět o vydařenou desku, na níž si Lenny vyzkoušela práci i se zahraničními producenty. Na albu najdeme 11 svižných písní, které určitě zazní 24. 11. na zpěvaččině dosud největším sólovém koncertu, a to v O2 universu.



Lidová Redlová | *Lucie Redlová*. Dvě desetiletí se písničkářka Lucie Redlová bránila naplno navázat na odkaz svého otce Vlasty Redla. Svou lásku k lidové a ohlasové hudbě naplno zúročila až na tomto albu. Desku natočila ve spolupráci s hudebníkem a producentem Jiřím Hradilem.



Dneska se vyčasil | *Ventolin*. Čtyři roky po vydání průlomového alba *Vitajte* David Dousek alias Ventolin vydal své třetí řadové album. Ve srovnání s jeho předchozí deskou je *Dneska se vyčasil* hudebně pestřejší a tematicky komornější, nechybí na něm popové milostné písně, veselé i tísňivější sci-fi scény nebo situační absurdita. Název desky vyjadřuje pocit, který má člověk, než se vypraví ven. „Taky by to mohl být název melancholické milostné povídky od Bunina nebo strašidelného příběhu od Landolfiho, ale mohlo by to být i sci-fi,“ říká Ventolin. Album obsahuje devět skladeb a vychází u Bumbum Satori.

FILM

Buko | režie Alice Nellis. Jarmila (Anna Cónová) se po ztrátě muže ocitne na životní křižovatce, kde se musí rozhodnout, zda zbytek života už jen „přečká“, nebo se vzepře a vrhne se do dobrodružství s nejistým koncem. Navzdory dobře míněným radám svých dospělých dětí si zvolí druhou možnost – život na chalupě v romantické divočině uprostřed Máchova kraje...



Indián | režie Tomáš Svoboda. Ondřej (Karel Roden) je arogantní workoholik, který má v Praze úspěšnou firmu. Ondřej právě v Nebrasce dojednal obchod s investorem, jenž na okraji Prahy zafinancuje výstavbu luxusních rezidencí. Na cestě zpět letadlo přelétá nad rezervací, kde probíhá pohřeb indiánského náčelníka. Jeho duch stoupající k nebi narazí do letadla a vtělí se do Ondry...



Spolu | režie David Laňka, Martin Müller. Po rozchodu s přítelem se Tereza vrací domů ke své mamě a bratrovi Michalovi, desetiletému klukovi zajatém v dospělém těle, aniž by tušila, že tenhle návrat navždy změní její život. Domácnost, do které se vrátila, se totiž na rozdíl od ní ani trochu nezměnila. Máma pořád žije jen pro svého syna a bratr má před ní ve všem přednost. Tereza má intenzivní pocit, že by máma měla myslet víc na sebe... a taky na ni. Rozhodne se udělat krok, po kterém už nikdo z nich nebude takový, jaký byl. Tragikomédie *Spolu* nabízí pohled do chodu rodiny, kde není zvykem svěřovat se a mluvit otevřeně o problémech. Přesto jde o film, který i v dramatických situacích dokáže najít humor a naději.

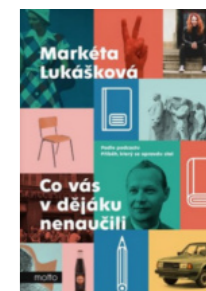


NAUČNÉ PUBLIKACE

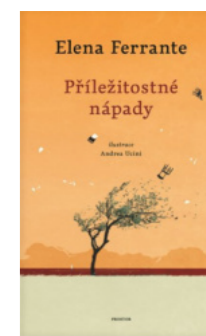
Kam se obrátit o pomoc a podporu. Průvodce institucemi | *CZEPA – Česká asociace paraplegiků*. Publikace pomáhá lidem krátce po poškození míchy a jejich blízkým zvládnout novou životní situaci. Odborní pracovníci CZEPA přináší přehlednou orientaci sociálním systémem. Průvodce je rozdělen do pěti hlavních kapitol na 19 stránkách. Čtenář se snadno před návštěvou úřadu či instituce seznámí s jednotlivými druhy rozličné pomoci, příspěvky, dávkami a jednotlivými službami. Oblast podpory osob se zdravotním postižením je široká, týká se několika institucí, různých sociálních dávek a příspěvků, které jsou regulovány různými zákony a vyhláškami. Člověk s ochrnutím zprvu čerpá nemocenskou, následně vyřizuje invalidní důchod, současně průkazku ZTP, řeší bezbariérové úpravy bydlení, zajištění a financování vhodných kompenzačních pomůcek, zajištění péče, možnosti přepravy, mobility a mnoho dalších témat. Příručku najdete [zde](#).



Co vás v dějku nenaučili | *Markéta Lukášková*. Moderní české dějiny tak, jak je neznáte. Podle podcastu *Příběh, který se opravdu stal*. Pamatujete na školní dějepis? Vždycky končil druhou světovou. Jenže právě to, co nás v dějku nenaučili, ovlivnilo naše životy nejvíc. Jak se komunisté dostali k moci, že propaganda byla i v seriálech, že politika do sportu bohužel vždycky patřila nebo že lidé utíkali ze země v nafukovacím balonu. Nečekejte hromadu dat, ale skutečné příběhy i náladu tehdejší doby. Obojí je důležité znát, protože národ, který nezná svou historii, je odsouzen k tomu ji opakovat. Markéta Lukášková pochází z Českých Budějovic. Působila jako redaktorka časopisů *Týden*, *Maxim*, *Faktor S*, vedla *Reflex.cz*. Se svou prvotinou *Losos v kaluži* objela republiku v rámci divadelního projektu *Listování* a napsala podle ní scénář, který čeká na filmové zpracování. Následovaly knihy *Panda v nesnázích*, *InTyMně* a *Vlaštovka v bublině* nebo *Majonéza k snídani*.



Příležitostné nápady | *Elena Ferrante*. i popisky. Knižní mozaika se skládá z 51 různorodých střípků čerpajících z autorčiny zkušenosti a poetiky, intuice a vlastního života. Přátelství, první láska, změna klimatu, žárlivost, feminismus, náš vztah k rostlinám, tajemství trvalého partnerství nebo krása jsou některá z velkých témat, o kterých Elena Ferrante psala každý týden po dobu jednoho roku na žádost deníku *The Guardian* (v anglickém překladu Ann Goldsteinové). Spojují se v tomto intimním, imaginativním a inteligentním souboru, v němž slavná italská spisovatelka zve čtenáře, aby přemýšleli, sdíleli vzpomínky nebo nápady, prožívali silné emoce a vystoupili z řeky konvencí, stejně jako v jejich mimořádných románech. „Jako malá jsem si pár let psala deník. Byla jsem nesmělá dívka, říkala jsem na všechno ano, většinou jsem mlčela. Zato ve svém sešitu jsem se plně realizovala: podrobně jsem popisovala, co se mi každý den stalo, nejtajnější příhody, odvážné myšlenky. Proto jsem si ohledně svého deníku dělala velké starosti, bála jsem se, že by sešit mohl najít někdo z rodiny, zvlášť moje matka, a přečíst si ho. A tak jsem nedělala nic jiného, než že jsem vymýšlela bezpečné skrýše, které mi ale záhy začaly připadat nespolehlivé. Proč jsem měla takové obavy? Zatímco v každodenním životě jsem ze samých rozpaků a obezřetnosti pomalu ani nehlesla, deník ve mně vyvolával touhu po pravdě. Říkala jsem si, že v psaném textu nemá smysl se omezovat...“



Patnáct psích pomocníků z organizace Helppes bylo předáno novým páníčkům

Již po dvacáté proběhla v motolském výcvikovém areálu slavnostní promoce čtyřnohých absolventů akademie Helppes. V sobotu 17. září předaly známé osobnosti lidem s různými druhy postižení celkem patnáct nově vycvičených psích pomocníků, kteří se stanou jejich asistenty i parťáky.

Tým Helppes | foto: archiv Helppes

Na tradiční akci zvané Super den se jako vždy sešli lidé s postižením, dárci, dobrovolní pomocníci a příznivci organizace Helppes a také celá řada známých osobností, které organizaci dlouhodobě podporují. Zlatým hřebem programu bylo předání psích pomocníků jejich novým páníčkům.

Pro klienty organizace Helppes představuje čtyřnohý asistent často jedinou šanci na samostatný život. Je tomu tak i v případě slečny Ěmy trpící úzkostnou poruchou. Přestože její potíže nejsou na první pohled viditelné, žije v neustálém pocitu strachu a ohrožení. Ěma měla od malička velmi bohatou fantazii, kterou doprovázely děsy a úzkostné představy, v pubertě se potíže ještě vystupňovaly. Dodnes mívá potíže přejít po chodbě nebo vstoupit do místnosti, obává se nastoupit do autobusu, koupit si jízdenku, oslovit druhého člověka. V obchodě se cítí ohrožena lidmi kolem. Z nervozity si rozkousává rty, někdy si také škrábe kůži. Ve chvílích nejtěžší paniky jí ztuhne celé tělo a nemůže se ani pohnout.

Všechny tyto potíže Emu vyčerpávají a brání jí v samostatném fungování. Nejlépe se cítí ve společnosti zvířat, proto požádala o psího pomocníka, který by jí pomohl získat sebedůvěru, osamostatnit se a vstoupit do dospělého života. S asistenčním průvodcovským psem, zlatým retrieverem Tobym, bude Ěma konečně odolnější proti obavám a strachům.

Na akci vystoupilo mnoho známých osobností, které s organizací Helppes dlouhodobě spolupracují a podporují projekt Pomoc přichází na čtyřech tlapkách. Právě tyto osobnosti předávaly vycvičené asistenční psy jejich novým páníčkům.

Kromě Jakuba Koháka k nim patří například Marta Kubišová, Heidi Janků, Iva Frühlingová, Bára Nesvadbová, Anna Marie Fialová nebo Lenny. Programem provázela sehraná moderátorská trojice Patricie Pagáčová, Mirek Konvalina a Milan Peroutka, takže se přítomní nenudili ani vteřinu. Milan Peroutka není „pouze“ patronem organizace, ale také členem správní rady. Jako správný člen týmu napsal pro Helppes „hymnu“, která na této akci zazněla ve své premiéře.



Pobyt pro asistenční a vodící psy opět slavil úspěch



Nezisková organizace Helppes uspořádala letos v srpnu již 17. ročník ojedinělého týdenního rekondičního pobytu pro své klienty – lidi s postižením a jejich psí pomocníky. V kraji Máchova jezera, v Poslově mlýně u Doks, kde v roce 2005 proběhl i první ročník pobytu, se sešli asistenční psi a jejich páničci z celé České republiky.

Tým Helppes | foto: archiv Helppes

Cílem pobytu bylo jako vždy v první řadě upevnit dovednosti psích pomocníků. Účastníci absolvovali zdokonalovací tréninky a vzdělávací aktivity, zaměřené na zlepšení komunikace a prohloubení vzájemných vztahů mezi psím pomocníkem a jeho pánem. Důležitou součástí však byly také aktivity zaměřené na zlepšení zdravotního i psychického stavu lidí s postižením.

I letos si pejskové i jejich páničci užili velmi pestrý program. Mimo každodenních tréninků pro udržování pracovní kondice psích pomocníků to byly například činnosti zaměřené na zdokonalování jemné i hrubé motoriky, hmatových schopností, koncentrace, týmové spolupráce, odvahy nebo postřehu a obratnosti lidí s postižením. Nechyběly ani aktivity vzdělávací.

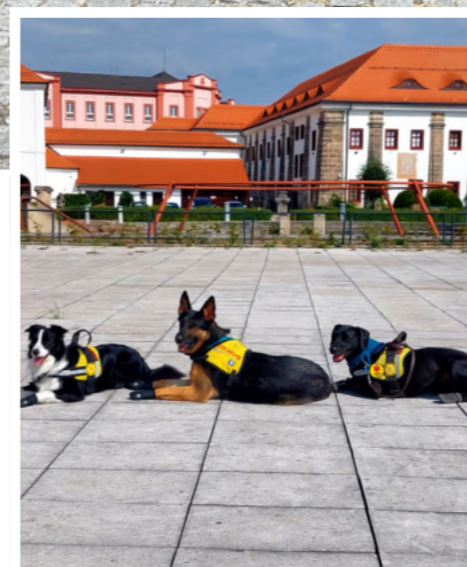
Jako vždy byl pobyt i skvělou příležitostí k seznámení s dalšími účastníky trpícími podobnými handicapy. Oni i jejich rodiny si mohli vyměnit osobní zkušenosti a nápady na řešení různých situací. Není divu, že účastníci odjížděli plní dojmů a příjemných zážitků. Svědčí o tom hromada pozitivních reakcí, které dorazily na adresu pořadatelů. Vybíráme některé z nich.

„Pfenky jsem už nevěřila, že bych si vybudovala důvěru k novému psímu parťákovi. Našel si však ke mně cestu německý ovcák Šáňa a já jsem

dlouho nespala tak dobře, jako když je se mnou on. Za týden strávený na rekondičním pobytu Helppes jsme toho spolu zvládli prožít maximum. Naučil se, že když ztratím cit v nohách, má mi je zalehnout, aby se mi ulevilo. Vlny stresu z toho, že stojím opět na zemi, tak postupně odplouvaly a já se začala dokonce těšit na společné procházky bez invalidního vozíku. Zvládli jsme spousty aktivit, ergoterapii, tréninky ve městě i noční bojovku, při které se u prvního světýlka zalekl a vytrhl se mi z ruky, aby se však na přivolání ihned vrátil. Ráda také vzpomínám na společně strávený čas u ohně se zpěvem, bubnováním a hvězdami nad hlavou.“ (Bára a Šáňa)

„Už po šesté jsme s vámi strávili prázdnin. Dovolte, abychom vám všem poděkovaly za osobní nasazení, trpělivost i ohromné množství práce a času, který nám a našim psím pomocníkům věnujete! Musí to pro vás všechny být strašně náročný týden, my však budeme z našich zážitků ještě dlouho čerpat sílu.“ (Jana, Jitka a Petra)

„Letos jsme se zúčastnili rekondičního pobytu asistenčních psů již počtvrté. Opět nám byl velkým přínosem. Chtěli bychom poděkovat týmu organizace Helppes za to, jak krásně se nám věnoval. Trenéři s námi procvičili vše potřebné a dali



nám cenné rady, jak se psy ještě lépe pracovat. K naší radosti se Romanka zapojovala ještě více než v předchozích letech.“ (Manželé Zambalovi s Romankou)

„Posíláme velké poděkování za letošní rekondiční akci, která byla velkým přínosem pro mě i pro Adírku. Rozmanitý program vyplněný odbornou instruktáží a rovněž skvělá parta lidí a psích přátel byla úžasnou vzpruhou v tak zvláštní době, ve které se nyní všichni nalézáme.“ (Danielka a Adírka)

Vozejkov.cz: portál nejen pro vozíčkáře

Komunitní portál Vozejkov.cz bývá často neprávem brán jako projekt, který slouží především pražským vozíčkářům. Snad je tomu tak proto, že jeho provozovatelem je Česká asociace paraplegiků – CZEPA, která má své sídlo v Praze. Chceme v tomto článku ukázat i čtenářům obsažného a informacemi nabitého Magazínu VOZKA, že tomu tak není a že portál může stejně dobře sloužit i jim. Ostatně Vozejkov už letos oslavil 10 let (byl spuštěn v únoru 2012) a funguje i díky podpoře Škoda AUTO.

Jan Spěváček

Vozejkov slouží registrovaným i neregistrovaným uživatelům. Pro obě skupiny je zcela bezplatný a každý (i náhodný) návštěvník může číst jeho obsah. V rámci obsahu je možné číst široké spektrum aktualizovaných informací více či méně se dotýkajících vozíčkářů, vozíků, kompenzačních pomůcek a dalších. Namátkou vybíráme například:

- zajímavé příběhy (články o lidech s pohybovým postižením nejen z ČR, rozhovory...);
- inzerce (potřebujete prodat vozík? Sháníte auto pro paraplegika? Jste tu správně...);
- pracovní nabídky (nabídky pracovních příležitostí pro OZP, jež vkládají zaměstnavatelé);

- vzdělávání (možnosti rekvalifikace, webináře CZEPA);
- akce (kalendář akcí pro vozíčkáře, případně zajímavé akce s bezbarierovým přístupem);
- **poradna** (sociální pracovnice a spínální specialista vám zodpoví vaše dotazy týkající se nejen legislativy, ale i zcela praktických věcí. Svůj dotaz vložíte do formuláře a do pěti pracovních dní dostanete odpověď).

Kromě toho Vozejkov slouží i jako svého druhu sociální síť kontaktů, lidé se tu mohou díky registru uživatelů vyhledávat třeba i podle kraje svého bydliště. Registrovaný uživatel může vkládat své vlastní příspěvky, například své zážitky z cest,

psát si zde svůj blog, efektivně prodávat své vybavení apod. Jsou zde registrovaní i zaměstnavatelé OZP, pomáhající organizace napříč ČR, které nás například informují o svých akcích.

Nad celým webem dohlíží redaktor Vozejkova, který vkládá vlastní články, dbá na správnost a vhodnost jednotlivých příspěvků a snaží se o to, aby byl Vozejkov příjemným virtuálním místem. Nicméně platí, že co si registrovaní uživatelé na portálu připraví, to ve výsledku také mají. Proto je dobré Vozejkov sledovat, přispívat do něj a být jeho součástí. Každý je vítán.

A jak se registrovat krok po kroku? Jdeme na to.

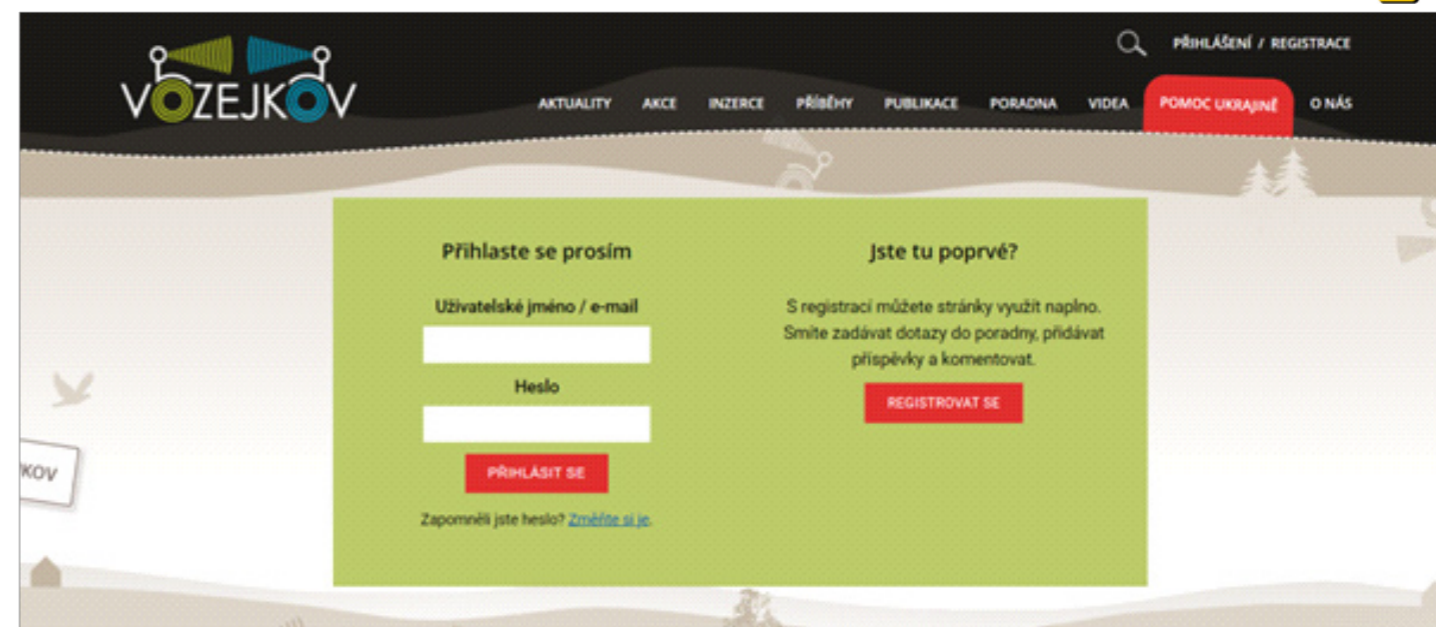


Náhled hlavní stránky Vozejkov.cz ze dne 9. září 2022. Vpravo nahoře vidíte **Přihlášení/Registrace**.

Takto vidíte Vozejkov na ploše notebooku, stolního počítače či tabletu. Pod horní lištou s hlavními rubrikami je v levé části tzv. slider, což jsou hlavní zprávy se střídajícím se náhledem, kte-

ré podle redaktora Vozejkova jsou stěžejní. Pak vás možná zaujme přehled akcí či přímé linky na poradnu a na aplikaci VozejkMap. Vidíte ale pouze část hlavní stránky Vozejkova, níže na-

jdete ještě mnohem více. Mobilní zobrazení webu je zcela responzivní a uživatelsky příjemné. Neukážeme ale screeny mobilní obrazovky, jde nám především o registraci.



Po kliknutí na **Přihlášení/Registrace** se zobrazí tato obrazovka. Klikněte na **Registrovat se**.

Registrace

Nastavte údaje, kterými se budete přihlašovat

Uživatelské jméno (Váš e-mail) *

Heslo *

Osobní údaje, nastavení

Jméno

Příjmení nebo název organizace *

Ve statusu si můžete vybrat, zda jste vozíčkář, případně z jiných možností.

Po dokončení registrace se můžete normálně přihlásit a být Vozejkovák. Těšíme se na vás!

Případné dotazy směrujte na redaktora Vozejkova:

Jan Spěváček, redaktor@czepa.cz.

Status *

Vozíčkář

Asistent / Blízká osoba

Organizace

Popis



ŠKODA



Úřad vlády České republiky



Energetici vyhráli charitativní cyklo maraton, na kolech vyšlapali 100 tisíc pro handicapovaného kamaráda

Desátý ročník charitativního Metrostav handy cyklo maratonu vyhrála v kategorii čtyřčlenných týmů parta energetiků v dresech charitativní aplikace EPP – Pomáhej pohybem, kterou provozuje Nadace ČEZ. Ta jejich energii vynaloženou na trase převedla na 100 tisíc korun pro Daniela Antalu z Teplic, který vloni skončil po vážném úrazu na vozíčku.



Nadace ČEZ | Foto: Nadace ČEZ

„Je to krásná zpráva. Po loňském úrazu, který mě upoutal na vozík, mi dává sílu bojovat každá pomoc od lidí, moc za to chlapům děkuji,“ řekl třicetiletý Daniel Antala, který nyní podstupuje náročné operace a pravidelnou rehabilitaci. Peníze od Nadace ČEZ využije na nákup speciálních dlah a dalších pomůcek, které mu usnadní samostatný pohyb.

Letošní ročník Metrostav handy cyklo maratonu, jehož základním pravidlem je štafetově ujet trasu dlouhou 2222 kilometrů v limitu 111 hodin, patřil podle účastníků k nejnáročnějším v celé historii.

„Byla to neuvěřitelná jízda za slunce i v dešti, zastihlo nás i několik bouřek. Cestou jsme pomáhali jinému týmu při nehodě jezdčyně, přenášeli kolo konkurenčnímu týmu, protože klučina neměl nohu a trasa vedla po schodech, prostě pomoc na prvním místě,“ popsal přátelskou atmosféru závodu kapitán týmu Vítězslav Chmelař, šéf elektrárny Dlouhé stráně.

Spolu s ním si charitativní štafetový kolík předávali Michal Hampl z Elektrárny Ledvice, Martin Procházka z Jaderné elektrárny Dukovany a Michal Šiška, který ujel na handbiku neuvěřitelných 396 kilometrů.

Celkem 2222 kilometrů dlouhou trasu, která vedla kolem rozhleden po všech krajích České republiky, absolvoval tým EPP – Pomáhej pohybem za 3 dny, 13 hodin a 38 minut.



PŘES BARIÉRY OVERCOMING BARRIERS

- Informační rozcestník pro snadné putování Prahou

- Informational directory for easy wandering around Prague



Pražská organizace vozíčkářů vydala revidovanou brožuru **Přes bariéry – Informační rozcestník pro snadné putování Prahou**, určenou především domácím i zahraničním turistům s pohybovým omezením. Dvojjazyčná česko-anglická publikace je zdrojem odkazů na důležité instituce a informační weby, ale i vodítkem, jak se zorientovat v možnostech, které hlavní město lidem s omezenou schopností pohybu nabízí.

Brožura je rozdělena do pěti tematických okruhů. První kapitola se zabývá přístupností informačních středisek, druhá část se věnuje městské hromadné dopravě i přepravě individuální. V dalších oddílech lze najít informace o vybraných půjčovnách kompenzačních pomůcek, důležitých webech a užitečných publikacích souvisejících s problematikou.

Při hodnocení přístupnosti uvedených infocenter se brožura se opírá o Metodiku kategorizace přístupnosti objektů, schválenou Ministerstvem pro místní rozvoj ČR.

V současné chvíli je publikace zdarma k dispozici v kanceláři Pražské organizace vozíčkářů na adrese Benediktská 6, Praha 1 a v infocentrech Prague City Tourism. Elektronickou verzi si zájemci mohou stáhnout [zde](#).



Střípky z festivalu Colours of Ostrava

(Hodnocení kapel, diskusí ani divadelních představení nečekejte...)

Text: Simona Sbiegay | Foto: Jiří Muladi

Pro nucené dvouleté přestávce proběhl v půlce července již „plnoletý“ multikulturní festival Colours of Ostrava 2022 – člověk by si myslel, že když už je festival za hranicí dospělosti, poučil se (resp. jeho organizátoři) z chyb, ale i z úspěchů minulých let a pro návštěvníky budou čtyři dny muziky, diskusí, divadla a zábavy s přibývajícím lety už jen lepší a lepší, ba až dokonalé...

No, v tomto případě to tak úplně neplatilo a můj – předesílám, že subjektivní – pocit je trochu rozpačitý (možná je to i tím, že jsem více než plnoletá a Colours jsem navštívila, asi bez jednoho ročníku, všechny). Takže srovnávám a hledám mouchy.

Letos mi tam (kromě vratných kelímků na pivo, stylového autobusu s čerstvě praženou kávou, promítání akcí z Gongu atd.) nějak chyběla ta „pecka“ (a nemyšlím tím kus meruňky), anebo jsem si ji tam prostě nenašla. Ono vydržet čtyři dny

téměř nepřetržitý nářez muziky, kultury, festivalového života a k tomu davy lidí není pro každého a možná, že mi zrovna ta moje hudební „pecka“ utekla mezi prsty právě v mé festivalové přestávce.

... tatíí, jsem se polil, když jsem zmáčkl kelímek, uááá, a proč už tu nejsou takové ty barevné?...

... jak to ti lidi dělají, že i po třech dnech jsou tak vystajlovaní? Nevím, ale ty jsi hezká pořád...
... čau, vole, jsi to ty? No neke, vypadáš pořád stejně, musíme dát pivo – třeba zítra...

Návštěvníků bylo letos opět hodně, tedy alespoň na večerní programy (prý až 40 tisíc denně – hm, nepočítala jsem je, ale myslím, že jich nebylo tolik jako posledně...) a jako každoročně to

byli návštěvníci velmi pestří, a to doslova. Od těch nejmenších a nejmladších, přes starší a pokročilé, kteří měli v sobotu na festival vstup zdarma, až po návštěvníky s handicapem. Pro ně byla zajištěna přeprava speciálním vozidlem služby ALDIO Ostravské organizace vozíčkářů (viz foto na další straně).

„Byli jsme přizváni na festival s úkolem přepravovat zdravotně postižené účastníky všude tam, kam si řeknou,“ vysvětluje vedoucí přepravní služby ALDIO Marie Baňová. „Ujeli jsme 998 kilometrů a připravili 72 osob. Sice nás postihla nepříjemná příhoda, když do našeho vozidla nacouval s autem nepozorný řidič, ale naštěstí se nic nestalo. Spokojenost klientů nás hrála

u srdíčka a to je také to hlavní. Byli jsme spokojeni i s koordinátory, jejich mládí a nadšení dokázalo vyřešit všechny hrozící potíže. Zmínit musíme i nesporný ekonomický efekt spolupráce, neboť nižší přidělené dotace pro

naši službu v tomto roce nám docela způsobovaly vrásky na čele. Naším cílem je také zviditelnění naší služby a k tomu nejvíc přispívají velké akce, jako jsou například hudební festivaly. Doufáme, že i příští rok se staneme součástí Colours of Ostrava.“

Celý festival je zkrátka takový malý babylon (při přivalových deštích, které ani letos Colours neminuly) trochu křížený Noemovou archou. Muzika, lidi i jazyky se při procházení areálem Dolních Vítkovic nebo v obligátních frontách na pítí nebo něco k snědku a následně na WC vesele mísily. Mě ani po letech nepřestává překvapovat, že to vše probíhá v klidu a pohodě.

Muzikální a divadelní novinky a milá překvapení (třeba v podobě mně neznámé kapely, která se vyklubala jako více než poslouchatelná) se ale náramně povedla, ostatně jako každý rok. A to je jeden z důvodů, proč i přes nějaké ty „mouchy“ Colours neomrzí ani recidivisty, jako jsem já. Což znamená, že příští rok budu v areálu Dolních Vítkovic zase. Mám to tam ráda a jsem prostě duší Ostravak.

(Neformální hodnocení: náhodná setkání s kamarády a známými – check!, nová i dobrá muzika – check!, nákupky v design zóně – check!, lístek na příští rok – check!)



Festivalové ozvěny

Text: Jiří Muladi

V unikátních industriálních prostorech Dolních Vítkovic se od 13. července uskutečnil čtyřdenní festival Colours of Ostrava. Vrátil se po dvou covidových letech v situaci, kterou ředitelka festivalu Zlata Holušová označila za bezpečnější.

„Je to vážnější souboj než kdykoliv dřív. Z koncertního průmyslu vymizely technické profese, těch lidí se vrátila možná polovina. Stánkaři nemají na to, aby zaplatili zálohy. Pořadatelé z celé Evropy stojí fronty na kamiony, které voží techniku. A když každý měsíc zdrazuje benzin, je nemožné cokoli naplánovat. Ale my ten souboj vyhrájeme,“ řekla úvodem. A výsledek jí dal za pravdu.

Působivou úvodní choreografií obstaral Cirk La Putyka, a postupně pak následovaly desítky umělců všech žánrů z 32 zemí světa. Kromě americké kapely The Killers se představilo také světově proslulé duo Twenty One Pi-

lots a jedním z vrcholů byl i koncert americké zpěvačky Laury Pergolizzi-ové, vystupující pod svými iniciálami LP. (Zpěvačka a textařka s italskými kořeny je v Česku posluchačům dobře známa svou písní Lost on You či jinými hity.)

Své fanoušky potěšil i karvinský sbor Permoník nebo Markéta Irglová, držitelka Oscara za filmovou hudbu.

Podle organizátorů letošní ročník festivalu Colours of Ostrava přilákal denně až kolem 40 tisíc návštěvníků.

„Areál byl plný spokojených lidí. Bavili se. Rovněž kapely si velmi pochvalovaly, jací jsou zde fanoušci, jak rozumí muzice a užívají si ji,“ řekl mluvčí festivalu Jiří Sedlák a dodal, že vše se obešlo bez větších problémů.

„Žádné zásadní komplikace se neobjevily, spíše celá řada drobných. Ty se nám ale dařilo řešit. Například jednomu členu skupiny Twenty One Pilots vypověděla službu kytara, tak mu musela být zapůjčena náhradní. A s tou byl tak spokojen, že následující den si v Ostravě koupil stejný model.“

Součástí festivalu Colours of Ostrava je už tradičně diskusní fórum Meltingpot, v jehož rámci vystoupilo přes 200 řečníků.

„Letos bylo špičkově obsazené, protože jsme na přípravu měli dva roky. Meltingpot je největší česká konference a neznám jiný hudební festival v Evropě, který by měl takhle rozsáhlou debatní část. Myslím, že po všem, co se poslední roky stalo, si lidé o to víc potřebují povídat,“ uvedla Zlata Holušová.

Z pohledu policie a záchranářů patřil letošní festival Colours of Ostrava k těm klidnějším.

„Nezaznamenali jsme žádné zásadnější incidenty. I z dopravního pohledu se vše obešlo bez komplikací,“ uvedl mluvčí policie ČR René Černohorský.

Během celého festivalu Colours of Ostrava 2022 prošlo areálem 4950 dětí a v sobotu pak 936 seniorů ve věku 65+, kteří měli vstup zdarma.





Vyhodnocení fotosoutěže FOCUS RHH 2022



Letos proběhl třetí ročník fotosoutěže FOCUS Rekordů handicapovaných hrdinů, a to opět v kategoriích Mezilidské vztahy, Příroda a Kuriozity. Fotosoutěž vznikla za podpory Nadace ČEZ a její kritéria splnilo 48 snímků. Odborná porota z nich vybrala osm pro zveřejnění v knize Rekordy handicapovaných hrdinů 2022 a jejich autoři obdrželi hodnotné ceny. Vítězkami soutěže se staly: Zuzana Habáňová, Jana Hotárková a Marcela Křištoforyová. Čestné uznání obdržel Petr Podroužek. Fotografie těchto autorů mohou zájemci shlédnout také na stránkách hecportal.cz.



Jiří Muladi



Doteky v opuštěné pagodě, Zuzana Habáňová – vítězka kategorie Mezilidské vztahy



Převozník čeká..., Zuzana Habáňová



Divočina ve sluneční koupeli, Jana Hotárková – vítězka kategorie Příroda



Varovná víze – až nezbude na kameni kámen..., Jana Hotárková



Hra stínu, Marcela Křištoforyová – vítězka kategorie Kuriozity



Nohy a kelímek, Marcela Křištoforyová



Láska je láska, Petr Podroužek – čestné uznání



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, www.roho.cz

**Realizaci projektu VOZKA
podporuje**

**Ministerstvo zdravotnictví
České republiky**



**MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY**

Život je pes

Jsem již 30let po úrazu, vozíčkář s těžkým tělesným handicapem. To znamená, že mám postižení jak horních, tak dolních končetin. Žiji sám v menším bytě za pomoci asistence a pomoci rodiny. Pejsci mi přirostli k srdci v raném dětství. Pořád jsem se kolem nich motal. Bohužel, nebo možná bohudík, prvního psiho kamaráda jsem měl až po úraze – v mých 26 letech. Leccos jsem o nich věděl a měl přečteno spoustu chytřích knížek. Ale mít najednou doma chlupatou kulíčku s heboučkou srstí, vonící ještě maminciným mlékem, se zoubky ostrými jako jehličky, co by vás kousaly a kousaly, ale nejenom vás, také třeba botu či křeslo a stále si s chutí hrála a dováděla, to je jiná káva. Ano, takoví jsou psi. Chtějí být stále po vašem boku.

Jmenoval se Čak a byl to bílý vysoký Labrador. A tak jsme se spolu začali učit. On se učil, jak mi být dobrým pomocníkem, a já se musel naučit, jak se o něj starat a být mu dobrým páničkem. Do té doby se o mně a moje potřeby starali jiní lidé. Ale i pes je živý tvor a má své potřeby. A tak člověk přišel na to, jak jsou psi chytří, učenliví a vnímaví. Postupně jsme se sžili a pak už stačil jen pohled a jeden i druhý věděl, která bije.

Život nabral jiný směr a já získal o několik levelů vyšší dovednosti. Už jenom to, že jsem se o Čaka dokázal postarat, bylo důležité. A jsem s ním po většinu dne soběstačný. Je to nepopsatelná psychologická podpora, když máte všeho po krk, a navíc sociální pracovník v praxi. Když totiž jde vedle mě, lze snadno navázat kontakt s ostatními lidičkami. Jejich ostych k člověku na vozíku je ten tam.

Pejsky má zřejmě skoro každý rád – roztomilá štěňata, nezištná stvoření, nejlepší přátelé člověka, kteří vám rozumí. Lehnou si na záda, abyste je hladili, drbali za uchem, na bříšku a věnovali jim svůj čas, lásku a něhu. Milují děti a děti zase milují pejsky. Ano, s tím nelze než souhlasit, ale je třeba se na psy podívat i z jiných hledisek, které vám umožní vidět je v úplně jiném světle. V takovém, jakém je neznáte. Většina lidí je totiž vnímá jako živé plyšáky... Přitom někteří fungují jako speciální psi v záchranných složkách nebo v armádě, ale také jako vodící a asistenční psi u osob se zdravotním postižením. A všude mají vynikající výsledky. Pro handicapovaného člověka jsou totiž oporou. S nimi může opět nabýt jistoty a sebevědomí, popřípadě začít žít jinak, odvážněji. Jsou pro něj ideální přinavazování kontaktů s okolím, například pro osobu s autismem. Tito čtyřnozí pomocníci dovedou být očima nebo ušima, umějí podat celou řadu věcí od vajíčka po PET láhev, dokážou vycítit přicházející srdeční, epileptický či hypoglykemický záchvat a také páničkovi přivolat pomoc a tím mu zachránit život. Dokážou také ulehčit osobám, jež se starají o handicapovaného člena rodiny. Jsou to živí tvorové, kteří vám dokonale rozumí, mají duši a umí vycítit vaši náladu. Psi nejsou (bohužel) celým našim životem, ale díky nim je náš život úplný.

Po 12 letech života Čak odešel do psiho nebe. Bez pejska už to ale nešlo a vzít si zase malé štěně nebylo možné z časových důvodů. A tak jsem oslovil jednu z organizací zabývajících se výcvikem vodících, asistenčních a signalizačních psů, a to Helpes – Centrum výcviku psů pro postižené. Tuhle práci musí člověk bezmezně milovat a dát jí více než osm hodin pracovní doby denně. Jde o neziskovou organizaci, a protože asistenční pes není hrazen státem a jeho výcvik stojí 320 000 Kč, shánějí pracovníci Helpesu finance sponzorskou cestou, což v dnešní době není vůbec jednoduché. Centrum si zaslouží uznání i podporu, a to nejen finanční.

Helpes nás dal dohromady s pejskem Badym. Nějaký čas jsme si na sebe zvykali. Prošel si ročním výcvikem a pak mi ho přivezli domů. Letošní rok jsme spolu už sedmým rokem. Je to trochu svěhlavička, takový malý šáša, úplně jiná povaha než byl ČAK, ale s velikou psi dušičkou. Je pořád veselý a asistent je prvotřídní. Ví přesně, co se právě bude dít, a bez povelů už sám pracuje – přinese boty, čepici, prostě ví co je potřeba. Život s psím asistentem zkrátka nabývá zcela jiných rozměrů. S klidem tak mohu říct, že „Život je pes“. Možná právě tyto řádky vás inspirují k tomu, aby se pes stal součástí vašeho života, popřípadě abyste pomohli podobným organizacím, jako je Helpes. A pamatujte, nemusíte na psa štěkat aby vám dokonale rozuměl!

Text a foto: Milan Pešek



Bady



Čak

Krásné kulatiny

Malý, drobný, usměvavý pán, plný energie a optimismu – to je pan Dujka. Někteří z nás si ho pamatují z doby, kdy na „domečku“ byla jeho manželka. Téměř každý víkend si ji brával domů. Letos pan Dujka oslavil krásné 90. narozeniny. I my jsme mu chtěli popřát a zavzpomínat.

Ivana Hlaváčová | Foto: archiv Charity Nový Hrozenkov

Pana Dujku jsme společně s jeho dcerou pozvali k nám na „domeček“. Otec Dušan z Nového Hrozenkova odsloužil mši svatou a pak jsme se všichni sešli v reminiscenční místnosti, abychom mu společně pogratulovali, popřáli hodně zdraví a zazpívali. Bylo to moc krásné a dojemné. Přijela i paní ředitelka Danuše Martinková a Anička Schwedová.

Mezi vzpomínkami nám pan Dujka vyprávěl vtipy a recitoval básně. Bylo to nádherné.

Poté jsme se rozloučili, poděkovali a doprovodili pana Dujku k jeho trojkolce. I přes svůj pozeňnaný věk je stále velmi aktivní. Nasedl na ni a společně se svojí dcerou odjel k domovu.

Hodně štěstí a zdraví, pane Dujko!



Popřát přišla i paní ředitelka Charity Nový Hrozenkov, Ing. Danuše Martinková

Vlaštovičky

Vlaštovičky odlétají,
škoda jich,
opustily rodná hnízda,
táhnou v jih.

Nad krajem se zatočily
naposled,
za sluníčkem pustily se
v dálný svět.

Šťastnou cestu,
vlaštovičky,
přijďte zas,
až se v české kraje vrátí
slunka jas.



Pan Dujka je stále velmi aktivní, což nás moc těší

Na zahradní slavnosti bylo veselo

Každoroční ukončení prázdnin bývá v Charitě Nový Hrozenkov spojeno s naší tradiční zahradní slavností. Letos to vyšlo na krásné datum, čtvrtek 1. září. Přípravy byly veliké. Pekly se frgály, domácí chléb, štrůdly, stavěl se party stan, chystalo se posezení, zdobily se venkovní prostory a nakládalo se osm kilo kuřecího masa. Bohužel – toho nám ještě pochybělo. Letos byl přichystán i dětský koutek se spoustou her, bublifuků, balónků a další skvělé zábavy.

Lenka Kopřivová | Foto: archiv Charity Nový Hrozenkov

Počasi nám také přálo, svítilo sluníčko, ale nebylo horko. Postupně začali chodit rodinní příslušníci našich klientů i s malými dětmi. Bylo krásné vidět několik generací pohromadě. Přišla spousta kolegů se svými rodinami. Přišli jak naši bývalí, tak i současní zaměstnanci, kteří nám pomáhají. Přišla i paní ředitelka s dalšími spolupracovníky ze zázemí a ze stacionáře. Dojela se s námi povešelit i naše bývalá vedoucí Maruška Surá. Letošní slavnosti se zúčastnila i spousta hostů a dodavatelů, se kterými spolupracujeme. A nakonec naše pozvání přijali i otcové Dušan, Vlastimil a František.

Všechny hosty čekal bohatý program. Celé odpoledne nám zpěvem a hrou na klávesy zpříjemňovala naše kamarádka Hela Václavíková. Krásnou báseň zarecitovala paní učitelka Iva Zapalačová, v krojích nám zahráli a zazpívali paní Koňářková se svými syny. Celý program uváděla naše úžasná kolegyně Jiřinka Sklářová. Jedlo se a pilo, zpívalo i tančilo, všude byl slyšet smích a dětský křik.

Letošní ročník byl výjimečný. Celkem se ho zúčastnilo 120 lidí, 88 dospělých a 32 dětí. Moc bych chtěla poděkovat všem zaměstnancům za jejich pomoc s přípravami slavnosti i během ní. Bez nich by to nešlo. Velké díky patří i paní Kadlecové a panu Svobodovi z firmy DEPEND®, kteří nám poskytli fi-



nanční dar. Moc děkuji Heli Václavíkové za krásný zpěv, paní Ivě Zapalačové za recitaci, paní Koňářkové a jejím synům za hru a zpěv lidových písní a také naší milé dobrovolnici paní Dáši Pavlíkové, že za námi přijela. Velké díky všem, kteří se zahradní slavnosti zúčastnili a přispěli dobrým jídlem a pitím.

A jak to vidí naši klienti? Paní Fabiánová to hodnotila za všechny:

„Slavnost se nám všem sestřičkám i pacientkám a pacientům moc líbila. Bylo teplo, sluníčko, dovezli sem i pacienty z Halenkova. Já jsem pomáhala sestřičkám s pečením frgálů a jablečkových štrůdlů. Hlavní je, že mě to baví.“

Žáci ze Základní školy pro tělesně postižené v Opavě zahájili školní rok tradiční akcí Ochrana člověka za mimořádných situací

Již tradičně zahajují začátek školního roku žáci ze Základní školy pro tělesně postižené v Opavě bezpečnostní akcí se záchrannými složkami a oddílem vodních skautů na základně Poseidon.

Lenka Kopřivová | Foto: archiv ZŠ pro tělesně postižené v Opavě



Tentokrát byli přivzváni žáci ze ZŠ Havlíčkova, ZŠ Slezského odboje, ZŠ Háj ve Slezsku, klienti z DS Domovinka a děti z MŠ Eliška a MŠ Skrochovice. Cílem našeho setkání bylo seznámit se s postupy záchrany života při nenadálých a někdy i život ohrožujících situacích. Máme na mysli krizové okamžiky v běžném životě, jako jsou požáry, povodně, dopravní nehody, tonutí a další zdravotní

kolapsy. O bohatý program a názorné ukázky se postaraly složky integrovaného záchranného systému – Armáda ČR, Hasičský záchranný sbor MSK, Záchraný útvar Hasičského záchranného sboru v Hlučíně – složka potápěčů a kynologů, Policie ČR, Městská policie, Vězeňská služba a Zdravotnická záchranná služba.

Studentky Střední zdravotnické školy Opava předváděly kardiopulmo-

nální resuscitaci, studenti Středního odborného učiliště stavebního v Opavě zajišťovali jízdu na pramicích, na tandemových kolech a také na benecyklu. Nechyběla stanoviště environmentální výchovy, protidrogové prevence a práce s mapou, buzolou a GPS.

Děkujeme všem hostům za skvěle odvedenou práci a těšíme se opět za rok.



Na Rooseveltce to žije i na podzim

ROOSEVELTKA

VÍTÁMVÁS CUP

Tomáš Pětrník

A si každý z nás hrál minimálně někdy v dětství stolní hokej. A díky tomu se alespoň na chvíli mohl vcítit do role slavnějších idolů na ledové ploše, jakými byli kupříkladu Jaromír Jágr, Dominik Hašek nebo spousta dalších.

Na své současné sportovní hrdiny si mohli hrát i účastníci turnaje ve stolním hokeji Stiga s názvem VÍTÁMVÁS CUP. Jedná se o tradiční turnaj, který pořádá Střední škola F. D. Roosevelta Brno již patnáctým rokem.

U zrodu turnaje v roce 2006 byli sami tehdejší studenti. Dostali totiž za úkol vymyslet si na úplný závěr školního roku vlastní program, kterým by si zkrátili poslední dny před prázdninami. A tak jeden ze studentů přinesl hrací stůl s figurkami hokejistů. Díky tomu se začal hrát turnaj, jehož název ihned na začátku vznikl na počest spolužáka a kamaráda Lukáše Vítámváse. Ten v roce 2005 podlehl svalové atrofii. Lukáš byl velkým sportovním fanouškem, proto nebylo pochyb o tom, proč turnaj pojmenovat právě po něm – VÍTÁMVÁS CUP.



Prvního ročníku se zúčastnilo 10 studentů a jak již bylo zmíněno, hrál se na jediném hracím stole. Od té doby se však rozrostl do obřích rozměrů – pravidelně v něm bojují hráči z celé republiky i ze zahraničí.

Turnaj se každoročně snaží naplnovat své hlavní motto – „Turnaj, který spojuje.“ I proto každý rok v červnu mezi sebou zkříží hokejky současní i bývalí studenti z pořádající Rooseveltky s různou formou handicapu. Proti nim si pak zahrají kupříkladu profesionální hráči Stiga hokeje, žáci základních škol města Brna, profesionální sportovci z řad fotbalistů, hokejistů a mnoho dalších.

Všichni se prostřednictvím Stiga hokeje náramně baví a hlavně navazují i nové kontakty a přátelství. Nejinak tomu bylo také letos, když se 15. ročníku (po dvouleté pauze zaviněné pandemií, nemoci covid-19) zúčastnily více než čtyři desítky hráčů. Hosty turnaje byli hráči Základní školy Košínova v Brně, z nichž vzešla i vítězná dvojice. Hlavně tady opět platilo, letos ale víc než kdy jindy, že VÍTÁMVÁS CUP zase všechny spojil...



Problém vskutku neřešitelný...

Marie Báňová

Alternativní doprava imobilních osob spolku Ostravská organizace vozíčkářů (OOV) funguje již od roku 1999. V průběhu let jsme se potýkali s různými problémy, které se objevují při každé lidské činnosti. Dopravu zajišťuje řidič a dispečerka, která je současně i hospodářkou spolku. Bere objednávky na přepravu většinou telefonicky, ale i e-mailem nebo osobně, protože dispečerka je umístěn v Domově pečovatelské služby na ulici Horymírova (městský obvod Ostrava-Jih, část Zábřeh). Ročně přepravíme něco okolo 2 000 osob. Z tohoto počtu se vyskytnou 3–4 žádosti o pomoc při opuštění bytu v domě, kde není výtah a nelze počítat s účastí rodinných příslušníků nebo známých. Řidič tuto činnost nemá v pracovní náplni, takže se v těchto případech dostáváme do situace, na níž můžeme reagovat lidsky nebo trvat na zamítnutí přepravy.

Postupem času jsem tyto situace tak nějak přečkali – někdy pomohli známí, jindy spolupracovníci OOV, a to v případech, kdy šlo o osoby, které žijí samy. Nějakou dobu nám vypomohli mladí lidé, jejichž profese je předurčena k pomoci v krizových situacích. Ti však ukončili dobu zácviku a v současné době nemáme nikoho.

Abychom pro tuto pomoc získali dobrovolníky, jednali jsme se zástupci Městské policie Ostrava, Magistrátu města Ostravy a Hasičského zá-



chranného sboru ČR, dotazovali jsme se i na Vězeňské služby ČR. Také jsme telefonicky zjišťovali, jak podobné situace řeší přepravní služby ve velkých městech. Pražská organizace vozíčkářů nebere objednávky na takovou přepravu a v Brně doporučují použití schodolezu.

Obrátili jsme se také na organizace, které určitou pomoc nabízejí, ale většinou se ukázalo, že jde o právní nebo zdravotní záležitosti, přičemž je zajišťují většinou ženy.

Z našich zkušeností vyplývá, že nebudeme moct přijímat objednávky na přepravu osob, které si sami nezajistí dopomoc při přemístění z bytu. A tak alespoň máme uzavřeno pojištění obecné odpovědnosti, abychom chránili případné dobrovolníky, kdyby se podařilo současnou situaci zvrátit.

Pokud by někdo věděl, jak skutečně podobné situace řešit, napište nám na e-mail: oov@seznam.cz nebo zavolejte na tel. 596 786 353.

Charitativní běhy Konta Bariéry vynesly 1,4 milionu korun na pomoc lidem s handicapem



Osmý ročník charitativních běhů Run and Help Konta Bariéry probíhal od dubna do konce června. Tisíce dospělých a dětí z celého Česka při něm mezi sebou vybraly 1,4 milionu korun. Peníze pomohou osmnáctileté Dáše, která potřebuje chytrou protézu nohy, a dalším sedmi lidem s handicapem. Run and Help je pro všechny, kteří se rádi hýbou a není jim lhostejný osud druhých. Každý si projekt navíc může upravit na míru – vybrat si místo, čas, sportovní aktivitu i výši startovního, která se rovná výši příspěvku na pomoc konkrétnímu člověku s handicapem.

KontaBariéry

Lucie Nekvasilová | Foto: archiv Konta Bariéry

„**K**onto Bariéry se letos rozhodlo pomoci Dáše, kterou připravila rakovina o levou nohu. Účastníci Run and Help si ale jako tradičně mohli vybrat i příjemce ze svého okolí – handicapovaného kamaráda, spolužáka nebo kolegu – a podpořit dobrovolným startovním právě jeho,“ vysvětlila ředitelka Konta Bariéry Božena Jirků.

Kromě Dáši se běhalo třeba pro Jáchymka, který potřebuje zaplatit rehabilitace, nebo pro Vojtíka na speciální ortézu.

Charitativní běhy Konta Bariéry se konaly po celé zemi od dubna do června a patronát nad nimi převzala tenistka a moderátorka Andrea Sestini Hlaváčková.

„Byla jsem nadšená, když mě nadace oslovila s možností stát se tváří letošního ročníku Run and Help. I když teď bydlím v Praze, bylo mi hned jasné, že chci běhat se Sportovním gymnáziem Plzeň, kde jsem studovala,“ řekla Andrea Sestini Hlaváčková. „Jsem hrdá, že i „moje škola“ pomohla Dáše k tolik potřebné protéze,“ dodává.

Do Run and Help se zapojily po celé republice desítky škol. Běhali ale třeba i zaměstnanci advokátní kanceláře a také stovky jednotlivců. Sportovalo se v parku, v lese, na fotbalových a atletických stadionech, na školních hřištích, v Bílině spojili charitu s výstupem na městskou vyhlídkovou věž. Dvakrát běžcům fandila i Dáša – v Praze na Základní škole Kuncova a v Babicích v Open Gate, kde jí na pomoc vyběhli i koně.



Sedmnáctiletá Dagmar se učí na kadeřnici a kosmetičku. Jejím koníčkem je také pečení. To je něco, co ji baví a čemu by se v životě chtěla věnovat. Stejně tak si dala za cíl naučit se jezdit na bruslích. K aktivnímu životu ale potřebuje bionickou protézu. V šesti letech totiž přišla kvůli rakovině o levou nohu.

„S novou protézou se mi otevírá úplně nový svět. Děkuji vám všem, kdo jste pro mě běželi,“ uzavírá handicapovaná studentka z jižních Čech. Jejím snem je naučit se bruslit. Odhodlání a vůle k tomu určitě má. Bionická protéza má lepší kolenní kloub, obecně je lépe uzpůsobená pro pohyb. Hodně štěstí, Dášo!

Od začátku prázdnin pomáhají dvě novinky v cestování bez bariér

V pátek 1. července odstartovaly dvě novinky v dopravní oblasti, které usnadní život lidem s handicapem. Lidé s invaliditou III. stupně mohou nově jezdit ve vlacích a autobusech po ČR se slevou 50 %. Také je již spuštěný on-line nový pomocník a inspirace pro obce – web [Česko bez bariér](http://cesko-bez-barier.cz). Na jednom místě zde každý zájemce najde všechny potřebné informace o poskytování státních příspěvků na bezbariérové chodníky, bezpečné cyklostezky nebo mimoúrovňové křížení komunikací.

Ministerstvo dopravy | Foto: archiv MD, a SFDI

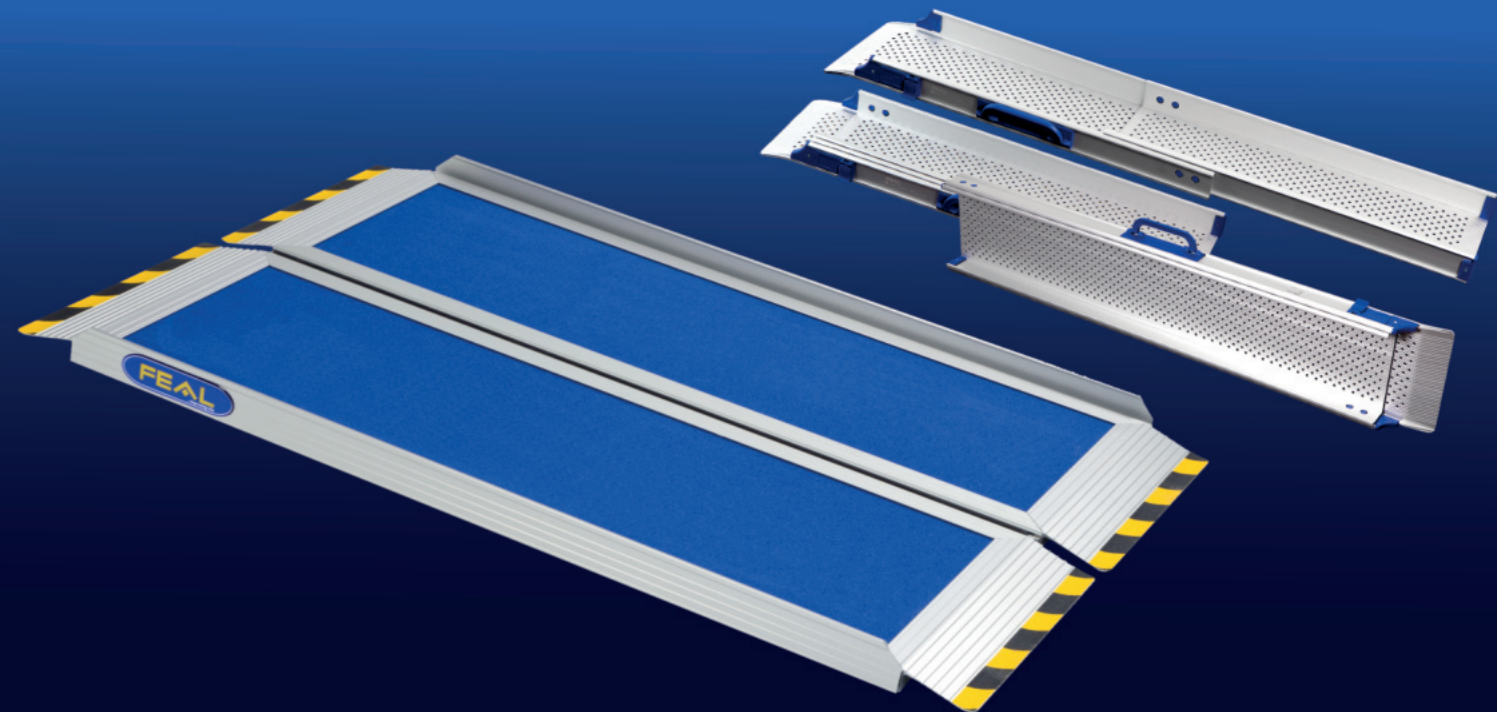
„Napravujeme dluh minulých vlád, která slevy na jízdném zavedla bez této skupiny osob. Je to jednoduché. Stačí mít QR kód vydaný Českou správou sociálního zabezpečení a při nákupu jízdenky zvolit příslušný tarif pro osoby invalidní ve třetím stupni,“ říká ministr dopravy Martin Kupka.

Slevu může využít cestující, který se prokáže průkazem totožnosti a platným potvrzením s QR kódem. Toto potvrzení je možné již od 27. června získat jednoduše elektronicky na ePortálu ČSSZ, případně se se žádostí o jeho vystavení může obrátit na příslušnou OSSZ nebo Pražskou správu sociálního zabezpečení a Městskou správu sociálního zabezpečení Brno. Na úřad může jít i zmocněnec. Pro držitele průkazu ZTP nebo ZTP/P se nic nemění, cestují nadále se slevou 75 % a není tak potřeba jakýkoli QR kód.

Prvním červencem se zároveň zpřístupnil projekt Česko bez bariér, který připravil Státní fond dopravní infrastruktury (SFDI).

„Žadatelé či zájemci o příspěvky na budování bezbariérových chodníků, bezpečných cyklostezek nebo mimoúrovňových křížení se nás v momentě přípravy svých projektů často ptají na různé věci spojené s možnostmi financování těchto akcí. Vyslyšeli jsme jejich přání a vytvořili tento rozcestník, kde najdou informace na jednom místě,“ představuje projekt ředitel SFDI Zbyněk Hořelica.

Na webu je k dispozici popis průběhu financování, vzorová žádost o poskytnutí příspěvku či přehled úspěšných projektů z různých oblastí. Nechybí ani užitečné statistiky k financování těchto staveb a kontakty.



NÁJEZDOVKY

NÁJEZDOVÉ RAMPY A LIŽINY

NEJVĚTŠÍ VÝBĚR NÁJEZDOVÝCH RAMP A LIŽIN PRO VOZÍČKÁŘE - TĚMĚŘ 80 TYPŮ

Pro držitele průkazu ZTP možnost čerpání příspěvku
ve výši minimálně 90 % z pořizovací ceny.

www.najezdovky.cz





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. Internetová poradna 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).

Milostivé léto aneb Šance zbavit se dluhů

Mgr. Kateřina Bulantová

Milostivé léto je období, ve kterém může dlužník splatit některé svoje dluhy za výhodnějších podmínek. **Milostivé léto pro rok 2022 bude probíhat od 1. 9. do 30. 11.** Milostivé léto nemohou využít dlužníci, kteří jsou v insolvenční (oddlužení).

Jaké dluhy a za jakých podmínek bude v rámci milostivého léta možné uhradit? Půjde o dluhy, které vznikly před 28. 11. 2021 a jsou v exekuci u samospráv, úřadů, státních fondů, škol, městských či státních a polostátních firem, zdravotních pojišťoven, Českého rozhlasu či České televize. Dlužník uhradí jen původní dlužnou částku a poplatek exekutorovi ve výši 1 815 Kč.

Milostivé léto se týká např. těchto dluhů:

- obec – nájemné v městských bytech, platby za svoz odpadu atd.,
- Český rozhlas, Česká televize – koncesionářské poplatky,
- zdravotní pojišťovny – neuhrazené zdravotní pojištění,
- dopravní podniky – pokuty za jízdu načerno,
- ČEZ – účty za elektřinu, plyn atd.,



- veřejné vysoké školy – poplatek za prodloužené studium.

Pokud máte dluh za energie (elektřina, plyn) např. u společnosti Innogy, nelze tento dluh uhradit za podmínek platných pro milostivé léto, protože Innogy je soukromá firma.

Jak postupovat?

1. Kontaktujte písemně exekutora, který danou exekuci spravuje, požádejte jej o vyčíslení aktuální dlužné částky a vystavení přehledu dluhů, na které se vztahuje milostivé léto, a informujte jej o tom, že chcete využít akci milostivé léto. Žádost exekutorovi o vyčíslení dlužné jistiny je třeba poslat do 15. listopadu, jinak není garantováno, že odpoví včas.
2. Uhradte exekutorem vyčíslenou částku a poplatek 1 815 Kč.

V případě, že jste již splatili celou původní dlužnou částku (a nyní tedy již splácíte pouze úroky a penále), zaplatíte pouze poplatek exekutorovi. Pokud jste splatili pouze část původní dlužné částky, doplatíte zbyvající část a poplatek.

Pokud si nejste jistit, komu dlužíte, nebo který exekutor vaši exekuci spravuje, můžete informace o exekuci zjistit např. v Centrální evidenci exekucí online (www.ceer.cz) nebo na kontaktních místech Czech POINTu (na městském či obecním úřadě, na poště).

Pokud potřebujete radu z dluhové oblasti, popř. pomoc s kontaktováním exekutora, můžete se obrátit i na dluhovou poradnu Ligy vozíčkářů: dluhova.poradna@ligavozic.cz, 601 382 934.

Registrujte se na 4. benefiční virtuální běh pro Ligu vozíčkářů

Liga vozíčkářů pomáhá lidem s fyzickým, kombinovaným a lehkým mentálním postižením. Ať jsi chodec, běžec, handicapovaný nebo cyklista, zapoj se do závodu a pomoz těm, kteří si sami často pomoci nedokážou. Výtěžek charitativního běhu bude použit na chráněné bydlení pro osoby s těžkým fyzickým a kombinovaným postižením.



Registruj se (odkaz přes obrázek níže), získáš startovní číslo s organizačními pokyny do e-mailu a svou aktivitu si jednoduše změř některou z vhodných aplikací nebo hodinkami.

Pokaždé nahraj výsledek a doplň příslušným screenem aktivity. Nedoporučujeme používat fitness náramky či krokoměry z důvodu nepřesnosti měření. **Sbírej kilometry od 10. do**

23. 10. 2022. Nastav si, kolik kilometrů je tvůj osobní cíl.

Kategorie: ZTP/P, běžec, chodec, cyklista, junior, canicross, dogtrek a týmová výzva pro firemní týmy/kluby/skupiny.

Součástí startovního není medaile. Namísto nákladů s výrobou a distribucí putujících penize na dobrou věc. Medaili je možné si doobjednat při registraci.

IV. benefiční VIRTUÁLNÍ BĚH



10. – 23. 10. 2022 odkudkoli – kamkoli



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

596 131 202 (st 11-12, bez záruky)

S foťákem „bezbariérovou“ Ostravou

Text a foto: Mirek Filipčík

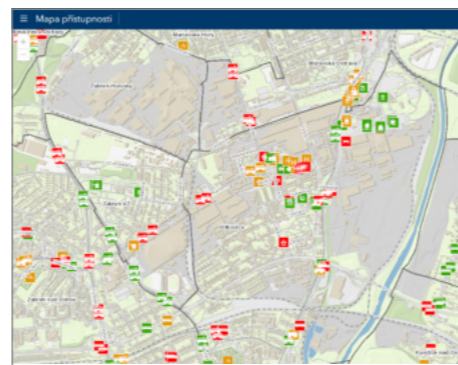
Nové objekty v Mapě přístupnosti města Ostravy

Text: Mirek Filipčík



Na webu Ostravské organizace vozíčkářů [Bez bariér](#) a [Mapě přístupnosti města Ostravy](#) přibývá zmapovaných objektů a nástupišť městské hromadné dopravy.

Mezi zmapovanými objekty byla zařazena další kategorie Parky, zahrady, zeleň.



Ze světa

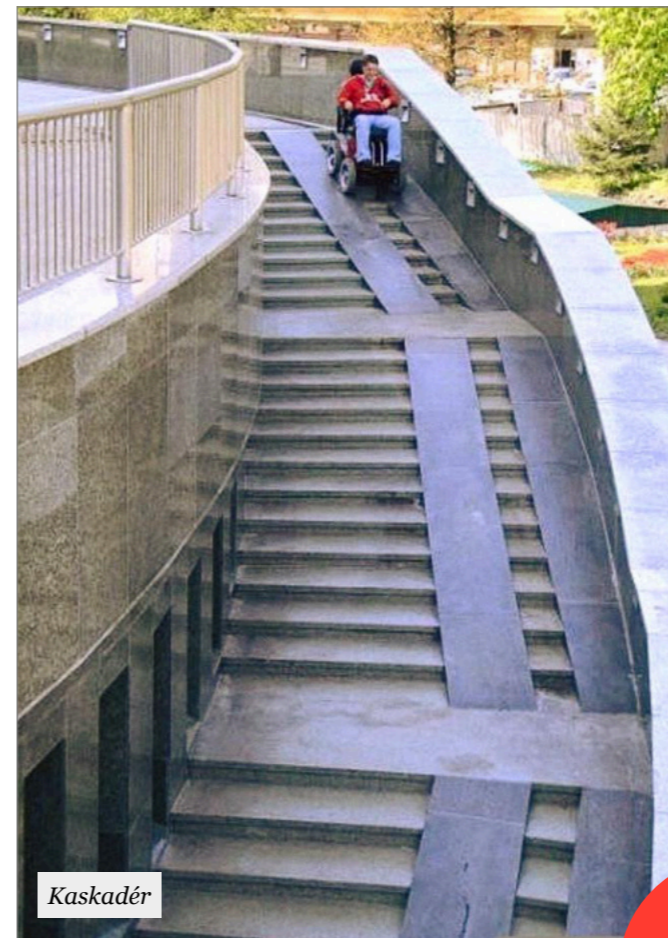
Text: Mirek Filipčík
 Foto: Facebook



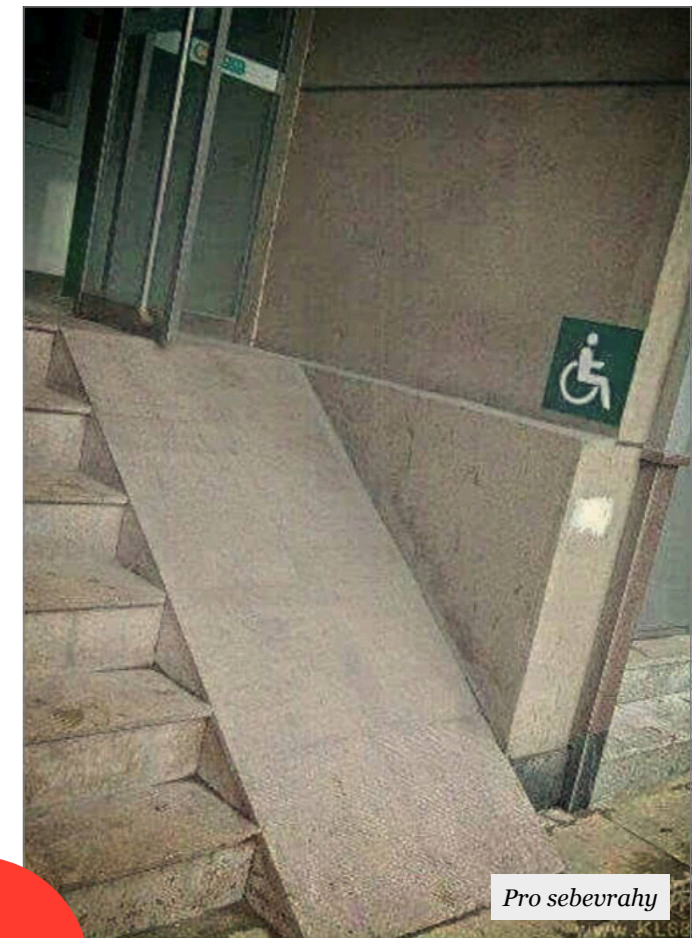
K této rádooby rampě s unikátním madlem není třeba žádný komentář...



Madlo pro Saxanu



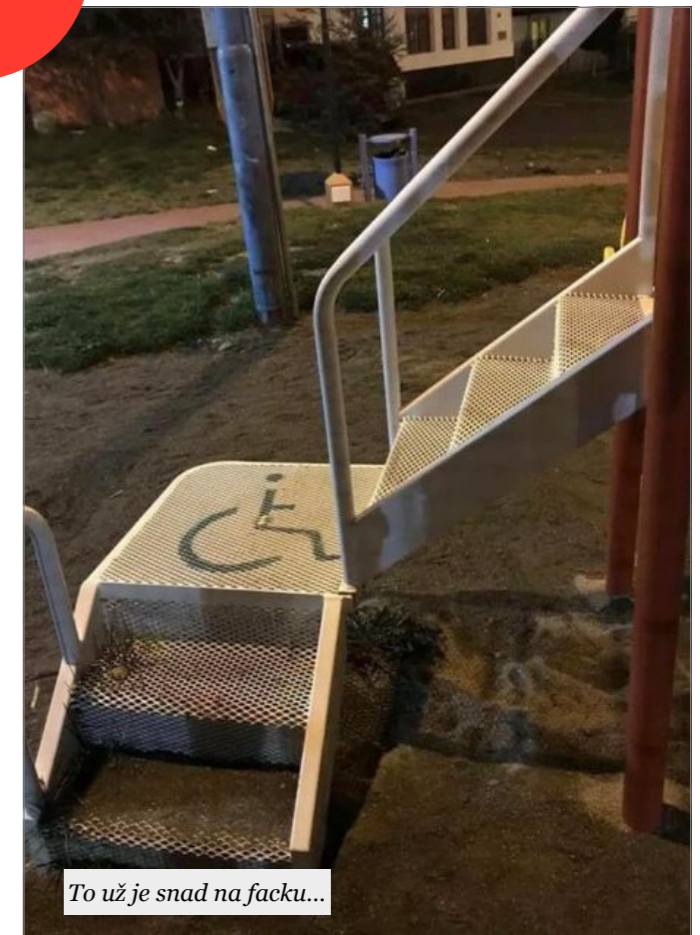
Kaskadér



Pro sebevrahy



To nás potěš!



To už je snad na facku...



Poradna NRZP ČR v Brně

Vy se ptáte

My odpovídáme

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

Mgr. Eliška Škrancová, Bc. Monika Trávníčková, Mgr. Martin Bořivoj Novosad | Foto: Pexels

Návštěva lékaře v pracovní době

Můj bratr je veden na úřadě práce jako můj ošetřovatel, ale má i zaměstnání. Jsem v určitých věcech samostatná, ale k lékaři potřebuji dovézt. Nyní se stalo, že když si byl pro propustku s tím, že potřebuje odejít z práce o hodinu dříve kvůli mé návštěvě lékaře, tak mu bylo sděleno, ať to udělá ve svém volnu. O to se oba snažíme, ale je to docela těžké, když určití lékaři mají ordinace hodiny dva dny v týdnu a v pátek skoro nikdo nepracuje. Jak to tedy je, opravdu lze navštívit lékaře jen ve volnu?

Návštěva lékaře v pracovní době je chápána jako jedna z překážek v práci na straně zaměstnance, které upravují § 191–199 zákona č. 262/2006 Sb., zákoníku práce. Návštěv lékaře a doprovodů jiné osoby k lékaři se týká konkrétně § 199 odst. 2, který odkazuje na nařízení vlády č. 590/2006 Sb., jímž se stanoví okruh a rozsah jiných důležitých osobních překážek v práci. Situaci vašeho bratra ošetřuje bod 8. Doprovod, ve kterém stojí:

„a) Pracovní volno k doprovodu rodinného příslušníka do zdravotnického zařízení k vyšetření nebo ošetření při náhlém onemocnění nebo úrazu a k předem stanovenému vyšetření, ošetření nebo léčení se poskytne jen jednomu z rodinných příslušníků na nezbytně nutnou dobu, nejvýše však na 1 den, byl-li doprovod nezbytný a uvedené úkony nebylo možno provést mimo pracovní dobu

1. s náhradou mzdy nebo platu, jde-li o doprovod manžela, druhá nebo dítěte, jakož i rodiče a prarodiče zaměstnance nebo jeho manžela; má-li zaměstnanec nárok na ošetřovné



z nemocenského pojištění, nepřísluší mu náhrada mzdy nebo platu,

2. bez náhrady mzdy nebo platu, jde-li o ostatní rodinné příslušníky.

Pro účely tohoto bodu se rodinnými příslušníky rozumí fyzické osoby uvedené v bodě 7.“

V bodě 7 jsou následně v různých stupních vyjmenovány tito rodinní příslušníci: manžel, druh, dítě, rodič, sourozenec, rodiče a sourozenci manžela, manžel dítěte, manžel sourozence, prarodič, vnuk a prarodič manžela.

Podle výše uvedených ustanovení máme za to, že váš bratr smí čerpat volno v zaměstnání, aby vás jako svého sourozence doprovodil k lékaři, a to na dobu nezbytně nutnou, maximálně však na 1 den, a to bez náhrady mzdy. Nárok na pracovní volno mu ale vzniká pouze v případě, že není možné vaši

návštěvu lékaře vyřešit jinak než jeho doprovodem (například využitím hrazených služeb osobní asistence či dopravy pro osoby se sníženou schopností pohybu a orientace).

Kdyby váš bratr potřeboval navštívit lékaře sám, vztahuje se na něj bod 1. stejné přílohy, která v takovém případě určuje pracovní volno na dobu nezbytně nutnou s náhradou mzdy v případě zdravotnických zařízení, která mají smlouvu se zdravotní pojišťovnou zaměstnance a jsou nejbližší bydliště nebo pracoviště zaměstnance (u zdravotnických zařízení, která jsou vzdálenější, je možné čerpat volno na dobu potřebnou pro ošetření, ale náhrada mzdy náleží zaměstnanci jen v té výši, která by odpovídala nejbližšímu zařízení, viz výše).

Zajištění péče o syna

Pečujeme s manželem o postiženého syna. Nyní mu bude již 16 let. Bohužel nemá sourozence. Péče o něj je každým rokem náročnější. Vůbec si ale nedovedu představit, že bychom ho v dospělosti někam umístili. Potřebujeme začít plánovat, jak ho zabezpečit, až nebudeme moct. Jedna varianta nás napadla – žít společně v domově důchodců, a až bychom nebyli, syn by tam dožil. Druhá možnost pak je ta, že bychom dožili v našem bytě, k synovi by docházeli pečovatelé a tam by po naší smrti i dožil. Zadržít svěřenský fond, na který by dohlíželi bratrance a sestřenice. Je to velice komplikované a smutné téma, ale musíme to časem řešit. Můžete nám poradit, jakou variantu spíše rodiče pro své děti volí? Poradíte nám nějakou pražskou instituci, která by nám v tom všem mohla pomoci?

Na začátku musím upozornit na to, že moje odpověď bude velmi obecná a pro podrobnější konzultaci je vhodnější využít osobní rozhovor. Z dotazu totiž není zřejmé, jaké zdravotní postižení má váš syn a jak moc ho limituje v péči o sebe, a to jak v rovině fyzické, tak ve schopnosti právně jednat, hospodařit s penězi atd.

Aby byl váš syn finančně zajištěn, je vhodné uvažovat o tom, že požádáte o invalidní důchod. Pokud syn dokončil povinnou školní docházku a již nepokračuje v dalším studiu, je možné požádat o invalidní důchod z mládí až od 18 let věku. Pokud syn dokončil povinnou školní docházku a nastoupil na jakýkoli druh dalšího vzdělávání, může o invalidní důchod požádat již v 16 letech, protože stačí jeden den studia a je splněna potřebná doba pojištění pro nárok na invalidní důchod od 16 let.

Žádost o invalidní důchod se podává na pobočce ČSSZ. Po podání žádosti následuje posouzení zdravotního stavu posudkovým lékařem, pro kterého bude vyplňovat podklady obvodní lékař, a proto je důležité, aby měl všechny kopie lékařských zpráv od odborných lékařů.

Pokud je zdravotní postižení vašeho syna natolik závažné, že mu brání vyřizovat své osobní záležitosti, je možné uvažovat o opatrovnictví či o omezení svéprávnosti. Proces vyřízení je zdoluhavý a trvá zpravidla více než rok.

Pokud uvažujete o zajištění péče formou společného bydlení v pobytové sociální službě, je třeba počítat s tím, že služby jsou koncipovány tak, že jsou určeny pro určitou cílovou skupinu, např. seniory, nikoli pro osoby se zdravotním postižením mladšího věku. Pokud taková služba existuje, informace vám o ní podá nejbližší po-



bočka Poradny NRZP ČR, protože lépe zná váš region. Osoby se zdravotním postižením obvykle využívají jiné pobytové služby než senioři.

Pro vyhledání vhodné sociální služby je možné využít také [registru poskytovatelů sociálních služeb](#), kde najdete vhodnou sociální službu pro syna, případně pro vás. Pokud by registr nebyl správným vodítkem pro hledání vhodné sociální služby, můžete danou záležitost konzultovat osobně v poradně NRZP, případně na sociálním odboru městské části nebo města.

S vytvořením svěřeneckého fondu pro správu majetku se prosím obraťte na komerční právníky, protože tato záležitost již nespádá do bezplatného odborného sociálního poradenství.

Ze zkušenosti mohu uvést, že pokud byste se rozhodli pro zajištění péče o syna formou pobytové nebo ambulantní sociální služby (např. denní nebo týdenní stacionář), je vhodné tuto změnu provést ve věku, kdy i dospělé děti bez postižení opouštějí společné bydlení se svými rodiči a vytváří si své zázemí. Jde zpravidla o věk do 25 až 30 let dítěte, protože tato adaptace je lépe přijímána jak osobou se zdravotním postižením, tak jeho rodiči.

Jak už jsem uvedla na začátku, váš dotaz je velmi obecný. Za vhodnější formu konzultace považuji osobní jednání přímo v poradně. Obráťte se proto na nejbližší poradnu NRZP, ve které pracuje i právník, a objednejte se k osobní konzultaci s ním i se sociálním pracovníkem. Jen tak získáte správné informace, jak postupovat.

Zohlednění zdravotního stavu při registraci u zubního lékaře

Mám dva dotazy. Měla by nová zubařka při registraci nových pacientů zohlednit můj zdravotní stav? A může mi s registrací pomoci vedení města, které zubařce poskytlo byt a ordinaci? Nyní žádnou zubařku nemám, bývalá odešla do důchodu.

Práva a povinnosti pojištěnce v souvislosti s poskytováním lékařské péče upravuje § 11 zákona č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění. Právo na zohlednění zdravotního stavu v souvislosti s registrací u lékaře zde uvedeno není, pouze bod f) ošetřuje právo na lékařskou péči související s léčbou vzácných onemocnění, což se ale netýká preventivní stomatologické péče.

Vzhledem k tomu, že nová zubní lékařka bude do vaší obce teprve nastupovat, můžeme vám doporučit, abyste se s ní zkontaktovala co nejdříve po otevření ordinace a možnosti registrace vyjednala přímo s ní.

Pokud byste při registraci u zubního lékaře neuspěla, můžete se obrátit na svou zdravotní pojišťovnu, která se musí řídit nařízením vlády č. 307/2012 o místní a časové dostupnosti zdravotních služeb. V příloze tohoto nařízení naleznete dojezdové doby pro ambulantní lékařskou péči. Případnou rozsáhlejší pomoc při zajištění registrace u lékaře si již určuje každá pojišťovna sama, je tedy třeba se obrátit na pracovníky pojišťovny,

u níž jste registrovaná. Podrobný popis, jak postupovat při vyhledání lékaře, poskytuje na svých webových stránkách [ministerstvo zdravotnictví](#). Případná pomoc s registrací ze strany vedení obce není nároková. Jako efektivnější se jeví jednání přímo s lékařem a případně se zdravotní pojišťovnou.

Znovunabytí invalidního důchodu

Obracím se na vás pro radu ohledně odebrání invalidního důchodu 1. stupně. Na základě lékařských zpráv mi byl přiznán, pak jsem žádala o vyplacení důchodu zpětně. Přišla mi odpověď, že mi byl invalidní důchod odebrán. Tedy na základě naprosto stejných lékařských zpráv (žádné nové zprávy jsem neměla a u lékaře jsem ani nebyla). Můj zdravotní stav se nijak nezlepšil – je trvalý a pouze se zhoršuje. Kdybych nežádala zpětně, invalidní důchod by mi byl ponechán min. do doby platnosti...

K tomu, abychom vám s vyřizováním invalidního důchodu mohli pomoci, máme málo informací a žádné podklady. Vzhledem ke specifčnosti vašeho požadavku doporučujeme, abyste se obrátila na svou nejbližší pobočku poradny NRZP ČR a objednala se na osobní konzultaci. Kontakty na jednotlivé poradny NRZP naleznete [zde](#).

Aby vám naši poradci mohli poradit, bude třeba, abyste si připravila následující dokumenty:

- posudek o invaliditě, na jehož základě vám byl původně invalidní důchod přiznán;
- lékařské zprávy, ze kterých posudkový lékař vycházel (jejich seznam naleznete v posudku);
- rozhodnutí o přiznání invalidního důchodu;
- dokumenty, ze kterých vyplývá, že vám byl následně invalidní důchod odebrán (předpokládáme, že došlo k novému posouzení vašeho zdravotního stavu v rámci námitkového řízení, půjde tedy pravděpodobně o posudek o invaliditě a následné rozhodnutí o odebrání/nepřiznání invalidního důchodu).

Z výše uvedených dokumentů bude patrné, jaký byl přesný důvod odebrání invalidního důchodu. Na základě toho vám potom může být poskytnuto poradenství pro případné napravení nastalé situace.

Jak získat bezbariérový byt

Již řadu let hledám vhodné bydlení do pronájmu, ale vše bez úspěchu. Momentálně již pátým rokem bydlím v obci, kde mi stále

říkají, že byty tohoto typu nemá a do budoucna ani mít nebude. Ani v přilehlém městě není možné podat žádost o bezbariérový byt, neboť podmínkou je pobyt v daném městě min. dva roky. Potom si žádost sice podat můžete, ale budete muset čekat, zda se nějak neuvolní. Situace v oblasti bezbariérového bydlení je dlouhodobě nepříznivá. Jelikož se můj zdravotní stav zhoršuje, ráda bych našla byt přizpůsobený pro pohyb na ortopedickém vozíku. Poradíte mi?

K detailnímu zodpovězení vašeho dotazu nemáme dostatečné množství informací, proto odpovídáme v obecné rovině. Doporučujeme vám proto, abyste se obrátila na nejbližší poradnu NRZP ČR a objednala se na osobní konzultaci.

Obecně máte tyto možnosti:

- vyhledat si komerční pronájem bezbariérového bytu – vyhledáte na běžných realitních portálech – je ovšem nutné počítat s vyšší finanční náročností tohoto typu bydlení;

- podat žádost o byt zvláštního určení (bezbariérový) – každé město má jiné podmínky pro přidělení těchto bytů, a proto doporučujeme sledovat internetové stránky městských úřadů, případně si informace zjistit telefonicky nebo si domluvit osobní konzultaci na příslušném městském úřadu;

- podat žádost o poskytování sociální služby k některé z neziskových organizací, které poskytují službu chráněného bydlení – organizace poskytují bydlení v samostatných bytových jednotkách tak, aby klientům umožnily maximální stupeň samostatnosti a udržení soukromí. Současně nabízejí pečovatelskou službu, kterou s klienti hradí podle ceníku dané organizace.

U bytů zvláštního určení a chráněného bydlení je třeba počítat s pořadníky a možností poměrně dlouhých čekacích lhůt na přidělení bytu, a to kvůli omezené kapacitě obou typů bydlení.



Co je a co není štěstí, jak je to se zdravím, kam se ztrácí čas, o tom, jak moudré je umět dávat, o obličejových svalech při úsměvu, o rozumu a vzteklém egu a o tom, co lidi posiluje



Růžena Mašková

Určitě znáte přísloví „Řekni mi, co čteš, já ti řeknu, kdo jsi“. Jenže ono to platí i v širším měřítku: řekni mi, co si přeješ, co chceš, co děláš – a já ti řeknu, kdo jsi. Přičemž ze všeho nejvíce si každý samozřejmě přeje být zdravý a šťastný. Mimochodem leckdo si zaměňuje množství peněz za štěstí, ale tak tomu opravdu není. To by totiž znamenalo, že šťastní jsou pouze majitelé tučných kont – ovšem právě ti mají obvykle nejvíce starostí a strachu, aby o peníze nepřišli.

A jak je to se zdravím? Vypadá to, že s ničím lidé neohrožují více než se svým zdravím. Samostatnými kapitoly jsou v tom stravování, drogování, psychické i fyzické konflikty, ovšem dnes už paradoxně i sport. Ráda se na sportovní utkání dívám, především kvůli radostným emocím v publiku, ale když jde o krkolomné výkony, kdy adrenalin je vybičován snad až za hranice možného a dochází k mrzačení lidí, to není nic pro mě. I naši vývojoví předchůdci, opice, se v tomto chovají rozumněji než my. Navíc když se podíváte na sportovní výkony kdysi, byla v nich elegance, zatímco dnes by se takový sportovec nedostal ani do nominace.

Ovšem to neustálé zvyšování lafky výkonnosti platí vlastně všude, nejen ve sportu. Vzpomněla jsem si na anekdotu, která snad už ani anekdotou není: Dědeček se ptá vnuka v manažerské funkci – proč pořád někde lítáš letadlem? Protože to šetří čas, zněla odpověď. Na to dědeček opáčil: A co s tím ušetřeným časem děláš? Na takovou otázku však už vnuk odpověděl

neněm... Kam se tedy ztrácí čas? Vždyť já pamatuji doby, kdy se pralo ručně, dralo se peří, všude se chodilo pěšky – a lidé k sobě měli blíž.

Požadavkem současné doby je tedy spěch, peníze a leckdy bohužel i násilí. Oproti tomu naši prapředkové dokázali bez internetu, raket a technických vymožeností (ale i bez obskurností) vybudovat chrámy a stavby v Egyptě, Mexiku i jinde, které obdivujeme. Někdy ani nechápeme, jak to dokázali. Takže jejich hodnoty přetrvávají tisíceletí – a co ty naše? Tím chci říci, že kdo chce být stále dokonalejší v získávání peněz a hmotných statků, nedokáže mít opravdovou radost. I Bible nás učí, že je moudřejší umět dávat a kdo dává, má stále dost, a ještě navíc s pocitem uspokojení, který se jinak získat nedá. Opačný pocit – zatížené svědomí z okrádání lidí – se také jinak získat nedá. Ovšem i když se jej člověk snaží ignorovat, nejen že ho neopustí, nýbrž roste. Což znamená, že štěstí a spokojenost má každý takzvaně ve svých rukách (ve skutečnosti ve svém srdci).

Začít můžeme třeba tím, co nás opravdu nic nestojí: úsměvem. Zatímco při úsměvu zapojíme dohromady okolo šestnácti svalů, při mračení je jich třeba čtyřicet tři. Pravda, někteří vědci to zpochybňují a tvrdí, že k vyjádření malého zdvořilostního úsměvu potřebujeme zapojit deset obličejových svalů, zatímco k drobnému zamračení nám jich stačí pouze šest. Faktem ale je, že mezi nejpoužívanější obličejové svaly patří ty, které slouží k úsměvu (nacházejí se na tvářích), a ty, díky nimž se můžeme mra-

čit (uprostřed čela). A víte co? Kdo by se s tím počítal? Zvlášť když usměvavý člověk je už na první pohled příjemnější a je mu lépe i v jeho vlastním nitru. Stejně tak dobré slovo téměř nic nestojí, ale má velký účinek. Pochopení a dodání naděje člověka zkrátka posiluje.

Pak tady máme lidi na opačném pólu. Například si naplánují turistický výlet a pořádná bouřka – což při současných výkyvech teplot je docela běžné – jim ho zhatí. A oni jsou otrávení a otravují všechny kolem sebe, místo aby měli radost z užitečného deště. Nebo jsou ještě „horší“ jedinci – neústupní a přemoudří, kteří se přímo programově chtějí hádat. Těm nevysvětlíte ani to, že v hádce se nikdy nic nevyřešilo a nevyřeší. Že nemá smysl zapojovat emoce a zvýšený tlak tam, kde by se mělo více mlčet a myslet, kde by měl být zapojen rozum, a ne vzteklé ego.

Neucta k lidem pak jde zároveň ruku v ruce s neuctou k přírodě. Proto se (zejména zbohatlíci) snaží svou přemoudřelostí a vychytralostí zasahovat do běhu přírody a dělají tak mnohem více škody než užítku. Výsledkem je třeba kácení lesů na obrovských plochách, tuny plastů v mořích, ale i velhory zaneřáděné lidskými odpadky nebo ničení atmosféry Země těmi, kteří se nechávají za miliony vystřelit na chvíli do vesmíru.

Ale jak už jsem řekla, dobré slovo a naděje lidí posiluje, proto skončím optimisticky:

Přeji všem, aby si užívali štěstí a krásu, kterou mají k dispozici ve svém okolí stejně jako v sobě.

V AUTOKLÍČÍCH vyrobíme klíče, které vás nenechají na holičkách



Klíče jsou jedním z nejčastěji hledaných či zapomenutých předmětů. Většina lidí včetně osob s postižením potřebuje k bezproblémovému životu více klíčů. V kapsách je možné nalézt klíče od vašeho domu nebo bytu, od vchodu do zaměstnání či kanceláře a také je třeba myslet na klíče od vašeho nebo služebního vozu. Už jste přemýšleli, jak byste se zachovali v situaci, když ztratíte svůj klíč? Máme pro vás řešení! Nechte si vyrobit náhradní klíč v našich provozovnách.

Mgr. Vladislav Ryška



Naši nejnovější pobočku najdete na Praze 9 v Libni v ulici Českomoravská č. 809/9. Prodejna je otevřena od pondělí do pátku v čase 9–17 hodin. Prodejnu můžete kontaktovat na telefonním čísle 605 812 171. Nový klíč vám mohou naši zaměstnanci přivést až domů (pouze v Praze). Tato prodejna není bezbariérově přístupná.

Budeme rádi, pokud nás budete před návštěvou našich prodejen kontaktovat přes [formulář](#) na našich

internetových stránkách nebo prostřednictvím dotazu na [facebookových stránkách](#) AUTOKLÍČE. Naši zaměstnanci vám potvrdí, že jsme schopni vyrobit klíče právě k vašemu vozu a případně si s vámi smluví schůzku na určitou dobu.

Pokud nás předem nekontaktujete, nevádí. Vystavujete se ovšem riziku, že před vámi budou obsluhováni jiní zákazníci, takže budete muset čekat.

Těšíme se na vás!

borníci v prodejnách AUTOKLÍČE – tým tvoří také osoby s postižením – jsou schopni vyrobit náhradní klíče téměř ke všem automobilům a motocyklům a při své práci používají špičkovou technologii. Mohou tak připravit i autoklíče s čipy. Vyrábí například autoklíče k vozům Škoda, Volkswagen, Ford, Hyundai nebo Citroën. Kompletní seznam značek najdete na našich [internetových stránkách](#).

Naši specialisté umí vyrobit nejen klíče k automobilům, ale také ke schránkám nebo domovním dveřím. Výroba klíčů v prodejnách AUTOKLÍČE má tradici již přes 30 let, přičemž všechny prodejny se nacházejí v Praze. Nejstarší prodejnu jsme nedávno přestěhovali z prodejny Tesco Extra Praha Zličín do nové unimobuňky na parkovišti Homeparku Zličín. Provozovna je otevřena od pondělí do pátku, a to od 9 do 18 hodin. Pracovníky zde můžete kontaktovat na telefonním čísle 602 259 434.

Druhou prodejnu AUTOKLÍČE naleznete v srdci našeho hlavního města – v obchodním domě KOTVA. Provozovna má otevřeno od pondělí do neděle, a sice od 9 do 20 hodin. Také zde vám naši profesionálové mohou odpovědět na jakýkoli relevantní dotaz, když zavoláte na telefonní číslo 224 801 481. Obě provozovny jsou bezbariérové.

Balíček opatření na podporu zdravotně znevýhodněných: Navýší se příspěvek na mobilitu nebo při nákladných dietách

Ministerstvo práce a sociálních věcí připravuje balíček opatření na podporu zdravotně znevýhodněných. Záměrem je sestavit zacílenou pomoc, ale zároveň nezasáhnout pouze několik úzce vymezených skupin. Změny reagují zejména na stávající inflaci a zdražování energií. Součástí balíčku je například zvýšení příspěvku na mobilitu, příspěvku na zaměstnávání OZP nebo úprava příspěvku na zvláštní pomůcky. Cílem je, aby uvedené změny byly účinné co nejdříve.

„Zdravotně znevýhodněné osoby jsou jednou ze skupin, které jsou růstem cen nejvíce ohroženy. Ve většině případů jsou odkázány na finanční prostředky, na něž mají nárok v rámci systému sociální pomoci. Proto jsme se zaměřili také na ně,“ vysvětlil ministr práce a sociálních věcí Marian Jurečka.

Zvýšení příspěvku na mobilitu pro osoby se zdravotním znevýhodněním

V souvislosti s růstem cen pohonných hmot se zvýší i příspěvek na mobilitu, který v současné době činí 550 Kč měsíčně a pobírá ho přibližně 260 tisíc osob. Nově vzroste o 350 Kč na 900 Kč.

Příspěvek na podporu zaměstnávání OZP

Na chráněném trhu práce je v současné době zhruba 65 tisíc OZP. Jejich počet průběžně roste. Vláda se zavázala aktivně začleňovat OZP do společnosti a na pracovní trh. Aktuálně je maximální výše příspěvku pro zaměstnavatele na každou zaměstnanou OZP 14 600 Kč/měsíc, přičemž by se se zpětnou platností od 1. července měla zvýšit o 600 Kč měsíčně.

Příspěvek na zvláštní pomůcku: zdvihací/zvedací plošiny

Ceny plošin rostou vlivem inflace, specificky na ně dopadá růst cen energií, kontejnerové dopravy i nedostatek některých surovin. Maximální výše příspěvku je v případě plošin 400 tisíc Kč. Navýšení maximální výše příspěvku na pořízení svislé zdvihací nebo šikmé zvedací plošiny pomůže v domácí péči a umožní setrvat v ní v co nejvíce pří-

Dieta	Příspěvek na živobytí se zvyšuje o (v Kč/měs.)	Valorizace částek na dietní stravování (v Kč/měs.)
nizkobílkovinná	1380	1511
při dialýze	1000	1095
nizkocholesterolová při hypercholesterolemii nebo hyperlipoproteinemii	1050	1150
diabetická	1130	1238
při onemocnění fenylketonurií	2220	2431
při onemocnění celiakií	2800	3066
při osteoporóze, pokud celotělová kostní densita poklesla o více než o 25 %, tj. T-skóre je horší než 2,5	1090	1194
při laktóзовé intoleranci	1070	1172
v těhotenství a při kojení do 1 roku věku dítěte	1100	1205

padech a co nejdéle. Jako adekvátní považuje vláda zvýšení maximální výše příspěvku v případě plošin o 100 tisíc Kč. V České republice je tento příspěvek přiznáván zhruba 350 osobám ročně.

Podpora pacientů závislých na plicních ventilátorech

Několik stovek pacientů, kteří jsou v domácí péči trvale odkázáni na podporu dýchání pomocí plicních ventilátorů, bude mít v souvislosti se zvýšenými náklady na energie nově možnost zažádat o dávku mimořádné okamžité pomoci, a to opakovaně.

Podpora rodičů při úmrtí miminka

Perinatální ztráta (od 22. týdne těhotenství, případně krátce po narození) citelně zasáhne oba rodiče. Toto trauma často způsobí sebedestruktivní jednání či rozpad rodin. Proto je vhodné rodičům poskytnout čas pro zpracování skutečnosti o úmrtí miminka. Dnes mohou v této situaci čerpat dovolenou pouze matky. Dostatečná přítomnost druhého rodiče v procesu vyrovnání se s bolestnou ztrátou je však důležitou pomocí při potřebě vypořádat se s úmrtím dítěte. Tomu by mělo napomoci rozšíření dosavadní úpravy práva otců na dávku otcovské poporodní péče (tzv. otcovská) i v těchto bolestných případech. Po dobu pobírání otcovské bude příslušet zaměstnancům otcovská dovolená.

Podpora osob s nákladnou dietou

U příspěvku na živobytí již existuje samostatná úprava, která umožňuje zvýšení přiznané částky příspěvku na živobytí osoby z důvodu nákladného dietního stravování, a to každý měsíc.

Nárok na zvýšenou částku příspěvku na živobytí, která se ovšem nezvyšovala od roku 2012, vzniká na základě doporučení příslušného odborného lékaře. Z důvodu výrazného nárůstu cen se budou částky jednorázově valorizovat o 9,5 procenta od letošního října.



POPTÁVEJTE, PRODÁVEJTE

Soukromou inzerci vám můžeme vložit také na web VOZKY www.vozka.org.
Kontaktujte redakci: dzido.petr@vozka.org nebo sefredaktor@vozka.org

Praktické rady i komplexní informace pečujícím o blízkou osobu poskytuje nový portál PEČUJISLASKOU.CZ

HARTMANN – RICO spustila nový webový portál určený pro všechny, kdo pečují o blízkou osobu. Na webu Pecujislaskou.cz je možné najít ucelené informace o možnostech péče, výpomoci, finanční podpoře nebo dostupných zdravotních pomůckách.

Ty je zde možné přímo nakoupit, včetně uplatnění poukazu zdravotní pojišťovny. Nechybí ani praktické rady, mimo jiné i o tom, jak zabezpečit a zpříjemnit poslední dny života.

Pecujislaskou.cz je novým českým portálem, který se zaměřuje na individuální péči o blízké osoby v plném rozsahu všech činností a témat.

„Podobný portál dosud na českém internetu chyběl. Lidé, kteří pečují o nemocné, postižené nebo seniorní členy své rodiny, mají teď díky našemu webu možnost najít potřebné informace na jednom místě,“ říká garant projektu Jan Cívín, Governmental Affairs Manager v HARTMANN – RICO.




každé pondělí 8-16 hod. servis vozíků

V SÍDLI CZEPA, DYGRYNOVA 816/8, PRAHA 14 - ČERNÝ MOST

Ultina

Skvělá zpráva pro pacienty se spinální svalovou atrofií: Lék SPINRAZA bude nově hrazen ze zdravotního pojištění

Jde o výsledek historicky prvního zasedání Poradního orgánu ministra zdravotnictví pro úhradu léčiv určených k léčbě vzácných onemocnění, jehož členy jsou zástupci státu, zdravotních pojišťoven, odborných společností a patientských organizací. Ministr zdravotnictví vydal závazné stanovisko pro Státní ústav pro kontrolu léčiv (SÚKL), který následně vydá definitivní rozhodnutí.

V tomto prvním případě se jednalo o posouzení inovativní kauzální léčby pacientům se spinální svalovou atrofií, které přináší zlepšení kvality života a zásadně doplňuje současnou multiborovou symptomatickou péči, která je pro pacienty a jejich rodiny/pečovatele extrémně náročná.

SPINRAZA s léčivou látkou nusinersen je aktuálně jedním ze tří v EU registrovaných kauzálních léčivých přípravků pro diagnózu spinální svalové atrofie.

„Nejenom z pozice ministra zdravotnictví, ale rovněž z pozice lékaře, který se s pacienty se vzácnými onemocněními setkává ve své praxi, skutečně vítám závěry poradního orgánu, neboť dojde k systémové změně s významným dopadem na kvalitu života pacientů i jejich rodin. Doufám, že na toto první projednání naváží projednání dalších žádostí, a bude tak umožněno, bude-li přínos stejně prokazatelný, jako tomu je u SPINRAZY, poskytnout účinnou léčbu osobám se vzácným onemocněním včas a v potřebném rozsahu bez zátěže individuálních jednání o úhradě mezi pacienty a zdravotními pojišťovnami,“ uvedl u příležitosti vydání závazného stanoviska ministr zdravotnictví Vlastimil Válek.

Závazné stanovisko je zveřejněno na Portálu poradních orgánů a pracovních skupin Ministerstva zdravotnictví.

Realizaci projektu VOZKA podporuje

OSTRAVA!!!

PRODEJ

Prodám motomed – starší, ale málo používaný. Cena 20 000 Kč. Kontakt: 732 718 857.

Prodám zánovní, jen málo použitou antidekubitní nafukovací čtyřkomorovou podložku ROHO na vozík. Pořízena za hotové 15. 7. 2022 jako druhá k užívání. (Prodávám z důvodů nesouvisejících s funkcí podložky.) Podložka s 8 x 9 buňkami, jedním nafukovacím ventilem a jedním rozváděcím ventilem umožňuje individuální nastavení výšky, resp. tlaku v jednotlivých komorách, např. jednu stranu výše pro korekci vybočené páteře. Jako gumovou ji lze snadno čistit. Šířka x hloubka x výška = 40 x 43 x 5 cm. Součástí je prodyšný pružný potah, foukací pumpička, lepicí náplast pro případné dírky, návod, faktura. Kupní cena 7 637 Kč, prodejní 5 000 Kč. Více o podložce zde.

Kontakt: dzidopetr@volny.cz, tel. 596 783 174 (od 11 do 16 h), Ostrava.



KOUPĚ

Poptávám větší auto, které je vhodné k přepravě vozíčkářů (nejlépe dodávku). O auto mám zájem z důvodu zhoršeného zdravotního stavu. Současně jsem ve špatné finanční situaci a levná koupě by mi moc pomohla. Kontakt: Marie Šýkrová, Jívavská 65, Sternberk 785 01, sykorovamarie118@seznam.cz.

THE ATLANTIC: ANO, SOCIÁLNÍ SÍŤ PODRÝVAJÍ DEMOKRACII | PROFILY STAROSTŮ A PRIMÁTORŮ, KTERÍ OPAKOVANĚ VYHRÁVAJÍ VOLBY

NVOTOVÁ A GROŠAN: REŽISÉRKY DOBÝVAJÍ SVĚT

RESPEKT⁴⁰

VÍME, JAK ČELIT PUTINOVÍ

Rozhovor s estonskou premiérkou Kajou Kallas o životě na hranici s nepřítelem a strategii „sami nikdy více“

NRZP ČR uzavřela s časopisem Respekt smlouvu o spolupráci

Časopis Respekt bude uveřejňovat důležité informace týkající se problematiky zdravotního postižení a bude uveřejňovat informace o činnosti NRZP ČR. Jako protihodnotu NRZP ČR poskytne informace o časopisu a zároveň informaci o tom, že časopis Respekt poskytuje velkou slevu pro držitele průkazu TP, ZTP a ZTP/P, která činí 30 %. Časopis Respekt tuto dohodu nabídl s tím, že usiluje o to, aby informace, které poskytuje, byly k dispozici co největšímu počtu čtenářů. Pokud byste měli zájem objednat si předplatné časopisu s uvedenou 30 % slevou, můžete tak učinit prostřednictvím tohoto odkazu. Samozřejmě, že je nezbytné, abyste zároveň prokázali, že jste držiteli jednoho z výše uvedených průkazů. Časopis Respekt je týdeník.

Pokud byste si nevěděli rady, obraťte se na adresu predplatne@respekt.cz nebo +420 217 777 888 (každý pracovní den od 7.30 do 17.00, mimo pracovní dobu je k dispozici záznamník).

BUBRÍK AAAIII
3-9.10.2022 | 150 Kč
SK2406/05.30.07/BE420 C
FOTO: MATEJ STRANÝ
40
7 0862 165400 1



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

www.HURT-e.CZ

HURT s. r. o.

Bambousek 664

281 26 Týnec nad Labem

Česká republika

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

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

www.facebook.com/rucniovladani

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

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