



PŘEHLED:
Stavěcí vozíky

VZTAHY, SEXUALITA:
Jsme ženy a muži na vozíku

JE ČAS VYRAZIT:
Tipy na výletní místa

RADY, INSPIRACE A MOTIVACE

2/2013



VOZKA



14. června 2013

MAGAZÍN O ŽIVOTĚ A PRO ŽIVOT NA VOZÍKU

Ročník XVI.



P. Zahradník: Oběti škrtů potřebují péči bez ohledu na ekonomiku – str. 12

Jedličkův ústav pomáhá již 100 let

Přesně před sto lety, v roce 1913, založil pražský chirurg Rudolf Jedlička na Vyšehradě ústav pro postižené děti. Vůbec poprvé zde mohly dostat ucelenou péči, tedy školu, lékaře, ale i bydlení. To, čím se ústav odlišoval, byl důraz na rehabilitaci a na další začlenění, rekvalifikaci a vzdělávání. O to samé usiluje i dnes.

Začínalo se s deseti dětmi. Novátorské metody přidusil komunismus a jeho snaha izolovat lidi s handicapem od těch zdravých. Chovanci neměli být příliš na očích, a proto trávili většinu času v ústavu. Doslova na jedné chodbě.

„Postižené režim odsouval někam stranou, udělal z těchto zařízení odkladiště, ghetta, která si tu image nesou dodnes,“ říká mluvčí Jedličkova ústav Radek Musílek. Dnes se ústav s přízviskem „Jedle“ sídlící na stejném místě jako

v době svého založení snaží navázat na kořeny z minulého století. Zároveň ale vzhlíží ke „krutě moderním“ metodám jednadvacátého století.

Velká komunita

Jedličkův ústav dnes zahrnuje mateřskou, základní a několik typů středních škol. Dohromady je navštěvuje zhruba 200 dětí po dětské mozkové obrně nebo úrazech. K dispozici mají rehabilitační péči i ubytování. Třídy ve školách tvoří jen 4–10 dětí, kterým se věnuje učitel a jeho asistent. Kolem samotného zařízení vznikla poměrně velká komunita a také další neziskové organizace jako třeba **Nadace Jedličkova ústavu, Sportovní klub, kapela The Tap Tap nebo občanské sdružení Asistence**. Již dvacet let je zde ředitelem Jan Pičman. Za



Rudolf Jedlička s dětmi. Dříve zde byly děti rachitické nebo bez končetiny

Foto: Archív Jedličkova ústavu

jeho vedení vznikla řada úspěšných projektů a zařízení se také začalo přestavovat.

„Nutíme žáky připravit se na to, aby se byli schopni vrátit zpět do běžného prostředí, a připravujeme je na to, že řada z nich by si mohla najít práci,“ popsal současnou činnost ústavu jeho ředitel s tím, že je to práce složitá a hodně individuální.

Pokračování na str. 14



Jak se závodí na šikmé ploše? Těžko...

Metru jako stříbrných křepelek: 333 a k tomu ještě dvanáct metrů převýšení, to jsou hlavní parametry vozíčkářského závodu Na šikmé ploše. Akce se konala v prostorách brněnské Střední školy F. D. Roosevelta pro tělesně postižené již počtvrté. „Myslíme si, že je to dobrý nápad, jak si zpestřit život ve škole,“ popisuje hlavní organizátor závodu Michal Ptáček.

Závodilo se ve třech kategoriích – jízda na mechanickém vozíku, jízda na elektrickém vozíku a běh tříčlenných družstev se skákačím míčem. Pustit se na rampu bez předchozích zkušeností však vyžaduje jistou dávku odvahy. Našlo se přes čtyřicet srdnatých sportovců, deset z nich absolvovalo výjezd do čtvrtého patra.

(di)

Úpravy aut pro invalidy



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

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



IROA-HDC s.r.o.

Lodžská 808,
181 00 Praha 8
Telefon: 233 552 309, 283 852 945
e-mail: iroa@volny.cz
internet: www.iroa.cz



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



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

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

www.jpservis.eu

+420 606 613 239

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



Jan Píbal - JP SERVIS, Na Městečku 137, Štěrkeň, 387 51,
provoz: +420 383 393 249, mobil: +420 606 613 239, url: www.jpservis.eu, e-mail: info@jpservis.eu
Oficiální partner zajišťující přestavby vozů pro program OPEL HANDYCARS

 OPEL
HANDYCARS OPEL HANDYCARS
www.opel-handycars.cz



Letem světem

Jste zaměstnatelní?

Zájemci o otestování svých schopností v oblasti infotechnologií, které jsou často klíčové při hledání zaměstnání, mohou v rámci mezinárodní kampaně „Get Online Week 2013“ podstoupit test v české verzi na internetové adrese www.getonline.cz. Je zde zpřístupněn srozumitelný test Skillage, v němž se po zodpovězení jednotlivých otázek rovnou dozvíte správné odpovědi.

Nová stipendia studentům s handicapem

Fond vzdělání, společný projekt ČSOB a Výboru dobré vůle – Nadace Olgy Havlové, od roku 1995 podpořil již více než 850 mladých lidí. Také letos poradní sbor Fondu vzdělání udělil pravidelné stipendium dalším šesti studentům se zdravotním a sociálním handicapem, kteří by si studium bez finanční pomoci nemohli dovolit.

Fond vzdělání v roce 2013 stipendiem podpoří celkem 64 studujících na středních a vysokých školách. Nově byli mezi stipendisty zařazeni dva studenti se zdravotním postižením, tři se sociálním handicapem a jeden student žijící v dětském domově.

MPSV nabízí informace i na sociálních sítích

Jako jeden z prvních resortů spustilo svůj oficiální facebookový profil s logem MPSV a komunikovat s lidmi chce také prostřednictvím sítě Twitter. Ministerstvo věří ve zlepšení komunikace s lidmi včetně těch mladších.

Např. Twitter má za cíl prostřednictvím tzv. tweetů informovat o novinkách, které resort připravuje, a glosovat nejnovejší kroky ministerstva a jeho organizací v sociálních otázkách. Každý tak bude mít nově možnost dostávat informace rychle a jednoduše do svého mobilu nebo laptopu.

Liga vozíčkářů má nové stránky

Jsou na nich informace o službách Ligy, ale i videa, vtipy, příběhy slavných osobností na vozíku, publikace ke stažení, facebookový kanál a mnoho dalšího. Sa-

mozřejmostí je internetová poradna a nabídka služeb na pobočkách Ligy v deseti městech Jihomoravského kraje a kraje Vysočina. Adresa zůstala stejná: www.ligavozic.cz.

Důchodci a lidé s postižením ušetří v lékárně i lázních

Díky nové slevové kartě mohou levněji nakupovat v některých lékárnách a získají třeba i slevy ve vybraných lázních, hotelích, nemocnicích nebo u kadeřníka či maséra. Po letních prázdninách by se projekt takzvané **Senior slevenky** měl rozšířit i do dalších částí republiky. Dvašedesátiletému Milanu Fabiánovi se podařilo splnit slib, se kterým před dvěma lety spoluzakládal Radu seniorů Moravskoslezského kraje, v jejímž čele nyní stojí.

„Za pouhou stokorunu nabídneme lidem Senior slevenku, díky níž získají slevy ve výši od 5 do 50 procent na nejručnější aktivity a služby,“ říká Milan Fabián. Zatím se do projektu zapojilo jen asi 60 firem, v brzké době by jich mělo být okolo sto. Podle koordinátora projektu Ivana Sekaniny si už na konci května budou moci Senior slevenku pořídit Ostravané starší 55 let a těžce tělesně postižení.



K dostání bude v Ostravě na několika místech, od června pak začne její prodej i v Opavě, Hlučíně, Karvině, Bohumíně, Kopřivnici či Frýdlantu nad Ostravicí. Postupně budou karty k dispozici v klubech seniorů nebo informačních centrech dalších měst.

Cyklobusy svezou i vozíčkáře

V nejvyšších českých horách, Krkonoších, usnadní cyklovýlety letos celkem šest linek. Do prázdnin budou jezdit o víkendech, v červenci a srpnu každý den a v září pak ve čtvrtek, o svátcích a víkendech. Naposledy cyklobusy vyjedou 29. září. Nejčastěji lidé využívají linky k cestě na hřeben Krkonoš, dvě linky končí na Pomezních boudách a dalším častým cílem je Špindlerova bouda.

Milovníci cykloturistiky se letos mohou těšit i na některé novinky. Například na linku z Hradce Králové přes Hořice, Kuks, Dvůr Králové nad Labem, Hostinné a Vrchlabí. Bude jezdit ale jen o prázdninách ve čtvrtek a v sobotu. Jde o nízkopodlažní autobus, který svezou i vozíčkáře a bez problémů i kočárky. Ve Vrchlabí linka navazuje na další linky, které pokračují na hřeben Krkonoš.

V cyklobusech se platí obdobné jízdné jako na běžných autobusových linkách. Další informace na <http://krkono-se.eu/cyklobusy.php?lang=1>.

(bf)

Obsah čísla

ZPRAVODAJSTVÍ	1–7
SOCIÁLNÍ SLUŽBY	8–15
VZDĚLÁVÁNÍ	16–19
ZAMĚSTNÁVÁNÍ	16–19
ZDRAVOTECHNIKA	19–22
BYDLENÍ	23
ZDRAVOTNICTVÍ	24–28
KULTURA	29–35
SPORT	36–38
CESTOVÁNÍ	38–43
TEST BEZBARIÉROVOSTI	44–46
DOPRAVA	47
LIDÉ, VZTAHY	48–56
LITERÁRNÍ DÍLNA	50
PORADNA	57–61
VOLNÝ ČAS	62–65
INZERCE, VZKAZY, TIRÁŽ	66

EDITORIAL	4
NAPSALI JSTE NÁM	7
ROZHOVORY	9, 12, 47
NOVÉ KNIHY	18
SEXUALITA	51–56
VAŘÍ REDAKCE	62–63
KVÍZ	64

Přílohy

BAREVNÁ REKLAMNÍ PŘÍLOHA
VLOŽENÝ REKLAMNÍ LETÁK

Osobnosti

Václav Vojta, Prof. MUDr. (12. 7. – 12. 9. 2000). Český lékař se specializací na dětskou neurologii. Vyvinul terapii reflexní lokomoce (Vojtova metoda), s jejíž pomocí je možné vracet (směřovat) do funkce svaly, které člověk při svém pohybu nedokáže vědomě používat. Metoda využívá vrozeného pohybového programu CNS, který je při poruše funkce blokován. Aktivace se provádí v modelech reflexní otáčení a reflexní plazení, drážděním spouštěvých zón. S léčbou pohybového systému se může začít již v novorozeneckém období. Jeho velká důvěra v lásku matky k dítěti mu dovolila svěřit vysoce odbornou péči do rukou rodičů. Dnes se kurzy Vojtovy metody konají v mnoha zemích po celém světě.

Z myšlenek moudrých

Stárnutí je otrava, ale je to jediný způsob, jak se dožít vysokého věku.

G. B. Shaw

Editorial

Jsem prý divná...



Lidé si hodně stěžují. Na to, že něco nemohou sehnat, na to, že v obchodech je plno nekvalitního zboží, na to, že úřednice je neochotná, že se prodavačka mračí, stěžují si na politiku, na policii... Ptám se jich: „A říkáte jim, co se vám nelíbí? Dáváte zpětnou vazbu?“ Málokdo. Je přece jasné, že pokud nebudeme sdělovat, co se nám nelíbí, pak si ta druhá strana může myslet, že je vše OK. Jsou příkladem – nejsem-li spokojená či připadá-li mi, že něco není v pořádku – říkám to. Mám snahu tak činit laskavě, leč

upřímně. Hm, bohužel, lidé na mou reflexi většinou nereagují dobře. S občasnou výjimkou profesionálů, např. psychologů, kteří jsou roky školeni v dávání a přijímání zpětnovazebních signálů.

Např. jsem ondyno sdělila policistovi, že nesprávně zaparkoval služební vůz na vodorovné značce vozíčkáře. Nešlo přitom o žádný urgentní zásah, šli si s kolegou vyzvednout peníze do bankomatu. Asi vám čtenářům došlo, že na poděkování jsem čekala marně.

Nebo jsem při vyřizování na úřadě sdělila paní na příslušném oddělení, že nerozumím obsahu sdělení, a ta milá žena mi stejnými slovy, leč o 100 % hlasitěji zopakovala totéž. Upozornila jsem ji na skutečnost, že nerozumět neznamená neslyšet, a zda by mi mohla říci, jak mám postupovat jinými slovy, ale v původní hlasitosti. Rovněž jsem se nesetkala s pochopením. A už vůbec ne, když jsem úřednici upozornila, že chce-li po mě iniciály, že jí sděluji požadované, když říkám „B. F.“. A pokud chce nacionálně – to už je jiná. Dozvěděla jsem se, že jsem divná...

Ráda čtu obecní a městské zpravodaje. A hle, není to tak dávné, když mi padla do oka zpráva o akci v jisté mateřské školce. Čtu: „V naší školce jsme si povídali o Africe, afrických zvířatech nebo o černoušcích, ale dnes jsme zblízka viděli opravdové černochoy a mohli jsme si na ně i sáhnout, protože k nám přijeli!... Černoši s sebou přinesli africké bubny a učili nás zpívat a tančit v africkém rytmu.“ Jsou citlivá na nekorektní oslovení menšin, volám do redakce a sděluji svůj nedobry pocit. Jsem prý divná – tohle je prý je normální, vždyť nám bílým také nevaří, když nám říkají „běloši“. Marná byla má snaha upozornit na to, že černí Afričané nebo Afroameričané mají ne zcela pozitivní historii pojmí se s barvou jejich kůže.

Když se tak rozhlížím kol a kolem, velmi často zapomínáme na to, že nálepkování je nejen nekorektní, ale také velmi neslušné, hanlivé, až ponižující. Přesto slyším – on je schizofrenik, mentál, amputař, důchodce nebo dokonce také geront, invalida, bezďák...

Když uvážím, jak je asi lidem takto oštitkován! Už tak mají se svým stavem či handicapem dost starostí. Možná se od tohoto také odvíjí přehlíživé chování společnosti k sociálně či zdravotně oslabeným skupinám osob. Když se neumíme jako společnost náležitě chovat, měli bychom začít u myšlení a tím i u oslovování či pojmenování: lidé s duševním onemocněním, člověk se zdravotním omezením, muž s amputovanou končetinou, žena v důchodovém věku, člověk bez domova či přístřeší...

Musím ovšem dodat, že těm, kteří o těchto záležitostech přemýšlejí, nepomáhá, že sami lidé s postižením se oslovují např.: „Ahoj mrzáku!“ (člověk s poraněním páteře na vozíku při hovoru s kamarádem se stejným postižením).

Blanka Falcníková

Beroun

Město bez bariér



V Berouně zatím neexistuje žádný přehled ani označení bezbariérově přizpůsobených objektů. Osoby se sníženou schopností pohybu a orientace tak „ověřují“ bezbariérovost přímo v praxi, což přináší řadu specifických rizik, adrenalinových zážitků, úsměvných i infarktových situací.

Od letošního dubna však lze v ulicích Berouna spatřit sympatické vozíčkáře vybavené fotoaparát, moderní měřicí technikou a notebookem, kteří spolu se svými asistenty vyměřují šířku dveří nebo výšku prahů, fotografují nájezdy, obrubníky a rozbité komunikace. Tak zde vypadá mapování bezbariérovosti v praxi a Beroun se tím zařadil mezi moderní města, jež vnímají specifické potřeby občanů se zdravotním postižením.

Projekt „Beroun – město bez bariér“ podpořila radnice částkou 65 000 Kč. Jeho cílem je zpracování interaktivní mapy bezbariérových objektů a jejich seznamu, včetně popisu dostupnosti od nejbližšího parkoviště vyhrazeného pro invalidy a od nejbližší zastávky MHD.

Dalším výstupem bude seznam bariérových objektů poskytujících služby veřejnosti, stejně jako popis překážek, který bude zároveň použit i pro zpracování projektu na odstraňování architektonických bariér.

(di)

O autoru projektu, společnosti Klubičko Beroun

Společnost **Klubičko Beroun, o.p.s.**, je kolektivním členem Asociace rodičů a přátel zdravotně postižených dětí v ČR, o.s. (dále jen ARPZPD v ČR, o.s.), která ve svých cca 60 klubech sdružuje cca 10 000 rodin s postiženými dětmi a mladistvými. Řada těchto klubů je zapojena do komunitního plánování ve svém regionu.

Náš projekt „Beroun – město bez bariér“ je pilotním projektem, metodiku průzkumu i způsob zapojení samosprávy a veřejnosti do problematiky odstraňování bariér budou moci využívat i další kluby ARPZPD v ČR, o.s. Více informací na: Klubičko Beroun, o.p.s., Damilská 172, 266 01 Tetín, tel.: 722 955 596, e-mail: info@klubicko-ops.cz, <http://klubicko-ops.cz>.

Lenka Filipová zazpívala pro Trend vozíčkářů Olomouc



V polovině března proběhl v olomoucké Redutě benefiční koncert oblíbené zpěvačky a kytaristky Lenky Filipové, nad kterým přezval záštitu primátor statutárního města Olomouce Martin Novotný.

Výtěžek v celkové hodnotě 40 tisíc korun poputuje na konto Spolku Trend vozíčkářů Olomouc konkrétně na asistenční služby pro klienty.

„Koncert byl fantastický! Paní Lenka Filipová zpívala nádherně a její bezprostřední kontakt s publikem byl úžasný. Po koncertě dokonce zůstala a poseděla s klienty Trendu, pro které celý večer hrála,“ uvedl Evžen Hlaváček, zástupce ředitele Spolku Trend vozíčkářů Olomouc.

Spolek intenzivně pomáhá všestranně integraci těžce tělesně postižených občanů a vytváří podmínky pro prosazování rovnoprávného a rovnocenného postavení člověka s fyzickým a kombinovaným postižením ve společnosti. Organizace podporuje úsilí o zlepšení životních i sociálních podmínek vlastní aktivitou vozíčkářů.

Kontakt a další informace: Spolek Trend vozíčkářů, Lužická 7, 779 00 Olomouc, Holečkova 9, 779 00 Olomouc (pracoviště sociálního podnikání), e-mail: trend@trendvozickaru.cz, tel.: 585 431 984, 582 777 702, www.trendvozickaru.cz.

(red)

Česko-islandská sbírka pro lidi s handicapem

Před pěti lety se lékaři museli hodně snažit, aby mu po autonehodě zachránili život. Poraněnou páteř mu zpevnily čtyři velké titanové šrouby. Dnes René Kujan dál běhá.

„Právě jsem oběhl Island,“ napsal u fotky s cílovou páskou, kterou zveřejnil na facebookové stránce svého projektu. Projektu, jehož prostřednictvím sbíral prostředky pro Sportovní klub vozíčkářů Praha (SKV Praha).

Pak na Islandu během třiceti dnů uběhl denně porci o něco větší než maraton (42,195 km), což mu obvykle trvalo kolem pěti hodin. Záleželo na počasí, někdy René Kujan uskakoval i před auty a zažil také napadení černým psem. „Pomohla hrst kamení a základy islandštiny,“ popisoval.

Během svých výkonů žertoval: „Teda, řeknu vám, normálně mám někdy chuť se na to všechno... ale úplně. A pak si zas řeknu: Voe, možná seš unavenej kluk, ale dyk ty to neděláš pro sebe. A samo se to neudělá. Tomu štěstíčku je třeba vyběhnout trochu naproti. Jestli mi jako rozumíte...“

René Kujanovi se podařilo nastartovat česko-islandskou sbírku pro lidi s postižením. „Polovina prostředků zůstane zde, polovina poputuje do SKV Praha,“ uvedl na Facebooku. Rozhodl se věnovat i vlastní peníze, ke kterým na transparentní účet přibýly tisíce korun od sponzorů a dalších lidí.

Zdroj: *Isport.cz*,
(di)



Maratonec René Kujan pózuje během akce na Islandu

Nemáš prsty, nemáš otisky... Nikam nejedeš!

Británie odmítla na své území pustit kazašského umělce Karipbeka Kujukova. Muž, který se narodil bez rukou, totiž neposkytl otisky prstů nutné pro získání povolení ke vstupu do země. Kujukov chtěl navštívit protijadernou konferenci v Edinburghu. Od Britského konzulátu v Istanbulu ale dostal dopis, že jeho „biometrické údaje jsou špatné kvality.“



Foto z facebooku: Umělec se narodil v oblasti Semipalatinsk, která byla jaderným testovacím prostorem. Narodil se bez paží

Čtyřiačtyřicetiletý umělec byl vyzván, aby žádost o vízum podal znovu. Podle britského ministerstva vnitra mu vízum zamítnuto nebylo a celá situace nastala z důvodu „chybné komunikace“.

Kujukov musel účast na dubnové konferenci zrušit a neskrývá rozčarování. „Možná nepochopili, že jsem handicapovaný, nebo se nepodívali na přiložené údaje. Ale v mé žádosti o vízum bylo napsáno, že nemám paže. Maluji štětcem, který držím v ústech nebo mezi prsty na nohou.“

Oblast Semipalatinsk, ve které se narodil, byla v dobách Sovětského svazu hlavním jaderným testovacím prostorem. V době, kdy se tu prováděly jaderné testy, se tu narodilo na tisíce dětí s postižením. Svým malováním Kujukov vede posledních 20 let kampaň za jaderné odzbrojení.

Zdroj: *novinky.cz*
(hk)

Černá kronika

Alkohol, bitky, obnažování a nakonec záchytka

Ani invalidita nebránila opilci, aby nenapadal své okolí. Chtěl se porvat se zdravotníky, ochrankou nemocnice, ale i s policisty. Nakonec dostal pouta a z opice se musel vyspat na záchytce. Stalo se tak letos v březnu. Pražské strážníky přivolali do nemocnice ve Střešovicích, aby zasáhli proti agresivnímu a opilému 30letému pacientovi na ortopedickém vozíku, který vyhrožoval násilím všem okolo. Lékaři naměřili agresorovi bezmála tři promile – neustále křičel vulgární nadávky, a když si stáhl kalhoty a začal odhalovat své genitálie, strážníci ho odvezli mimo pacienty čekající na ošetření. Muž byl stále agresivnější, strážníci proto zasáhli silou a nasadili mu pouta. Kromě účtu za pobyt na záchytce se bude po vystřízlivění muset vyrovnat i s obviněním z útoku na úřední osobu.

Chtěl přespat, přišel o šest stovek

Dosud neznámý mladík z Ústí nad Labem si troufl na vozíčkáře, ukradl mu peněženku. Muž s handicapem přijel do Ústí za kamarádem, u kterého měl přespat. Mezi přáteli však došlo k hádce a mladík na vozíku byl náhle bez noclehu. Na návrat do jeho bydliště v Berouně už bylo příliš pozdě. Náhodně požádal mladíka v jedné z ulic města, aby ho dovezl před ubytovnu, kde přenocuje. Před ubytovnou se domluvili, že pomocník dojde ubytování zaplatit. Když vozíčkář vytahoval 120 korun z peněženky, mladík mu ji vytrhl z ruky a dal se na útěk.

Zloděj ukradl mladíkovi veškeré jeho peníze, 600 korun. Přivolání policisté mladíkovi zajistili nocleh v azylovém domě.

Nešťastník se chtěl nechat přejet

Strážníci z Ústí nad Labem museli v půli dubna krotit agresivního invalidu (60). V centru města se chtěl nechat přejet autem a odmítal s ortopedickým vozíkem silnici opustit. Byl v podnapilém stavu a svým chováním ohrožoval bezpečnost na silnici. Nakonec ho musela záchranka převézt na psychiatrii. Policistům je muž dobře známý – má jen jednu nohu, ale je agresivní a s každým by se hned pral.

Rakouský invalida nutil pečovatelku k prostituci

Rakouští policisté řešili letos v březnu případ invalidního muže (46), který nutil

mladou Slovenku (30) k prostituci. Žena měla být od května 2012 přinucena být po vůli jiným mužům ve sklepě jeho domu pod pohružkou zastřelení jejího 8letého syna. Invalida ji měl zamykat ve sklepě bez možnosti dům opouštět. Přesto se ženě podařilo zkontaktovat přítelkyni, která vše ohlásila policii. Muž byl obviněn z podezření ze znásilnění, kuplířství a obchodování s lidmi. V Rakousku pracuje docela mnoho slovenských pečovatelek, policie proto vyzývá ženy s podobnými zkušenostmi, aby se přihlásily na policii. Mezitím policisté vypátrali další ženy ze Slovenska a Litvy, které jsou oběťmi tohoto muže.

Kladivem napadl invalidu, posedí si 22 let

Za brutální napadení důchodce v Hradci Králové si recidivista Josef Hladík s konečnou platností odpyká 22 let ve vězení. Ústavní soud letos v dubnu potvrdil trest. Hladík na oběť zaútočil bouracím kladivem a těžkou truhlářskou svorkou, soudy čin kvalifikovaly jako pokus o vraždu. Důchodce přežil jen díky náročné operaci. Čin se stal v květnu 2011, kdy Hladík sháněl nějaký podnájem, a proto vstoupil do domu sedmasedmiletého invalidy. Když ho muž s plynovou pistolí v ruce vyzval, aby dům opustil, pachatel ho napadl a těžce zranil.

Udeřila strážníka holí, dostala podmínku

Obvodní soud v Praze potrestal v dubnu podmínkou pětaticetiletou ženu, která udeřila vloni v říjnu holí městského policistu při potyčce na pražském Andělu. Do sporu se strážníky se tehdy nejdřív dostal muž, který se ohradil proti chování policistů zasahujících u dvou lidí s alkoholem. Žena se do šarvátky zapojila.

Lupič se maskoval jako invalida



Foto: www.ahaonline.cz

Za invalidu se maskoval zloděj, který přepadl večerku v Pardubicích. O to překvapenější byla pokladní, když francouzskou hůl, o kterou se opíral, otočil proti ní jako zbraň. Z kasy ukradl peníze a utekl, i když mu prodavačka v odchodu vše-

možně bránila. Pachateli hrozí deset let basy.

Muž po pádu z kola ochrnu, dostane dva milióny dolarů

Odškodnění ve výši dvou miliónů dolarů dostane Japonec, který kvůli závadě na bicyklu ochrnu na všechny čtyři končetiny. Odškodnění třiašedesátiletému muži vyplatí japonský dovozce kol značky Bianchi, který musí rovněž uhradit náklady na léčení jeho pojišťovně. Rozhodl tak tokijský soud.

Hiroši Nakadžima si při nehodě poranil páteř. Událost se stala v srpnu 2008, když bicyklu upadlo přední kolo. Soud pak rozhodl, že příčinou byla technická závada na závěsném systému, jehož výrobcem je firma z Tchaj-wanu.

Podepiš! Počítáme do deseti...



Miroslav Hanáček zvítězil nad šmejdý

Foto: Tým Blesku proti šmejdům

Zkušenost s prodejci, kteří lidem nutí nepotřebné předražené zboží, má i Miroslav Hanáček (47) z Hranic na Moravě. Výletům, které jsou spojené s prodejní akcí, se vyhýbá obloukem... Když mu ale zavolal „fyzioterapeut“, že dokáže vyléčit bolesti zad, které má kvůli tomu, že je 23 let na vozíčku, souhlasil. A šmejdí přijeli k němu domů!

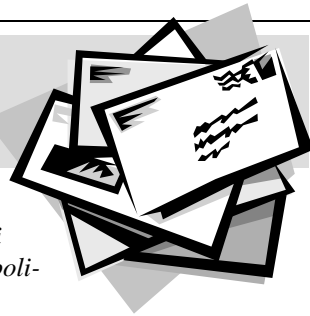
„Už když jsem je viděl, jak přijeli a z auta začali vytažovat obrovské tašky, poznal jsem je. Byl to manželský pár. Muž se sice vydával za fyzioterapeuta, vůbec mě ale neprohlédl a začal hned povídat o tom přístroji s magnety,“ popisuje vozíčkář.

Ani se nenadál a už měl jeden magnet na ruce. Tam mu ho prodejci nechali asi 15 minut působit. „Pak říkali: Cítíte to, že je to lepší? Že se to lepší... Já jsem nic necítil. Bylo mi jasné, o co se jedná. Nakonec z nich vylezlo, že přístroj stojí 64 tisíc.“

Když páru oznámil, že si přístroj nepořídí hned, že si to musí rozmyslet, žena začala naléhat a pak i rvát. „Kolik času potřebujete? Napočítám do desíti. Tak co!! 10, 9, 8...“ Mirek ale odolal a s povedenou dvojicí šmejdů se rozloučil.

Zdroj: SME, tn.cz, iDNES, Týdeník policie, ČTK, blesk.cz
(bf)

Napsali jste nám



Ach, ta přístupnost!

Vážená redakce,
posílám fotografie, jak jsou upravené schody do zdravotního střediska v Ostravě-Výškovicích (rampa).



Když jsme se ptali, kudy se dostane do střediska vozíčkář, bylo nám odpovězeno, že ze zadu je výtah, ale malý, vozíčkář tedy musí z vozíku přelézt do výtahu a sednout si na židli, no a pak po vyjetí na příslušné patro musí počkat, až mu doručí nahoru vozík. Tedy pro nás výtah nepoužitelný. Můj vozíčkář je vysoký amputák, na židli se prostě nepřesune. Musíme tedy používat onu rampu, jezdíme tady za odborným lékařem. Ne vždy je ale někdo ochoten pomoci, musím vozík i s pacientem sama vytlačit. Přitom chodím pouze s pomocí dvou francouzských holek.

Musím tedy dát velký pozor, abych vozíčkáře nevyklopila, protože přední kolečka vycházejí tak tak. Stačí kousek, aby kolo sklouzlo do mezery na schod a vozíčkář je na zemi! Snaží se mi trochu pomoci – drží se zábradlí. Je to prostě horor...

Zdraví dva invalidé, M. Viktorin
a J. Dunková z Ostravy

Pomoc na konci naší ruky

Vážená redakce,
každý den si připadám jako Julius Fučík, na rozdíl od něj však mohu psát svou poslední reportáž vážně každý den. Tak často musím bojovat o vlastní život. Jsem osobou s těžkým tělesným postižením a jsem neustále závislá na péči osobních asistentů.

Realita je taková, že na danou práci kolem mě buď lidi nestačí nebo já nestačím na jejich finanční požadavky. A upřímně musím přiznat, že jejich požadavky na peníze jsou zcela oprávněné a mé zdroje zcela vyschly. Náš stát, bohužel, nemá zájem danou situaci řešit a raději nás přebytně „uklízí“ do pobytových zařízení. Všichni však víme, že péče v ústavu je minimální, často nám jde o život a vždy je to všem úplně jedno.

Sama za sebe však musím doznat, že v ústavu být prostě nemůžu – mám několik zaměstnání, mám krásný byt, mám dvě psi slečny, mám ještě spoustu chuti do života... Nemám však asistenty, ti se stávají nedostatkovým zbožím.

Měla bych nápad. Zkusme se smelit, všichni ti, co potřebují péči jiné osoby, vytvořme databázi osob, které mohou a umí pečovat, a hlavně společně zkusme vymyslet, co jim za jejich péči nabídnout, protože pro naše krásné oči věčně dělat nebudou.

Přidáte se někdo?

Monika Henčlová

Prosím, poradte, co dál?

Vážená redakce,
pan František Fux, kterého znají i čtenáři Vozky, je aktivní člověk, pořád někde něco dělá, všude na něj narazíte. Je upoután na elektrický vozík, jinak se pohybovat nemůže. Ovšem s tím současným vozíčkem má od začátku stále trápení. Ačkoliv dle obvyklých norem běžně vozík ujede na jedno nabití baterií cca 20 km, tento vozík obvyklé normy nespĺňuje už od počátku.



Vozík je třeba neustále opravovat. Už téměř šest let. A protože si vozíček rád zazlobí, nastávají v životě pana Františka i celkem kuriózní situace.

Tak se i stalo, že na Dušičky si vozíček postavil hlavu přímo na hřbitově, výsledek – vadný jeden motor. A oprava? Ta je přece drahá, proč by ji měla pojišťovna platit, že? Takže přes všechna doporučení odborníků proběhla výměna jen jednoho motoru. A tak se taky stalo, co se stát muselo – starý motor zátěž nevydržel, v krátké době začal chroustat a musel být vyměněn. Pak se vše opakovalo... Spirála problémů a bumerang oprav. A protože došlo z hlediska sazebníku úhrad k prodloužení nařízení doby používání vozíků z pěti na sedm let, musí mu vozíček, který je de facto po smrti, sloužit dál. A tak zlobí a zlobí, zkratuje baterie, které tak vydrží sotva půl roku, musí být přeprogramován, protože si žije svým zvláštním životem. A vrcholem všeho je, že si občas postaví hlavu a to se pak vypne v nejméně vhodnou chvíli... A tak se stane, že pana Fuxe musí domů dopravit třeba jednou hasiči nebo ochotní kamarádi, popř. jako teď napo-

sled před Velikonocemi městská policie...

Jakpak to bylo: Už v tramvaji se začalo ukazovat, že svůj staříčkový a notně opotřebovaný vozíček podcenil. Ten den najel sotva čtyři kilometry, a tak netušil, jak ho vozíček zase vytrestá. Zkusil ho nahodit, vozík nic... Ale to už byl na konečné na Staré osadě. Řidič si v první fázi ani nevšiml, že nevystoupil, zavřel dveře a chtěl odjet na točnu. František tedy musel křičet, aby si ho konečně všiml a přišel mu na pomoc. Musel ho z tramvaje vytlačit, vozíček prostě nenastartoval. A tak seděl uprostřed chodníku na Staré osadě, hustě sněžilo, byl čím dál víc promoklejší a přemýšlel, co dál. Zavolal na servis vozíků, jsou kousek od Staré osady, třeba pomůžou. Vozík pořád vyhazoval nějakou chybu a tak doufal, že mu aspoň poradí, ale přepočítal se. Do telefonu mu sdělili, že mu neporadí a že přijet nemožou. Co teď? No nezbylo mu, než nakonec zavolat městskou policii a vysvětlil jim svůj problém.

Tady se konečně setkal s ochotou. Po chvíli čekání došli dva příslušníci a nabídli pomoc. Odbrzdlili motory, chopili se madel, aby mu pomohli tlačit. Naštěstí jel za chvíli nízkopodlažní trolejbus a tak si páni strážníci vyzkoušeli slasti cestování s vozíkem. Doprovodili pana Františka až k domu a naštěstí počkali, protože pečovatelské služby se František nedobouchal. Takže ho dostrkali až domů. Patří jim velký dík!

Jenže ani teď anabáze nebyl konec. Dobrá, byl doma, ale s nepojízdným vozíkem. Znovu volal pečovatele, ale ani teď neměli čas pomoci mu řešit jeho problém. Po nějaké době ho alespoň přišli dostrkat k posteli. Až pak se František mohl konečně aspoň vysvléct z úplně promočeného oblečení...

Ale co dál? Vozík vykazuje spoustu závad, dle pojišťovny je přesto stále opravitelný a funkční. Ovšem se spoluúčastí uživatele, což z odhadované ceny opravy dělá poměrně značnou sumu, která vysoce překračuje možnosti pana Fuxe. Zatím může jezdit na vypůjčeném vozíku, ale co potom? Skončí pan Fux imobilní v posteli? Pro tak aktivního člověka se to rovná vraždě...

Hrozí vážně panu Fuxovi, že stráví zbytek života na posteli?

Prosím, poradte, co dál?

Jana Beránková, Brno

DUHOVÝ DŮM

pomůže lidem s handicapem i jejich rodinám



Duhový dům v ostravském městském obvodu Mariánské Hory a Hulváky – interiéry a pohled shora

Sen se stal skutečností... Těmito slovy zahájila ředitelka Slezske diakonie Zuzana Filipková slavnostní otevření Duhového domu v ostravském městském obvodu Mariánské Hory a Hulváky. Bezbariérové komunitní centrum s nabídkou komplexních služeb bylo skutečně dlouholetým snem řady mladých lidí s handicapem a jejich rodičů.

Duhový dům se měl stát domovem i pro Zuzku Rackovou. Těžce postižená dívka ale už před časem zemřela. Přesto jí a její mamince Věře Rackové primátor města Petr Kajnar poděkoval. „Jejich iniciativa přivedla tohle dílo na svět,“ uvedl. „Zuzana se toho nedožila, ale myslím, že nežila zbytečně. Ostatní mohou využívat toho, co svým životem prosadila.“

Věra Racková, která vytesala i základní kámen komunitního centra, si při slavnostním otevření zavzpomínala jak na dceru, tak i na inspirující návštěvu podobného centra ve Francii v roce 1991.

„Zuzka věděla, jak těžké by pro mě bylo odloučení, kdyby se přestěhovala do

Duhového domu,“ řekla pak zamyšleně. „Tak mě ušetřila rozhodování a raději zdrhla...“

Název vzešel z ankety

Výstavba Duhového domu byla největším projektem financovaným evropskými penězi z Regionálního operačního programu Moravskoslezsko v oblasti sociálních služeb. Celkové náklady přesáhly 107 milionů korun, z toho dotace EU činila 58,9 milionu korun.



Věra Racková při slavnostním otevření Duhového domu

Stavba byla zahájena 1. srpna 2011 a dokončena měla být do 44 týdnů, ale kvůli vadám a nesrovnalostem ze strany stavební společnosti byla zkolaudována až v lednu 2013 a otevřena o tři měsíce později. Název komunitního centra vzešel z ankety, která byla vyhlášena před rokem. Čtyři desítky e-mailů navrhovaly názvy například inspirované lokalitou, v níž se centrum nachází (Čertovka, Benátský vrch, Na kopečku). Jiné reagovaly na účel tohoto sociálního zařízení (Druhý domov, Hendi Camp, Důstojný svět) apod. Do užšího výběru se pak dostaly názvy: Vivere, Zuzana, Duhový dům a Benátský vrch, přičemž hlasováním výběrové komise zvítězil Duhový dům.

Kvalitní a potřebná péče

S úlevou a nadějí prožívali otevření Duhového domu Ostrava manželé Karin a Milan Svačinovi. Ihned tam zařídili pokoj svému pětadvacetiletému synu Michalovi, který se nastěhoval jako první z osmnácti stálých obyvatel.

„Přivezli jsme mu z domova jeho oblíbené hračky, rodinné fotografie a taky

půlku sedačky – je rozkládací, takže na ní můžeme kdykoli přespát,“ ukazoval Michalův nový domov jeho otec.

Michal je autista odkázaný na ortopedický vozík. Na otevření centra však nakonec chyběl. „Byl připravený, jenže odmítl jet. Autisté mají svůj svět. Ujížděl přede mnou na vozíku,“ vysvětlil Milan Svačina. „Manželka se celá léta věnovala jen synovi, ale stárneme a já mám po mozkové mrtvici, už péči nezvládáme tak jako dřív. Když bude syn žít v Duhovém domě, budeme mít jistotu, že je o něj dobře postaráno,“ dodal.

Jeho slova byla naprosto v souladu s tím, co při slavnostním otevření prohlásil primátor Petr Kajnar: „Můžeme zde nabídnout handicapovaným občanům individualizovanou podporu, která jim pomůže zachovat nebo rozvinout možnosti seberealizace a ulehčí jejich začlenění do běžné společnosti. Poskytované služby pomohou nejen jim, ale rovněž jejich rodinám, které tak získají nezbytný čas k odpočinku při vědomí, že jejich blízkým osobám je poskytnuta kvalitní potřebná péče.“

Jak sdělila ředitelka Slezské diakonie Zuzana Filipková, klienti se do Duhového domu budou postupně stěhovat zhruba až do letošního září.

(di)

Fotokoláže: (di)

Služby individualizované a pestré – jako barvy duhy

Duhový dům Ostrava provozuje Slezská diakonie jako jedno ze svých středisek. Vedoucí je zde Mgr. Nikola Šimíková, kterou jsme požádali o krátký rozhovor.

• **Kolik lidí tvoří v současné době personál, kolik je klientů a jaké služby jim poskytujete?**

„Nyní máme celkem 33 pracovníků v profesích vedoucí, ekonom zařízení, sociální pracovníci, zdravotní sestry, speciální pedagogičtí i pracovníci v sociálních službách, fyzioterapeut, řidič a údržbář.“

Dodavatelsky máme pokryt úklid a ostrahu objektu. Finální počet zaměstnanců při plné kapacitě by pak měl být 53 pracovníků.

Kapacita zařízení je aktuálně volná ve všech službách, což je **Domov pro osoby se zdravotním postižením, Denní stacionář i Odlehčovací služba.**

Prostory Duhového domu jsou zcela bezbariérové a navíc nabízíme vysoký komfort bydlení – v rámci domova má každý klient svůj apartmán se sociálním zařízením a terasou. K dispozici jsou zde rovněž pracovny (arte, keramická a košíkářská, pracovna pro nácvik sebeobslužných činností a sociálních kompetencí),



Manželé Karin a Milan Svačínovi zařídili v Duhovém domě pokoj pro pětadvacetiletého autistického syna Michala

dvě relaxační místnosti (snoezelen) a dvě rehabilitace (perličková koupel plus individuální léčebná tělesná výchova). Máme i tělocvičnu pro sportovní, společenské a kulturní aktivity, v níž jsou dva kurty na bocci.

• **Zmínila jste tři typy služeb v Duhovém domě. Můžete je rozvést trochu konkrétněji?**

Služba Domov pro osoby se zdravotním postižením se týká lidí s těžkým tělesným a kombinovaným postižením ve věku od 18 do 50 let. Kapacitu zde máme pro 18 uživatelů, kteří obývají jednolůžkové apartmány s kuchyňským koutem, vlastním sociálním zařízením a terasou.

Odlehčovací služba je určena lidem s mentálním, tělesným a kombinovaným postižením a pečujícími osobám. Cílovou skupinou jsou lidé ve věku od jednoho roku do 60 let. Tady je kapacita pro šest uživatelů. Odlehčovací služba je poskytována ve dvoulůžkových apartmánech s kuchyňským koutem, vlastním sociálním zařízením a terasou. Lze ji poskytovat nejdéle tři měsíce. Provozní doba obou služeb je nepřetržitá.

Denní stacionář je pak určen pro osoby s mentálním, tělesným a kombinovaným postižením. Pojme maximálně 54 lidí ve věku od 15 do 50 let. V prostorách stacionáře je k dispozici mimo jiné multifunkční místnost s audio-vizuálním a počítačovým koutkem. Provozní doba stacionáře je v pracovních dnech od 6.30 do 17 hodin.

• **Jak si lze služby objednat a jaké jsou jejich ceny?**

Služby našeho zařízení lze využívat na základě podané žádosti, která je vyhodnocena smluvním lékařem zařízení, poté vedoucím střediska a sociálním pracovníkem. Ceny jednotlivých služeb jsou ná-

sledující:

V domově se platí 180 Kč za ubytování, 150 Kč za celodenní stravu a příspěvek na péči v plné výši. Klient však nemusí odebírat stravu, může být zcela v režimu samostatného stravování a pak se strava neúčtuje. Pokud příjmy klienta nestačí na úhradu služby, lze individuálně řešit snížení úhrad, kdy klientovi musí zůstat alespoň 15 procent jeho příjmu.

V denním stacionáři klient zaplatí 30 Kč za 1 hod. a 115 Kč za stravu (v rozsahu snídaně, svačina, oběd, svačina).

(Ceník odlehčovací služby a fakultativních služeb uvádíme v poradně RIPAK na str. 58, pozn. red.)

• **Pracujete v Duhovém domě – jste duhová i v sobě? Co vám aktuálně udělalo největší radost?**

„Ano, jsme duhová. Každý pracovník je jiný, má určité přednosti, vlohy a je schopen reagovat v různé míře na podněty klientů... Naše služby jsou vysoce individualizované i pestré – stejně jako barvy duhy. A radost nám dělá hlavně to, že se k nám klienti vracejí a jsou spokojení.“

(di)



Duhový dům



Klubíčko Beroun rozšířilo své služby

Využijte tréninkové pracoviště, odlehčovací službu
nebo pracujte v sociální firmě

Nové **tréninkové pracoviště**, v němž se budou připravovat mladiství a dospělí se zdravotním postižením na budoucí zaměstnání, otevřeli v dubnu zastupci berounského Klubíčka, o.p.s. Jeho ředitelka Alena Pecková k tomu uvádí: „Dělá nám radost, že se nám stále daří rozšiřovat na Berounsku a Hořovicku komplex obecně prospěšných služeb potřebných pro lidi, jejichž život je ovlivněn zdravotním handicapem – ale nejen pro ně.“

V novém tréninkovém pracovišti si klienti s různými typy zdravotního postižení osvojí řadu praktických dovedností – pečiči o domácnost (vaření, praní, žehlení, uklízení), pečiči o drobná domácí zvířata, vyzkouší si drobné administrativní práce, výrobu drobných upomínkových předmětů, natěračské a zahradnické práce nebo čištění interiérů aut. Zároveň se budou postupně učit samostatně cestovat veřejnou dopravou, hospodařit s penězi, pracovat s internetem, obstarávat své osobní záležitosti apod.

Nepřetržitě odlehčovací služby

„Nově nabízíme také možnost nepřetržitěho využívání odlehčovacích služeb, včetně víkendů a svátků,“ doplňuje Alena Pecková. „Můžeme na dočasnou dobu převzít veškerou péči o klienta. A to jak v jeho domácím prostředí, tak nově i v našem sídle na Tetíně. Jeho blízkým tak

umožníme odpočinek nebo čas na vyřízení svých záležitostí. Kromě toho mohou děti, dospělí a senioři se zdravotním postižením využívat naši službu **osobní asistence**. Klientovi můžeme pomoci při zvládnání úkonů péče o vlastní osobu a o domácnost, můžeme jej doprovázet např. do školy, do zaměstnání, k lékaři, na úřady, na nákupy, při dopravě veřejnými dopravními prostředky, do lázní, na pobyty a různé akce i na volnočasové aktivity.“

Klubák

Další oblastí, kde Klubíčko postupně rozšiřuje činnost, je **Sociální firma Klubák**. Ta přednostně zaměstnává lidi se zdravotním postižením a pečující osoby. Vozíčkáři spolu s jejich asistenty již začali mapovat veřejné budovy a jejich dostupnost pro vozíčkáře. Zaměstnanci s jinými typy zdravotního postižení budou kompletovat a natírat lavičky, zajišťovat zahradnické práce a jiné veřejně prospěšné práce. Vedle toho ale mohou lidé se zdravotním postižením (i jejich blízcí) využít nabídku integrovaných pobytů a dalších akcí.

Kontakt a další informace:

Klubíčko Beroun, o.p.s., Damilská 172, 266 01 Tetín, tel.: 722 955 596, info@klubicko-ops.cz, www.klubicko-ops.cz.

(di)

Foto: www.klubicko-ops.cz



„Pomáhat má smysl, i když někdy mám pocit zmaru“

Cenu Olgy Havlové
získala Alena Jančíková

Devatenáctou **Cenu Olgy Havlové** získala **Alena Jančíková**, ředitelka České asociace paraplegiků. Cenu udělil **Výbor dobré vůle – Nadace Olgy Havlové** v Museu Kampa za účasti Medy Mládkové, Dany Němcové, předsedkyně správní rady Nadace Olgy Havlové, biskupa Václava Malého, Diany Sternbergové a dalších členů správní rady.

Při této příležitosti Nadace také poděkovala svým významným dárcům a partnerům a ocenila vynikající projekty neziskových organizací. V kulturní části večera vystoupilo Kvinteto Pražské konzervatoře, slavnost moderovala Jarmila Balážová.



Věčný boj s úředníky

Cena v duchu odkazu Olgy Havlové se uděluje osobnosti, která navzdory svému těžkému zdravotnímu handicapu pomáhá ostatním. Letos jí získala vozíčkářka Alena Jančíková za pomoc lidem

Časovaná bomba

Počet osob závislých na dlouhodobé péči stále roste

ochrnutým po poškození míchy. Alena Jančíková v osmnácti letech po pádu ze stromu utrpěla úraz páteře a míchy, následkem zranění ochrnula. Na vozíku dokončila střední školu, pracovala v Městském úřadě v Bruntále, později v pražském Centru Paraple. Dnes je ředitelkou České asociace paraplegiků, kde svým životním příběhem a zkušenostmi dodává sílu, energii, motivaci a podporu k dalšímu životu s handicapem. „Pro mě je laureát ceny příkladem člověka, který se nesoustřeďuje na sebe, na bolesti a vnímá potřeby lidí,“ řekl biskup Václav Malý při předání Ceny Olgy Havlové Aleně Jančíkové.

„Toto je pro mě velkým oceněním. Povzbuzuje mne to, protože jako ředitelka musím čelit úředníkům, kteří by měli pomáhat lidem, místo toho jim však kladou překážky. Když s nimi sama jedním, mám pocit zmaru a chuť s tím seknout. Cena Olgy Havlové mne ubezpečuje, že to má smysl a že musím dál bojovat,“ říká Alena Jančíková, laureátka Ceny Olgy Havlové 2013.

Poděkování dárcům

U příležitosti udělení Ceny Olgy Havlové Nadace poděkovala svým dárcům, partnerům a dobrovolníkům za spolupráci. Poděkování například obdržel generální ředitel České televize Petr Dvořák za mezinárodní projekt „Proč chudoba?“, Martin Roman za projekt „Čtení pomáhá“, amatérský sportovec na vozíku Heřman Volf za projekt „Cesta za snem“, v rámci kterého plnil přání handicapovaným dětem.

Partneři Ceny Olgy Havlové: ČSOB, Museum Kampa Nadace Jana a Medy Mládkových, SMP CZ, Nadace Bona a Cindr&Grafik.

Monika Granja
Výbor dobré vůle – Nadace
Olgy Havlové
(red)



Posláním Výboru dobré vůle – Nadace Olgy Havlové je pomáhat lidem, kteří se pro svůj nepříznivý zdravotní a sociální stav těžko včleňují do společnosti a nemohou se bez pomoci druhých sami o sebe postarat. Svým působením se nadace snaží o rozvoj duchovních hodnot, vzdělání, ochranu lidských práv a všeobecně uznávaných humanitárních hodnot.

Oborníci na demografii z Allianz očekávají, že do roku 2050 se počet lidí závislých na pomoci ostatních zdvojnásobí. Vyřešení financování i praktického zajištění dlouhodobé péče o seniory se tak stává prioritou. Již tak nepříznivou situaci ještě výrazně zhoršuje nedostatek vyškolených pečovatelských a zdravotnických personálů. Přitom v roce 2060 bude žít v zemích EU zhruba 152 milionů lidí, kteří budou starší 65 let a z nich více než třetina bude potřebovat dlouhodobou péči.

V roce 2010 bylo v České republice 3,6 % obyvatel starších 80 let, v roce 2050 se tento poměr bude blížit 10 %. A třetina obyvatel bude starší 65 let! Česká republika totiž patří mezi země s nejrychleji stárnoucí populací.

Japonec Jiroemon Kimura je nejstarší člověk na světě. Když se v roce 1897 narodil, vládla britská královna Viktorie a Rudolf Diesel představil poprvé svůj motor v pohybu. Kimura má štěstí – stále žije se svojí rodinou a je v dobrém zdravotním stavu. Je však stále méně pravděpodobné, že podobnou idylu zažijí v budoucnu všichni senioři. Již dnes se odhaduje, že průměrná délka života chlapců, kteří se v těchto letech narodí, bude téměř 85 let a novorozené dívky budou ještě starší – 89,1 roku. Matematika je v tomto případě jednoduchá a neúprosná – méně mladých lidí bude platit za stále více starších.

Zvyšují se náklady na péči

„Situaci zhoršují demografické změny, ale i klesající počet zdravotních sester a dalších pracovních sil v sociálních odvětvích, což zvyšuje náklady na péči,“ řekl Klaus Michel. Kvalifikovaný personál zdravotníků a domy s pečovatelskou službou jsou v posledních letech výrazně dražší. Přestože se státní důchod a dávky poskytované na dlouhodobou péči v posledních letech zvýšily, zdaleka nemohou pokrýt veškeré zvýšené náklady. Během deseti let náklady na ústavní péči vzrostly téměř o pětinu, které musí senioři, nebo spíše jejich příbuzní dotovat z jiných zdrojů. Například v Německu průměrné měsíční náklady na tuto péči činí 2 865 eur!

Bude stačit důchod?

Ukazuje se, že nejen důchod již nyní nestačí k pokrytí nákladů na dlouhodo-

bou ústavní, ale ani domácí péči. Právě pro tyto účely bude vhodné použít úspory z penzijního připojištění. „Také budoucnost životních pojištění tkví v rozšiřování asistenčních služeb na stáří a ve vývoji speciálních pojistných produktů, které by pokryly náklady na dlouhodobou péči, nebo ji dokázaly alespoň spolufinancovat,“ uvádí vedoucí produktového oddělení Allianz Martin Podávka.

Dnes leží břemeno péče o starší příbuzné v rodinách, a to často právě z finančních důvodů, protože si rodina nemůže dovolit zaplatit profesionální péči. Domácí servis seniorům tak poskytují v 90 % ženy, které tak musí zvládnout dva náročné úkoly – být úspěšné ve své profesi a zároveň nést odpovědnost za péči o příbuzné doma.

Stárnutí populace bude i nadále významným demografickým trendem, a to ve všech zemích Evropské unie, jejíž populace do roku 2060 mírně vzroste, ale významně zestárne. V současné době je polovina obyvatel EU starších 40 let a v roce 2060 bude polovina obyvatel EU starší 48 let a počet starších lidí bude převyšovat dvojnásobně počet dětí.

V průmyslově vyspělých zemích muži stráví v penzi průměrně kolem 20 let, nejdéle jsou to Francouzi, kteří si důchodu užijí 24 let. V České republice si více než 20 let v důchodu užijí pouze ženy – 21, muži jen 15 let.

Zdroj: Allianz
(red)

Ilustr. foto: Microsoft Office



Co čeká ve stáří tyto dnešní mladé lidi?

„Prázdninová MIKASA“

Denní stacionář poskytuje služby i během letních prázdnin

Denní stacionář MIKASA, který své služby poskytuje dětem a mladým lidem s kombinovaným postižením (se středně těžkou a těžkou mentální retardací a více vadami) a autismem ve věku od 16 do 26 let pořádá pro letní měsíce roku 2013 akci s názvem „Prázdninová MIKASA“.

Akce je určena nejen stávajícím zájemcům o naše služby, ale především školou povinným žákům a jejich rodičům, kteří potřebují pomoci s péčí o své dítě a chtějí, aby i o prázdninách pracovalo na svém rozvoji nebo trávilo svůj čas zajímavou a smysluplnou činností v kolektivu vrstevníků a získalo tak nové zkušenosti a zážitky.

MIKASA denní stacionář poskytuje:

- **výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti** (zaměřujeme se na rozvoj paměti, vědomostí, sensorických a motorických dovedností prostřednictvím her, výtvarných a pracovních činností a speciálně určených pomůcek),
- **sociálně terapeutické činnosti,**
- **aromaterapii, bazální stimulaci a polohování,**

- **pomoc při zvládnání běžných úkonů péče** (pomoc a podpora při podávání stravy, přesunu na vozík apod.),
- **pomoc při osobní hygieně a stravě,**
- **zprostředkování kontaktu se společenským prostředím** (procházky, doprovedy na nákupy, výlety, kulturní akce apod.),
- **pomoc při uplatňování práv a oprávněných zájmů,**
- **základní sociální poradenství.**

Navíc **zcela zdarma** díky finanční podpoře ze strany Nadace OKD, Nadace EVRAZ a Statutárního města Ostrava poskytuje MIKASA denní stacionář:

- **canisterapii,**
- **fyzioterapii,**
- **pobyt ve Snoezelenové (multisenzorické) místnosti** (rozvoj dovedností, získávání nových zkušeností prostřednictvím všech smyslů, relaxace).

Denní stacionář MIKASA je možné navštěvovat v následujících dnech a hodinách: po 7.30–16.30 út 7–15, st 7–15, čt 7.30–16.30 a pá 7–15 hodin.



MIKASA denní stacionář sídlí v budově G-centra na ulici Čujkovova 40a v Ostravě-Zábřehu.

Více informací se o nás můžete dozvědět na internetových stránkách www.mikasa-detem.cz nebo prostřednictvím paní Mgr. Sabiny Honové na e-mailu: mikasa.ds@mikasa-detem.cz nebo na telefonním čísle 774 498 956.

Mgr. Sabina Honová

Jaké jsou možnosti nápravy sociálních křivd?

Ekonom Petr Zahradník je členem správní rady Nadace OKD

Ekonom Petr Zahradník studoval v USA a Velké Británii, zúčastnil se výzkumného projektu pro Světovou banku a pracoval v Belgii, Lucembursku a Rakousku. Je členem NERV, nezávislého poradního orgánu, který pomáhá vládě nalézt nejhodnější podobu reforem a ekonomických opatření. Mimo jiné je také členem správní rady Nadace OKD a své působení v této instituci bere odpovědně.

„Je mi velkou ctí, že jsem součástí jedné z nejvýznamnějších nadací, které na poli dobročinnosti v České republice působí. Dobře se tak doplňují mé aktivity v oblasti ekonomické a finanční,“ uvádí Petr Zahradník. „Jako ekonom se snažím vidět i pochopit, že prostředí tržní ekonomiky s sebou přináší nejen prosperitu a bohatství, ale také prohlubování materiálních a sociálních rozdílů. Mnoho akutních potřeb sociálního charakteru by bez dobročinnosti zůstalo ladem.“

Petr Zahradník nám ochotně odpověděl na několik otázek.

- **Dovolte otázku: lze se sociálními**

škrti, které předvádí současná vláda, proškrtat k prosperitě?

Na jednu stranu je rozpočtová disciplína nutná, ale na stranu druhou jsou obětí fiskální disciplíny ti, kteří potřebují systémovou péči bez ohledu na stav ekonomiky – tyto škrti jsou tedy morálně těžko odůvodnitelné. Navíc na ně doplácí i samotná ekonomika, protože propouštění pracovníci ze sociálních služeb se stávají nezaměstnanými. A když se omezuje lázeňství a rekovalescence, pak to má dopad i na zdraví lidí a jejich uplatňování v pracovním procesu.

- **Je pravdou, jak tvrdí někteří ministři, že škrti napravují situaci u neoprávněně čerpaných sociálních dávek?**

Tak to nelze říci. Těchto lidí je relativně velmi malá skupina, jenže škrti mají plošný dopad na spoustu těch, kteří sociální dávky skutečně potřebují. Vrcholně nespravedlivé je to zejména u lidí s handicapem a lidí v neproduktivním věku.

- **Jaké jsou, podle Vás, ekonomické možnosti nápravy sociálních křivd?**

Samotný stát na to evidentně nestačí,



proto svoji solidární roli musí sehrát i privátní sektor. A on se snaží, což dokladuje řada neziskových organizací či různých nadací. Bohužel i tady peníze hodně chybí... Víte, situace se zlepšit až tehdy, když stát začne investovat. Všimněte si, že ekonomicky zaostáváme za všemi našimi sousedy. Dosud praktikovaný způsob fiskální restrikce (oklešťování výdajů státního rozpočtu – pozn. red.) je prostě nešťastný.

Text a foto: Jiří Muladi

Otevřený dopis paní Anny Tchorzové

„Kdo si stěžuje, ať jde jinam“

Vážená redakce,

dovoluji se na vás obrátit a požádat o radu, pomoc, či řešení... Jmenuji se Anna Tchorzová a jsem matkou syna Radima, kterému je 42 let a již 9 let žije v ÚSP Hrabyně.

Před patnácti lety onemocněl progresivní formou roztroušené sklerózy. V roce 2010 měl úraz hlavy po pádu ze zvedacího zařízení. Má ochrnuté nohy i ruce, k tomu velké bolesti a tvořící se dekubity. Potřebuje tudíž čtyřadvacetihodinovou péči. Navštěvuji syna dvakrát týdně, řešíme společně aktuální potíže, snažím se mu ulehčit jeho čím dál těžší situaci...

Ti, kteří jsou v ÚSP Hrabyně alespoň částečně soběstační, jsou ti šťastnější. Nejhuře jsou na tom lidé upoutaní na lůžko a závislí na druhých. Situace v tomto ústavu je chronická, zavedeným standardem je neochota udělat víc než minimum. **Nejčastější slova ošetřujících jsou: nemáme čas.** Jistě, ne všichni se tak chovají. Ale že ústav porušuje lidská práva klientů, to potvrdila návštěva pracovníků ochránce veřejných práv v roce 2006. Následkem toho byla přislíbena náprava, ovšem nic se nezměnilo.

Každý ví, že bolest duše je větší, než když bolí tělo. Někteří mladí lidé raději opustí život, než by měli zůstat sedět či ležet a čekat na přátelské slovo, objetí, stisk ruky...

Systém v tomto ústavu se snaží zlomit každý vzdor a pocit zůstat člověkem i s postižením. Právě závislostí na ostatních zřejmě vzniká i pocit neomezené moci zdravotního personálu. Přístup některých lékařů je zarážející. Příkladem je tamní psychiatr – psycholožka Dr. Dobrá. Nebojím se napsat, že pacienty neléčí, ale uspává, pomalu až do konce. Bez ohledu na to, že tito lidé mají omezené finanční částky, jim předepisuje drahé léky bez konzultace s nimi.

Konkrétně u mého syna šlo v pořadí už o třetí antidepresiva. Byl čím dál víc unavený, ospalý, a když jsem se paní doktorce zeptala, proč má tolik léků, odpověděla, že je chtěl. A prý mu nemám věřit, protože neví, co říká. Jenže opak je pravdou. Syn má úžasnou paměť a jeho nemoc odepisuje svaly, nikoli mozek. Handicapovaní si na tuto lékařku stěžují, ale jen mezi sebou, protože mají strach. Zaslouchala jsem i slova o šikaně, ale sama jsem ji nebyla svědkem. Nicméně – taková lékařka sem určitě nepatří.

Proč nemají obyvatelé ústavu nikde zastání a cítí všude křivdu? Teprve jejich spokojenost přece vytváří z ústavu sociální péče skutečný domov. **Proč se vedení nesnaží chyby a nedostatky opravit či změnit?** Umí jen konstatovat: „Kdo si stěžuje, ať jde jinam.“

Prosím, pomozte handicapovaným lidem v ústavu k zachování lidské důstojnosti a k tomu, ať si zde lidí váží a dávají jim najevo úctu.

Děkuji vám.

*S hlubokou úctou
Anna Tchorzová*



„Můj syn Radim onemocněl roztroušenou sklerózou v sedmadvaceti letech a šlo to s ním rychle s kopce,“ říká Anna Tchorzová. „Doktoři mu tenkrát dávali deset let – a vidíte, ono už je to patnáct let. Hodně dělá psychika a můžete mi věřit, že já s ním v rukavičkách nejednám. Do ÚSP Hrabyně za ním jezdím dvakrát týdně a se všemi lidmi tam cítím, takže někdy jim přivezu buchtu, někdy nechám zahrát písničku v rádiu... Z věcí, které jsou pro nás obvyčné, oni mají velkou radost. Ale samotný personál by pro ně měl určitě dělat víc.“



Snímek z doby, kdy byl Radim Tchorz ještě soběstačný. Letos má jeho syn Jakub 18 let a za tátou do ústavu jezdí – jenže on už soběstačný není.



Radim Tchorz: „Můj stav se zhoršoval, rodiče už nebyli schopni se o mě starat a žádná organizace, která by mi pomohla, abych mohl zůstat doma, nebyla,“ vysvětluje Radim, proč musel z ostravského bytu do ústavu. „Líbilo se mi tu první dvě hodiny. Jsem člověk, chybí mi víc lidského přístupu. Nikdo tady nemá čas si s námi popovídat. Nezajímají je naše problémy.“



V tíživé situaci pomáhá Radimu Tchorzovi maminka a psaní básní:

Jeden den

Počasí je nevlídné,
obloha spustila dešť.
Mrtvola se nehýbe,
staneš se jí těž.
Příšeš na orosené okno:
„Proboha, chci žít!“
Vše dobré jen na oko,
nepomůže klít.
Musíš pryč,
to je jisté.
Sám nezměníš.
Zas duše zkyzne
(prosím dostaň mě odsud)

Jedličkův ústav pomáhá již 100 let

Pokračování ze str. 1

V ústavu mají žáci k dispozici i tréninková místa a do běžného života je pak často doprovází asistenti, kteří jim pomáhají složitý přechod zvládnout.



Ve dvacátých letech děti např. tkaly na Vyšehradě špičkové koberce, které sklízely ceny na mezinárodních výstavách a mnohým z nich byly i zdrojem obživy

Velkolepé oslavy

V rámci oslav velkého jubilea se chystá celá řada akcí. Pracovníci Jedličkova ústavu chtějí co nejvíc připomenout zásluhy ústavu a představit svou činnost veřejnosti, např. v rámci dne otevřených dveří. Vznikl také dokumentární film **Století Jedle** a v galerii DOX můžete až do 16. října vidět zajímavou výstavu **Postižení normalitou**. Jedná se o téma soužití většinové společnosti a lidí s postižením. Na říjen se pak chystá konference s pražskou Pedagogickou fakultou.

Dnes jiná postižení než tehdy

„Na fotkách je vidět, že už před vstupem do budovy byly schody, takže ani z dnešního pohledu nebyla bezbariérová, imobilní děti vždycky musel někdo poponést. Děti, které tu žily, většinou neměly končetinu. To podle našich archivů souviselo i se zavedením nových techno-



Dnes navštěvuje „Jedli“ kolem 150 dětí s těžšími handicapy

logií v zemědělství. Dokud se pracovalo cepem, kosou nebo srpem, tak zranění neměla tolik vážné následky,“ říká mluvčí ústavu Radek Musílek. Když pak do zemědělství vstoupila těžká technika, začali stroje, mlátičky apod., přibývalo velmi vážných zranění. Častou diagnózou byla taky rachitida, nemoc chudých, způsobená podvýživou. Ta už dnes zmizela, stejně jako obrna, která díky očkování v Československu v 60. letech přestala existovat.

„Děti, které tu dnes jsou, mají mnohem závažnější handicap. Víc než polovina dětí, které tu máme, má dětskou mozkovou obrnu. Většinou je způsobena přidušením při porodu nebo podobným traumatem. Některé z nich chodí samy, některé kulhají, jiné jsou úplně nesamostatné a potřebují péči 24 hodin denně,“

vysvětluje Musílek. „Pak jsou tu děti s vývojovými vrozenými vadami nebo po úrazech, například hlavy nebo elektrickým proudem. Ale máme tady i děti s progresivními diagnózami, jejichž stav se bohužel postupně zhoršuje, většinou jde o různé ochabování svalů. Medicína je však dnes úplně jiná než za Jedličky.“

Systematický přístup

Podle Musíleka byla společnost na základě válek zvyklá, že jsou tu invalidé, kteří přišli třeba o končetiny, ale vždycky byli v roli žebráků nebo nuzných lidí. To pojetí, že se ten člověk má stát plnohodnotnou součástí společnosti, se objevuje v 19. století, kdy se otevřely první ústavy specializované na různé typy postižení.

„Už to není špitál, kam sebereme všechny chudáky z ulice, kteří neslyší, nevidí, kulhají a tady je budeme krmit kaší jako tehdy. Ale už je to o nějakém systematickém přístupu s nějakou konkrétní skupinou lidí. Dnes jsme speciální škola, rodiče sem ráno přivezou své děti autem, ti starší soběstačnější jezdí sami bezbariérovou dopravou a na noc zase jezdí domů. Druhá polovina studentů tady zůstává od pondělí do pátku na internátu, výjimečně tady mohou zůstat i přes víkend. Ale není to tak, že by tady byli 365 dní v roce. To už patří minulosti. Za komunistů sem některé děti strčili už do školky a byly tu skoro pořád až třeba do konce střední školy. Dnes se daleko víc snažíme, aby byly součástí běžného života a víc času trávily ve své rodině,“ říká Musílek.

Jedličkův ústav sídlí na Vyšehradě, v těsné blízkosti bývalého Paláce kultury.



Rudolf Jedlička zapojoval děti do běžného života. I proto ústav rozvíjel tehdy progresivní řemesla jako např. košíkářství

Říká se, že v dobách, kdy tu probíhaly komunistické sjezdy, nesměly děti chodit ven, aby je soudruzi nezahlédli.

Radek Musílek k tomu říká: „Není to nepravdivé tvrzení, dětem se opravdu říkalo, že teď by ven neměly, protože tady probíhá ta akce. Ale žádné takové oficiální nařízení neexistovalo, spíš to byla autocenzura a obavy zevnitř toho ústavu. Pro zajímavost – oficiální příkaz, že máme zavřít, přišel jedinkrát, a to sice když tady v roce 2000 zasedal Mezinárodní měnový fond a Světová banka. Požádali nás o to z bezpečnostních důvodů, to byl tehdy opravdu úplně prázdný dům.“

Léčba prací, dnes pomáhají kompenzační pomůcky

Dřív se tréninku k soběstačnosti říkalo „léčba prací“. Třeba za první světové války vznikl zajímavý projekt: vojáci, kteří přišli za války o ruce nebo nohy, se s dětmi učili, jak se vrátit zpátky do života. To byla vzájemná terapie, děti těm chlapům dodávaly chuť dál žít, oni zase těm dětem byli trochu tátové.

„Dnes je to mnohem víc o různých

technikách a kompenzačních pomůckách, které umožňují zvládat aktivity každodenního života. Ono se to zdá jednoduché, ale třeba obléknout se na vozíku není úplně snadné, navíc když vám pořádně nefungují ruce. Rozvoj pomůcek je v posledních letech raketový, s příchodem elektroniky se objevuje spousta nových věcí. Děti z dob Jedličky, které tehdy prakticky mohly jen ležet v posteli, jsou dnes soběstačné v pohybu. Za Jedličky sice už trochu existovala kolečková křesla, ale v podstatě to byla židle, ke které kovář přidělal větší kola. Dnes tady máme slečnu, která ovládá vozík pusou, to je úžasný pokrok, jak se člověk může rozvíjet jako osobnost,“ říká Radek Musílek.

Bez jazyka není myšlení

„Máme tu děti, které mají problémy s tvorbou jazyka. Ne, že by jim nefungovala mluvidla. Jednoduše řečeno mají v mozku zádrhel, a proto nedokážou složit větu. Mají problém verbalizovat svoje myšlenky, přitom slyší, rozumí vám. My tady máme lingvistku, která hledá způsob, jak s nimi pracovat. Dost s tím pomáhá třeba znakový jazyk, kdy ona ty lidi učí znakovat to, co chtějí vyjádřit. Dřív se s tímhle vůbec nepracovalo, takové děti byly považovány za nevzdělatelné a byly ponechány svému osudu,“ vysvětluje Musílek. „Ale tihle lidé mají normální inteligenci, je to strašně frustrující, když máte myšlenky, ale nedokážete je vyjádřit. V každé učebnici pedagogiky se dočtete, že bez jazyka není myšlení. Naše lingvistka se to snaží vyvrátit a dokázat, že tito lidé mají jazyk, ale jiný, svůj vnitřní, který se jen s tím naším musí propojit,“ dodává.

Zdroj: Česká televize
Hana Klusová

V sociálním podniku Comercio Trend mají dobrý tým



Zaměstnávat občany se zdravotním postižením, sociálním znevýhodněním či dlouhodobě nezaměstnané si klade za cíl sociální podnik **Comercio Trend s.r.o.** Jedná se o **šicí dílnu**, která se soustředí na výrobu oděvů ze speciálních ESD materiálů, které vynikají schopností odvádět statickou elektřinu.

Pracovní tým je smíšený, pracují zde i lidé s handicapem. K udržení přívětivé atmosféry přispívá i fakt, že **zaměstnanci pracují na principu rovných příležitostí**. Vzájemná komunikace je podpořena účastí zaměstnanců na poradách, kdy přímo napomáhají strategickému směřování firmy. „Cítím se zde dobře a využitá. Jsem ráda, že můžu chodit do práce mezi stejné lidi, jako jsem já. Kolektiv zde je velmi stmelový. Pomáhá nám i dobré firemní zázemí, bezbariérová a dopravní dostupnost a pěkné prostředí.“ sdělila paní Helena Miklová, která je jednou ze švadlen.

Moderní šicí dílna

Firma zároveň dbá na pečlivou přípravu, zaučení a psychickou podporu každého nově příchozího. Nabyté zkušenosti mohou zaměstnanci zúročit při dalším vzdělávání. Jsou pravidelně proškolení, a to nejen po technické stránce, v obsluze strojů a znalosti materiálů, ale učí se také komunikaci v kolektivu, týmové práci, obchodním dovednostem, zvládání stresových situací a motivačním technikám. Díky tomu společnost byla schopna rozšířit svou výrobu i o běžnou konfekci (košile, kalhoty, mikiny), pracovní a sportovní oděvy a bytový textil.

Výnosy z prodeje výrobků jsou z podstatné části investovány zpět do rozvoje podniku.

Kontakt a další informace: Comercio Trend s.r.o., U Tescomy 245, 760 01 Zlín, otevírací doba: po–pá 8–16 h, tel.: 733 532 389, manažerka obchodu Hana Lysáková: hana.lysakova@comercio.cz, www.comerciotrend.cz.

Propagátor rentgenu Rudolf Jedlička, lékař oddaný lidem a vědě



Rentgen vynalezli v roce 1895 a Jedlička ho už o rok později používal. V Praze byl jeho průkopníkem, pracoval s ním denně. Když ale rentgenoval pacienty, nechával pod paprsky i svoje ruce, navíc tehdy neexistovaly žádné ochranné pomůcky. Na všech fotkách má rukavice anebo si schovával ruce, sám si je amputoval. Ozáření pak zřejmě bylo jednou z příčin jeho smrti.

Aforismy

Smířit se s osudem znamená vzdát se nemožného a otevřít cestu možnému.

Osud nás netrestá, jenom pobízí.

Patricie Holečková
<http://aforismy.webnode.cz>

Podpora vstupu zdravotně znevýhodněných na trh práce

Podpora ZP osob s využitím inovativního modelu pomoci. CZ.1.04/5.1.01/77.00122

V květnu roku 2012 odstartoval projekt společnosti MEROSYSTEM s.r.o. zaměřený na způsob podpory zdravotně znevýhodněných osob, který je uplatňován ve Velké Británii. Jde o standardizovaný komplexní model podpory vstupu ZP osob na trh práce, který slučuje komplexní přístup k jednotlivci prostřednictvím odborníků se znalostí specifik různých druhů zdravotních postižení a jejich dopadu na pracovní výkonnost. Zároveň tito odborníci disponují dostatkem informací o místním trhu práce a o zaměstnavatelích nabízejících uplatnění osobám se zdravotním znevýhodněním. Tento typ modelu pomoci ZP osobám bychom rádi přenesli a začali uplatňovat také v českých podmínkách.

V České republice se pomoc osobám se zdravotním znevýhodněním rozděluje na obecnou pomoc při hledání práce realizovanou Úřadem práce ČR a personálními agenturami a na podporu těžce zdravotně postižených, na které se zaměřují poskytovatelé sociálních služeb většinou ve formě asistenčních aj. služeb. Jejich prioritou však není pracovní integrace.

Přejímáme dobré zkušenosti

K realizaci projektu byli přizváni zahraniční partneři, kteří se dlouhodobě angažují v pomoci zdravotně znevýhodněným s vyhledáváním pracovního místa a uplatněním na trhu práce. Společnost **Vocational Rehabilitation Consultants** působí v oblasti pracovní rehabilitace ZP osob a pomoci při jejich vstupu na trh práce, společnost **Rehabilitation Network Limited** se zaměřuje na poradenství a podporu pracovní integrace zdravotně znevýhodněných. Oba partneři, kteří spolu dlouhodobě spolupracují a využívají model pracovní rehabilitace ZP osob ve Velké Británii, se aktivně podílí na realizaci projektu a přenosu tohoto modelu do České republiky prostřednictvím pravidelného mentoringu, odborných seminářů a kontroly.

Schopnost začlenění tohoto modelu pomoci při pracovní integraci zdravotně znevýhodněných bude zhodnocena prostřednictvím **pilotního ověření**, které bu-



*Každému z uchazečů bude vytvořen individuální plán pracovní rehabilitace
Foto: MEROSYSTEM s.r.o.*

de probíhat **v letních měsících tohoto roku**. Cílová skupina postupně projde testováním s využitím inovativního souboru vzájemně se doplňujících testů převzatých od partnerů, na jejichž základě bude pro každého individuálně vytvořen plán pracovní rehabilitace. Plány pracovní rehabilitace budou následně realizovány prostřednictvím plánu vzdělávání a rekvifikace účastníků a jejich podpory k seberozvoji. Účastníci budou dále informováni o možnostech místního trhu práce a zájmu firem o zaměstnávání ZP osob. Bude jim poskytnuta pomoc při hledání pracovního místa, a to jak při vyhledávání nabídek práce, tak i při přípravě na komunikaci se zaměstnavateli. Jednotlivé pracovní plány a jejich realizace bude průběžně evaluována a monitorována zahraničními partnery. Uzavřené případy budou následně systematizovány a typizovány tak, aby sloužily jako příklad pro další využití modelu a podporu ZP osob v České republice.

V prvním týdnu měsíce října 2013 společnost MEROSYSTEM s.r.o. ve spolupráci se zahraničním partnerem uspořádá **konferenci**, jejímž cílem bude sezná-

mit zaměstnavatele a odbornou veřejnost s výstupy projektu. Zahraniční partner zde přednese své znalosti a zkušenosti z pracovní rehabilitace ZP osob ve Velké Británii.

Informujte se a zapojte se

Více o plánované konferenci nebo možnosti připojit se jako účastník projektu do pilotního ověření modelu získáte na internetových stránkách www.inovacezp.cz nebo u projektové manažerky Ing. Dany Šlosárové na tel. čísle **734 766 772** či e-mailu: projecty@merosystem.cz.

Testování 1. pilotní skupiny proběhne v červnu a červenci v Hotelu Maria v Ostravě. Školení se zaměří na soft skills (tzv. měkké dovednosti, např. schopnost asertivního chování, kreativita, práce v týmu) a zúčastnit se může každý s trvalým bydlištěm v Moravskoslezském kraji a po prokázání, že má status zdravotně znevýhodněné osoby (např. rozhodnutí od ÚP). Zároveň v době podpisu dohody o účasti v projektu nesmí být v zaměstnaneckém poměru.

Tento projekt je financován z prostředků Evropského sociálního fondu prostřednictvím Operačního programu Lidské zdroje a zaměstnanost a státního rozpočtu ČR.

Škola, ve které učení není mučení

Soukromá obchodní akademie v Žatci
vychází vstříc i studentům s handicapem – mohou studovat externě

Představte si místo, kde se budete cítit jako doma. Místo, které vám dovolí chovat se přirozeně – být sami sebou.

Než jsem na **Soukromou obchodní akademii v Žatci** přišla, nevěřila jsem tomu, že mohu být ve škole ráda. Jde to vůbec? Ano, opravdu je to možné. První okamžiky strávené v prostředí středoškolském na mě působily velmi svěže – tím pádem jsem se mohla uvolnit a „nebát se“. Nastoupila jsem už s předchozí zkušeností z jiné střední školy a je třeba říct, že jsem nebyla nikdy fanouškem učení. Naopak, záškola u mě tehdy byla na denním pořádku. Nepoznala jsem nic nudnějšího, než se učit něco, co mě nezajímá...

Dočkala jsem se ale velkého překvapení. Hned v prvéku mi padli do oka všichni učitelé. Jejich přístup k nám – postpubertálním týpkům – byl neuvěřitelný. Brali nás prostě jako sobě rovné. Snažili se probudit v nás to nejlepší a „naučit“ nás se učit ve formě zábavy. Dokonalé! Navíc jsme měli tu nejlepší třídní profesorku na světě. Skoro celá třída, až na nějaké výjimky, se pak hlásila na vysoké školy. Stejně tak to je i s handicapovanými studenty. Většina z nich, co dokončila naši školu, se pustila do dalšího studia na vejskách.

Obchodní akademie i Střední průmyslová škola elektrotechnická, která má stejného zřizovatele, dávají k dispozici zdarma učebnice a zahrnou vás skvěle zpracovanými materiály. Učení v těchto školách je prostě zábavou...

Součástí školního života jsou samozřejmě i výlety a různé společenské akce. Prostředí školy ihned zaujme svou domácí atmosférou. Sympatičtí kantoři jsou silně inspirující bytosti, a to nepřeháním.

Určitě se mezi vámi najde někdo, kdo by neměl zahodit šanci využít svých schopností studovat a rozvíjet se. Přijďte se k nám podívat! Školu je možné po předchozí domluvě navštívit kdykoli. Jako jedna z mála škol máme **bezbariérový přístup** a samozřejmě při studiu je **poskytování bezplatného ubytování**. Můžete nahlédnout na webové stránky školy: www.zatecsspse.cz a www.soazatec.cz.

Irena Dušková

Externí – korespondenční studium

Soukromá obchodní akademie v Žatci byla založena roku 1995 Ing.



Alicí Iskerkovou. Sídli ve Svatováclavské ulici v budově bývalého německého gymnázia a později mateřské školy společně se Střední průmyslovou školou elektrotechnickou.

Jako střední škola obchodně podnikatelského zaměření má stejný cíl jako mnoho dalších středních škol s tímto zaměřením – vychovávat budoucí pracovníky především pro ekonomický sektor – ekonomy, účetní, manažery a manažerky, kteří budou schopni své poznatky dále používat a rozvíjet nejen v praxi, ale také při studiu na vysokých školách.

K běžnému prezenčnímu čtyřletému studiu se brzy po založení připojila také **možnost dálkového studia** jak pro pracující, tak i například pro maminky na mateřské dovolené. Zkrátka pro všechny, kteří mají chuť doplnit si vzdělání a na konci pětiletého náročného studia získat maturitní vysvědčení.

Postupem doby začala nabývat důležitosti také otázka **vzdělávání osob se zdravotním postižením**. Pověstnou první vlašťovkou se stal tělesně postižený student Luboš Krejčí, který již úspěšně ukončil prezenční studium. Tehdy na škole neexistovalo nic, co by mu studium jakkoli usnadňovalo, jen dobrá vůle a pochopení všech kolem. Za spolupráce několika občanských sdružení, především **Nadace Charty 77** a při **obětavé pomoci učitelů, studentů, rodičů i řady dalších nadšenců** se podařilo uskutečnit mnoho nápadů, ulehčujících takto handicapova-

ným lidem studium na žatecké OA.

A možná právě tehdy se zrodila i myšlenka umožnit středoškolské studium lidem se zdravotním postižením z celé republiky. Jak takové studium může vlastně fungovat? **Externě, ponejvíce korespondenčním způsobem, s pomocí několika soustředění, jichž se účastní samozřejmě také studující.**

Ačkoli se jedná bezesporu o velice náročný studijní program, výsledky studentů dálkového i externího studia dávají tušit, že nastoupená cesta je správná a přinese v budoucnu to, co od ní studenti a studentky očekávají. Totiž možnost získat lepší uplatnění v zaměstnání, zvýšení společenské prestiže a radost z toho, že něco dokázali. A není toho málo!

Kontakt a další informace:

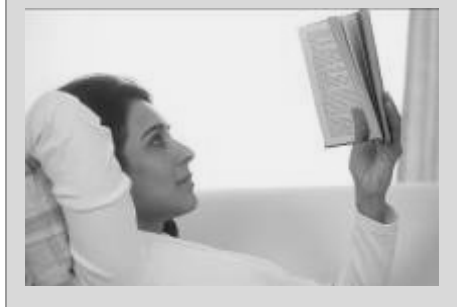
- Soukromá obchodní akademie, Svatováclavská 1404, 438 01 Žatec, sekretariát: Dagmar Weigertová, tel.: 415 726 003, sekretariat@soazatec.cz, ww.soazatec.cz.
- **Informace o dálkové, distanční a kombinované formě studia:** Kateřina Majtová, tel.: 257 314 765, katka.d@soazatec.cz.

Přijímací řízení na dálkové a distanční studium probíhá na základě vyžádaných dokladů od žáků. **Distanční studium je určeno především pro žáky, kteří jsou držiteli průkazů ZP, ZTP a ZTP-P.**

O přijetí ke studiu rozhodne ředitel školy. Přijímací zkoušky se nekonají.

(red)

Nové knihy



Ekonomika neziskové organizace



Stejskal Jan, 270 str., 175 Kč, vydalo Občanské sdružení Koalice nevládek Pardubicka.

Publikace poskytuje čtenářům komplexní pohled na ekonomiku nestátní neziskové organizace. Je zpracována jako ucelený přehled jednotlivých součástí ekonomického řízení neziskové organizace, a to jak v teorii, tak praxi. Skládá se z několika kapitol, jež postupně rozebírají proces fungování neziskové organizace od samotného začátku – tedy vzniku až po řešení běžných každodenních povinností.

Výhodou publikace je, že obsahuje velké množství praktických ukázek a návodů na řešení různých ekonomických problémů, s kterými se často neziskové organizace potýkají.

Publikace má ambici stát se pomocníkem ekonomů či hospodářů neziskové organizace, který dokáže pomoci ušetřit čas a vyvarovat se potenciálních problémů.

Hlavu vzhůru



Malá kniha o přežití. Rychlá pomoc při stresu, vzteku a špatné náladě. Croos-Müller Claudia, 40 str., 139 Kč, Grada.

Tato kniha je určena všem, kdo bojují se špatnou náladou a stresem. Autorka vám ukáže, jak lze tyto nepříjemné pocity překonat velmi jednoduchými cviky – tak jednoduchými, že vůbec nemusíte být sportovní typ, abyste je zvládli. Nepotřebujete speciální oblečení nebo permanentku do fitness centra, nepotřebujete si k tomu vyhradit čas – cvičíte jen tak mimochodem. Stačí vám ale jen malá chvíle a budete se cítit lépe.

Na obrázcích vám Oscar – dobře naladěná ovečka – předvede 12 jednoduchých

a účinných cviků, které čtenářům jakéhokoliv věku pomohou překonat špatnou náladu a zároveň se i pobavit. Ovlivněte svůj nervový systém, provádějte stabilizační cvičení – budete mentálně i emocionálně zklidnění, uvolnění a silní. Posilujete svou odolnost a svou dobrou náladu.

Automasáž pro zdraví



Füchtner Valeria, 96 str., 319 Kč, Grada.

V dnešní době při běžných potížích velmi rychle (a často i neuváženě) saháme po prášku proti bolesti či běžíme přímo za lékařem. Přitom v procesu uzdravení hraje nejdůležitější roli samoléčba a prevence. Není lepší uzdravit se přirozeným způsobem, a to dotykem vlastních rukou?

Vyzkoušejte spolu s námi blahodárnou moc a zázračné účinky pravidelné automasáže. Nechte své ruce se vydat na cestu po svém těle a léčivými dotyky dlaní podpořte své vnitřní i vnější zdraví. Je to jednoduché!

Spánek a snění



Vědecké poznatky a jejich využití v psychoterapii. Plháková Alena, 246 str., 415 Kč, Portál.

Publikace podává systematický a čtivý výklad psychologických a fyziologických aspektů spánku, zaměřený na jeho funkce, stadia i nejběžnější poruchy, včetně přehledu metod jejich diagnostiky a psychoterapie.

Autorka prezentuje nejnovější teorie spánku a snění, výsledky výzkumů spánkové deprivace či vybavování snů. Zabývá se různými druhy snových zážitků, možnostmi jejich interpretace a terapeutického využití. Zvláštní pozornost je věnována lucidnímu a dennímu snění.

Jak na to



Příklady dobré praxe v deinstytucionalizaci. Přípravi: MPSV, 75 str.

Publikace byla připravena v rámci projektu „Podpora transformace sociálních služeb“ financovaného z Evropského sociálního fondu prostřednictvím Operačního programu Lidské zdroje a zaměstnanost. Publikaci mohou využít odborníci i široká veřejnost. Má za cíl podpořit změnu dalších ústavních zařízení na domácnosti v běžném prostředí, tedy na

praktických příkladech ukázat, že to jde. Publikace přináší konkrétní příběhy lidí, kterým se díky novému domovu mimo ústav změnil celý život. Jde o vyprávění s dobrým koncem, kdy se další dobré věci dějí – lidé opouštějících ústavu přibývá.

Publikaci lze stáhnout z internetové adresy: <http://www.mpsv.cz/cs/14687>.

Jak se žije dětem s postižením po deseti letech



Chvátalová Helena, ilustrátorka Kostková Daniela, 152 str., 259 Kč, Portál.

V pokračování první, úspěšné knihy se autorka po deseti letech vrací ke stejným „dětem“ a hovoří s nimi o jejich současném životě, snech a plánech, ale i životních zklamáních apod. Někteří tito mladí lidé vystudovali (či studují) vysokou školu, některé jejich postižení sice nepustilo dál, ale přesto žijí vcelku spokojený život.

Tři z dětí, jejichž osudy představila první kniha, zemřely – ale nebylo to nic neočekávaného, všechny trpěly těžkými genetickými chorobami, které měly beznadějnou prognózu. A i smrt je prostě součástí života. Příběhy mohou být velkým povzbuzením pro rodiče malých dětí s postižením.

Atraktivní bydlení



Tradiční i netradiční bytová architektura. Černíková Helena, 152 str., 119 Kč, Computer Press.

Zařizujete si nový byt či plánujete renovaci toho starého? Nebo byste se rádi ze stísněného bytu přestěhovali do prostornějšího domu a váháte nad jeho výběrem? Pak je tato zajímavá publikace určena právě pro vás. Najdete v ní nejen zajímavé informace o bydlení v minulosti a dnes, ale i spoustu praktických rad a inspirativních podnětů z oblastí současného bytového designu. V publikaci najdete i inspiraci pro bydlení v netradičních objektech, mj. v rodinném domě pro vozíčkáře.

(bf)

Zajímá Vás některá kniha a nechcete za ni utrácet v knihkupectví?

Poohlédněte se po nejbližší bezbariérové knihovně!

Řada knihoven dnes kromě vypůjčování knih také pořádá zajímavé kulturní, vzdělávací a společenské akce.

Na trhu práce máme své místo!

CZP MSK realizuje Integrovaný program ke zvýšení zaměstnatelnosti osob se zdravotním postižením



V Centru pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje v Ostravě

Centrum pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje o.s. realizuje od 15. 4. 2013 do 14. 2. 2015 projekt s názvem **Na trhu práce máme své místo!** (reg. č. CZ.1.04/3.3.05/96.00244). Projekt je spolufinancován Evropskou unií a státním rozpočtem České republiky.

Klade si za cíl podpořit osoby se zdravotním postižením v získání vhodného zaměstnání. Je určen **osobám se zdravotním postižením z Moravskoslezského kraje, které splňují podmínku nezaměstnanosti déle než 6 měsíců a jsou uznány Českou správou sociálního zabezpečení invalidními v I. až III. stupni nebo jsou Úřadem práce ČR uznány osobami se zdravotním znevýhodněním.** Projektové aktivity nejsou určeny osobám s úplnou ztrátou zraku nebo sluchu.

Účastník projektu nejdříve prochází základním **Poradenským programem**, který se zaměřuje především na sestavení životopisu a motivačního dopisu, orientaci na portálech nabízejících práci, využívání všech možností při hledání práce, nácvik pracovního pohovoru apod. Následně je možné se na doporučení sociálního pracovníka účastnit dalších aktivit, které projekt nabízí. Jsou to rekvalifikační kurzy, pracovních-bilanční diagnostika, individuální psychologické poradenství, podpůrné skupiny, kurz základy mezilidské komunikace či prezentace firem.

Podporu k pracovnímu uplatnění osob se zdravotním postižením mohou využít rovněž i zaměstnavatelé, a to prostřednictvím aktivity **Podpora uplatnění na trhu**

práce, kdy můžeme poskytnout příspěvek na mzdové náklady po dobu 6 měsíců pro osobu zdravotně postiženou, které zaměstnavatel vytvoří nové pracovní místo.

Veškeré aktivity projektu jsou pro účastníky zdarma. Projekt je realizován na celém území Moravskoslezského kraje. Bližší informace jsou k dispozici na webových stránkách organizace www.czp-msk.cz, či detašovaných pracovištích Centra pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje o.s. v Bruntále, Frýdku-Místku, Novém Jičíně, Opavě a Ostravě.

Za realizační tým projektu
Mgr. Eva Náhlíková,
Ing. Simona Balastová

Kontaktní údaje:

Centrum pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje o. s.,

■ **Ostrava**, Bieblova 2922/3, Ostrava, 702 00, tel.: 596 115 318, www.czp-msk.cz, czp.ostrava@czp-msk.cz

■ **Opava**, Liptovská 21, 747 06 Opava 6, tel.: 553 734 109, czp.opava@czp-msk.cz

■ **Frýdek-Místek**, Kolaříkova 653, 738 01 Frýdek-Místek, tel.: 558 431 889, czp.fm@czp-msk.cz

■ **Nový Jičín**, Sokolovská 9, 741 01 Nový Jičín, tel.: 556 709 403, czp.novyjicin@czp-msk.cz

■ **Bruntál**, Dr. E. Beneše 1497/21, 792 01 Bruntál, tel.: 554 718 068, czp.bruntal@czp-msk.cz

Náš tip: Schodolezy levně

Jste nezisková organizace poskytující služby i lidem na vozíčku a nemáte bezbariérový vstup do svého objektu ani finance na jeho úpravu? Poříd'te si za levný peníz schodolez (tzv. mobilní schodišťovou plošinu)! Čtete **Vozkovu rubriku Inzerce** – občas se v ní objevují nabídky na levný odprodej schodolezu po zemřelém vozíčkáři či z jiných důvodů.

Schodolezy jsou prostředky pro překonávání schodů osobou sedící na mechanickém vozíku. Z hlediska konstrukce se dělí na pásové a kolečkové. Ty druhé zaberou méně místa a jsou navíc vhodné pro překonání úzkého a točitého schodiště. Pohon obou druhů schodolezů je akumulátorový. Prvky pro uchycení mechanického vozíku jsou buď univerzální, nebo pro konkrétní typ vozíku. Ve srovnání s elektrickou schodišťovou plošinou je schodolez prostředkem pro pasivní přesun vozíčkáře, tzn. že vozíčkář jej nemůže obsluhovat sám, je nutná pomoc doprovodné osoby.



Pásový schodolez



Kolečkový schodolez

Ilustr. foto: www.altech-uh.cz
(red)



evropský
sociální
fond v ČR
EVROPSKÁ UNIE



OPERAČNÍ PROGRAM
LIDSKÉ ZDROJE
A ZAMĚSTNANOST



PODPORUJEME
VAŠI BUDUCNOST
www.esfcr.cz

Vozkův přehled: Stavěcí mechanické a elektrické ortopedické vozíky

Vozka v tomto čísle představuje nabídku čtyř firem z oblasti stavěcích (vertikalizačních) ortopedických vozíků, a to jak mechanických, tak i elektrických. Tyto vozíky umožňují kromě jízdy v sedě také napřímení osoby do stoje a v případě elektrických vozíků i jízdu v této poloze. Nabídka těchto vozíků na našem trhu není příliš široká, jde o speciální vozíky, které ale mají své výhody. Jsou jimi zvýšení manipulačního rozsahu osoby a zdravotní přínosy. Jednoznačnou nevýhodou je vyšší cena, zvláště u těch elektrických.

Při stavění dochází především ke změně ortostatického tlaku. Osoba na vozíku zatíží spodní část těla a zároveň dojde k prokrvení dolních končetin. Vzpřímená pozice pomáhá zažívání, redukuje spasticitu a předchází kloubní kalcifikaci.

Nohy i pánev jsou jištěny fixačním mechanickým zařízením vozíku, čímž je zajištěna bezpečnost a rovnováha stavěné osoby.

Díky stavění se změní dýchání, aktivita a také psychický stav vozíčkáře – vozíky umožňují svým uživatelům jednat „z očí do očí“. Systém se jednoduše obsluhuje ovladačem. Některé umožňují i díky přídatným kolečkům popojíždění, a zvyšují tak mobilitu uživatelů.

Otto Bock ČR s.r.o.

■ Xeno, elektrický stavěcí vozík



Stavěcí vozík umožňující jízdu v interiéru i exteriéru, přední kola jsou ovládaná servomotory. Umožňuje jízdu ve vertikální poloze, bezpečnost uživatele při jízdě „ve stoji“ je zajištěna nízkou polohou stupačky, softwarovým snížením rychlosti a polohou těžiště v zadní části vozíku. Správnou polohou končetin a trupu zajišťují kolenní a laterální peloty, pánevní a hrudní pás. Biomechanická zádoavá opěra se přizpůsobuje během vstávání tělu uživatele.

Cena: od 263 574 Kč, ZP nehradí.

■ Paragolfer, exteriérový elektrický stavěcí vozík



Bezpečná jízda vsedě a stání ve vzpřímené, stabilní pozici. Je velice snadno ovladatelný a bezpečný. Má robustní konstrukci se dvěma vysoce výkonnými motory – zvládá stoupání do 30° a boční náklon do 17°. Výhodou je široká variabilita komponentů a flexibilní nastavení pro různé aktivity – je vhodný např. pro golf, lukostřelbu, rybaření, pétanque a další sporty.



Cena: od 350 000 Kč, ZP nehradí.

Kontakt: Otto Bock ČR s.r.o., Protektická 460, 330 08 Zruč-Senec, tel.: 377 825 044, e-mail: email@ottobock.cz, www.mujoyzik.cz.

PATRON Bohemia a.s.

■ SME – speciální stavěcí mechanický vozík s elektrickým zdvihem



Konstrukci tvoří **odlehčený rám** v barvě zlaté metalízy. K základní výbavě patří čalouněný potah, rychloupínací osy zadních kol, elektrický ovladač odklopné

loketní opěry polyuretanové, výškově nastavitelné, hrudní pás s bezpečnostní přezkou, vyměkčená kolenní podpora. Podnožka je odklopná, výškově nastavitelná.

Předností vozíku je jednoduchá možnost nastavení parametrů vozíku (hloubky sedu, výšky a úhlu kolenní podpěry apod.). Volitelné příslušenství – stabilizační kolečka nebo měkký sedací polštář.

Firma nabízí vozík v šířkách 40 – 44 – 48 cm. Lze ho užívat jako běžný mechanický vozík.

Cena: 81 344 Kč, úhrada VZP 55 000 Kč, doplatek 26 344 Kč.

■ **SMFE – speciální elektrický stavěcí vozík s náhonem na přední kola**



Vyniká **snadnou ovladatelností a má nezávisle nastavitelnou výšku podnožek**. Základní provedení tvoří: ocelový rám, stabilizační kolečka (vpředu), opěrka loketní polyuretanová výškově nastavitelná a odklopná, polohovací zádová opěra elektricky nastavitelná (čalouněná), elektricky ovladač odklopný, podnožka odklopná (výškově nastavitelná), kolenní opěra nastavitelná (hloubka, výška, šířka), bederní pás s bezpečnostní přezkou, kolečka zadní o průměru 175 mm, kolečka přední o průměru 320 mm, baterie 2 x 42 Ah. Lze nastavit hloubku sedáku.

Volitelné příslušenství: postranní plastové chrániče nebo měkký sedací polštář.

Cena: 162 485 Kč, ZP nehradí.

Kontakt: PATRON Bohemia a.s., Českolipská 3419, 276 01 Mělník, tel.:

315 630 120, e-mail: reha.cz@patron.eu, www.patron.eu.

SIVAK medical technology S.r.o.

■ **Dragon Vertic – elektrický stavěcí vozík**



Komfortní sedací systém tohoto vozíku vás snadno zvedne do stoje, a to pouhým zmáčknutím ovladače vozíku. V této pozici můžete i popojíždět. Rychlost stavění a opětovného sedání je bezpečně kontrolována přímo uživatelem. Fixace kolen je odklopná vpravo či vlevo a pro standardní jízdu může být odstraněna úplně. Hloubka sedu, délka podnožek, vypětí zádové opěrky a výška sedu je nastavitelná dle potřeby. Úhel zádové opěry může být nastavován elektricky pro optimální komfort při řízení vestoje.

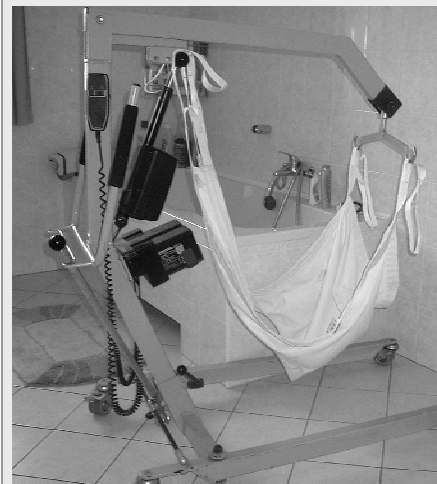
Maximální výška je 172 cm, nosnost 100 kg a dojezd cca 25 km.

Cena: 140 945 Kč, úhrada ZP pod kódem 07/0023668 – 136 000 Kč, doplatek 4 945 Kč.

Kontakt: SIVAK medical technology s.r.o., Jana Masaryka 1713, 500 12 Hradec Králové, 495 220 684, e-mail: sivak@sivak.cz, www.sivak.cz.

(pp) (dz)

Pojízdný zvedák do vany



Pro imobilní osoby, které nejsou schopny přesunu z vozíku na vanovou sedačku opřenou o okraje vany nebo na vanový zvedák, který je umístěn přímo ve vaně, je řešením pojezdový vanový zvedák. S jeho pomocí je možné osobu spustit a opětovně vyzdvihnout z vany. Pro tento účel je však nutno vanu přizpůsobit tak, aby pod ní byly dva malé otvory nebo jeden velký otvor (na snímku) pro zajištění pojezdových ramen. Tento zvedák slouží k přemísťování imobilních pacientů nejen do vany, ale také z postele na vozík, na WC, do auta apod.

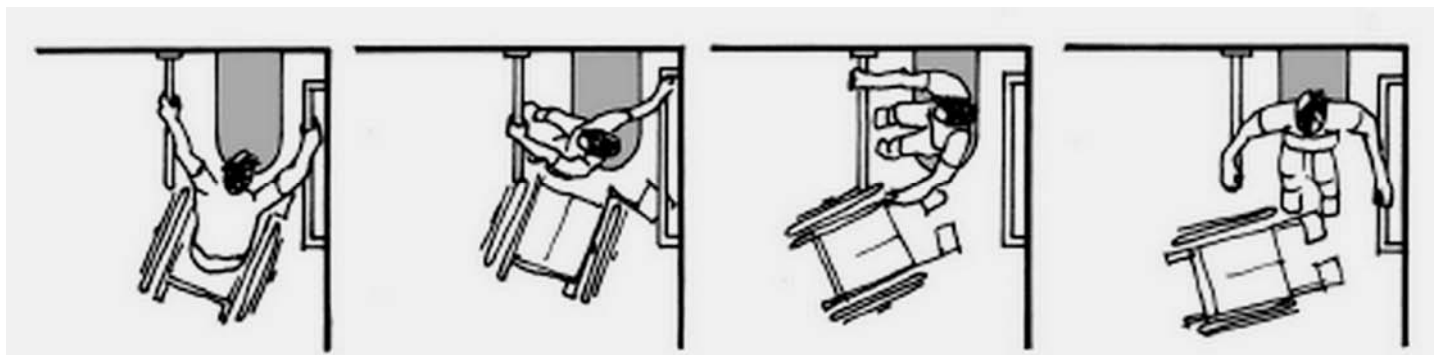
Svislý zdvih zvedáku je zajišťován baterií napájeným elektropohonem. Pojezd je ruční, zajišťuje ho obsluha. Pojezdová ramena se čtyřmi otočnými kolečky jsou rozevíratelná, což zvyšuje stabilitu zvedáku. Zadní pár pojezdových koleček je vybaven nášlapnými brzdami. Pro přepravu lze zvedák složit do transportní polohy bez použití náradí. Těchto zvedáků je celá řada a byly tématem přehledového článku v jednom z dřívějších čísel *Vozky*. Dodavateli zvedáků jsou např. firmy Ortoservis, Solift, Medicco, Sivak, DMA, Meyra.

Na snímku lze vidět i keramickými obklady obloženou plastovou vanu. Obložení má půdorys shodný s půdorysem vany, proto krajní rohy nejsou tvořeny ostrými tvrdými obklady, u kterých existuje riziko poranění při přesunu nejen pro imobilní, ale i pro zdravou osobu. Rohy jsou součástí plastové vany, tedy oblé. Obezdní přední stěny vany je opatřeno otvorem pro zajištění spodních pojezdových ramen zvedáku.

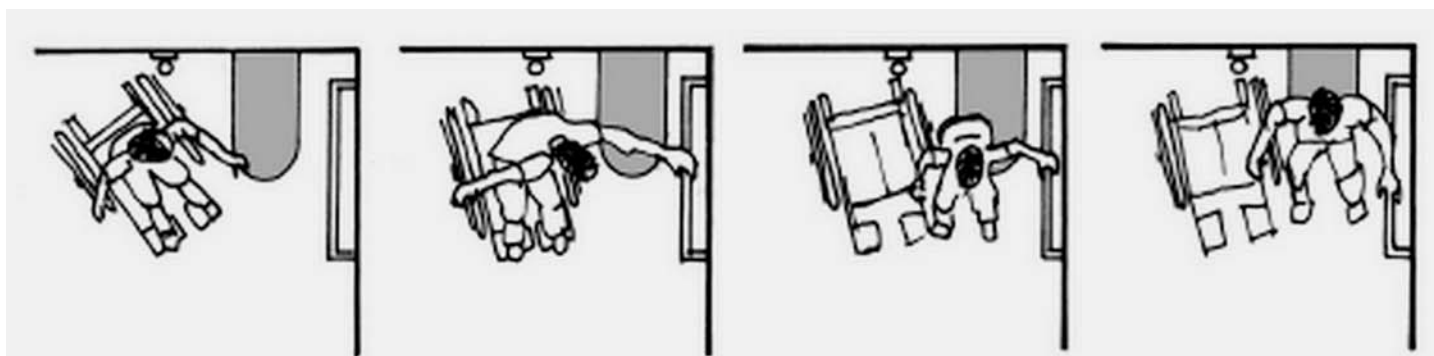
(dz)

Foto zaslal: Josef Procházka, Praha

Jak se přeseďá z vozíku na WC



1. varianta, kterou postupuje cca 44 % vozíčkářů



2. varianta, kterou postupuje cca 21 % vozíčkářů



3. varianta, kterou postupuje cca 35 % vozíčkářů

Zdroj: katalog firmy Villeroy & Boch
Převzato z publikace: Ing. arch. Daniela Filipiová,
Projektujeme bez bariér, 2002 (se svolením autorky)

Hlavní zásady při úpravě WC

Obecně by WC mísa měla být ve výši 45–50 cm, dvě sklopná madla s držákem na papír ve výši 78 cm, rozteč madel po stranách WC mísy 60 cm. Protože však jde o značně individuální záležitost (závisí na výšce postavy a druhu tělesného handicapu), je vhodné si rozměry přizpůsobit přesně na míru. Doporučujeme proto vyzkoušet si někde bezbariérově upravené WC (v rehabilitačním ústavu, u kolegy vozíčkáře, v hypermarketech apod.) a následně vycházet ze získaných zkušeností. Při sedu na míse by se chodidla měla celou svou plochou dotýkat podlahy a měl by být umožněn bezrizikový předklon trupu. Madla by svou vzájemnou roztečí, výškou nad podlahou, vzdáleností od mísy, ale

i od bočních stěn, měla umožnit snadné vyklonění trupu do stran pomocí dlaní i přitahováním se loktem zapřeným zvnějšku za madlo.

Nejvhodnějším typem WC mísy je konzolová mísa. Ta umožní své osazení přesně do požadované výšky a snadnější přiblížení se vozíčkáře k WC míse. Pokud máme mísu klasickou, kterou potřebujeme zvednout, podezdíme ji tak, aby sokl PŘESNĚ kopíroval půdorys nohy mísy. Velmi vhodným doplňkem umožňujícím mokrou očistu je elektronický bidet montovaný místo prkénka. Je napojen na přívod vody a elektrickou zásuvku.

Připravil: (dz)

„Bezbariérový byt“ nemusí být bezbariérový

Prahy, přístupná kuchyňská zařízení nebo odpovídající vana nejsou detaily!

Osmnáct let bydlí v Milířích Edvard Lotko. Svůj nový domov našel v roce 2009 v jednom z přízemních bytů zrekonstruované bytovky. Kvůli zdravotnímu postižení musí pan Lotko používat ortopedický vozík. Jaké bylo jeho překvapení, když po nastěhování zjistil, že **obecní byt – původně prezentovaný jako bezbariérový – byl plný nástrah, které mu komplikovaly život.** Zvýšený práh vchodových dveří, nevyhovující kuchyně i koupelna – to byly bariéry, s kterými se horko těžko vyrovnával. Po čtyřech letech se pan Lotko dočkal. Největší bariéra v koupelně byla odstraněna, v kuchyni se naučil pohybovat a vysoký práh doplnil dřevěný nájezd.

Zdravotní vana?

Největším problémem byla koupelna s nezvyklou vanou. Standardní vana je vysoká padesát centimetrů. „Ta moje byla plastová a vysoká padesát pět centimetrů.

Prý údajně zdravotní,“ říká pan Lotko. Kolega mu udělal nástavbu a upravil sedačku, aby se mohl vůbec umýt.

O jakou vanu šlo? Byla to vana s vnitřními prolisy a opěrkami. To samozřejmě panu Lotkovi vadilo. Nemohl použít sedačku do vany a měl další potíže. Psal na několik míst, mj. ombudsmanovi nebo Národní radě zdravotně postižených ČR. Tam mu poradili, že má **bud' požádat obec s rozšířenou působností o zřízení bezbariérové koupelny, nebo vše realizovat z vlastních zdrojů. Třetí možností byla pomoc obce Milíře.**

Nakonec mu po čtyřech letech vyšla vstříc obec. Koupelna je konečně bez vany a bez bariér. „Tak jako si pomoci madel přesednu z mechanického vozíku na elektrický nebo na záchod, tak si nyní mohu snadno přesednout na sedačku v koupelně. Vozík posunu dále a mohu se umýt. Je to pro mě otázka několika minut a hlavně je to bezpečné. Podlaha je totiž



neklouzavá,“ usmívá se pan Lotko. Celkové náklady na přebudování koupelny na bezbariérovou vyšly obec na částku přesahující dvacet tisíc korun.

Pan Lotko má další nápady, jak zlepšit svůj byt. Například by chtěl realizovat ochranu stěn před poškozením od kol vozíku nebo dálkové otevírání dveří pro případ náhlého kritického stavu.

Zdroj a foto: Tachovský deník (red)

Radíte si: Úprava WC

Dobrý den,
posílám vám obrázek našeho nově upraveného WC. Máme doma vozíčkáře a peněz není nazbyt. A tak jsme přemýšleli, jak to udělat jednoduše a levně. Snad to naše řešení pomůže inspirovat i jiné vozíčkáře.

- Šířka místnosti WC je „klasická“ paneláková – 90 cm.
- Jedinou stavební úpravou bylo vyřezání stávajících úzkých zárubní. Místo nich je panel jen obložen lištami ze zbytků plovcové podlahy. Později budou zvenčí ukotveny posuvné dveře (zatím tam máme provizorně jen závěs). Novými předměty jsou mísa, nástavec na mísu a jedno sériové madlo. Do rozvodů vody či elektřiny se nezasahovalo.
- Boční zdi jsou obloženy obyčejnými polystyrénovými stropnicemi, na zadní stěně je nalepen korek. Na podlaze je položena nová dlažba.
- Práci provedl zdarma náš syn

(je zedníkem). Náklady na vybavení (zatím bez posuvných dveří) činily jen 4 600 Kč, přičemž nejvyšší položkou byla mísa WC (1 800 Kč) a dlažba (420 Kč/m²).

Janka Dunková

Pozn. red. (dz): Pokud jde o příspěvek na úpravu koupelny a WC, **od 1. 1. 2012** se na něj vztahuje ustanovení vyhlášky č. 388/2011 Sb. MPSV ČR podle § 37 zák. č. 329/2011 Sb., o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením. **Příspěvek se poskytne na stavební práce spojené s rozšířením dveří a na stavební práce spojené s uzpůsobením koupelny a WC; jsou to stavební práce a s nimi nezbytně související materiál na úpravu (nikoli o obklady, podlahové krytiny, sanitu apod. jako dříve).**



Spinální rehabilitační jednotka Hamzovy léčebny v Luži-Košumberku slaví 20 let!

Dva tisíce odléčených – taková je bilance dvacetileté existence Spinální rehabilitační jednotky v Luži-Košumberku, která byla otevřena v r. 1993 právě v měsíci dubnu. Toto specializované pracoviště má celostátní význam, je jedním ze tří hlavních center v ČR, i když oproti Kladrubům i Hrabyni je lůžkově menší. Spolupracuje se všemi traumacentry ČR a je jedním z mála oddělení tohoto typu i pro léčbu dětí s poškozením míchy.

U zrodu spinálního programu stál v ČR pan prof. MUDr. Peter Wendsche, který jako první otevřel v roce 1992 akutní Spinální jednotku v Úrazové nemocnici v Brně. Programově navazující na péči v Brně se stala právě Spinální rehabilitační jednotka (dále SRJ) v Hamzově odborné léčebně pro děti a dospělé v Luži-Košumberku, tehdy s 12 lůžky. Na otevření tohoto specializovaného pracoviště měl podíl celý tým pracovníků Hamzovy léčebny, ale významnou aktivní roli měli ředitel rehabilitačního ústavu MUDr. Václav Volejník, CSc., MUDr. Lia Vašíčková (Frantalová) a prim. MUDr. František Brom.

„Spinální program byl v ČR kontinuálně organizačně rozvíjen od roku 1993. Vycházel z nutnosti vytvořit specializované jednotky zajišťující komplexní ucelenou léčebně-ošetrovatelsko-rehabilitační péči. Formálně byly všechny spinální rehabilitační jednotky postupně otevřeny o deset let později na základě rozhodnutí MZ,“ říká pro VOZKA Václav Volejník, ředitel Hamzovy léčebny.

V Luži byl program vyhlášen již dříve, právě díky spolupráci s brněnskou klinikou a také díky tomu, že pracoviště v Luži mělo jako jediné vypracován i program pro léčbu dětí s postižením míchy.

Dobré jméno léčebny

Po celou dobu existence SRJ v Luži je hlavním „tahounem“ tohoto pracoviště MUDr. Miroslava Sílová, která je primářkou celého pavilónu G, jehož součástí je i SRJ.

Umístění spinální jednotky v nejvyšším patře pětipatrové budovy pavilónu G se zprvu zdálo být nelogické. Ale i to byl záměr. Nádherný výhled z terasy do okolních lesů je jedinečný. Pobyt na terase pavilónu je pro pacienty vlastně určitou částí jejich léčby a je velmi hojně využíván.

Díky aktivitě a špičkové erudici MUDr. Vašíčkové (Frantalové) si SRJ



Obr. 1: Pavilóny G a D spojené nadzemní chodbou – pohled z terasy SRJ

brzy získala dobré jméno. V roce 2001 se kapacita lůžkové části rozšířila z původních dvanácti na současných dvacet čtyři lůžek. Léčebna se v roce 2005 úspěšně rozhodla pro nadzemní a bezbariérové propojení s pavilónem D (obr. 1), kde se léčí pacienti, kteří již rozsah a vybavení SRJ nepotřebují. Během let se neustále zkvalitňuje péče dle standardů, rozšiřuje přístrojové vybavení a podporuje vzdělávání personálu oddělení. Hamzova léčebna a její spinální jednotka byla prvním zařízením následné péče, které v ČR získalo akreditaci dle standardů SAK.

„Můžeme být spokojeni, že jsme pomohli mnoha takto handicapovaným pacientům najít nové začlenění do kvalitního života“, hodnotí dvacetileté období primářka oddělení Miroslava Sílová.

Slova paní primářky potvrzují skutečnost, že bývalí pacienti do léčebny rádi zavítají i jen tak na návštěvu, pokud jim to čas umožní. Jsou totiž většinou v plné životní aktivitě. Důkazem toho jsou také milé návštěvy naší první pacientky spinální jednotky, paní Lenky Zárubové Nárovcové (obr. 2 a 3), která je i spokojenou maminkou.

Multidisciplinární tým a špičkové vybavení

V současné době poskytujeme v léčebně ucelenou rehabilitační péči v kom-



Obr. 2: Ředitel Hamzovy léčebny Václav Volejník a paní Lenka Zárubová Nárovcová

pletním multidisciplinárním týmu a s výtečným vybavením v oblasti přístrojové. Trvale se zvyšuje i potřebná specializace personálu v ošetřovatelských a fyzioterapeutických procesech. Všechny cvičebny jsou samozřejmě vybaveny kvalitními stoly s Redcordy, plně vybavená je také mechanoterapie. Jako jedni z prvních využíváme speciální vertikalizační lůžko Erigo s dynamickým pohonem dolních končetin. Samozřejmě je poskytován vodoléčba, ergoterapie a ostatních procedur fyzikální terapie. Aplikujeme i hipoterapii jako přímou součást léčebného procesu. Pacient je během pobytu na oddělení vybaven protetickými pomůckami.

Příjemný pobyt po všech stránkách

Během dlouhodobého rehabilitačního pobytu, kdy pacient bojuje s mnoha strastmi fyzickými i psychickými, se mu snažíme pobyt zpříjemnit nabídkou kulturních akcí. Pořádáme koncerty pod širým nebem, cestovatelské přednášky, opékání a grilování či procházky arboretem. K nejzajímavějším a oblíbeným patří procházky s výkladem „patrona“ arboreta, pana Václava Větvíčky.



Obr. 3: Lenka Zárubová Nárovcová při procházce prakem spojené s výkladem Václava Větvíčky, odborného garanta Hamzova parku a arboreta

Výlety do okolí nebo návštěva bezbariérově zpřístupněného poutního chrámu na Chlumku (obr. 4), jsou nemalým rozptýlením či kulturním zážitkem. Pomocí výtahu, který byl velmi citlivě zasazen do jedné z bočních kaplí ambitu, je umožněno návštěvníkům z léčebny se dostat až do chrámu a zhlédnout jeho nově rekonstruované prostory nebo se zúčastnit mše. Na bezbariérovém přístupu do chrámu se Hamzova léčebna také zčásti podílela. V zádveří výtahu je nainstalována multi-

mediální prezentace o historii města, chrámu i hradu Košumberk, dlouholetého sídla Slavatů. V sezóně jsou tyto historické objekty přístupné každý den.



Obr. 4: Bezbariérový vstup do poutního chrámu na Chlumku

Jednou ročně je díky aktivitě samotných bývalých pacientů a za pomoci týmu pracovníků SRJ v Luži pořádán Spinální ples, který má dlouholetou tradici a kde je vždy přítomno velké množství pacientů, kteří již byli propuštěni a jsou třeba i mnoho let po vzniku míšního poranění. Kontakty a vztahy, které vzniknou při prvopobytu na jednotce bývají často dlouhodobé až celoživotní (obr. 5).



Obr. 5: Miroslava Sílová, primářka oddělení spinální jednotky se svými pacientkami

Naši pacienti získávají kontakty a informace o sportu pro handicapované také prostřednictvím občanského sdružení TJ Léčebna Košumberk, které je součástí federace Spastic handicap. Mají možnost si vyzkoušet např. stolní tenis, kulečnick, závěsný kuželník, šachy, plavání, cyklistické i atletické disciplíny, boccii a lukostřelbu.

Připravujeme podmínky k plnohodnotnému životu

Je jen málo dalších nemocí či poranění, které tak významně a trvale ovlivňují

život člověka, jako je poranění míchy se všemi svými důsledky. V posledních letech se péče o pacienty s tímto druhem postižení v našich krajích značně zlepšila. Základem k tomu byl a je spinální program, který péči uceluje, systematizuje a konkretizuje. K tomu všemu je nutný komplexní multidisciplinární přístup léčebně-rehabilitačního týmu s respektováním individuality každého jednotlivého člověka zasaženého touto krutou životní ranou.

Je radostné, že se situace zlepšuje a po letech vidíme některé naše pacienty, jak mají rodiny, pracují, věnují se zálibám a žijí spokojený život. Ne vždy se to podaří, ale zůstává to tím nejdůležitějším cílem celé rehabilitace.



Obr. 6: Paní Lenka Zárubová Nárovcová se svojí rodinou

Naším mottem budiž, aby pacienti co nejvíce vnímali tuto osudovou zkoušku jako nový začátek. Začátek něčeho jiného, novou šanci, kdy mohou najít jiné dimenze a smysl života, mohou být prospěšní svému okolí i společnosti a mohou být v životě šťastní. My jim k tomu musíme připravit podmínky (obr. 6).

„Na spinální jednotku v Hamzově léčebně jsem se vždy ráda vracela, už jen proto, že mi zachránili život a vždy se o mě dobře starali. Pravidelně jsem se setkávala s lidmi, které znám a poznávala nové lidi, což je moc fajn. Teď už bohužel nejezdím, mám práci a malé dítě, tak není kdy jet, ale když je příležitost, ráda se zastavím aspoň se na chvíli podívat, co je v léčebně nového,“ říká Lenka Zárubová Nárovcová.

Autor: MUDr. Pavel Remeš
(Pro časopis *Vozka* text upravili Jana Zavřelová a Václav Volejník)

„Musíme pacientům připravit podmínky k tomu, aby svou osudovou zkoušku vnímali jako nový začátek, jako novou šanci...“

Zachraňme Vesnu!

Stop likvidaci lázeňství v ČR



Vesna je umístěna v krásném klidném prostředí. www.lecebne-lazne.cz

Vyhláška ministerstva zdravotnictví z roku 2012 o stanovení Indikačního seznamu pro lázeňskou léčebně rehabilitační péči pro dospělé, děti a dorost, znamená de facto likvidaci českého lázeňství. Například **Státní léčebné lázně Janské Lázně** se díky novým pravidlům dostaly do vážných ekonomických problémů a reálně hrozí uzavření **dětské léčebny Vesna** a propouštění zaměstnanců. Péče o děti by měla být přestěhována do jiných objektů, které jsou ale pro pobyt dětí absolutně nevhodné.

S těmito kroky nelze souhlasit

Situace kolem dětské léčebny Vesna v Janských lázních se dramaturgizuje. Rodiče dětí připravili sérii protestních akcí, do kterých se postupně zapojují další organizace. Například Svaz pacientů ČR, Odborový svaz pracovníků sociální péče a zdravotnictví, zaměstnanci lázní, Sdružení lázeňských míst v ČR a další organizace. NRZP ČR tuto akci podporuje. Dětská léčebna Vesna významným způsobem pomáhá dětem se zdravotním postižením zapojit se do normálního života. Iniciativa maminek dětí v Janských lázních připravila sérii akcí na podporu zachování léčebny Vesna. Jednou z těchto akcí je „**Petice proti omezení kapacity lázeňské péče pro děti a uzavření komplexu Vesna**“.

Protestní shromáždění na Den dětí

Petice bude předána Parlamentu ČR. Ke konci května ji podepsalo přes dvacet tisíc lidí. Organizátoři petice zároveň připravili protestní shromáždění, které se konalo symbolicky na Den dětí 1. 6. 2013 na Kolonádě v Janských lázních. „Situace kolem léčebny Vesna je dalším kamínkem toho, jak se postupně likviduje jedno odvětví za druhým,“ říká předseda NRZP ČR Václav Krása. „Společně se nám po-

dařilo porazit sKartu. Věřím, že se nám společně podaří zachránit Vesnu!“ dodává.

Vesna je umístěna v krásném, klidném přírodním prostředí, které propůjčuje léčebně vysloveně horský ráz. Její velkou výhodou je, že všechny složky léčebné péče jsou poskytovány v jednom objektu. Léčebna má sedm lůžkových oddělení podle věku dětí, dvě rehabilitační oddělení, základní a mateřskou školu, klubovny, kino a moderní tělocvičnu. Balneoprovoz je rozdělen do dvou skupin podle věku dětí a jeho součástí je moderní termální bazén se zvedacím dnem. Komplex je bezbariérový i co se týče vnitřního vybavení.

Kdo chce likvidaci lázeňské péče? MZ prý ne...

Ve čtvrtek 23. 5. se sešel mimořádně Výbor pro zdravotnictví Poslanecké sněmovny, aby se zabýval problematikou lázeňství v souvislosti s ohrožením Dětské léčebny Vesna v Janských lázních.

Ministr L. Heger nepřijal žádnou odpovědnost za současný stav lázeňství, i když je zřejmé, že české lázeňství je ohroženo především vydáním už zmíněného nového indikačního seznamu, který výrazným způsobem omezuje délku lázeňského pobytu, ale také dochází k restrikci některých zdravotních indikací v nároku na lázeňskou péči. V praxi to znamená, že není ohrožena jenom léčebna Vesna, ale výrazně jsou v ohrožení všichni, kteří potřebují k udržení svých funkcí lázeňskou péči.

Ministerstvo zdravotnictví mezitím odvolalo ředitele Janských Lázní Romana Koudeleho. Jako krizový manažer státní léčebné lázně od června povede Josef Šimurda. Odvolání ředitele ministerstvo zdůvodnilo soustavným zhoršováním ekonomické situace lázní. **Navíc uvedlo, že si nepřeje uzavřít dětskou léčebnu Vesna.** Zástupkyně petičního výboru Hana Pánková označila odvolání ředitele za překvapivé. Koudele podle ní dělal maximum pro to, aby lázně zůstaly zachovány. „Klíčová není změna vedení, ale indikačních seznamů. Bez jejich změny nelze lázně zachovat,“ řekla Pánková.

Josef Šimurda označil situaci v lázních za komplikovanou. „V první řadě udělám maximum možného, aby péče o dětské pacienty zůstala v léčebně Vesna zachována,“ řekl.

(Stav k uzavěrce Vozky); (hk)

Chlapec s obrnou po unikátní léčbě chodí sám

BERLE ZAKOPE

Patnáctiletý Vojtěch Koval z Brušperku se poprvé v životě postavil – doslova – na vlastní nohy. Díky unikátní čtyřtýdenní léčbě, tzv. **kosmoterapii**, kterou za poslední rok již dvakrát absolvoval v **Sanatoriích Klimkovice** na Ostravsku, může odložit i francouzské hole. Bez těch se chlapec s dětskou mozkovou obrnou (DMO) dosud neobešel.

„Po první Klim-therapy vloni v srpnu jsem dal pryč francouzské berle a začal chodit s vycházkovou holí. Letos, po březnové terapii, jsem odhodil i ji,“ uvedl Vojta. Teď má před sebou další cíl – zbavit se strachu z prostoru a dokázat se pohybovat sám po městě.

Rehabilitační metoda pro děti od americké fyzioterapeutky Isabely Koscielny, kterou Vojta absolvoval, bývá nejčastěji přirovnávána ke kosmickému pavoukovi. Při některé části terapie jsou totiž děti oblečeny do stabilizačního oblečku pro kosmonauty, jejich ruce a nohy fyzioterapeutka připoutává lany na kladky umístěné na cvičební kleci. Pak se tři hodiny tvrdě cvičí, dítě se například učí, jak udělat krok a zastavit se.

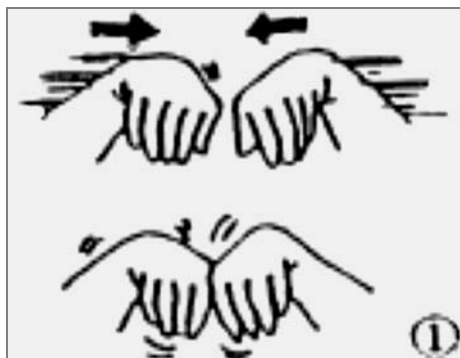


„Jeho posun je fantastický,“ říká Vojtova fyzioterapeutka Markéta Hurníková.

Pro všechny nemocné DMO i jejich blízké je nepřijemnou okolností skutečnost, že zdravotní pojišťovny tuto terapii neproplácejí. Za čtyřtýdenní léčbu tak rodina zaplatí 93 tisíc korun. Samoplátecký program je však možné navázat na lázeňský komplexní program, kde pojišťovna zaplatí ubytování, stravu a podpůrné procedury. V tomto případě rodiče zaplatí 47 200 korun. Kovalovi kvůli synovi zrušili i stavební spoření, pomohla jim ale i veřejnost. „Musíme poděkovat všem lidem, kteří nám pomohli. Moc si veškeré pomoci vážíme,“ neskrýval dojetí Bohuslav Koval, tatínek chlapce.

Zdroj a foto: Právo (bf)

Deset technik rukou pro uvolnění těla, mysli a ke zlepšení zdraví



1. Klepání tygřími tlapami – 36× vodorovně o sebe

Stimulace dráhy tlustého střeva, prevence a léčba obličejové části, např. rozostřený zrak, rýma, bolesti v ústech, bolesti zubů, bolesti hlavy, prevence proti chřipce a nachlazení.



2. Klepání hranami dlaní o sebe – 36×

Stimulace dráhy tenkého střeva, prevence a léčba bolesti hlavy a ztuhnutí krku, uvolnění šíjových svalových skupin, prevence kostních výrůstků a degenerativních změn kostí.



3. Klepání zápěstími o sebe – 36×

Stimulace dráhy srdce a osrdečníku, prevence a léčba onemocnění srdce, bolesti na hrudi, tíseň na hrudi, uvolnění tíživé nálady.



4. Spojování tygřích tlam klepáním o sebe – 36× a...



5. Spojování 10 prstů se vzájemným poklepáváním – 36×

Prevence a léčba nemocí krevního oběhu na koncích končetin, např. brnění rukou, nohou aj., problémy se vzdáleným krevním oběhem.



6. Pěst levé ruky udeří do středu pravé ruky – 36× a...



7. Pěst pravé ruky udeří do středu levé ruky – 36×

Odstraňují únavu a povzbuzují ducha.



8. Tleskání hřbety dlaní – 36×

Vyrovňuje funkce vnitřních orgánů, slouží jako prevence i léčba cukrovky.



9. Tření a hnětení uší – 36×

Zlepšuje oběh v očích, obličej, mozků a dalších částech těla (na ušním lalůčku je mnoho akupunkturních bodů).



10. Tření dlaní o sebe – 6× do zahřátí, zlehka přikrýt obě oči, kroužení očima doprava, doleva – 6×

Prevence krátkozrakosti, špatného zraku ve stáří, rozmazaného vidění.

Připravila Blanka Falcníková

Motivací může být pohlazení blízké osoby Rehabilitace musí bolet

Před dvěma lety měla Monika Henčlová sto kilo (187 cm), špatně dýchala, téměř nemluvila a byla v tzv. plodové poloze. „Roztroušenou sklerózu a špatné dýchání mám pořád,“ říká, „ale už mám 60 kilo, mluvím a dovedu sedět na kolečkovém křesle, nebo – s pomocí partnera – přímo na gauči.“

Rehabilitace třikrát týdně Moniku dost vyčerpává, ovšem navíc ji zaměstnává i zajímavý partnerův nápad.

„Jde o elektrický proud v mém těle. Vycházíme z informací odborníků, že mozek si vytvoří nové koleje. Nečekejte rovných 230 voltů, určitě nesvítím. Jedná se o lékaři používaný přístroj s malinkatým napětím. Upozorňuji však, že to chce pravidelný trénink, dřinu, a trochu to bude bolet, protože namožené svaly mají bolet. Samozřejmě, že výsledek není hned, není to v rychlosti, na kterou jste byli zvyklí a výdrž je také menší, ale cesta tu je a původně neschopnou ruku lze zvednout. Od ledna do Velikonoc se mi podařilo rozhybat palec a ukazováček pravé ruky a v květnu se začal hýbat palec levé ruky.“

Na téma bolesti Monika Henčlová pak dodává: „Rehabilitační lékařka v lázních Klimkovice tvrdí, že rehabilitace musí bolet a já s ní souhlasím. Sebe přidávám jako doklad jejích slov. Jenže bolest může být nakonec příjemná – a potěšující i nezbytně důležitou motivací může třeba být obyčejné pohlazení blízké osoby...“

Monika Henčlová, Jiří Muladi
Ilustr. foto: www.markgraefler.de



Rehabilitace pomocí elektrostimulátoru

Nový způsob rehabilitace založený na pozitivním účinku elektrického proudu otestovala fakultní nemocnice U svaté Anny v Brně. Do výzkumného projektu lékaři zařadili pacienty, kterým selhaly ledviny.

„Metoda je založená na elektrických impulzech o nízké frekvenci od desíty do padesáti hertzů. Ty při dlouhodobém účinku dělají sval odolnější vůči únavě a také stabilizují krevní tlak,“ říká přednosta Kliniky tělovýchovného lékařství a rehabilitace Petr Dobšák. „Tuto metodu mohou používat pacienti, pro které je

klasické cvičení nepřijatelné.“

Např. pacientka H. S. (74 let) s chronickým onemocněním ledvin musí pravidelně chodit do nemocnice. Na dialýze si tak za týden poleží asi patnáct hodin. Důsledkem toho je pokles síly svalů a zvýšená únava. Lékaři jí třikrát týdně pomocí elektrod na těle a elektrostimulátoru hodinu dodávali impulzy. Od té doby lépe chodí a cítí se dobře.

„Teprve s tím začínáme, v Česku je to neprošlapaná cesta,“ řekl přednosta II. interní kliniky Miroslav Souček.

(di)

Co je svalová dystrofie?

Svalová dystrofie je široký termín pro označení genetických onemocnění, které postihují svalstvo. Jsou to genetické vady, pro které je typické ochabování svalstva. Snižuje se síla ve svalech a dochází k postupnému úbytku svalové hmoty. Takto postižení brzy ztrácí možnost chůze a sebeobsluhy. V pozdější fázi nemoci mnohdy potřebují ke svému životu dýchací přístroj. Lék na toto onemocnění zatím neexistuje, lze jen částečně zpomalit průběh oslabování svalstva.

Asociace muskulárních dystrofií v ČR je organizací s celostátní působností a poskytuje takto postiženým potřebné informace o zdravotních i sociálních dopadech tohoto onemocnění, léčbě, nových poznatcích z výzkumu a mnoha dalších oblastí.
www.amd-mds.cz

Činnost naší organizace můžete podpořit zasláním DMS.

Jednorázové heslo ve tvaru: **DMS AMD**

Heslo pro opakované zaslání DMS jednou měsíčně po celý rok: **DMS ROK AMD**

DMS odešlete na číslo: **87 777, SMS je 30,- Kč, AMD bude připsáno 27,- Kč**

z každé SMS, službu zajišťuje Fórum dárců.

www.darcovskasms.cz, www.darujspravne.cz, www.donorsforum.cz

Číslo transparentního sbírkového účtu: **6280211001/5500**

Asociace muskulárních dystrofií v ČR, Petýrkova 1953, 148 00 PRAHA 4,
Tel.: +420 272 933 777, IČ: 16190254, e-mail: info@amd-mds.cz,
web: www.amd-mds.cz

bezBAR

Hit loňského léta opět míří na festivaly

Na několika loňských akcích způsobil doslova senzaci, často se u něj tvořily fronty. A ještě častěji se o něm mluvilo. Řeč je o putovním baru obsluhovaném vozíčkáři s příznačným názvem bezBAR. Nevšední občerstvovací stanice se díky Nadaci OKD a programu Zážitky bez bariér opět vypraví na několik festivalů.

„Po loňské první sezoně je jasné, že bezBAR dokáže prolomit ledy mezi běžnou populací a handicapovanými lidmi,“ řekl Jiří Suchánek, ředitel Nadace OKD.

A odtud už je jen krůček k jednomu z hlavních cílů těžařské nadace, tedy integraci zdravotně znevýhodněných do běžné společnosti. Na kulturních akcích, při sportu nebo prostřednictvím zapojení do pracovního procesu v chráněných dílnách.



Tour Zážitků bez bariér 2013

21.–22. 6.	United Islands České spořitelny, Praha
27.–29. 6.	Sweetsen fest, Frýdek-Místek
18.–21. 7.	Colours of Ostrava
2.–3. 8.	Štěrkovna Open Music, Hlučín
8.–10. 8.	Festival Dokořán, Karviná
31. 8.	Hornické slavnosti OKD, Karviná
14.–15. 9.	Znojemské vinobraní

Moravskoslezská hornická nadace připravila bezBAR jako vlajkovou loď své nové aktivity Zážitky bez bariér. Jejím cílem je ulehčit lidem s handicapem cestu za kulturou, ve spolupráci s pořadateli několika kulturních akcí proto zajistila bezbariérové úpravy festivalových areálů, asistenty pro handicapované nebo speciální tribuny pro vozíčkáře.

Vladislav Sobol
mluvčí OKD a Nadace OKD



bezBAR 

- Není charita, ale sociální podnik, více než z poloviny samofinancovatelný
- Výtěžek z prodeje jde České asociaci paraplegiků
- Provozovatelem a spoluautorem je občanské sdružení Art Prometheus
- Na svou akci si ho může objednat kdokoliv

www.barBEZbar.cz



Na Colours bez obav z bariér!

Pořadatelé připravili pro lidi s postižením řadu skvělých výhod

Pořadatelé hudebního festivalu **Colours of Ostrava**, který letos proběhne ve dnech 18.–21. července, chtějí i letos nabídnout kvalitní servis návštěvníkům s pohybovým a zrakovým znevýhodněním. V rámci projektu **Colours bez bariér** nabízí držitelům průkazu ZTP a ZTP/P řadu výhod, jako je např. **zvýhodněná cena vstupného, speciální tribuny, možnost objednat si zdarma asistenta, bezbariérové taxi, ubytování nebo parkování přímo u hlavního vchodu.**

K dispozici bude **speciální vytištěná mapa s vyznačenými bezbariérovými místy a Informační centrum – Info Point Colours bez bariér** přímo před hlavním vchodem do areálu.

Zvýhodněné vstupné

Držitelé průkazu ZTP a ZTP/P získají čtyřdenní vstupenku na festival za cenu 350 Kč. **Vstupenky lze koupit pouze na místě. Doprovod držitele průkazu má vstup zdarma.** U vstupní brány festivalu bude speciální **koridor se zpevněným asfaltovým povrchem**, kde budou přednostně odbaveni návštěvníci s průkazem ZTP a ZTP/P.

V areálu budou instalovány **pojezdové gumové pásy usnadňující pohyb na vozíku.** V celém areálu i ve stanovém městečku budou **bezbariérová WC.** Letos jsou v plánu speciální klíče od těchto WC, které budou mít k dispozici pouze držitelé zmíněných průkazů. Vyzvednout si je můžou oproti vratné záloze 100 Kč v Info Pointu Colours bez bariér.

Před hlavní scénou bude **umístěna tribuna se speciálním nájezdem pro vozíčkáře.** Před druhou největší scénou bude **bezbariérová tribuna.** Aula Gong je **plně bezbariérová** (WC, výtahy, přístupnosti sálu a speciální místa pro vozíčkáře).

Bezbariérový hotel nebo koleje

Organizátoři festivalu připravili pro návštěvníky s handicapem **možnost ubytování za zvýhodněné ceny.** Velmi dostupná se jeví varianta ubytování v areálu Studentských kolejí, kde vás noc vyjde na 275 Kč na osobu. Pro náročnější je k dispozici hotel Park Inn s cenou 1 450 Kč pro 2 osoby na noc. Jednolůžkový pokoj pak stojí 1 030 Kč. Levnější je hotel Clarion s 1 200 Kč za dvoulůžkový pokoj na noc, jednolůžkový stojí 800 Kč. Hotel nebo koleje je nutné si zarezervovat do



Colours of Ostrava proběhnou i letos v „ocelářském skanzenu“ Dolní oblast Vítkovice, letos však s větším zohledněním potřeb vozíčkářů

25. června na e-mailu: bez-barier@colours.cz.

Další variantou ubytování je stanové městečko. To je od hlavního vchodu areálu Colours snadno dostupné bezbariérovým podchodem. Pořadatelé zde nabízejí 20 postavených stanů (pro 2 osoby) a **ubytují vás tady zdarma.** Dalších 30 míst, za které nebudete platit, je vyhrazeno pro postavení vlastního stanu a k tomu 15 parkovacích míst zdarma. Rezervace stanu nebo místa předem je nutná. Uzávěrka rezervací je 8. července.

Rezervace stanu a parkování

Na základě rezervace ubytování ve stanovém městečku vám pořadatel vystaví voucher, který vás bude opravňovat ke vstupu do městečka. Voucher vám poté zašle domů poštou (cena dobírky je 89 Kč). Před nástupem na ubytování ve stanu se pak společně s voucherem musíte prokázat i průkazem ZTP.

Co se týče parkování, **pro držitele průkazu ZTP bude vyčleněno 50 parkovacích míst.** I zde je nutná rezervace místa do 8. července. Poté vám domů

přijde i voucher na parkování. Rezervaci stanu i parkovacího místa si proto udělejte naráz, ať nemusíte platit 89 Kč dvakrát! Rezervace parkovacího místa je na konkrétní jméno a SPZ vozidla.

Taxíky zdarma a asistence

Bezbariérová doprava bude zajištěna automobily BB taxi. Tato služba je v rámci Ostravy **bezplatná** a jízdy si můžete rezervovat předem nebo v Info Pointu v areálu.

BB taxíky vám zajistí **transport z nádraží a zpět nebo z hotelu a zpět na hotel.** Není od věci využít také **asistenční službu**, která vám usnadní pohyb po celém areálu. Asistenti budou organizováni prostřednictvím Info Pointu. Po domluvě vás také můžou vyzvednout v hotelu či na nádraží a přímo na festivalu vás budou provázet areálem.

Veškeré informace a rezervace služeb na e-mailu: bezbarier@colours.cz nebo telefonu 731 932 768.

Zdroj (také fotky): www.colours.cz

Foto: Colours.cz

(hk)

Nadace OKD slaví páté narozeniny

Jiří Suchánek: Není nutné utrácet milióny za reklamu

Nadace OKD je největší v Moravskoslezském kraji a zároveň jednou z nejvýznamnějších v celé České republice. Podporuje neziskové organizace, zlepšuje úroveň sociální péče, volnočasový aktivit a věnuje se rovněž kultuře i životnímu prostředí.

Nadace vznikla v roce 2008 a od té doby podpořila 1 400 veřejně prospěšných projektů celkovou částkou 240 milionů korun. U příležitosti pátých narozenin si tato fakta připomněli přátelé, partneři a zástupci neziskových organizací v karvinském parku Boženy Němcové, v akci nazvané **Den s Nadací OKD**.

Své cíle plní nadace prostřednictvím šesti grantových programů a mezi její „vlajkové lodě“ patří **podpora chráněných dílen** (integrace lidí s handicapem do pracovního procesu), jakož i program

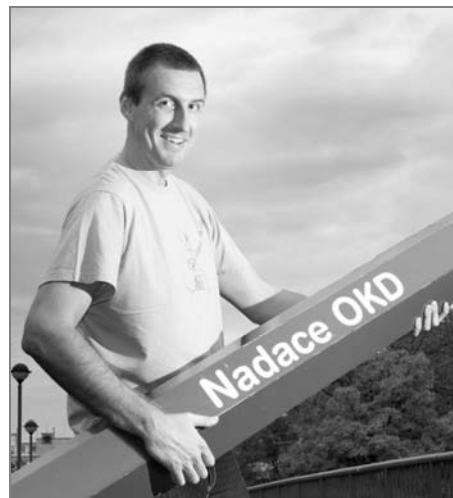
Zážitky bez bariér – ten ulehčuje vozíčkářům a jinak zdravotně znevýhodněným lidem přístup do společnosti.

„Například na čtyřech loňských festivalech, včetně Colours of Ostrava, se představilo šestnáct chráněných dílen z celé republiky. Ty při prodeji svého zboží dohromady utřizily přes 150 tisíc korun,“ říká ředitel Nadace OKD Jiří Suchánek. „Uhradili jsme veškeré produkční náklady, takže provozovatelé dílen mohli zisk použít na další rozvoj svých zařízení.“

Podpora nejpotřebnějších projektů

Nadaci založili těžaři po restrukturalizaci firmy OKD v rámci mezinárodní skupiny New World Resources (NWR). Ta mimo jiné definovala vlastní politiku společenské odpovědnosti a postavila filantropické úsilí na pevný základ. Úkolem nadace je, aby prostředky získané od jednotlivých dárců byly systematicky a nanejvýš transparentně rozděleny ve prospěch nejlepších projektů a mezi ty, kteří to nejvíce potřebují.

„Obce a neziskové organizace poslaly do letošního grantového kola celkem 1 177 žádostí. Kdyby nadace chtěla všechny podpořit, musela by vyplatit více než 255 milionů korun. Jenže v rozpočtu je sotva desetina této částky, proto budeme odpovědně vybírat ty nejlepší a nejpotřebnější projekty,“ uvádí Jiří Suchánek s tím, že nejméně 80 procent financí půjde na Karvinsko, Ostravsko a Frýdecko-Místek. „Doba je těžká a letos máme k dispozici jen polovinu prostředků oproti



Ředitel Nadace OKD Jiří Suchánek

Foto: NOKD

časům, kdy se průmyslu dařilo. O to víc je na místě, že důležité slovo při rozdělování mají komise složené z odborníků, kteří jednotlivým tématům opravdu rozumí a vědí, kde jsou finance skutečně potřebné,“ vysvětluje Jiří Suchánek. „Zároveň jsme přesvědčeni, že není nutné utrácet milióny za reklamu – raději ať je za vloženými prostředky vidět kus práce.“

Text a neoznač. foto: Jiří Muladi



Příjemná soutěžní kategorie...



Zbyl čas i na romantickou vyjížďku



Bylo nač se dívat...



Dort pro vítěze soutěžního dne

Život je RISK!

Cirk La Putyka



Říká se, že kdo riskuje, vyhraje. A to se tedy v případě tohoto odvážného projektu podařilo naplnit

Cirk La Putyka je soubor, který se profesionálně věnuje žánru „nový cirkus“. Propojuje tak hranice mezi akrobacií, moderním tancem, žonglérstvím, divadlem a koncertem. Vytváří ojedinelou poetiku, příběh a téma. Za pomoci zahraničních akrobatů a divadelníků si soubor letos připravil nové představení s názvem



Risk se La Putyce vyplatil. Nové představení oslňuje lehkostí a nevyočitatelností



„Představení *Risk* je skutečným dobrodružstvím – odvážným a riskantním. Pro mě představuje důležitou součást evropského nového cirkusu.“ Tilde Björfors, umělecká ředitelka, Cirkus Cirkör (Švédsko)

Risk. A proč právě Risk? Už od pradávna je přece risk jedním ze základních témat cirkusu vůbec. Vše musí být připraveno na výbornou, jinak hrozí nebezpečí a může dojít i k fatálním úrazům. Hledání adrenalinu je ale pro cirkusáky závislost. Všechny pak spojuje důvěra a solidarita. V Risku, inscenaci plné adrenalinu a riskování, vystupuje také mladý handicapovaný vozíčkář **Petr Valchář**, kterému patří celé druhé dějství. Propojení akrobacie s tělesným handicapem vyžadovalo mnohem náročnější přístup ke zkoušení, než je tomu u ostatních her.

Soubor předvedl své jedinečné umění začátkem dubna v ostravském Gongu (bývalý plynovojem ve Vítkovicích) v rámci týdenního turné. Vozíčkáři měli k dispozici vždy 16 volných vstupenek na každé představení.

Strach a peníze jsem nikdy neměl

To zmiňuje hned v úvodu průvodního filmu Petr Valchář. Jako profesionální snowboardista riskoval celý svůj život před úrazem a díky La Putyce v tom pokračuje i nyní na vozíčku.

Představení Risk má dvě části. První je více klasické, cirkusácké. Divákům je

představováno jakési sanatorium plné bláznivých postavíček (obrazně celá lidská společnost). Strhující je akrobat na trampolíně skákající s noží v ruce. Jindy se všichni ocitnou pod palbou šipek nebo žonglují se sekyrkami. Vše je na hraně – jako život sám. Tuto bláznivou podívanou z ústraní pozoruje Petr, všemi odstrkovaný kluk na vozíčku.

Zajímavým předělem představení je pak krátký umělecký film. Je to velmi poetický film, kdy náš hrdina Petr se pod vodní hladinou elegantními pohyby vysvobozuje ze židle. Pár metrů nad zemí si pak ladně přehazuje křehkou akrobatku z ruky do ruky. Nebo je vynesena na skálu, kde spolu všichni bujaře hodují a tančí. Druhá polovina představení je celá věnována Petrovi a je originálním výletem do světa handicapu. Nádherná je akrobacie s obřím kruhem nebo s koly podobnými těm na vozíku. Strhující je nespočet čísel z moderního tance, kdy v centru je vždy Petr – na vozíku nebo s ostatními na podlaze. Akrobat na trampolíně má už také přistřížená křídla, když mu svážou ruce, ale přesto se ze všech sil snaží proskakovat obručí ve vzduchu.

Vrcholem představení je akrobatický výkon Petra ležícího na plošině v prostoru

ně, kdy nám akrobatka zavěšená pouze na jeho silných pažích předvádí vysoko nad jevištěm neuvěřitelné dechberoucí kousky. Vše je krásné, ladné, elegantní. Diváci byli natolik ohromeni, že následoval potlesk ve stoje. Jen málokdo si uměl představit, jakých čísel je Petr vůbec schopen.

Společnost **Cirk La Putyka, o.p.s.**, byla založena v roce 2009, jejím principálem je Rostislav Novák. Tento mladý český herec je potomek osmé generace slavných českých loutkařů Kopeckých. Televizní diváci si jeho tvář vybaví např. ze seriálu Kriminálka Anděl, Rodinná pouta, Bazén nebo Náměstíčko. V repertoáru má cirkus čtyři inscenace (La Putyka, Up'End'Down, Slapstick Sonata a Risk). Za sebou pak spoluprací se známými soubory a umělci, jako je například Maksim Komaro, Tilde Björfols, Daniel Gulko, Jiří Havelka, Bonaventura Gacon, The Race Horse Company, Ieto, lektoři Cirque de Soleil nebo Francouzské Národní cirkusové školy.

Cirk La Putyka se zúčastnil mnoha festivalů a přehlídek a vystoupil v různých divadlech. Namátkou EXPO, Shanghai, Sydney festival, Sydney, Fringe festival, Edinburgh, Cirque en Corps, Marseille, Národní divadlo, Helsinky, Festival Letní Letná, Praha aj. Unikátní byl projekt ChapiteauX 2012 v Letenských sadech. Pro 16 tisíc lidí připravil soubor na stovku různých vystoupení a workshopů.

Adrenalin bez bariér

Divadelní skupina také každoročně pořádá dvě až tři představení pro dětské domovy spojené s tiskovou konferencí, autogramiádou účinkujících a workshopem s nahlédnutím do zákulisí. Akce nese název **Inspirace dětem s La Putykou**.

Mnoho z těchto dětí má neuvěřitelný talent pro tanec. Všechno okoukají z YouTube. Do budoucna by si borci z Cirk La Putyka rádi vychovali pár děti pro svá vystoupení.



Zajímavým projektem souboru je spolupráce s organizací „**Adrenalin bez bariér**“. Ta se zaměřuje na podporu lidí s handicapem a zároveň jim nabízí adrenalinové, outdoorové a volnočasové aktivity.

Foto: David Pokorný, archív Cirk La Putyka
S využitím idnes.cz
Hana Klusová

Cirk La Putyka: netradiční žánr



Kociáno

Není cirkus jako cirkus



Napínávací hra, na jejímž začátku se potkají dvě skupiny dětí, které o sobě nic nevědí, a na konci společně sehrají řadu bláznivých cirkusových čísel – to je **Cirkus Kociáno**. Jedna skupina dětí je z **Centra Kociánka**, druhou tvoří žáci sedmých a osmých tříd z brněnských základních škol. Odborně řečeno, Cirkus Kociáno je **integrační projekt, v němž se při společné aktivitě setkávají děti ze základních škol s handicapovanými vrstevníky**.

Pro lepší představu – náplní integračního divadelního dílny je nácvič kouzla, akrobatických čísel, kročení divé zvěře, hudebních extemporé nebo žonglérství všeho druhu. Mladí (ne)herci si osvojí jednu z cirkusových disciplín, vymyslí si své cirkusové číslo a sami si vytvoří i cirkusovou postavu – zvolí si kostým a jméno. Spojením těchto „čísel“ pak vzniká nevídaná cirkusová podívaná.

„S cirkusem jsme začínali v roce 2010, a to zejména díky pomoci našeho kolegy Michala Svobody, který je zapáleným organizátorem sportovních akcí pro děti,“ uvádí Zdena Mlezivová z brněnského centra Kociánka. „Doporučil nám školu na Jihomoravském náměstí, kde jsme našli obrovskou podporu u *nejhodnější paní učitelky Dáši* (to je oficiální titul). Tehdy šlo o jednodenní projekt. Ráno jsme přivítali děti z Jihomoravského náměstí u nás na Kociánce a večer už jsme hráli představení.“

Smějí se a jsou šťastní

A jak cirkus Kociáno vnímá například Veronika, která byla přímou účastnicí programu? „Když jsem je uviděla, byl můj první pocit hrozný. Nevěděla jsem, co mám dělat, co říkat, měla jsem strach. Byla tam s námi Martinka a ta byla úžasná. Hned ze začátku nás bavila a pořádně to tam rozjela. Najednou ze mě všechen strach opadl. Mým nejkrásnějším zážitkem bylo, když jsme všichni po skončení představení byli na pódiu a společně se smáli a byli šťastní. Také si mi moc líbilo, jak jsme celé vystoupení nacvičovali. Ten den jsem si uvědomila, že lidi na vozíku se od nás ničím neliší, a to, že mají nějakou vadu, nemění nic na tom, že jsou fajn. Děkuji paní učitelce, že nás tam vzala a že díky ní jsem poznala skvělé lidi.“

O centru Kociánka jsme ve Vozkovi už několikrát psali. Připomeňme si jen, že sídlí v Brně – Králově Poli a je státní příspěvkovou organizací zřízenou Ministerstvem práce a sociálních věcí České republiky. Kociánka je otevřené zařízení pro týdenní a celoroční pobyt dětí a mládeže. Poskytuje služby sociální péče a podporu dětem a mládeži s tělesným a druhotným mentálním postižením, které podstatně snižuje normální způsob jejich výchovy, vzdělání a přípravy na povolání.

(di)

Cirkus jako integrační projekt

Filmové okénko

Dokumenty

„Máš jen jednu šanci“

a

„Století Jedle“

Český dokument z roku 2011 (v kiněch v květnu 2012) „**Máš jen jednu šanci**“ v režii Hynka Bernarda zachycuje průběh unikátní expedice pacientů nemocných roztroušenou sklerózou na nejvyšší horu Afriky Kilimandžáro.



Skupina pěti odvážných žen postižených nevléčitelnou chorobou, z toho jedna na ortopedickém vozíku, se rozhodla zdolat tento lemem pokrytý horský masiv. Na výstup mají jen jeden pokus. Dokáží se vypořádat s výškovou nemocí, únavou a především s vlastním osudem?

Sedmnáctičlenná expedice se na podzim roku 2010 vydala do Afriky, aby si dokázala, že jít za svými sny má svůj význam. A že nevléčitelnou nemocí život nekončí. Tato expedice byla první svého druhu na světě.

I když je divákovi jasné, že výprava na nejvyšší horu Afriky není jen procházkou v parku, zjišťuje, že zprvu klidný výstup se s přibývajícím nadmořskou výškou mění na výstup plný napětí a emocí. Jednotlivé účastnice si vzájemně odkrývají svůj život s nevléčitelnou nemocí, pohled na svět i sebe samé.

Film získal první místo v kategorii Horolezecký a horský film na X. Mezinárodním festivalu outdoorových filmů v Praze a také Cenu diváků České televize. Autorkou hudby k filmu je zpěvačka Hana Robinson, mimochodem také nemocná RS.

Magazín pro vozičkáře VOZKA

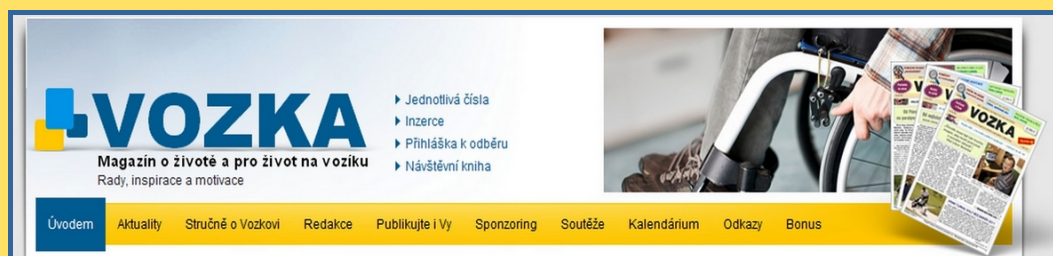
■ Nechte se informovat e-mailovými zprávami redakce Vozky

- monitoring zpravodajství médií
- novinky ve vývoji sociální reformy
- anonce kulturních, společenských a sportovních aktivit organizací, které se věnují lidem se zdravotním postižením
- nabídky organizací poskytujících služby lidem se zdravotním postižením
- informace, rady a doporučení Národní rady osob se zdravotním postižením ČR
- uzávěrky nových čísel Vozky, zprávy pro dopisovatele Vozky a jiné zajímavosti

Jak postupovat? Jednoduše zašlete žádost o zaslání redakčních informací e-mailem na adresu sfredaktor@vozka.org s uvedením svého příjmení, jména a města, ve kterém bydlíte.

■ Sledujte týdenní novinky na internetových stránkách Vozky www.vozka.org

- souhrnné krátké zprávy ze života a pro život na vozíku z celé ČR
- aktuální články, které se nedostanou do tištěného Vozky
- diskusní témata, bonusy (videa, prezentace, flash hry) aj.



Váš časopis
Váš web



Alternativní doprava imobilních osob

Doprava „od dveří ke dveřím“

Dispečink:

Ostravská organizace vozičkářů o. s.
Horymírova 3054/121
708 00 Ostrava-Zábřeh
www.vozickari-ostava.cz
e-mail: oov@razdva.cz

tel.: 596 786 353



Provádíme veškeré úpravy vozidel pro tělesně postižené

INVACAR

Průmyslová 464
387 11 Katovice

www.invacar.cz

pište

info@invacar.cz

volejte

775 677 603

přijedeme

Vyzkoušejte si úpravu z pohodlí vašeho domova



Opel **HANDYCARS**

SVOBODNÝ POHYB BEZ BARIÉR.

Program mobility osob se zdravotním postižením.

Držitelům průkazů TP, ZTP a ZTP/P poskytujeme slevu na vozy všech typů. Nabízíme také spotřebitelský úvěr s nízkým úrokem, servis s prioritní obsluhou a řadu dalších výhod, které najdete na webové stránce Opel Handycars.

6 let
záruka*



OPEL | pojištění

OPEL Finance

www.handycars.cz

Kombinovaná spotřeba a emise CO₂: 4,1–7,6 l/100 km, 109–169 g/km.

*Dvouletá výrobní zákonná záruka a dále čtyřletá smluvní záruka Opel ve spolupráci se společností CG Car Garantie Versicherungs-AG. Všechny osobní vozy Opel jsou k dispozici s automatickou převodovkou.



Wir leben Autos.

RUČNÍ OVLÁDÁNÍ NA MÍRU

individuální úpravy automobilů



VLASTNÍ KONSTRUKCE, VÝROBA A VÝVOJ



Vlastní odtahová služba
Technici s dlouholetou praxí
Špičkově vybavená dílna
Osobní přístup v takřka rodinném prostředí firmy

Tel. / mob.: 321 781 363 / 608 977 274, 602 866 020
Provozovna: Bambousek 664, 281 26 Týnec nad Labem
E-mail: malina@rucniovladani.cz
www.rucniovladani.cz

Zastoupení pro Slovensko - použijte shodné kontakty

Stropní zvedáky

**MÁTE MÁLO MÍSTA V KOUPELNĚ?
NEHCETE NÁKLADNĚ PŘESTAVOVAT SVOJI KOUPELNU?
POTŘEBUJETE ULEHČIT PRÁCI A NÁMAHU VAŠEMU PEČOVATELI?**

Stropní systémy v pevném nebo mobilním provedení jsou určeny pro zvedání a přesun většiny klientů. Stropní systémy najdou uplatnění i v místech, kde není dostatek prostoru pro konvenční pomůcky . . .



**MOŽNOST PŘÍSPĚVKU
ÚŘADU PRÁCE AŽ DO 100%**



Proč zvolit naše stropní systémy:

- profesionální zařízení s dlouhou životností
- individuální a variabilní použití, které uspokojí všechny Vaše potřeby
- moderní design a provedení
- nadstandardní záruka 3 roky
- nosnost 190 až 360 kg
- možnost dálkového ovládání
- rychlá a jednoduchá montáž do jakéhokoli materiálu
- největší výběr vaků (závěsů) pro všechny klienty na trhu



**BEZPLATNÁ NEZÁVAZNÁ NÁVŠTĚVA,
PROJEKT A PORADENSTVÍ**

Volejte zdarma 800 888 783
www.solift.cz

solift
specialista na zvedání a přesun

Rudé armády 646/47
683 01 Rousínov

Tel.: +420 734 579 989

info@solift.cz
www.solift.cz

Schodolezy

MOŽNOST PŘÍSPĚVKU
ÚŘADU PRÁCE

- *Potřebujete se stát mobilní a nezávislý a zdolávat většinu schodišť i mimo svůj domov (u lékaře, v divadle, na chatě, u příbuzných, ...)?*
- *Chcete, aby váš schodolez pěkně vypadal?*
- *Potřebujete velký dojezd schodolezu?*
- *Potřebujete schodolez s co nejjednodušší manipulací při zatáčení a ovládní (aby se při zatáčení a manipulaci se schodolezem nemuselo tlačit do řídicích, což vyžaduje určitou fyzickou zdatnost) – platí pro pásové schodolezy?*
- *Potřebujete, aby byl schodolez skladný a zabíral minimum místa?*
- *Máte nejen atypický vozík a potřebujete ho uchytit?*
- *Máte dostatečně široké schodiště a podestu?*



POKUD JSTE SI NA VĚTŠINU ODPOVĚDÍ ODPOVĚDĚLI ANO, TAK JE TU PRÁVĚ PRO VÁS UNIKÁTNÍ PÁSOVÝ A KOLEČKOVÝ SCHODOLEZ LG.

PÁSOVÝ SCHODOLEZ S NEJJEDNODUŠŠÍ MANIPULACÍ



KOLEČKOVÝ SCHODOLEZ S NEJVĚTŠÍM DOJEZDEM A SNADNOU OBSLUHOU PRO TOČITÁ SCHODIŠTĚ



**BEZPLATNÁ NEZÁVAZNÁ NÁVŠTĚVA,
VYZKOUŠENÍ A PORADENSTVÍ**

Zvedání a přesun
s lehkostí motýla

solift
specialista na zvedání a přesun

Rudé armády 646/47
683 01 Rousínov

Tel.: +420 734 579 989

info@solift.cz
www.solift.cz

Volejte zdarma 800 888 783 | www.solift.cz



Jméno a příjmení

Adresa

Kontakt (telefon, e-mail)

Vyplněný dotazník s kopií dokladu prokazujícím, že jste osoba s hendikepem, nám zašlete na adresu **CAR CLUB s.r.o., Láňovská 633, 54301 Vrchlabí** a my Vám obratem zašleme zdarma kartu Handy Card. Karty lze již nyní předobjednat, v distribuci budou od 1.1.2013.

„Souhlasím se zpracováním výše uvedených osobních údajů v souladu se zákonem č. 101/2000 Sb. o ochraně osobních údajů, v rozsahu nezbytném pro poskytování informací o výhodách pro držitele karet Handy Card.“

Podpis.....

Karta Handy Card pro hendikepované zdarma

S kartou Handy Card získáte slevu 40 % na všechna pojištění od České pojišťovny

Karta Handy Card nabízí celou řadu výhod, poskytovaných partnery projektu Handy Card v oblastech: mobilita, finance, pojištění, kompenzační pomůcky, komunikace, handy oblečení, volnočasové aktivity, cestování a další.

Více informací najdete na www.carclub.cz, www.handycard.cz

Zákaznické centrum tel.: 739 306 714, e-mail: info@carclub.cz



Generální partner



**ČESKÁ
POJIŠŤOVNA**

ÚPRAVY AUTOMOBILŮ PRO TĚLESNĚ HANDICAPOVANÉ



Předváděcí jízdy

Vyrábíme a montujeme:

Elektrickou spojku - vylepšená funkčnost - možnost individuálního nastavení.
Brzdu a plyn /páčka/
Další úpravy dle dohody.

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

TŘÍKOLKY PRO DOSPĚLÉ

- standart, s třístupňovou převodovkou, možnost doplnit i elektromotor, úpravy dle přání zákazníka.

Možnost náhradního plnění.



Informace:

META Plzeň s.r.o.

Hřbitovní 31, 312 00 Plzeň

tel: 377 686 725

E-mail: metaplzen@volny.cz

www.metaplzen.cz





ZAŽIJTE JAKÉ TO JE BÝT ZÁVODNÍM JEZDCEM!

*V rámci projektu
„Šikovné ruce“
jsme schopni
přípravit vůz tak,*

*aby ho bylo možné
ovládat pouze
pomocí horních
končetin.*

*Zaujalo vás to?
Kontaktujte nás na:
www.kaps.cz
+420 602 576 845*

Nakupujte u nás s mistry světa! ► WWW.KAPS.CZ



ROHO



antidekubitní podložky a matrace

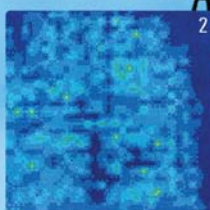
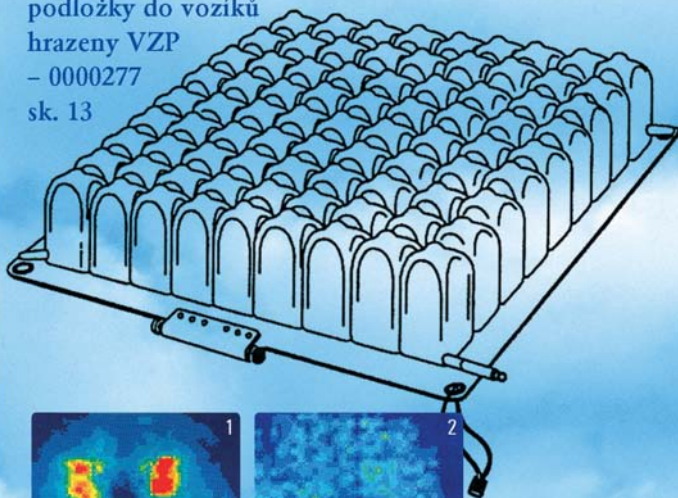
zamezují vzniku proleženin a napomáhají při jejich léčbě.

podložky do vozíků

hrazeny VZP

- 0000277

sk. 13



Rozložení tlaku u osoby sedící na molitanu (1) a na antidekubitní podložce ROHO (2)

Dovází: CZ. TECH Čelákovice, a.s.

Stankovského 1200/46, 250 88 Čelákovice

tel.: 326 993 844, fax: 326 993 845, e-mail: roho@cztech.cz

www.roho.cz



Moje asistentka je pěkný pes...

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

Potřebujete přítele do nepohody? Co třeba čtyřnohého? Pomocné tlapky o.p.s. cvičí a zdarma předávají asistenční psy zdravotně postiženým již od roku 2001. Můžete tak získat nejen přítele do nepohody, ale také pomocníka, který Vám umožní nastoupit cestu k nezávislosti. Výcvik je "šitý na míru". Typ postižení, věk nebo bydliště nerozhodují.

Pomocné tlapky o.p.s.,
V. Kratochvíla 1073, 332 02 Starý Plzeňec,
Tel.: 724 007 779, info@pomocnetlapky.cz
www.pomocnetlapky.cz



Magazín pro vozíčkáře VOZKA

■ Nechte se informovat e-mailovými zprávami redakce Vozky

- monitoring zpravodajství médií
- novinky ve vývoji sociální reformy
- anonce kulturních, společenských a sportovních aktivit organizací, které se věnují lidem se zdravotním postižením
- nabídky organizací poskytujících služby lidem se zdravotním postižením
- informace, rady a doporučení Národní rady osob se zdravotním postižením ČR
- uzávěrky nových čísel Vozky, zprávy pro dopisovatele Vozky a jiné zajímavosti

Jak postupovat? Jednoduše zašlete žádost o zaslání redakčních informací e-mailem na adresu sfredaktor@vozka.org s uvedením svého příjmení, jména a města, ve kterém bydlíte.

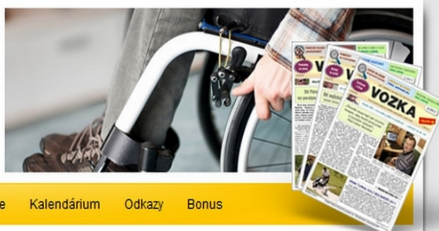
■ Sledujte týdenní novinky na internetových stránkách Vozky www.vozka.org

- souhrnné krátké zprávy ze života a pro život na vozíku z celé ČR
- aktuální články, které se nedostanou do tištěného Vozky
- diskusní témata, bonusy (video, prezentace, flash hry) aj.

VOZKA

Magazín o životě a pro život na vozíku
Rady, inspirace a motivace

- ▶ Jednotlivá čísla
- ▶ Inzerce
- ▶ Příhláška k odběru
- ▶ Návštěvní kniha



Úvodem Aktuální Stručně o Vozkovi Redakce Publikujte i Vy Sponzorování Soutěže Kalendárium Odkazy Bonus

Váš časopis Váš web

Je obdivuhodné, že se do toho takoví nadšenci s nelehkým onemocněním pustili a že všichni vystoupali tak vysoko, i když úplně toho nejvyššího bodu nedosáhl nikdo. Osobně před všemi z nich smekám... Dokument je především o lidské vůli, nadšení a odhodlání. Je to film o prima ženských, které život zkouší. Potvrzuje známé pořekadlo – všechno jde, když se chce.

Trailer k filmu:

<https://www.facebook.com/photo.php?v=1771413321404&set=vb.138591042820075&type=2&theater>

Film je možné shlédnout na těchto stránkách:

<http://vimeo.com/32505851> nebo <http://www.movie-download.cz/film/317-885-mas-jen-jednu-sanci>

Film, který nelze pominout...

„Jak si někdo vůbec může myslet, že když se nemůžu hýbat, někam dojet, že bych tam jet nechtěla...“ To jsou slova jedné bývalé klientky Jedličkova ústavu, která můžete slyšet v dokumentárním filmu „Století jedle“ Tomáše Škrdlanta (režie, kamera, střih). Autorem hudby je Michal Turek, na koncepci spolupracoval a druhým kameramanem byl Erik Čípera. Hrdiny filmu jsou děti i dospělí, které život nějak spojil s Jedličkovým ústavem a školami na Vyšehradě.



Na původních úryvcích příběhů můžeme zahlédnout některé proměny vyšehradského ústavu: atmosféru doby, vztahy mezi lidmi, otevřenost, uzavřenost, světlo, tmou, polotmou, ostrov soucitu i izolace, prostor bezpečí a růstu.

Ke stažení:

<http://mujvozik.cz/stoleti-jedle-3699/>

(bf)

Galerie UMÚN

Umělci malující ústy a nohama

Elodie CAZES, FRANCIE



Elodie se narodila 3. dubna 1979 v Agen jako zcela zdravé děvčátko. Se svými rodiči procestovala celou Francii, až se rodina nakonec usadila na Novém Zélandu. Tady se mělo jednoho letního dne odehrát drama. Elodie bylo dvanáct a s dětmi trávila den u rybníka, kde opakovaně předváděla, jak správně skákat šipku do vody. U posledního skoku narazila hlavou na dno rybníka. Následkem úrazu ochrnula od hlavy až k patě. V rehabilitačním centru se začala učit malovat ústy. Od roku 1997 je členkou sdružení umělců, které považuje za svou rodinu. S oblibou maluje akrylovými barvami krajinu, zvířata nebo květiny. Dnes žije ve Francii v údolí Val d'Oise. její malby ji dělají šťastnou. Spolupracuje s řadou umělců a účastní se workshopů a různých výstav.



V zahradě, akryl 30 × 40 cm (výřez)



Letní den, akryl 27 x 40 cm (výřez)

Zdroj: www.vdmfk.com
Přeložila Hana Klusová

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

Na lyžařském výcviku v Suché Rudné nechyběly ani monoski

V prvním březnovém týdnu absolvovalo dvacet žáků **Základní školy pro tělesně postižené v Opavě na Dostojevského ulici** v doprovodu osmi pedagogických pracovníků lyžařský kurz, který se letos uskutečnil díky projektu **Pět terapií pro šťastný život s handicapem** (reg. č. CZ.1.07/1.2.25/01.0008) v Suché Rudné v Jeseníkách.

Kurz byl úmyslně realizován bez účasti rodičů s cílem podpořit samostatnost žáků a jejich sebedůvěru nezbytnou pro sebeuplatnění v životě. Tato aktivita byla pro všechny účastníky plně hrazena z ESF a státního rozpočtu ČR. Díky projektu **5T** jsme mohli rovněž pro žáky naší školy zakoupit dvě monoski s příslušenstvím a šest sad lyžařské výbavy, která obsahuje snowblade (miniski, krátké lyže, pozn. red.) s vázáním, lyžařské boty a lyžařské přilby.

Hurá na sních

Po příjezdu na Suchou Rudnou jsme se ubytovali v hotelu Paramon a ještě dopoledne vyrazili na malou procházku po okolí hotelu a sjezdovky. Po výborném obědě započala první lekce výuky lyžování. Žáci byli rozděleni do družstev. Někteří zahájili výcvik na běžkách, jiní na snowbladech, třetí skupinu tvořili žáci, kteří jezdili na monoski. Monoski je speciálně upravená lyže, která kompenzuje



fyzické postižení žáků a umožňuje jim zařadit se mezi zdravou lyžařskou veřejnost. Jedinec ji ovládá buď samostatně s pomocí tzv. stabilizátorů, nebo s doprovodem – asistencí.

Celolyžařská hra, závody a karneval

Další dny výcviku probíhaly ve stejném duchu, jen družstva si měnila vybavení a náplň činností. Výcvik na lyžích

byl zpestřen o hry na sněhu – bobování, sáňkování nebo koulování. Skupina nejzdatnějších lyžařů si užila střeďeční odpoledne ve Ski areálu Annaberg v Andělské hoře, jehož součástí je i snowpark s měřenou slalomovou tratí. Ostatní žáci si odpočinuli od lyží krásnou procházkou.

Ve čtvrtek se všichni těšili na závody ve slalomu na snowbladech, na monoski a v běhu na lyžích. Při večerním programu byly vyhlášeny výsledky závodů a žákům předány diplomy nejen za vynikající výkony, ale i za snahu a píli. Všichni žáci byli v rámci výcviku velmi snaživi, někteří nás překvapili pokroky, které dělali, i když stáli na lyžích poprvé.

Po celý týden probíhala na kurzu celolyžařská hra, jejímž cílem bylo nasbírat co nejvíce žetonů, které mohli žáci poslední večer směnit v jarmarku za věcné ceny a sladkosti. Po jarmarku následovala stezka odvahy, kterou všichni hravě zvládli.

Náš týdenní pobyt vyvrcholil v pátek dopoledne karnevalem, při kterém jsme se pořádně vydováděli. Po obědě na nás čekal nízkopodlažní autobus, který nás všechny v pořádku odvezl až ke škole.

Pozitivní atmosféru lyžařského výcviku umocnilo nádherné slunečné počasí, vstřícný personál hotelu, spokojené tváře žáků a spousta legrace. Na letošní pobyt na horách budeme všichni ještě dlouho vzpomínat!

*Mgr. Silvie Häuserová,
manažer projektu 5T,
hlavní vedoucí lyžařského výcviku*



Jiskřičky štěstí v dětských očích na opavských Olympijských hrách pro tělesně postižené

Už jedenácté **Olympijské hry pro tělesně postižené**, jejímiž hlavními organizátory byla Základní škola pro tělesně postižené na Dostojevského ulici v Opavě, Základní škola Englišova v Opavě a Statutární město Opava, proběhly 22. května v opavské Víceúčelové hale.

Neuskutečnily by se bez širší spolupráce a podpory. Náš dík patří především hlavním sponzorům – Ostroji a.s., který celou akci zaštil po finanční stránce, Statutárnímu městu Opava, které nám bezplatně poskytlo skvělé zázemí, Slezské pekárně za koblížky a firmě Kotila z Krnova za nápoje pro závodníky.

Všechny zúčastněné přivítala ředitelka základní školy pro tělesně postižené Mgr. Silvie Häuserová. Sportovce přišel pozdravit mimo jiných zástupců samosprávy i primátor Opavy Zdeněk Jirásek, Armádu ČR a její 532. prapor elektronického boje zastupoval plukovník Ing. Pavol Babic.

Více jak stovka sportovců – od těch nejmenších z Mateřské školy Eliška v Opavě přes žáky základních škol z Opavy, Hlučína, Krnova, Kopřivnice a Ostra-

vy až po „dospěláky“ ze Společnosti pro podporu lidí s mentálním postižením v Opavě – si zasoutěžila v hodu míčkem, běhu na 30 m a skoku z místa. Aby své síly mohl prokázat opravdu každý bez ohledu na svůj handicap, byly vytvořeny i alternativy soutěžních disciplín – hod raketkou nebo pytlíkem na cíl, slalomová jízda nebo dojezd mechanického vozíku na jeden záběr.

Plynulý chod celého klání spolu s pedagogy zajišťovali příslušníci Armády ČR a žáci ZŠ Englišova. Na setkání s nimi se vždycky těšíme.

Olympiáda tělesně postižených patří již mezi tradice naší školy. Jde o akci většího rozsahu, kde je základním předpokladem úspěchu týmová spolupráce pedagogů. Vyžaduje si dlouhodobou přípravu a stojí spoustu úsilí. Za jiskřičky štěstí v dětských očích nám to však stojí za to.

Takže za rok zase – sportu zdar!

*Mgr. Vanda Tomová
ZŠ pro tělesně postižené
na Dostojevského ulici, Opava*



KAŇKA NA HORÁCH: Monoski vrací dětem radost z pohybu

Jako každoročně absolvovaly děti s postižením z Centra Kaňka i se svým doprovodem z řad rodičů sportovně rehabilitační pobyt v Krkonoších. Tentokrát se konal ve třetím březnovém týdnu.

Pro vozíčkáře, ale i děti s jiným postižením, je to jediná příležitost vyzkoušet si na speciální monolyži zimní radovánky, které my ostatní bereme jako samozřejmou součást zimy. Mnozí z rodičů dětí s handicapem kvitují takto pořádané pobyty jako možnost strávit rodinnou zimní dovolenou se svými dětmi a zároveň s podporou týmu asistentů a pedagogů a podpůrným programem. Pobyt je totiž sportovními i relaxačními aktivitami ušit přímo na míru dětem s postižením a respektuje potřeby jejich i jejich rodičů.

Pro financování zimního sportovně rehabilitačního pobytu byl letos použit výtěžek ze 7. prezentačního plesu Kaňky, který proběhl 1. března.

Je to prostě adrenalin

Monoski je speciální lyže, které kompenzuje fyzické postižení jedince. Děti z Centra Kaňka, které monoski využívají, jezdí s proškoleným doprovodem a s jed-

ním asistentem. Ten dopomáhá dvojici na vleku a při manipulaci s monoski.

„Ke svážení monolyže je monolyžaři přidělen doprovod z řad našich proškolených pracovníků. Snažíme se ale během pobytu zaškolit i rodiče monolyžařů, aby jim byli oporou v překonávání počáteční nejistoty. Naším cílem je, aby rodina mohla na lyžování vyrazit se svým dítětem i sama,“ vysvětlila nám Irena Lintnerová z Centra Kaňka.

Účastník letošního pobytu a jeden z vozíčkářů Fanda Oplatek se svěřil se svými zkušenostmi: „Monolyže mi umožňuje pohyb po sjezdovce, tím pádem můžu lyžovat jako ostatní. Na monolyži jezdím už devět let. Jezdí se mnou děda, který mne sváží. Jízdu na monolyži mám rád, je to velký adrenalinový zážitek.“

Se svými pocity se s námi podělil i jeden z rodičů, který právě letos poprvé zkusil své děti svážet na monolyži. „Odhodlání naučit se jezdit s monolyží předčil před první jízdou šílený pocit, jak to vlastně sjedeme. Po prvních opatrných jízdách, pochopení chování a ovládnutí monoski je dojem nádherný. Třeba už jen v tom, jaký úžasný zážitek mají z lyžová-

ní děti v monolyži. Pokud k tomu přidáme skvělou práci asistenta při předávání zkušeností a pomoci překonat počáteční strach, je to jen k dobru věci a posun o další krok dál“.

*Ing. Ludmila Budilová
Základní škola a Mateřská škola a
poskytovatel sociálních služeb Kaňka
o.p.s.*



Cestujte ZADARA s virtuální cestovkou

Cestovní kancelář **CK Zadara.cz** vám umožní cestovat pohodlně cestou vašeho monitoru a hlavně zadara. Vyberte si v rubrice **Cesty** zájezd a podívejte se na místa, která vás už dlouho zajímají. Jednotlivá místa si můžete prohlížet díky virtuálnímu zobrazení ulic s využitím aplikace Google Street View. Cestu před vámi projelo auto s kamerou a výsledek si nyní můžete prohlédnout. U každé cesty se vám zobrazí několik mapek míst, která stojí za prozkoumání. Stačí jen posunout žlutého panáčka v levém horním mapovém oknu na místo, které vám chce ukázat (to je označené červeným terčíkem). Vaše prohlídka po okolí bude pokračovat dle klikání na šipky. Můžete si také panáčka položit i jinač na modře vyznačené cesty. Zpět do mapy se vrátíte klikem na křížek v pravém horním rohu.

CK Zadara vytipovala pro své virtuální turisty cesty po všech proslulých krásách Evropy – Monako, Korsika, Francie, Norsko, Island, Itálie nebo Anglie. Každá země je zpracována komplexně a stránky fungují jako váš skutečný prů-

vodce. V úvodu každé cesty si přečtete jakou trasu pro vás „cestovka“ vybrala. A každé zastavení je doplněno zajímavým



komentářem. Z exotičtějších destinací je zde zatím zastoupen Izrael nebo Japonsko. Nově zpracované cesty budou brzy přibývat.

Zdroj: <http://www.ckzadara.cz/>
(hk)

Vozičkář v lese

Monika Henčlová

Můj úplně první článek se jmenoval „Vozičkář ve skalách“. Myslela jsem si o sobě, jaká nejsem hrdinka, když jsem zvládla Prachovské skály. Proti mému zážitku z března letošního roku to ale byla naprostá pohodička.

S mým osobním asistentem jsme vyrazili do lesa. Po předchozím oteplení byla půda velmi měkká, vláčná a pro elektrický vozík těžko překonatelná. Ten den bylo venku asi -150° pod nulou, můj doprovod nadšeně tvrdil, že medituje, a já mu velmi našťavaně oznámila, že mrznu. Že jsem radši nemlčela. Domů jsme jeli totiž „zkratkou“. Že „zkratka“ je močál, nebylo vidět. Ven mě vytahoval kůň, pomáhal můj asistent a kolem běžící nadšenec.

Po návratu domů jsme vyprali kalhoty po kolena celé od bahna. Tím však tragédie neskončila. Ještě v polovině dubna z mého vozíku nepředvídatelně odpadávaly kusy bláta a jakési trávy.

Nedávno jsme se s asistentem vydali zkouknout tu „naši“ zimní trasu. Moje paměť je úžasná – vytěsnila všechny hororové zážitky, až na ten močál.



Atletické závody HANDICAP OPEN – Velká cena Brna a Jihomoravského kraje. Šestý ročník tohoto mezinárodního klání sportovců s handicapem se uskutečnil v sobotu 4. května 2013 ve zrekonstruovaném špičkovém sportovním areálu VUT v Brně „Pod Palackého vrchem“. Hlavním pořadatelem závodů byl Sportovní klub Kociánka Brno z pověření České federace Spastic Handicap, o.s., za podpory Vysokého učení technického v Brně. Závodilo se podle ustanovení pravidel atletiky IAAF, IPC a vydaných propozic. Všechny soutěže proběhly jako otevřené. Mezi nejlepší sportovce patřil Dušan Grézl z TJ ZP Nola Teplice, který vyhrál tři kategorie – kouli, disk a oštěp.

Foto: Martin Polášek



Vozičkář Lukáš na kultovní silnici

Impozantní zakončení cestovatelského cyklu Radka Kriegela

Legendární silnice Route 66 byla do Amerického dálničního systému zařazena 11. listopadu 1926. Měřila 3 940 kilometrů a vedla z Chicaga přes Missouri, Kansas, Oklahomu, Texas, Nové Mexiko, Arizonu a Kalifornii, kde v Los Angeles končila. V roce 1985 byla nahrazena soustavou dálnic (interstate), ale její zbylá část je vedena jako turistická atrakce pod názvem Historic Route 66.

Letos v dubnu se po slavné „The Mother Road“ projel i vozičkář Lukáš Grüner z Ostravy. Navíc jako novomanžel...

Na počátku této expedice stálo předsevzetí motorkáře Radka Kriegela, že doveze vozičkáře v sedle motorky na všechny kontinenty. Cestovatelský cyklus realizoval v letech 2008–2013 pro šest vozičkářů, s nimiž projel přes dvacet pět tisíc kilometrů v 16 zemích světa. Expedice trvaly 18 až 30 dní a neobyčejné výkony obdivovali návštěvníci výstav, motocyklových show nebo i čtenáři odborných časopisů a novin.

Vozičkáři v sedle motocyklu se tak dostali na marockou Saharu, na nejvyšší průsmyk světa Khardung La v Himálaji (5 600 metrů), do jihoamerických And k jezeru Titicaca nebo na Machu Pichu.

Pětiletý cyklus pak byl symbolicky zakončen právě na „Matce všech cest“ – Route 66.

Sport jako vášeň

Lukáši Grünerovi je 28 let a před sedmnácti lety měl na horách úraz, po kterém ochrml na spodní část těla. Předtím



Harley Davison s Lukášem Grünerem a Radkem Kriegelem na Route 66

se věnoval sportu – závodně hrál tenis a rekreačně fotbal. Po úrazu vyzkoušel stolní tenis, sledge hokej a basketbal, ale nakonec skončil u florbalu. Sedm let už hraje za FBC ABAK Ostrava a dostal se i do florbalové reprezentace České republiky. Jak sám říká: „Sport je můj největší koníček a vášeň. Kromě zmíněného florbalu mám rád hokej, adrenalinové sporty, jízdu na čtyřkolce a řízení automobilu. Dále se s chutí podívám na dobrý film, rád cestuji a poznávám nové kouty světa. Kromě toho dálkově studuji – obor speciální pedagogika. Jsem přesvědčen, že být na vozíku není překážkou v životě, je to jen malý zádrhel, který se dá překonat.“

„Ano“ v Las Vegas

S Michaelou Mališovou se zná Lukáš už řadu let, přičemž výpravu „Route 66“ s ním absolvovala jako řidička doprovodného vozidla. V malebné kapliče v Las Vegas se pak vzali a na kultovní silnici už

vjeli jako novomanželé. Svatební obřad jim tak umocnil vše, co na expedici zažili.

Pro úplnost – motocykl značky Harley Davidson k této jízdě bezplatně zapůjčil Radkův přítel Oliver Shokouh.

(di)

Foto: archiv Radka Kriegela



Lukáš doma



Je čas vyrazit!

Milan Linhart testuje a doporučuje výletní místa



Po dlouhé zimní přestávce, která velmi omezuje vozíčkářům venkovní pohyb, je na čase vyrazit na vycházky a výlety. Pohyb je přirozenou součástí lidského života. I mezi těžce zdravotně postiženými se najdou pečiválové, příznivci „gaučového sportu“ a lidé, kteří se nedovedou odtrhnout od svých notebooků. Pak jsou mezi nimi i chronicky nemocní kardiáci, astmatici nebo alergici. Je čas pylových alergií, a tak je nutné být opatrným.

Nezapomínejte na to, že baterky nepotřebuje dobít jen náš mobil, počítač či elektrický vozík, ale i my sami. Jeden z osvědčených receptů je pobyt na čerstvém vzduchu, v přírodě. Zážitek z hezké výstavy, prohlídky památky nebo nějaký přiměřený adrenalinový sport a volnočasová aktivita. Tomu všemu dodává všudypřítomné slunce vitamín B, bez nějž se náš organismus neobejde.

Prvním předpokladem k tomu, abychom si někde vyjeli, je chuť a odhodlání. Druhým faktorem plánování výletu je skutečnost, že nic není dokonalé. Tedy ani dokonale bezbariérové, a to i na místech, která jsou označována piktogramy vozíčkáře jako stoprocentně bezbariérová. Buď je restaurační nebo ubytovací zařízení opatřeno vstupem pro handicapované, ale stěží se dostanete s vozíčkem na pokoj nebo WC, nebo je vše bezbariérové kromě vstupu do zařízení. Mnohdy nefunguje zvedací plošina či schodolez. S tím vším a s dalšími překážkami a nemilými překvapeními vozíčkář jednoduše počítat musí a také se s nimi musí vyrovnat. O to příjemnější je, když všechno funguje, jak má.

Moje zkušenost hovoří, že to co je v dosahu, je nutné si osahat a otestovat. Proto si rád zajedu na místa, která jsem si vybral jako cíl výletu a tak řečeno *in situ* zhodnotím. Několik takto otestovaných míst předkládám jako tip na výlet dalším zájemcům z řad vozíčkářů.

Frydecko-Místecko

Určitě jste už všichni slyšeli nebo dokonce ochutnali medové cukrovinky, zejména dortíčky, které vyrábí firma **Marlenka v Lískovci u Frýdku-Místku**. Dají se zakoupit téměř v každém supermarketu. Pokud byste chtěli vidět na místě, jak se tyto dobroty vyrábějí, stačí si

exkurzi domluvit telefonicky (Marlenka – MIKO international s.r.o., Valcířská ul. 434, 738 01 Frýdek-Místek, tel.: **595 177 444**, miko@marlenka.cz). Přijímají hromadné objednávky a zájem je obrovský. Z Frýdku-Místku jezdí k provozovně MHD. Prostory jsou zcela bezbariérové včetně toalety pro vozíčkáře ve vstupní hale. Prohlídka s výkladem a ochutnávkou stojí na osobu 80 Kč. Přes okénka v přízemí lze sledovat celý výrobní proces od míchání těsta po balení hotových produktů. Domů si můžete zakoupit menší chuťovky nebo celé dorty přímo z výroby za výhodnou cenu.



Klasický medový dort Marlenka

Foto: www.marlenka.cz

Od výroby se můžete přesunout k **poutnímu místu s bazilikou Navštívení Panny Marie a křížovou cestou**. Poutní chrám, jehož oltář zdobí zázračná socha Panny Marie Frýdecké, byl vysvěcen v roce 1759. Hlavní loď lemují šest kaplí. Areál doplňuje 14 kaplí křížové cesty a tzv. Římská kaple z konce 19. stol. Interiér baziliky s plastikou není bezbariérový pro schody při vstupu. Prohlídka barokního chrámu s monumentálním dvouvěžím, plastik čtyř světců na rampě a procházka zastaveními křížové cesty poutního areálu stojí za to. Z vršku Vápenky se dostanete do blízkého historického jádra Frýdku-Místku. Ve zdejší zámku, v němž sídlí **Muzeum Beskyd**, jsou vozíčkářům dostupné nádvoří a přízemí, kde se konají zajímavé časové výstavy.

Na východ od Brna

Do obce **Prace**, ležící asi 15 km východně od jihomoravské metropole, se dostanete autobusem IDOS. Nad vsí stojí **Mohyla míru**, secesní stavba z roku 1912 od architekta Josefa Fanty (autor Wilsonova nádraží v Praze). Památník obětem Napoleonské bitvy u Slavkova doplňuje Muzeum napoleonské bitvy nebo také bitvy Tří císařů s interaktivní výstavou.

Expozice muzea je přístupná vozíčkářům, stejně jako zdejší kavárna a příjemná letní zahrádka. Zájemci najdou v okolí mnoho dalších zajímavých míst bitvy – na kopci Žuráň, Santon, v obcích Šlapanice, Telnice, Sokolnice, Újezd, Tvarožná atd.



Mohyla míru nad vsí Prace

Foto: <http://wikimapia.org>



Stálá expozice bitvy u Slavkova

Foto: <http://mohylamiru.muzeumbrnenska.cz>

Nedaleko odtud leží městečko **Slavkov se stejnojmenným zámekem** – monumentální reprezentativní barokní zámek nechali vystavět Kounicové. Byl dokončen v r. 1752 za Václava Antonína Kounice. Ve dnech 3.–7. prosince 1805 tady bylo mezi Napoleonem Bonapartem a zástupci poražených rakouských a ruských armád uzavřeno příměří.

Zámek samotný přístupný vozíčkářům není, ale i vnější prohlídka stojí za to. Procházka zámeckým parkem se sochami antických bohů vytvořenými italským sochařem Giovannim Giulianim po roce 1700 vás potěší a nabije pozitivní energií.

Ještě o dalších 10 km na východ od Slavkova se nachází městečko **Bučovice s renesanční perlou – zámekem**, který dal podle italských vzorů postavit v letech 1567–1582 Jan Šembera Černohorský z Boskovic. Zámek prošel dílčí barokní přestavbou. Na nádvoří vás okouzlí arkádové ochozy a kašna s postavami z antické mytologie. To nejkrásnější spatří návštěvníci včetně těch na ortopedických vozíčkách v přízemí Bučovického zámku. Zde se nacházejí i bytné i reprezentativní

sály se štukami a nástěnnými malbami (Císařský sál, Venušin sál, Lovecký nebo-li Zaječí sál atd.).



Bučovický zámek Foto: www.bucovice.cz

Odersko

Odry leží v oblasti Moravského Kraje. Tento mikroregion bývá občas turisty opomíjen. Nabízí mnoho přírodních, kulturních a historických zajímavostí. Historické jádro města **Odry** přišlo v minulosti o jeden skvost – o barokní zámek, který byl v chátrajícím stavu zbořen. Na jeho místě vznikl vkusný park. Poblíž náměstí najdete hřbitov, kde se nachází řada hodnotných historických náhrobků. Na okraji města leží **bezbariérová venkovní expozice mlýnských kamenů doplněná národopisnými sbírkami**.



Mlýnské kameny v Odrách Foto: www.odry.cz

Odersko bylo v minulosti ryze zemědělským krajem s množstvím větrných a vodních mlýnů. Do dnešních dnů se dochovalo několik z nich. Chcete-li zhlédnout zachovalý funkční vodní mlýn, navštivte obec Loučky dva kilometry západně od Oder. Vodní mlýn Weselsky je technickou památkou s funkčním mléčím zařízením a transmisí, k vidění je tady zemědělská expozice. **Pro návštěvníky s těžkým zdravotním handicapem je přístupný hospodářský dvůr, náhon s mlýnským kolem a plastiky lidového řezbáře**. Směrem na Suchdol nad Odrou leží ves **Vražné-Hynčice**. Jedna z místních usedlostí je rodným domem zakladatele genetiky Georga Mendela. Dnes v ní

sídlí muzeum věnované tomuto geniálnímu českému vědci.

Poblíž městyse **Klokočůvek** se nachází známé **poutní místo se sochou Panny Marie ve skále (Mariastein)**. Turistům slouží jako výletní místo a nachází se zde mnoho restaurací a hotelů.

Když se projedete regionem, zjistíte, že vám kromě panenské přírody nabízí množství zajímavostí, např. drobné sakrální stavby (kapličky, zvoničky, boží muka), naučné stezky, např. k prameni řeky Odry, lidovou architekturu a pamětihodnosti.

Jen deset kilometrů severně od Oder se nachází město **Fulnek**. Okouzlí vás svou malebností a památkami. Na náměstí je možné si prohlédnout barokní sousoší Sloupu Nejsvětější Trojice a kašny se sochami sv. J. Sarkandera a sv. J. Nepomuckého od J. A. Heinze. Kolem náměstí stojí řada stavebních pamětihodností – budova Jednoty bratrské s Muzeem J. A. Komenského, kostel sv. Josefa se vzácným ambitem, augustiniánský klášter, kaple sv. Rocha a Šebestiána a dva zámky na vrchu nad náměstím.



V r. 1945 vybombardované fulnecké náměstí bylo postaveno znovu

Foto: <http://foto.mapy.cz>

České dráhy převážejí v motoráccích ze Suchdolu nad Odrou do Fulneku či Budišova nad Budišovkou cykloturisty. **Je možné si domluvit i převoz na ortopedickém vozíčku**. Kromě uvedených míst najdete na trase malebná nádražička s pěstěnými zahrádkami (Heřmánky) a další místa lákající k návštěvě (Spálov, Vítkov, Budišov n. B. atd.).

Novojičínsko

Návštěva města **Nový Jičín** je nezapomenutelným zážitkem. Historické jádro s měšťanskými renesančními a barokními domy s podloubími, např. Dům zv. Stará Pošta, řada kostelů a kaplí, Žerotínský zámek, v němž sídlí Muzeum Novojičínska (expozice historie výroby klobouků Tonak) apod.

Pár kilometrů odtud najdete městečko **Starý Jičín**. Z náměstí vede ke stejnojmenné zřícenině hradu zpevněná cesta. **S pomocí průvodce nebo na elektric-**

kém vozíku se dostanete až na nádvoří hradu. U venkovních stolů se můžete občerstvit, pokochat hradbami, zdmi nebo vstupní věží a nasát středověkou atmosféru.



Rekonstruované náměstí je chloubou Nového Jičína Foto: <http://cs.wikipedia.org>

Ostud se můžete vydat na sever. Mezi Novým Jičínem a Suchdolem n. O. najdete **zámek Kunín**. Určitě jste už ochutnali produkty zdejší mlékárny. Teď se můžete seznámit s historií zámku. Barokní perlu Moravy nechala vystavět hrabata z Harrachu podle projektu J. Lucase von Hildebrandt. Průčelí zámku je variací na Salzburský Mirabell. Osвіcená majitelka Marie Walburg, hraběnka z Truchsess-Waldburg-Zeilu, rozená Harrachová, založila na zámku vzdělávací ústav. Jeho žákem byl i František Palacký. V jeho rodném roubeném domečku v blízkých Hodslavicích je umístěna expozice věnovaná jeho životu a dílu. Zámek prošel rozsáhlou rekonstrukcí a vrátil se sem původní sbírky. Během letní sezóny se v zámeckém parku konají **výstavy veteránů** – automobilů a motocyklů. Nadšení sběratelé vystavují své miláčky postupně ve Štramberku, Starém Jičíně a Kubíně.



Kunínský zámek

Foto: www cestovninformator.cz

Zámek je přístupný i pro vozíčkáře s doprovodem – I. i II. patro (lehký vozík – nutno přisednout na šikmou schodišťovou plošinu a vozík vynést) – max. 3 vozíčkáři ve skupině.

Milan Linhart

Na vozíku za krásou a poznáním

Po Osoblažsku parním vláčkem

Tip Milana Linharta

Osoblažsko je mikroregion ležící v cípu mezi Městem Albrechtice a Krnovem na severu Moravy. V minulosti se o něm tradovalo, že jde o území zapomenuté Bohem i úřady. Po vysídlení místních sudetských Němců v roce 1946 byla oblast značně vyliďněna. Život zdejších obyvatel byl vždy velmi těžký a závisel na ne příliš úrodných půdách. Díky jakési izolovanosti zůstala příroda téměř neporušená. V posledních letech začalo oblast objevovat stále větší množství pěších turistů i cykloturistů. Přijíždějí sem rodiny s dětmi ze sousedního Polska.

Největší atrakcí Osoblažského výběžku je úzkokolejná trať vedoucí ze stanice Trěmešná ve Slezsku do Osoblahy. Měří cca 20 km a provoz na ní zajišťují během roku České dráhy. V letní sezóně vypravují Slezské zemské dráhy parní vlak. **Od června do září je do soupravy zařazen vůz pro vozíčkáře s nástupní plošinou.** Nostalgický vláček jezdí pouze o víkendech. Vaši plánovanou jízdu na vozíčku je nutné ohlásit předem. O jízdu je obrovský zájem. Pomalá jízda klikatou tratí vede kouzelnou krajinou luk, lesů, rybníků a vesniček se selskými usedlostmi, kostelíky a šlechtickými sídly. Pokud pojedete až na konečnou do Osoblahy, nezapomeňte navštívit jeden z nejzachovalejších židovských hřbitovů na Moravě. Tato kulturní památka je stejně jako náměstí s litinovou kašnou s postavou Hygien a zbytkem městských hradeb přístupná i vozíčkářům. Město Osoblahy bylo těžce poškozeno při osvobozovacích bojích za 2. světové války. Bylo však znovu obnoven.

Zámek Slezské Rudoltice

Pokud toužíte po poznávání historie a památek, můžete vystoupit ve Slezských Rudolticích. Asi kilometr od stanice ČD se nachází jádro městečka s barokním morovým sloupem a bezbariérovou zámeckou vinárnou. Dominantou náměstí je barokní zámek, který nesl v 18. století název Slezská Versailles. Zámek v dobách největšího rozkvětu navštívil pruský král Fridrich II. a filozof Voltaire. Hodicové zde založili zámecké divadlo a kapelu. V dnes již zpustlém parku stály antické stavby, kanály pluly benátské gondoly, hrály se živé šachy, vystupovali školení venkovští umělci. Albert z Hodic nákladným životem zámek zadlužil. Po jeho smrti byly sbírky rozprodány. Poslední ránu dostal objekt na sklonku války, kdy byl silně poškozen a zbytek mobiliáře



Osoblažská úzkokolejka

Foto: www.osoblazsko.com

rozkraden. Dnes je zámek opět přístupný veřejnosti a slouží časovým výstavám.

Osoblažsko má i další cenné stavby. Ty jsou ovšem zatím veřejnosti nepřístupné – zámky Dívčí hrad a Slezské Pavlovice. U obce Liptaň na trati úzkokolejky najdete bludný balvan.

Nostalgickou jízdu parním vláčkem si mohou vozíčkáři objednat u Slezských Moravských drah na tel.: **554 642 121** nebo **972 759 180**, popř. emailem na szd@osoblazsko.com. Další informace o tomto zajímavém regionu najdete na stránkách www.osoblazsko.com.

Milan Linhart

Tipy na ubytování

■ Rekreační areál Bohušov, Bohušov (Osoblažsko).

Umístění: V obci Bohušov u Osoblahy. Autobus 400 m, vlaková zastávka Bohušov 500 m.

Ubytování: Chatová osada a kemp s 20 chatkami. K dispozici je 10 lůžek s bezbar. přístupem (ověřeno 05/2013).

Cena: Chatka (5 lůžek): 1–6 nocí 800 Kč/chata/noc, týdenní pobyt 730 Kč/chata/noc. Zapůjčení povlečení 50 Kč/lůžko/pobyt, parkování auta u chatky 30 Kč/noc, rekreační poplatek 10 Kč/os/noc. Ceny jsou platné po celou sezónu.

Adresa: Rekreační areál Bohušov (chatová osada Bohušov, kemp Bohušov), Bohušov 15, 793 99 Bohušov. Kontaktní osoba: Jitka Mičaninová.

Kontakt: tel. 554 642 121, 554 642 156, oubohusov@bohusov.eu, www.bohusov.eu/rekreacni-areal/chatky-a-kemp/.

■ Zámecký apartmán, Slezské Rudoltice (Osoblažsko)

Umístění: V obci Slezské Rudoltice, na přechodu Jindřichovské pahorkatiny do Osoblažské nížiny. Obcí prochází úzkokolejná trať (historický parní vláček), je zde renesanční zámek, vinárna, diskotéka, 2 hospůdky, 2 obchody. Vlaková stanice Slezské Rudoltice 1 km. Rybník v Bohušově (koupání, rybolov) 8 km. Koupaliště Město Albrechtice a Osoblahy 10 km. Hraniční přechod do Polska 6 km.

Ubytování: Nekuřácký zámecký apartmán přímo v renesančním zámku, na místě bytu správce zámku. Apartmán tvoří 2 vzájemně propojené 4lůžkové pokoje s LCD televizí, rádiem s CD, vybavená kuchyň, koupelna (vana, sprcha), samostatná sprcha, 2 WC. Venkovní posezení z masivu. V chodbě apartmánu je možné uskladnit jízdní kola. Možnost ubytování se psy. Ubytování je v provozu jen v měsících 04–10. K dispozici jsou 4 lůžka s bezbariérovým přístupem.

Cena: Celá sezóna 1–2 osoby 500 Kč/apartmán/noc, 3–4 osoby 800 Kč/apartmán/noc, 5–6 osob 900 Kč/apartmán/noc, 7–8 osob 1 000 Kč/apartmán/noc. Ceny jsou konečné (včetně všech poplatků a DPH) a platné i při ubytování jen na 1 noc.

Adresa: Zámecký apartmán, zámek Slezské Rudoltice, Slezské Rudoltice 1, 793 97 Slezské Rudoltice. Provozovatel: Obec Slezské Rudoltice. Kontaktní osoba: Ing. Mojmír Pargač (starosta).

Kontakt: tel. 554 656 105, mob. 776 047 977, slezskerudoltice@seznam.cz, www.slezskerudoltice.cz/zamecky-apartman.

(red)

Vodáci na kolečkách

Deset let prozářených kamarádstvím

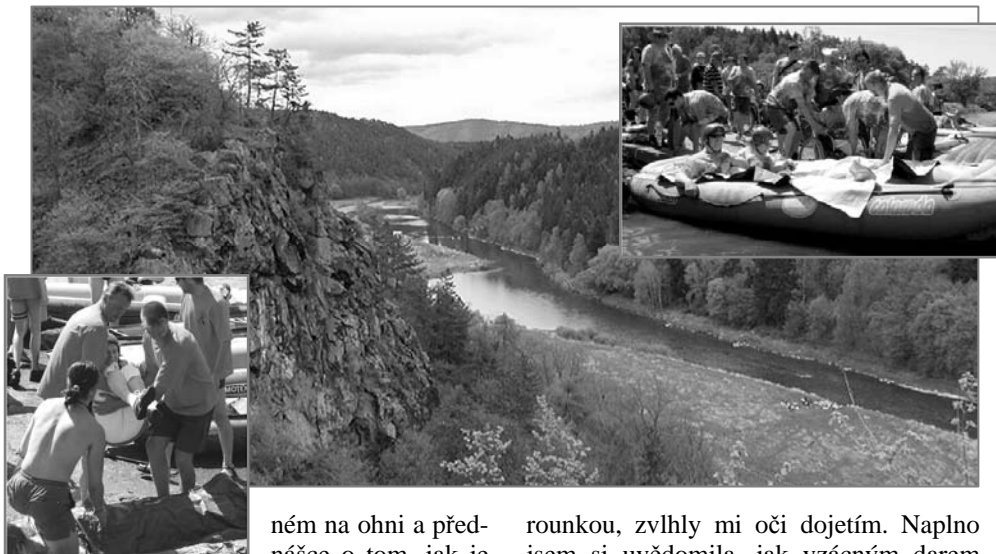
S řekou Berouňkou se potkal aspoň jednou v životě snad každý český vodák. A díky pomoci svých kamarádů se už deset let potkávají s řekou Berouňkou i vodáci trochu zvláštního druhu. Vodáci, kterým nebylo dopřáno, aby po řece pádlovali vlastními silami, protože je život různým, více či méně potměšilým způsobem usadil na invalidní vozík a přinutil je čelit různým nepřijemným omezením. Že ale ani zdaleka není nutné se takovými omezeními nechávat omezovat, to dokazuje rok co rok svou květnovou plavbou svérázná a zdánlivě nesourodá parta, složená z vodáků „normálně“ chodících a vodáků nechodících, včetně kvadruplegiků a lidí postižených svalovou dystrofií.

Nezapomenutelná první plavba

Tohle krásně prapodivné společenství prvně odrazilo svoje lodě od břehu Staré řeky Berouňky v květnu roku 2004, a to na základě rozhodnutí jedné plzeňské vodácké party (její duší tehdy byli a pořád jsou Alena a Oldřich Netřvalovi), že zpestří vozíčkářům květnový rekondiční pobyt v domě Exodus v Třemošné na Plzeňsku společnou plavbou po Berouňce od Dolanského mostu do Nadryb. Ten, kdo u toho nebyl, si sotva umí představit, na jaká úskalí tohle rozhodnutí zvláště v tom přelomovém prvním roce naráželo. I věci na pohled banální a samozřejmě (počínaje přesednutím z ortopedických vozíků do lodí, přes otázky, jak vše zajistit pro případ, kdyby na vodě došlo k nepředvídané události atd., a konče „vyloďováním“ na břeh a zpátky na vozíky) se hlavně u vodáků s kvadruplegií ukázaly být oříškem, který je třeba operativně rozlouskávat – a to vesměs čistou improvizací.

Krásně na ty chvíle vzpomíná Jana Vágnerová, členka Asociace muskulárních dystrofiiků v ČR a účastnice první plavby: „Nejprve jsme byli obeznámeni s tím, co nás, kteří budeme odvážní, čeká. U řeky byly připraveny tři rafty, a co se nám vozíčkářům zdálo nemožné, bylo pro naše lodivody hrou. Dříve než nás nalodili do raftů, měli za sebou údajně tvrdý výcvik.“ (Pro vysvětlení – výcvik probíhal tak, že se vodáci navzájem nakládali do lodí, přičemž nakládání co nejdůsledněji „nepoužíval“ svaly, aby se vše blížilo tomu, jak bude situace vypadat v hodině H).

Samotnou první plavbu pak Jana popisuje takhle: „Po výborném guláši uvaře-



ném na ohni a přednášce o tom, jak je plavba na raftu bezpečná, přišlo nalodění. Na dobrodružnou plavbu jsme dostali krásná modrá trička se znakem vozíčkáře s pádlem. Z bezpečnostních důvodů nám navlékli plovací vesty a slušivé přilby. Takto vybaveni jsme za krásného počasí s pomocí naší posádky a s třikrát opakovaným pokřikem „Ahoj“ vypluli směr obec Nadryby. Příroda kolem Berouňky byla nádherně zelená a v lukách svítily koberce pampelišek. Byli jsme tak zabráni pozorováním přírody a zábavou na lodi, že mi dodnes není jasné, jakým způsobem jsme se najednou uprostřed řeky ocitli na mělčině. Z pohledu našeho kapitána to prý bylo v plánu. Kdo ví? Dopluli jsme trochu navlhli do cíle, kde už na nás čekala auta a naše druhé nohy, vozíky. Při vylodění žádný problém. Naši ochotní, silní a usměvaví pomocníci nás jako v bavlnce i s raftem vynesli z řeky na břeh. Než jsme se nadáli, jejich silné paže nás uvelebily na vozíky. Tak jsme spluli po krásné řece Berouňce a v přistavených autech bez obtíží a plni nezapomenutelných zážitků jsme za náhlého, hustého deště dojeli zpět do základny v Dolanech.“

Pocity těch, kdo tenkrát byli při tom, vystihla asi nejlíp dnes už nežijící kamarádka-vozíčkářka Stáňa Rědlová, na kterou ale nikdo z téhle party určitě nezapomněl a nezapomene: „Člověk někdy touží zažít to, na co z nějakého důvodu nemá, na co se mu nedostává sil. Ovšem když se ocitne v náručí človíčka s duší a srdcem odhodlaným překonat nepřekonatelné, stává se z vytouženého snu skutečnost. Když se přede mnou uprostřed zříceniny hradu Krašov rozprostřelo překrásné přírodní panorama s vinoucí se řekou Be-

rouňkou, zvlhly mi oči dojetím. Naplno jsem si uvědomila, jak vzácným darem jsem byla právě obdarována. Spatřit to, co je pro vozíčkáře za běžných okolností nespátřitelné...“

Kamarádi

Chybějící zkušenosti od začátku vyvažovala chuť pomáhat – pádlovat za ty, kdo pádlovat nemůžou – jinak řečeno úplně obyčejná, prostá lidskost. Chodící i nechodící se ocitli (doslova) na jedné lodi. Přesněji na lodích – raftech a nafukovacích kánoích, které pro tuhle akci rok co rok poskytuje zdarma plzeňská půjčovna lodí H2O Sport Pavel Sikyta. Přístavem, odkud se vyplouvá a kam se účastníci posléze vracejí (zatím pokaždé v plném počtu), je díky Františkovi Boczkovi už sedm let jeho vodácké tábořiště Na Závrtku u Dolanského mostu, dopravní zázemí (a nejen to) už léta zajišťuje firma Mezado Jan Pešek, neodmyslitelné je kuchařské a kormidelnické umění Karla Kindla a jeho kamarádů z Nového Strašecí atd. Mluvit o nich jako o sponzorech není na místě, protože ze sponzorů se už dávno stali kamarádi, kteří se všeho dění osobně účastní a fyzicky přikládají ruku k dílu (a zpravidla i k pádlům).

Akce Dolany se v letošním roce, v sobotu 18. května, konala už podesáté – a každým rokem se rozrůstá. Přibývají noví a noví lidé (a samozřejmě, bohužel, ubývají ti, co boj se svalovou dystrofií už prohráli a dívají se na lodě na Berouňce z vodáckého nebe). Přičemž se nepodstatnější, že je čím dál méně podstatné, kdo z těch nových je sponzor, kdo postižený a kdo prostě (prostě?) kamarád...

Miroslav Valina

Foto: Štěpán Freiberg a Petr Vojáček

Test bezbariérovosti opavského OC Breda

František Šenk

Připravil jsem pro čtenáře magazínu Vozka třetí test bezbariérového přístupu pro vozíčkáře a osoby s pohybovým omezením do veřejných objektů, které byly po rekonstrukcích a přístavbách otevřeny v loňském roce v Opavě. Po Slezském zemském muzeu a Kulturním domě Na Rybníčku se chci podělit o dojmy s přístupností nového Obchodního centra Breda v Opavě (dále OC). Objekt to je impozantní, na ploše 25 000 m² je více než 100 obchodů a mj. i velké multikino se šesti sály. OC se taky říká opavská Karolína, ale ta ostravská vyrostla prakticky na zelené louce, kdežto v Opavě je to kombinace nových objektů a původních rekonstruovaných budov opavského pivovaru. Jen náklad na rekonstrukci si vyžádal téměř 1,5 mld. Kč. Opravdu stojí za návštěvu!

Je jen škoda, že zároveň nedošlo k rekonstrukci a opravám chátrajícího obchodního domu Breda, na něž OC prostorově navazuje – technicky je na propojení připraveno. Ale budoucnost obchodního domu, chráněné památky, je neurčitá. Možná třeba proto, že i Módní dům Ostravica měl jednu dobu stejného majitele...

Zjevné nedostatky

Ale zpět do Opavy. Ještě před otevřením 15. 11. 2012 jsem požádal vedení o umožnění prohlídky OC z mého, tj. vozíčkářského pohledu. Bohužel to zůstalo bez odpovědi. Vydal jsem se tam tedy sám, a to až po opadnutí první vlny zvědavých zákazníků. Opravdu jsem si v tu dobu nemyslel, že si tento test vyžádá ještě tolik mého času... Zjištění a nedostatků bylo hodně, takže následovala řada osobních schůzek, telefonických hovorů i mailových zpráv. Momentální stav je uveden v závěru článku.

Vydal jsem se i na Magistrát města Opavy (dále jen MMO), odbor výstavby, protože mě zajímalo, kdo mohl provoz povolit a proč nebyly odstraněny zjevné nedostatky. Tam mě čekala dvě překvapení – jednak informace o tom, že vyjádření k současnému stavu poslala i Národní instituce pro integraci osob se zdravotním postižením v Ostravě (hrozný název, co?), která by zájmy nás vozíčkářů a osob s postižením měla hájit především. Ta neshledala závady většího charakteru, snad jen to, že informační systém v celém objektu OC je v drobném provedení, špatně čitelný. A že WC pro vozíčkáře nedisponují signalizací a mají nedostatečná označení.



Obchodní centrum Breda v Opavě – vizualizace

Foto: <http://reality.aktualne.centrum.cz>

Druhým překvapením byla informace o tom, že OC není dosud zkolaudováno a je v režimu dočasného užívání. Jinak řečeno, do května 2013 by mělo požádat o kolaudační řízení a do té doby je též naděje, že se mnohé problémy ještě dají vyřešit.

Souhrn mých připomínek jsem po dohodě poslal odboru výstavby MMO – takže připojuji jejich doslovný přepis:

Podotýkám, že nejsem stavební odborník a při testování přístupnosti OC jsem vycházel ze svých osobních zjištění. Jsem přesto přesvědčen, že v OC jsou některé mnou uváděné nedostatky v rozporu s příslušnými zákony a vyhláškami, které přístupnost přímo řeší, tj. zejména stavebním zákonem č. 183/2006 Sb., prováděcí vyhláškou č. 369/2001 Sb., prováděcí vyhl. č. 268/2009 o technických požadavcích na stavby a příslušných příloh, prováděcí vyhl. č. 526/2006 Sb., a zároveň tímto požadují zjednání nápravy. Některá řešení, doufám, že dočasně, jen postrádají logický přístup tvůrce – architekta či projektanta.

Parkovací prostory

Informační systém je na bídné úrovni, nevím, jak by v případě nebezpečí – ohně apod. – hledali řidiči jednoduše nejbližší únikovou cestu. Proším o prověření, zda

počet parkovacích stání pro vozidla ZP osob dosahuje 5 % kapacity parkovacích prostor, tj. počtu nejméně 25 stání, jak je uvedeno v příslušném bodu vyhl. č. 526/2006. V režimu placeného stání (údajně od tohoto roku) si při vjezdu ZP řidič – stejně jako ostatní – vyzvedne parkovací kartu, kterou musí označit do 15 minut před odjezdem v pokladně, příp. uhradit parkovné a rychle zvládnout manévry a příp. přestoupení z vozíku do auta a uložení vozíku do auta (můj případ). V opačném případě, jak jsem byl informován, mu záhora výjezd z garáží neumožní. Zcela ne-logicky jsou řídká parkovací místa pro vozíčkáře umístěna v rohu parkovacích prostor, tedy dost vzdálená od výtahů i od parkovací pokladny. Příjezd na tato místa není označen, čili neznalý motorista – vozíčkář – bloudí po celé parkovací ploše a hledá... Neznám venkovní parkoviště u zdrav. zařízení, úřadů a supermarketů, kde by vyhrazená parkovací místa nebyla v nejbližší blízkosti vstupu, příp. výtahů.

Obrazová příloha – umístění pokladny a vyhrazené park. stání je zcela vlevo vzadu od výtahů.

Návrh řešení: Nově vyhradit parkovací stání pro vozidla ZP osob, parkování těchto osob nezpoplatňovat, kontrolu park. lístku provést osobou dozoru nebo umístit pokladnu tak, aby vozíčkář mohl

Obr.: Parkovací prostory

Umístění pokladny...



...a vyhrazené parkovací stání jsou velmi daleko od výtahů

zaplatit či zneplatnit park. kartu přímo z okna auta při výjezdu, a to přemístěním pokladny k trase výjezdu.

Obchodní a relaxační prostory s omezeným nebo nemožným přístupem osob s omezenou schopností pohybu

Ve směru od podlaží 1 nahoru:

• **Přístup do marketu SPAR** je řešen karuselem, kterým se vozíčkář nedostane; pokud sežene někde pracovníka ostrahu, ten pak karusel odsune – **návrh řešení:** buď jinak řešený vchod nebo umístit zvonek pro přivolání pracovníka.



Karusel na vstupu – „oblíbená“ past na vozíčkáře

• **Přístup do lékárny a dalšího obchodu** je lemován 4 schody ve směru dolů, po mé kritice se objevila „rampa“ z překližky, která kopíruje schody a je dobrá na přizabit – žádný vozíčkář ji nepoužije a myslím, že i maminky s kočárky raději přenesou kočárek přes schody. Nerespektování příl. č. 1 k vyhl. č. 369/2001, odst. 1.3,-2-3-4.



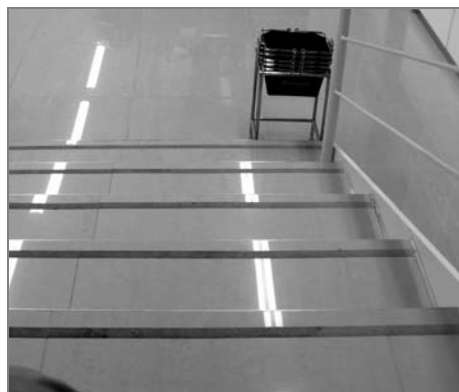
• **Informační systém** neobsahuje obvyklé piktogramy, ty stávající jsou navíc v malém provedení, někdy zjevně matoucí, což ztěžuje orientaci rovněž osobám starším a zrakově postiženým. Chybí piktogramy navádějící k WC pro postižené – ty nejsou v každém podlaží a značně mohou zdramatizovat použití těchto prostor...

• **Bez předchozího upozornění se najednou v přístupovém koridoru objeví schody.**



Schody. Jak na ně?

• **Mj. obchod Marionnaud** a další dosud neotevřené obchody v sousedství mají schody.



Se schody si ani zde hlavu nelámali

• **Zjevně není počítáno s přístupem vozíčkářů na venkovní oddychové prostory** v 1. podlaží – za vstupem z vnitřních prostor se objeví dva schody, bez nájezdu (dosud mimo provoz).

• **Provozovna Ka-Varna** má za vstupem 2 schody – po mých připomínkách vyčlenili 1 stůl na nezvýšeném prostoru (všechny ostatní jsou na pódiu) a tím to pro ně skončilo – bez ohledu na diskriminační pocit vozíčkáře – co kdyby si chtěl náhodou vybrat stůl u okna...



Do kavárny vstup vozíčkářům zapovězen

• **Předpokládám, že všechna WC pro vozíčkáře budou do doby kolaudace odpovídat podmínkám uvedeným v příl. č. 1 vyhl. 369/2001, odst. 2.4 – Hyg. zařízení.**

• **Prodejna Tchibo** neumožňuje vozíčkáři vypít si kávu jinde, než u barového pultu a to ve výši jeho očí...



Kafíčko s pohledem na zadky osob sedících jen na barových židličkách

Věřím, že mé připomínky budou vzaty v úvahu při kolaudačním řízení a k jejich předběžnému projednání se mohu dostavit i osobně (tel. 737 540 302 nebo mail). Zároveň mě mrzí, že v tak pěkném komplexu, v mnoha směrech architektonicky velice zdařilém, bylo zjevně málo pamatováno na osoby se ztíženou možností pohybu.

Tolik má žádost o zjednání nápravy.

A jak to dopadlo?

Po mé návštěvě na konci dubna jsem zjistil, že mé připomínky vyslyšeny nebyly.

1) Parkovací prostory – podzemní parkoviště – **bez významné změny.** Nadále jsou parkovací místa pro vozíčkáře nikoliv poblíž výtahů, resp. vstupu do prodejní části, jako je to u jiných super a hypermarketů v Opavě či jinde, cizinu nevyjímaje. Navádění značkami na tato zastrčená parkovací místa jsem nezaznamenal. Projel jsem parkoviště v podlaží P, kde jsou dvě parkovací místa pro vozíčkáře. Znamená to, že při pozdějším ověření bych měl najít ve zbývajících podlažích celkem 23 parkovacích míst vyhrazených pro vozíčkáře.



Z interiéru OC Breda

Foto: <http://ostrava.idnes.cz>

2) SPAR – řešení vstupu do prodejny karuselem, kterým se vozíčkář nedostane.

Vyjádření MMO: „Společnost SPAR dne 4. 4. sdělila, že bude u vstupu do prodejny nainstalován zvonek, který bude ostrahu upozorňovat na potřebu odstranění karuselu pro bezbariérový přístup.“

Mé zjištění: zvonek ke včerejšímu dni nainstalován nebyl. Za karuselem nebyl ani jeden košík, který by vozíčkář k nákupu použil. Prodejna nemá speciální nákupní košík běžný pro použití vozíčkářem v jiných velkých prodejnách. Zástupkyně ředitelky p. Vítová, kterou jsem o mé návštěvě informoval, okamžitě nákupní košíky zajistila. Pracovník místní ochranky p. Černín mi sdělil, že neví, jakým způsobem by na žádost vozíčkáře o odstranění karuselu reagoval, neví, jak by to provedl, a o ničem takovém informován nebyl.

3) Přístup do lékárny a k optikovi, k bance – 1. NP – pro kočárky zřízení sjezd, pro vozíčkáře i nadále nabízena jen varianta vyjetí na ulici. Úzkým průchoodem mezi stavební ohradou a kruhovým místem k sezení lze po nerovných kostkách dojet ke dveřím, které se otevírají jen obtížně. Nechť zřídí po obvodu schodů odpovídající sjezd – rampu – trvá.

4) Informační systém – beze změn, nadále stejné piktogramy v malém provedení, pro zrakově postižené a starší občany nepoužitelné. Pracovník ochranky mi sdělil, že v případě potřeby mají doprovázet vozíčkáře až k WC – není opravdu jednodušší osadit budovu navádějícími piktogramy (ne jen jediný přímo před vstupem, např. v 1. NP šipka navádí přímo, přítom je potřeba zabočit vlevo)?

5) Marionnaud – schody. Sdělení MMO: „Dne 4. 4. slíbil zástupce spol. Marionnaud, že bude v nejbližší době vybavena prodejna zvonekem pro přivolání personálu.“

Mé zjištění: velmi ochotný personál, zvonek nainstalován není...

6) Provozovna Ka-Varna – dva scho-

dy za vchodem. Sdělení MMO: „Personál je poučen a ochotný pomoci, pokud by chtěl vozíčkář sedět např. u stolu u okna“.

Mé zjištění: jednáno s provozním Ka-Varny – v případě vozíčkáře na mech. vozíku by ho vytáhli přes schody (nedůstojně), vozíčkáři na el. vozíku pomocí nemohou, ten musí zůstat u vyhrazeného stolu. Původní projekční nedostatek – možnost nájezdu místo schodů nebo nájezd na jiném místě v provozovně trvá.

7) Prodejna Tchibo – vysoké barové stoly a stoličky nepoužitelné pro vozíčkáře. Firma na můj podnět odpovídá, že se „v centrále v Německu vyvíjí řešení, které by jednoduchou formou vytvořilo dodatečnou servírovací plochu na kávu a zákusek v optimální výšce pro vozíčkáře... Bude následně použito i do českých obchodů...“

Mé zjištění a návrh: velice ochotný a vnímavý personál, jinak stav beze změny – co kdyby se jednoduše snížila výška barového stolu a stoliček? Nejlevnější řešení, bez nutnosti vývoje v centrále v Německu...

Sami vidíte, že zájem na odstranění závad jednoduše není, leží jen v oblasti obecných proklamací. Uvidíme...

František Šenk, Opava
frasesnk@centrum.cz

Nekonečný boj o bezbariérovost



Bezbariérový přístup? Ne, výsměch vozíčkářům!

V pondělí 13. 5. 2013 jsem byla s asistentkou na poště Olomouc 1 na nám. Republiky a nestačily jsme se divit. Fotografie hovoří za vše...

Ilona z Olomouce

Jiří Kolář: Podmínky pro cestování vozíčkářů vlakem budou čím dál lepší

Sedmina z pěti tisíc nástupišť má výšku hrany 550 mm nad temenem kolejnice

Lidé s omezenou schopností pohybu to nemají v běžném životě vůbec lehké, zvláště na delších cestách. Je pravdou, že od počátku devadesátých let, kdy na našich železnicích jezdilo jen 16 bezbariérových dálkových spojů, se situace zlepšila – v současné době jsou jich čtyři tisíce. Vozíčkáři však nepotřebují jen vyhovující vagóny a vhodně upravené toalety, ale také přístupná nádraží a kvalitní informační servis.

Na toto téma přinášíme rozhovor s generálním ředitelem Správy železniční dopravní cesty (SŽDC) Jiřím Kolářem. Plníme tak slib z minulého čísla *Vozky*.

• **V případě nízkopodlažních vlaků se na nástupišťích s 550 mm nad temenem kolejnice obejdou vozíčkáři bez cizí pomoci. Existuje seznam takových stanic v naší republice?**

V současné době zvažujeme, že tento seznam zveřejníme na našich internetových stránkách. Důvodem, proč jsme k tomuto kroku dosud nepřistoupili, je obava, že by jeho publikování mohlo způsobit cestujícím na vozíku spíše komplikace, místo toho, aby jim pomohlo. Někdy totiž může nastat situace (a v mnoha případech tomu tak je), kdy je ve stanici jedno ostrovní nástupiště s hranou 550 mm nad temenem kolejnice, ale ostatní nástupišťe jsou nižší. Nicméně pracujeme na úpravách seznamu tak, aby jeho zveřejnění bylo pro všechny uživatele přínosem. Podotýkám ale, že se situace v této oblasti

neustále mění a seznam bude vždy jen orientační. Pro zjištění informací o bezbariérovosti stanic lze v současné době využít stránky Českých drah www.cd.cz. Po jejich otevření si zadáte odkaz **Služby na nádraží**, vyplníte název stanice a dáte vyhledat. Otevře se detail vyhledané stanice, kde máte mimo jiné uvedenou její bezbariérovou přístupnost vyjádřenou kódy b0 až b8, vybavení mobilní zvedací plošinou apod. Tyto stránky byly zřízeny a upraveny přesně podle požadavků osob se sníženou schopností pohybu a orientace.

• **Jaký je poměr zmíněných stanic vůči ostatním? Počítá se s jejich nárůstem, například při rekonstrukcích?**

„Všechna nově budovaná a rekonstruovaná mimoúrovňová nástupiště musí být bezbariérově přístupná a použitelná i pro osoby se sníženou schopností pohybu a orientace. Naší snahou je takto přebudovat co největší množství nástupišť. Vzhledem k tomu, že jich máme ve stavu téměř pět tisíc, to však nejde tak rychle, jak bychom si představovali. V současné době je cestujícím k dispozici téměř 700 nástupišť s výškou hrany 550 mm nad kolejí. Toto číslo se ale bude neustále zvyšovat.

• **Jak spolupracujete v této oblasti s Českými drahami, aby právě tyto stanice byly co nejefektivněji využity při nasazování nízkopodlažních vlaků?**

SŽDC pravidelně předává Českým drahám aktuální data o nástupišťích, kde



Generální ředitel Správy železniční dopravní cesty Jiří Kolář

jsou mimo jiné uvedeny informace pro vyhodnocení bezbariérovosti stanic. Tyto informace pak ČD využívají při organizaci svých služeb.

• **V kterých krajích je situace kolem uvedených stanic velmi dobrá, v kterých nejhorší a proč?**

To nelze přesně vyhodnotit. Nejvíce nástupišť s výškou 550 mm se nachází na koridorových tratích, které procházejí téměř všemi kraji v republice. Při jejich modernizaci se ovšem klade rovněž velký důraz na rekonstrukce stanic podle současných požadavků, tedy na zřizování nástupišť s mimoúrovňovým přístupem při důsledném dodržování principů bezbariérovosti.

• **Co hodláte pro vozíčkáře zlepšit během příštích tří let?**

Dobrou zprávou nejen pro vozíčkáře je, že SŽDC hodlá v maximální míře investovat přidělené miliardy z Evropské unie, které je potřeba využít do konce roku 2015. Za tímto účelem vypracovala seznam tratí, na nichž dojde k vylepšení jejich současného stavu. V rámci stavebních úprav se mimo jiné zrekonstruují nástupišťe v řadě stanic. V některých, jako například v Lovosicích, Hranicích na Moravě nebo na hlavním nádraží v Kutné Hoře, díky tomu vznikne bezbariérový přístup na jednotlivá nástupišťe. Tempo zlepšování podmínek, a to nejen pro cestující na vozíku, se tak v následujících letech podstatně zrychlí a nebude se týkat jen modernizovaných koridorů.

• **Děkujeme za rozhovor.**

Jiří Muladi

Ilustr. foto: fotogalerie časopisu *Železničář*



Tempo zlepšování podmínek na nástupišťích se pro vozíčkáře podstatně zrychlí

Kultura nade vše, přitom za korunu!

Humorné příběhy slastí života se nevzdávajícího vozíčkáře

Osmého ledna přišla manželka z práce domů a řekla mi: „Objednala jsem dva lístky na Piafku do Divadla pod Palmovkou (DpP). Je to prý moc prima kus a jsme tam s Handy transportérem za půl hodky. Je to od nás kousek. Dvěma kolegyněkám z práce, které na tom byly před měsícem, se to moc líbilo. Když nebudeš chtít, tak ta jedna na to půjde klidně se mnou ještě jednou,“ dodala žena.

„Proč bych, prdelko (tak říkám doma mé ženušce), nešel s tebou do divadla? Vždyť jsem v něm ještě nikdy nebyl. Ani netuším, že vůbec nějaké takové divadlo v Praze existuje.“

O Edith Piaf jsem si kdysi dokonce přečetl celou knížku, když mi ji půjčila má sestra Jarka. Moc se mi ten malinký, zpěvem nadaný „vrábčák“ líbil. Hlavně ten její nezapomenutelný a nezaměnitelný hlas. Moc rád jsem poslouchal pěkné a melodické francouzské písničky s jejím nezvyklým „chrchlálkem“ se silným vibračním „RRR“.

„Doufám, že ta česká představitelka Edith v divadle bude mít aspoň podobný hlas, jako má reportér Tomáš Kraus z Primy. Jo a až budeš mít, ženuško, lístky v ruce a budeš vědět datum našeho představení, objednáš dopravu do divadla tam i zpět a samozřejmě ji, jako vždy, zacvaknu.“

Chtěl jsem manželce udělat nejen radost, ale také ji přesvědčit, že po divadelním představení, tedy hlavně po Piafce, opravdu toužím. A také že nejsem negramotný kulturní prdola, který kouká celý víkend jen na MS v biatlonu v Novém Městě a říká, že MS je jen jednou za rok. Za další dva týdny říkám prý to samé o MS v klasickém lyžování. Já ale manželce také nevytýkám Rosamudu Pilchevovou, na kterou kouká zase ona, navíc furt. Někdy se i já rád podívám, jak dobro a láska vítězí nad falší, podvodníky a kariéristy. Při těchto odpoledních filmech v našem širokém manželském loži nádherně usnu a ještě zbavím své nohy otoků.

Na internetu jsem si našel, že DpP je v Praze 8, v Zenklově ulici č. 34. Navíc paní Šimková z obchodního oddělení DpP mi napsala, že bezbariérový vstup do divadla je přes hereckou vrátnici. Vstup je z ulice Na Hrázi, naproti supermarketu Billa. Na dveřích vrátnice je ikona vozíčkáře a zvonek. Služba o nás bude vědět a zavede nás na naše místo. Pokud budeme potřebovat klíč od invalidního WC, máme si o něj požádat službu. Takto

informování jsme směle vyrazili do divadla. Zaparkovali jsme přesně před hereckou vrátnicí a manželka zazvonila. Pustili nás dovnitř velkými vraty přes skladiště kulis. Doprovodem nebyla paní vrátná, ale dva sympatičtí požárníci. Ti mi odstranili z cesty dlouhý ležící římský sloup, který chodcům zřejmě nevadil, ale pro „macatého“ vozíčkáře to nebylo „pin-tách“. I když jen o pár centimetrů...

Byl jsem velmi překvapen, jak rychle jsem byl na chodbě v divadle. Ihned si nás všimla velmi energická žena, nejspíše velmi důležitá šéfová uvaděček. Vysvětlila mi, kde mám v hledišti své místečko. A že musím počkat, až se všichni usadí a pak mě na mé místo doprovodí jeden člen požárního dozoru divadla. Spokojeně jsem seděl a sledoval ve foyeru cvrkot lidí kolem. Zjistil jsem, že po Piafce dneska zatoužil i známý pan profesor, chirurg Pirk. Zahlédl jsem i další povědomé tváře, např. pana režiséra Zdeňka Trošku.

Na své místo jsem si podle instrukcí zajel sám, s požárníkem v zádech. Od první až do sedmé řady byly dlouhé schody. U naší osmé už ne. Já měl sedačku číslo nula a manželka trojku. Když žena zjistila, že nebudeme sedět vedle sebe, ukázala dvěma silnějším seniorkám na sedačkách č. 1 a 2 svůj lístek. Velmi slušně požádala paní sedící na jedničce, jestli by si nepřesedla na její trojku, abychom mohli sedět vedle sebe. Když ta na pohled líná dáma ženě řekla, že musí být brzo doma, požádala tu druhou seniorku, jestli by se neposunula ona nebo raději obě. Každá o jedno místečko, o blbého půl metru. Koukaly obě na sebe i na mou ženu jako mladá telata z jara na jetel a nepřesedly si!

Když odcházely o přestávce diváci na občerstvení, všiml jsem si, že ty své „kotle“ a velmi kyprá kila opravdu nerady zvedají a při několikerém přesezení by si nejspíš odřely ty své dlouhodobě pěstované nakynuté boky. Manželka na tom ale vydělala. Sedla si na připravenou židli vedle mě, která byla vyšší než sedadla v řadě. Lépe tak viděla na celé jeviště. Ty dvě „ochotnice“ navíc zapříčinily o přestávce malou „pravcovou“ divadelní zácpu. Když skončilo první dějství a neutuchající potlesk, musela se manželka nejdříve zvednout a dát židli na stranu, ke zdi. Já jsem se musel na vozíčku otočit a rychle vyjet ven do foyeru, aby diváci z pravé poloviny prvních osmi řad mohli vůbec odejít. Navíc jsem musel dávat po-

zor, abych nešel na nohu několika hodně žíznivým a rychlým divákům z řad za námi. To samé se opakovalo ještě jednou, po skončení představení. No a nakonec ta neochotná baba dřív doma nebyla, jak si naplánovala a manželce verbalizovala. Tleskal jsem do poslední chvíle! Nemyslete si, že jsem chtěl babu za její neochotu potrestat! To by bylo nečestné a nesportovní. Zkrátka se nám s manželkou představení moc líbilo. Bouřlivý aplaus celého hlediště nebral konce.

Fantastický výkon v hlavní roli podala paní Hana Seidlová. Pozadu za ní nezůstala Renata Worek-Drosslerová v roli Marlene Dietrich. Zaujala mě i Petra Horváthová v roli Momone, nevlastní sestry Edith. I páni herci, např. Jiří Havel, René Přibíl a další, mají zásluhu na skvělém představení a našem nevšedním kulturním zážitku. Všem představení moc doporučuju!

Manželka měla lístek jako můj doprovod za neskutečných 115 Kč. Já, s průkazkou ZTP/P, za symbolickou jednu korunu českou! Při dobré vůli se na pravou stranu hlediště DpP vejde několik vozíčkářů. Ale o tom musí rozhodnout vedení divadla – kvůli bezpečnosti, to je jasné. Levou stranu hlediště prozkoumám příště, až půjdeme s ženou na komedii *Sex noci svatojánské* od Woodyho Allena.

Velkou radost – nám manželům Procházkovým – udělal požárník pan Vojta, který měl nade mnou takový chlapský a velmi lidský patronát. Samozřejmě mě vyvezl i ven před hereckou vrátnici. Editu prý viděl za dvanáct let, co v DpP pracuje, už pětadesátkrát. Řekl nám, že jsme nejsympatičtější pár na vozíčku (mysleno obrazně...), který tu kdy byl.

Všem vozíčkářům DpP vřele doporučuji, nejen kvůli perfektnímu bezbariérovému přístupu. Především jsou tam velmi milí a ochotní požárníci – vlastně už nyní přejmenovaní na hasiče.

Josef Procházka



Z představení Edith a Marlene Foto: DpP

Od posměchu ke slávě

Timúr Chromec: dobyvatel, ale také státník, vyznavač a mecenáš kultury

Timúr, celým jménem Timúr Leng (také známý pod jménem Tamerlán), byl turkický vojevůdce a krutý dobyvatel, který ve 14. století vytvořil obrovskou říši rozkládající se především na území dnešního Iránu, Turkmenistánu, Uzbekistánu a Afganistánu s hlavním městem Samarkandem. Timúr se stal také zakladatelem dynastie Timúrovců.

Přichází na svět kolem roku 1336 ve městě Keshi (dnešní Šahrisabz v Uzbekistánu) v rodině nevýznamného vojenského náčelníka. Jeho jméno lze přeložit jako **Timúr Chromec**. Chromec proto, že je již od dětství částečně ochrnutý na levou polovinu svého těla. Poloviční ochrnutí nebylo jedinou vadou, kterou trpěl. Uvádí se také, že měl levou nohu výrazně kratší než pravou, což vedlo k tomu, že silně kulhal.



Ač chromý, stal se Timúr velkou postavou v dějinách středního východu

Potomek Čingischána

Timúr sice pocházel z poměrně dosti chudých poměrů, ale i přesto, že jej lidé od útlého věku považovali za mrzáka a častovali ho krutými urážkami, dokázal se během krátké doby prosadit mezi politickými a vojenskými špičkami ve středosijské čagatské části, které vládli potomci Čingischána syna Čagataje.

V roce 1370 se Timúr dostává do čela vlády a svrhne chána. Po nástupu do čela se prohlásí za Mongola a přímého potomka Čingischána. Dává si za cíl obnovit jeho bývalou říši a ihned po nástupu k moci zahájil svou vojenskou expanzi do okolních oblastí. Mezi lety 1380 až 1389 dobývá Írán, Mezopotámii, Arménii a Gruzii. V roce 1390 Timúr vtrhává do Ruska a o dva roky později se vrací přes Persii zpět do střední Asie, která proti němu povstane ve vzpouře. V letech 1389 napadne bez zjevné příčiny Indii. Zkáza Indie je přitom taková, že jen Dillí bude trvat více než jedno století, než dosáhne své původní velikosti.

Střídmý život bez královské koruny

Timúr nevynikal jen ve válečnickém řemeslu a strategii. Měl také velké pochopení pro umění, literaturu, zpěv a divadlo. Ze svého sídelního města dokonce učiní středisko kultury pro celou jeho říši. Obrovskou zajímavostí je, že si však přisvojuje pouhý a skromný titul emír (princ). Neudělá ze sebe krále ani chána, což by svou mocí a autoritou klidně mohl. Kronikáři této doby se zmiňují o jeho dosti



Forenzní rekonstrukce Timúrovy podoby

zvráceném humoru. Jinak žil střídme a udržoval tradice kočovného života. Tamerlán do velké míry podléhal perské kultuře. Zajímal se také o teologickou problematiku islámu, jelikož byl silně věřící. Během své vlády nechával stavět nové zavlažovací systémy, v Turkestánu zakládal zemědělské osady, podporoval obchod, který přispíval finančními prostředky do státní pokladny, ale také obohacoval kulturu říše.

V roce 1405 umírá v čele svých vojsk při tažení na Čínu. Je pohřben v Samarkandu, kde je jeho hrobka Gúr Emír, která je dodnes jedním z největších architektonických monumentů tohoto města.

Radovan Frank
Foto: Wikipedie



Timúrova říše v letech 1365–1405

Bezdomovci – ti se maj!

Blanka Falcníková

Často vídávám při odchodu do práce bezdomovce, kterak zkoumají obsah popelnice v naší ulici. Některé z nich už znám od vidění, potkáváme se téměř denně. Posledně mě dokonce jeden z nich – v duchu mu říkám Profesor – pozdravil. Křivě se usmál, dotkl se nedbale dvěma prsty kšiltu své čapky a řekl: „Brý den, madam. Nebílo by na pívo?“ Ano řekl „nebílo“. Zavrtěla jsem hlavou, taky jsem se trochu usmála – to jako, že se známe.

Ne, že bych byla lakomec. Občas někomu něco takhle na ulici taky dám, ale třeba když hraje na kytaru nebo prodává ten bezdomovecký časopis. Protože jen tak se mi dávat peníze nechce. Taky mi od dob puberty, kdy jsem od rodičů pravidelně fasovala kapesné, nikdo nic zadarmo nedal. A vlastně ani tehdy to nebylo zadarmo. Kdybych nedělala dobrotu, nic bych nedostala.

Když jsem pak už odjela, trochu mě zamrzelo, že jsem Profesorovi nedala aspoň deset ká. I když – kdo ví, jestli by se kvůli takovému pakateli neurazil... Ani nevím, kolik že se dává?

Když tak o tom přemýšlím, mají tito bezdomovci celkem pohodlný život. Nic je nikam nehoní, žádný stres, žádné ambice ani soutěž o místo na slunci. Šéf jim neříká, že mají dělat „za ty prachy“ víc, nemusejí se starat o úklid v domě, o výměnu prasklých žárovek ani o to, jestli vydělají dost peněz na zaplacení životních nákladů rodiny. Těch, které rok od roku rostou s rostoucí nenasytostí mít doma vše, co nám „jako“ zpřijemňuje život – PC, DVD, TV a kdovíco ještě.

Začala jsem v naší ulici ty chlapíky bez domova pozorovat, ne že bych byla nějaký šmírák. Zjistila jsem, že není vše, jak by se mohlo zdát. Nezvykle brzy – v 7.30 ráno – přecházejí Závod míru a Profesor od popelnice k popelnici. Závod míru pevně svírá své nerozlučné kolo Eska, má na něm připevněné dva košíky a tři tašky. Do těch se toho vlezle! Profesorovi se zjevně moc nechce, šourá se vzadu a s kyselým výrazem žvýká párátka – myslím.

„Pohni si, né!“ popohání ho Závod míru. „Už sem ti říkal, že bysme nic nenašli, kdybysme nevstali brzo. Jestli nas tamti dohoní, máme po ptakach,“ přes rameno pokřikuje Závod míru. Čile přitom rozhrabává tlustým, ale zašpičatělým klackem obsah kontejnerů, pevně přitom držíce svou Esku. Dumala jsem o tom,

zda se obává, aby o to jízdní kolo nepřišel, když tu jsem si povšimla, že ke středové ose kola, které z něj dělá kolo pánské, jsou připevněny dvě francouzské hole. A také jsem si všimla, že ono to přecházení od popelnice k popelnici není až tak čilé – Závod míru tahá jednu nohu za sebou, vypadá to, že se na ni nikdy plně nepostaví. Kdo ví, co se mu přihodilo?

Profesor přidržuje kolegovi kolo, zhnuseně kroutí hlavou. „Takhle brzo vstávat. A ve flašce jste mi ze včerejška nechali jenom loka!“ vyčítá. Vyplivne párátka, potáhne a odplivne si. „Kdo to má vydržet.“ Ale spolupracuje, tuším, že dává kolegovi od popelnice za pravdu. Oba se o poznání rychleji přemístí k dalšímu kontejneru. Jakmile si vezmou své, mizí mi z dohledu.

U stejných popelnic se asi o tři čtvrtě hodiny později objevuje Štístko a Dejcígo. O tom, že si přispali, nasvědčuje hubený obsah jejich ušmudlaných batohů.

„Kurva, už tu někdo byl, to je pech! Já ti říkal, že o týhle ulici nemáš nikomu říkat, vole!“ nadává Štístko a vyhrožuje, že od zítřka bude zase chodit sám. Dejcígo sebere ze země nedopalek, prohlídne si ho a zastrčí do kapsy. Bude se hodit později. „Kdybys nekecal, jak si byl rád, že sem byl s tebou, když sme se pod kinem porvali. Kdybys tam byl sám, pěkně by tě zřídili,“ nenechá si nadávat.

Štístko se teď ale vážně rozčlilil: „Když jsem chodil sám, nic se mi nikdy nedělo. To ty každého provokuješ, a teď i mě,“ nadává. Hodí baťoh na jedno rameno a jde pryč. „A nelez za mnou,“ volá na Dejcíga pro jistotu. Ten si zase odplivne a zapálí si nalezené čiko. Potáhne si, pak ještě jednou – teď už chytí i filtr. Pokrčí rameny a pomalu se šourá za Štístkem.

Po poledni zahlédnu u školy postávat další páreček. Tato doba je pro bezdomovce poněkud netypická, ale asi vědí, proč tu čekají. Číhají, až v kuchyni začnou likvidovat zbytky z oběda. A skutečně, kuchařky vytáhly na rampu dvě ploché kovové přepravky přikryté igelitem. Jakmile zmizely za dveřmi, oba výtečníci – pro mě Černý zub a Elegán – se postavili k rampě. Ta jim sahala po prsa, což pro oba bylo velmi výhodné. Odhrnuli igelit a do připravených rendlíků rukama nabrali tolik zbytků, kolik se vlezlo. Zhlédla jsem brambory, sem tam

knedlík, kousky masa, vše v neidentifikovatelné hnědé hmotě vzniklé ze zbytku omáčky a polévek. Plné hrnky přikryli pokličkou z plastu, Černý zub ještě jednou nabral a strčil si jídlo do pusy. „Bude to třeba přisolit, jinak dobrý,“ zamručel a dohnal Elegána, který si ze svých hnědých lakovaných polobotek stíral nějakou špínu. Jen co poodešli několik kroků od rampy, přihnala se dodávka a obtloustlý mladík obě přepravky šoupl do nákladového prostoru. Co to bylo za firmu na dveřích dodávky? Á – soukromý zemědělec...

Elegán s Černozubkem se pomalu šourali směrem ke mně. „Fakt to nikomu neříkej, tohle je terno...“ šišlavě prosil Černý zub. Elegán se zastavil, olízl si dva prsty pravé ruky a zvedl je k přísaze. Pak šťouchl do Černozubky a poprosil: „Možná jenom Malýmu, posledně se s náma rozdělil o piva.“

„Ne, nikomu!“ rezolutně kroutí hlavou Černý zub. „Jak se to roznese, budeme se muset chodit stravovat jina. A víš, jak to je! Takhle nám vždycky zbyde na flašku.“

Elegán to ještě jednou zkouší: „Mohli bysme někdy zase zajít do Charity, to snad přežiješ. A to, že si musíš umejt ruce, ti taky neublíží...“ Černý zub ještě něco dodal, už ale nebylo slyšet co.

Příště si zkusím vzít foťák.



Ilustr. foto: <http://chebsky.denik.cz>

Sex k životu na vozíku patří

Věra Schmidová: Nejsme vozíčkáři, ale muži a ženy na vozíku

Je sex na vozíku tabuizován právem? Určitě ne. Vždyť sex jako takový patří mezi základní pudy dané nám matkou přírodou (pud sebezáchovy, pud obživy a rozmnožovací pud). Jsou situace – např. těžký stres, nemoc či úraz –, kdy se může některý z pudů částečně utlumit. Člověk je třeba v důsledku velkého stresu schopen spáchat sebevraždu.

Rozmnožovací pud, potřeba sexu, se také může utlumit třeba v důsledku úrazu nebo vážné nemoci. Člověk nemá na sex chuť ani myšlenky. Alespoň z počátku.

Zamýšlím se nad tím, proč je sex lidí na vozíku něčím, o čem se nemluví, nepíše, co se nemedializuje? Snad je to částečně i proto, že vozíčkář je brán jako „člověk na vozíku“, a ne jako žena na vozíku nebo muž na vozíku. A to je velká chyba! Spousta zdravých lidí si také myslí, že člověk na vozíku je vždy i mentálně postižený. Jistě jste se sami setkali s tím, že zdravý člověk při kontaktu s vozíčkářem buď mluví na jeho doprovod, nebo začne mluvit hlasitěji, pomaleji s výraznou artikulací... Ne vždy, ale často se to stává, a to dokonce i ve zdravotnických zařízeních od personálu.

Nebojme se projevit chuť do života

Možná si za to někdy můžeme sami. Sedíme ve vozíku schoulení, uhýbáme pohledem. Nebojme se narovnat, sebevědomě se podívat každému do očí, usmát se na svět kolem! Ženy, nebojme se malovat, navonět, nosit sukně, výstřihy nebo přiléhavá trička. Nebojme se i na vozíku být trochu sexy, vyzývavé, ukazovat okolí, že jsme ženy! Co na tom, že na vozíku? I tak můžu být krásná, žádoucí, plná energie a chuti do života. Do života se vším všudy, tedy i s partnerem a se svou sexualitou.

Dále se o sexu lidí na vozíku částečně nemluví i proto, že my, vozíčkáři, sami často říkáme: jsme normální lidé, pouze nemůžeme chodit. A spousta lidí kolem nás si to vysvětlí tak, že jinak teda nemáme vůbec žádný problém a trápit nás nemůže nic jiného než to, že nemůžeme chodit. A tím pádem na nic jiného ani nemyslíme.

Na co potřebuješ chlapa...?

Je zajímavé, že pro lidi kolem nás je normální, že když máme hlad, musíme se najíst, ale když máme potřebu lásky



a sexu, to už normální není.

Sama se často setkávám s otázkami typu: „Na co potřebuješ chlapa?“ a „Proč se chceš vdávat?“ nebo „Proč chcete bydlet spolu? To nemůžete myslet vážně?!“... A bylo jich mnohem víc.

K vozíčkářovi z pohledu zdravých lidí prostě patří pouze rodiče a pečovatelka. Když partner, tak přece jenom proto, aby se o něho staral nebo si s ním povídal apod. Ale sex? Proč se nemluví o lásce a o sexu v souvislosti s člověkem na vozíku? Možná taky proto, že si to nikdo neumí představit.

Zkuste si klíčová slova zadat do vyhledávače a nic moc tam nenajdete. Pokud máte hodně trpělivosti a času, klikáte, zkoušíte, ale nic. Když vám dobrý kámoš poradí, dopracujete se třeba k diskusi na

téma sex na vozíku na Vozejkově, na Adaptii nebo na YouTube k videím. Ale pokud je mi známo, pouze v jednom rehabilitačním ústavu takové video svým vozíčkářům pouštěli. A právě takové „instruktážní“ video by bylo pro mnoho lidí, nejen na vozíku, přínosem. Ocenili by to i jejich partneři, rodina či známí. Kdyby ho měli možnost zhlédnout zdraví lidé, hodně by pochopili a možná by se tak nebáli vztahu s vozíčkářem, možná by pochopili, že i sex k životu na vozíku patří.

K lásce patří sex

Ale pozor – není vozíčkář jako vozíčkář. Záleží na diagnóze, jestli jde třeba o některou formu obrny nebo svalové dystrofie, popř. o úraz (tady ještě záleží

na tom, jestli je to para nebo tetra, který obratel je poraněný, jestli došlo k úplnému přerušení míchy, úplné ztrátě citlivosti, jestli je to plegik nebo spastik atd.)

Co vozíčkář, to jiná omezení, jiné možnosti. Pak se stane, že jdeme pro rozumy a rady ke kamarádovi – taky vozíčkářovi – a jsme zklamaní, když je to vše úplně jinak, než nám poradil.

Když člověk zůstane na vozíku, tápe, hledá, zkouší... Pokud má ovšem s kým, protože i navazování vztahů u lidí na vozíku je trochu jiné, problematičtější. Vozíčkář možná trochu častěji slýchá slova: jsi fajn kámoš, ale... Ale! Ten druhý neví, netuší, do čeho by šel, co by mohl čekat a co zas ne. Velká neznámá.

A vozíčkář zase zápasí s otázkou: říct tomu druhému o své inkontinenci, o svých problémech v sexuální oblasti, o omezeních (třeba v množství poloh, které vozíčkář zvládne), jak to říct? A kdy? Jak to ten druhý přijme? A přijme to vůbec? Neztrapní se? No jistě – nesnadná komunikace, co jiného? Otázek a problémů je víc než dost.

Myslím, že právě ti vozíčkáři, kteří už mají něco za sebou, by o tomto problému měli mluvit a psát. A tím naznačit cestu druhým, kteří netuší nebo prostě jen nemají fantazii, bojí se či se stydí. Kdo jiný o tom musí začít a rozhýbat stojaté vody než sám vozíčkář? Že se bojíme? Že se stydíme? Bát se? Čeho a proč? Vždyť nebyť sexu, nejsme tady ani my ani ti ostatní. Dělal to naši rodiče, naši staří rodiče, dělají to naši sousedé, přátelé, známí, tak proč ne my?

A stydět se? Že se nám vysmějí, že nás odsoudí? Takových lidí se zeptejte – a vy to neděláte? Vy jste to nikdy nedělali? Vaši rodiče to nikdy nedělali? Jak jste se tady teda ocitli na tomto světě?

Rozhodla jsem se jít příkladem a zeptat se několika vozíčkářů na jejich pocity



a problémy související se sexuálním životem. Byla jsem překvapená, jak byli sdílní. Anketa je samozřejmě anonymní, pouze s uvedením věku respondenta a jeho diagnózy.

ANKETA

■ MUŽ (37) – obrna

Já jsem měl vždy největší problém dostat holku do postele. Ne sbalit ji, strávit s ní hezké večery, povídat si s ní třeba i celé hodiny, líbat se s ní, mazlit se s ní... To ne. Ale potom se holky začaly vymlouvat a končivale to slovy „jsi moc fajn, mám tě moc ráda, ale...“ Ale! Viděly ve mně jenom kamaráda a chtěly, aby to tak i zůstalo. Maximálně ještě tak na randění či mazlení. A ne snad proto, že bych nevěděl, kam sáhnout, kde pohladit, kam políbit, kde a jak polaskat jazykem.... Měl jsem co nabídnout. Viděly to, cítily to, věděly to. Předehry byly dlouhé a krásné pro obě strany. Holky vzdychaly, vlnily se... Když ale přišla řeč na přesun do postele, dostaly strach, ony nevěděly jak dál, co bude a toho se bály. Myslím, že spíš zdraví lidé by potřebovali články, diskuse a videa o sexu vozíčkářů, ne my.

■ ŽENA (52 let) – po úraze hlavy – tetraparéza

Já měla vždy problémy s tím, jak a kdy říct partnerovi o své inkontinenci a problémech s tím spojených. Na tom vlastně ztroskotal každý můj vztah se zdravým klukem ještě dřív, než začal. Prostě jsem nevěděla, jak to říct a co vlastně říct, ale hlavně jsem se strašně styděla. Tak jsem raději vždy hned vykouvala a vztah ukončila. I když začínal hezky a nadějně. Nedala jsem zdravým klukům ani šanci ukázat, jestli by to pochopili, jestli by se s tím poprali, vyrovnali. Vína byla na mojí straně.

Pak jsem se seznámila s vozíčkářem a tento problém se řešit nemusel. Oba jsme věděli, že ten druhý má problémy velice podobné. Takže v tomto směru vidím ve vztahu dvou vozíčkářů výhodu, že mají hodně problémů podobných, a tím pádem se nestydí o nich mluvit. Naopak – připadá jim to normální. Ale jinak je takovýto vztah mnohem, mnohem těžší a náročnější, a to jak po fyzické, tak po psychické stránce. Je to pořádný záber pro oba.

Fyzicky si často oba musí sáhnout až na hranice svých možností, třeba i při polohách při styku, zvláště pokud mají oba dost výrazná omezení svalová nebo vůbec při hybnosti. A teď nemyslím na žádnou gymnastiku, i běžné polohy dají pořádně zabrat.

A po stránce psychické – často chcete

tomu druhému vyhovět, vyjít vstříc, pomoci a ono to nejde, protože je to nad vaše síly (teď myslím na samotný sex, i na předehry či mazlení). Chcete tomu druhému aspoň trochu udělat dobře, něco, co se mu líbí, co by se mu mohlo líbit, a fyzicky to nezvládnete, protože nemáte sílu. A to strašně člověka deptá psychicky. Takže si myslím, že vozíčkáři si toho sexu moc neužijí.

■ ŽENA (25 let) – paraplegie, L3

Jsem na vozíku od dětství, takže jsem se s ním doslova sžila. Mojí výhodou je, že mám silné a zdravé ruce a na horní polovinu těla plnou citlivost. Takže mazlení, hlazení, líbání, sání a kousání – to vše cítím, je to super, líbí se mi to a vzrušuje mě to.

Sex je běžnou součástí mého života a k životu ho potřebuji. Nikdy jsem s tím žádný problém neměla. Stálého partnera nemám, ne že by nebyl zájem, ale zatím se nechci vázat. Když chci chlapa, zajedu si do baru, nějakého sbalím a jde se na věc. Jestli prožívám orgasmus? Asi ano, já nevím, co cítí a co a jak prožívají zdravé holky, ale mně se to, co prožívám, líbí moc.

Po skončení aktu se vrátím do svého bytu, do svého klidu. Kluci s mým vozíkem většinou problémy nemají, možná proto, že je dopředu nazhavía natolik, že jim potom už nevadí vůbec nic.

Co se týče partnerů, vždy jsem měla jenom zdravé kluky – je to výhoda, pomůžou mi, přizpůsobí se, já se nemusím nijak omezovat, můžu myslet jenom na sebe a krásně si to užívat. Když se mi to s někým moc líbí, domluvíme se a zopakujeme to. Bez nějakých závazků. Zatím mi to tak vyhovuje.

Co se týče poloh – hybnost mám výbornou. Když mi kluk pomůže, přidrží mě, nazvedne mě, necítím se nějak omezená. A co se týče chuti, četnosti styků, já mám chuť často.

■ MUŽ (55 let) – kvadruple-gie, C5

Úraz se mi stal v 16 letech a zkušenosti se sexem už jsem v tom čase měl, začínal jsem hodně brzy. Po úrazu nám v rehabilitačním ústavu pustili instruktážní video, po kterém nám mladý doktor řekl, že sval, který se nepoužívá, zakrní. A že tak je to i s penisem, že ho musíme trénovat a cvičit a záleží jen na nás, jak pevně to vezmeme do svých rukou. Tak jsem byl připraven, věděl jsem, co mě čeká. První sexuální zkušenosti už jsem tedy sbíral tam, v rehabilitačním ústavu.

Seznámit se s holkou a dostat ji do postele zpočátku problém nebyl. Dlouho a dobře jsem si je připravoval, tak šly

rády. Samozřejmě, že ne všechny. Některé dostaly strach a ucukly.

S přibývajícím léty ale problémy začaly – stávalo se mi stále častěji, že hlava chtěla, ale tělo ne. Objevily se problémy se ztopořením. A taky s močovým měchýřem – když po mě holka chvíli poskákala, začal se měchýř ozývat. A přerušovaná soulož kvůli močení ... nic moc.

Jako mladý vozíčkář jsem se i oženil, ženě to mnoho let vyhovovalo, pokaždé byla spokojena i uspokojena. I když je to i pro ženu něco úplně jiného, takový sex s vozíčkářem. Ale orgasmus dosáhla vždy. I dvě děti jsme zplodili.

Co se mě týče, uspokojil mě pohled na ni, jak si to užívá, jak to prožívá. To je taky všechno, co z toho sexu mám já. Uspokojilo mě vědomí, že ona je uspokojena. Absolutně nic totiž necítím od krku dolů. Od úrazu jsem ale extrémně citlivý na krk a na tvář, vzruší mě i masáže krku a kousání uší. Vzruší, ale neuspokojí.

■ ŽENA (48 let) – paraplegie, L5

Sex jako takový mi nikdy nic neříkal a po úraze obzvlášť. Ale miluji a potřebuji cítit chlapskou vůni, jejich blízkost, doteky jejich rukou, jejich sílu, živočišnost. To mě vzrušuje. Nemusejí se mě dotýkat na intimních místech, to ne. To ke spokojenosti nepotřebuji. Mně stačí, když se mě dotýkají kdekoli na mém těle. A když jsou blízko a můžu nasát jejich vůni.

Vyřešila jsem to velice jednoduše a elegantně – vyhlídnou si hezkého, silného, mladého maséra a jdu si nechat promasírovat celé tělo. Spojím příjemné s užitečným a je to krása! A navíc to prospěje mojí psychice i mému tělu.

■ MUŽ (37 let) – osteogenesis imperfecta

Vždy jsem měl strach, obavy z toho, jestli mě holka přijme takového, jaký jsem. Mám teď na mysli moje tělesné postižení. Přece jenom tělo mám trochu jiné než zdraví muži. Takže strach, jestli mě dívka bude mít ráda takového, jaký jsem. Až současná partnerka mě takto bere. Říká, že moje postižení vůbec nevnímá, že si to ani neuvědomuje. Měl jsem na ni štěstí, vím to. Všichni kamarádi i rodina mě od toho vztahu odrazovali. Často se totiž stává, že jakmile si holka uvědomí, že ten vozík u kluka a všechna ta jeho omezení jsou tady pořád, i za rok, za dva, za deset let, lekne se a chce mě pouze jako „fajn kámoše“.

Dnes už sex na vozíku není problém, osobně bych to ani jako tabu neviděl – jsou knihy, videa... Jenom musí mít člověk trpělivost a hledat, klikat, ptát se...

Moc se o sexu vozíčkářů neví, nemluví. Možná by to chtělo víc pustit na inter-

net, do knihkupectví, trochu to rozšířit mezi lidi. I zdravé lidi. Zvláště mezi ně. Vždy totiž záleží na tom druhém, na partnerovi. Musí mít rád sex, nesmí se vztahu s vozíčkářem bát. Jít do toho kvůli sexu a ne proto, že mu je toho vozíčkáře líto. Nebo proto, že se s ním dobře povídá.

Vzhledem k mé zvýšené lámavosti kostí je počet poloh u mě značně omezen, ale to je asi jediné omezení, co mám. Co se týče ztopoření, četnosti, chuti na sex – vše je jako u normálního muže. Spíš já uháním partnerku.

■ ŽENA (30 let) – spina bifida

Protože jsem na vozíku od dětství, nikdy mi v ničem nepřekážel, byl mou součástí, teda ani v seznamování mi nevadil. Dostat chlapa do postele taky nikdy nebyl problém. V čem mám problém, je to, kdy a jak partnerovi říct, že mám vývod a že z toho důvodu ani nesmím mít děti, i když po nich toužím.

Citlivost mám na celém těle kromě dolní části nohou úplně v pořádku a hybnost, díky tomu že neustále cvičím, taky. Takže pokud mám zdravého partnera, zvládnou v posteli téměř všechno. Samozřejmě kromě některých až gymnastických poloh. Vše ale záleží na partnerovi – když mi pomůže, přidrží mě, není problém.

Partnera jsem měla vždy zdravého, i v tom sexu je to pro mě s ním lehčí. Akorát zdraví kluci moc na trvalý vztah s holkou na vozíku nejsou (výjimka potvrzuje pravidlo). Rádi si zkusí, jaké to je, jestli je to jiné než se zdravou holkou, a pak utečou. Ale jak říkám – ne všichni jsou stejní. S nynějším partnerem už spolu žijeme delší dobu a výborně nám to klapne. I v tom sexu – náramně si ho užíváme oba, lítám od orgasmu k orgasmu, ale je fakt, že oproti vozíčkářům po úraze mám výhodu.

■ MUŽ (58 let) – paraplegie, Th 10

Od prsou dolu absolutně nic necítím. Že bych byl citlivější na té horní části těla, kterou cítím, říct nemůžu.

Kdysi jsem zkoušel všechno možné, prášky i injekce, ale zážitky a prožitky se rovnaly nule. Tak jsem to vzdal. Nenačházím v ničem skutečné vzrušení a uspokojení. Ke skutečnému sexu patří ztopoření a výstřik. Pokud k tomu nedochází, celé to stojí za houby a o skutečný sex se nejedná. A nějaké jiné metody (jako třeba orál...), ne. U mě nedochází ani ke ztopoření, nikdy z toho nic nemám, nic necítím. Proto jsem s celým sexem raději po několika marných pokusech skončil.

Mám kamarádky, je mi dobře v jejich přítomnosti, chodíme na procházky, ně-

kam si sednout, rád se s nimi pobavím, někdy možná nějaká pusa, pohlázení, ale to je tak všechno. Takto mi to stačí, takto mi to vyhovuje.

■ MUŽ (34) – kvadruparéza, C7

Měl jsem obrovské štěstí, že i když došlo k rozdrčení mého sedmého krčního obratle, k úplnému přerušení míchy nedošlo, částečně hýbu nohama i rukama. I citlivost mám zachovanou.

Jsem ženatý už pět let, máme děti. Manželku mám hodnou, chápající, trpělivou. O sex nebo spíš o nějaký styk jsme se začali pokoušet poměrně brzy po úraze, bylo mi to doporučeno ještě v rehabilitačním ústavu. Ve výběru poloh jsem značně omezen, no s manželkou to pomalu zkoušíme dál a dál, nevzdáváme to. Manželka mě zaručeně vzruší vždy, bez problémů. Co se týče ejakulace, tu nemám, ale k určitému uspokojení u mě dochází. Ani nevím, jak bych to popsal, ale je to velice krásný a příjemný pocit. Myslím celý ten sex a hlavně vidět manželku, jak to prožívá, jak si to užívá.

Žádné prášky, ani nic jiného jsem nezkoušel, nebylo to zapotřebí, takto nám to oběma stačí a vyhovuje. I výdrž je vcelku dobrá. A co se četnosti styků týče – ani s tím nemám problém. A kdyby problém byl, chlap má přece ještě prsty a jazyk, ne? S žádnou jinou partnerkou jsem to po úraze nezkoušel a ani nechci – manželku nade vše miluji.

*Text napsala a anketu připravila
Věra Schmidová*

*Neoznačené foto: Antonia Deutsch,
Senzuální masáž, 1991*



Foto: Microsoft Office

Facilitovaný sex

Velká bublina, nebo možnost naplnění potřeb lidí s handicapem?

V posledních letech se nemálo hovoří o vyrovnávání příležitostí u lidí se zdravotním postižením. Jednou z kontroverzních oblastí je i oblast sexuality.

Možná je na místě připomenout, že sexualita není jen o sexu, o souloži, o pohlavním spojení dvou lidí. Nicméně – předchází-li sexuálnímu životu teoretická sexuální výchova, v níž je rozebrána i praktická část sexuality, je možné se na sex zčásti připravit, poučit samotného jedince i jeho okolí, popřípadě vyškolit pracovníky v sociálních službách, aby uměli o sexualitě hovořit.

Kosa na kámen pak ale přichází ve chvíli, kdy má u jedinců s těžším handicapem dojít k praktikování sexu. Jak docílit přirozenosti tam, kde se lidé bez zdravotního omezení řídí pudem či instinktem, kde stojí v cestě naplnění sexuální potřeby tělesná nebo mentální překážka?

Hodně diskuzí vyvolává institut „sexuální asistence“ neboli **facilitovaný sex**.

Co je facilitovaný sex?

Vztah Gerrada a Laurie (skutečná jména byla změněna) se během dvou let stal důvěrným. Příležitostný kontakt přerostl v intimní, následně doplněný milostnou touhou. Laurie a Gerrad rozhodli, že je načase dosáhnout tělesného spojení. Možnost naplnit jejich touhu se však střetávala s realitou jejich postižení. Gerrad má nervosvalové onemocnění, jehož důsledkem je celková tělesná slabost, Laurie je kvadruplegička. I když měla Laurie dost síly a pomohla Gerradovi zaujmout horní pozici, což je jediná poloha, z níž může dosáhnout pohlavního styku, nedokázali najít správnou polohu jednotlivých částí těla.

Přestože si oba byli vědomi, že mohou dosáhnout kvalitního sexuálního vztahu a intenzivního intimního prožitku i bez vaginálního pohlavního styku, byli odhodláni dosáhnout intimního styku. Došli k možnosti **požádat o pomoc osobního asistenta**. Gerrad s tímto nápadem souhlasil, Laurie však tomu nebyla z několika důvodů příliš nakloněna. Jednak nechtěla, aby byla v těch nejdůvěrnějších chvílích přítomna třetí osoba – asi jedna z jejich osobních asistentek, a také se jí zdálo riskantní začít vůbec na toto téma mluvit. Svou roli hrály také zásadní problémy týkající se jejího postižení. Nebyla si jistá, proč by chtěl Gerrad absolvovat takové těžkosti, když by pro něj – podle Laurie –

bylo jednodušší mít intimní vztah se ženou bez postižení. Měla také obavy, že by mu mohla být příjemná právě pomoc osobní asistentky při hledání správné polohy.

Pro většinu lidí s postižením je toto téma neprobádaným územím. Jednoho dne Laurie ale sebrala odvalu a zeptala se jedné ze svých osobních asistentek, zda by nasadila Gerradovi kondom. Asistentka cítila, že je žádost Laurie upřímná a odvážná, i když si nejdříve myslela, že jde o vtip. Řekla si, že to je prostě projev dospělosti, a s pomocí souhlasila. Následně pak také pomohla Gerradovi zaujmout polohu vhodnou pro pohlavní styk. Jejich situaci naprosto chápala a velmi ochotně jim pomáhala.

Z pohledu Gerrada se však celá situace stala až příliš technickou, bez emocí. Měl pocit, že se Laurie cítí nepříjemně. Říkal, že jí to viděl na očích a v jejím těle cítil napětí. Soustředil se na to, aby byla v pohodě, ale nebyl schopen udržet erekci. Jakmile zaujali správnou polohu, požádali asistentku, aby z pokoje odešla. Když ji zavolali zpět, aby jim pomohla, Gerrad prý znovu cítil rostoucí napětí.

Podle Laurie byl jejich intimní vztah dobrý, když byli sami, ale jakmile do pokoje vešla asistentka, v tu chvíli to bylo nepříjemné – říká, že jako by se sex stal jen povinností. Laurie dodává, že by byla radši, kdyby jim pomáhal někdo zkušenější. Přesto měl Gerrad při další příležitosti s jinou osobní asistentkou pocit, že je situace ještě více technická – to když si asistentka navlékla gumové rukavice a upozornila je, že to není její práce. S pomocí souhlasila neochotně a jen proto, že to bylo důležité pro Laurii. Gerrad s Laurii jsou dospělí lidé žijící ve společnosti lidí s podobnými problémy, ale jejich zkušenosti s asistovaným sexem jsou různorodé, v žádném případě však jednoduché. Jejich společný sexuální život bez pohlavního styku byl fajn, ale když se pokusili přibrat do menu také intimní styk, ukázalo se, že oproti jejich očekávání je to náročnější a navíc provázené stresem. Kdyby byla možnost facilitovaného sexu více diskutovaná a uznávaná, podařilo by se možná Gerradovi a Laurii jej úspěšně zvládnout. Ale takhle již nejsou partnery.

(Zdroj: iCan 2002, překlad Lucie Šnytové)

Téma asistence při sexu je citlivé, podrobnosti týkající se sexuálních aktivit jsou obecně považovány za soukromé záležitosti – lidé s postižením probírali



toto téma se svým osobním asistentem či asistentkou obvykle až poté, co se mezi nimi vytvořil dobrý pracovní vztah.

Facilitace při sexuální aktivitě osobním asistentem či asistentkou není jen o pomoci. Šance, že se zkomplikuje to, co je obvykle jednoduché, je tady obrovská. Russell Shuttleworth je lékař-antropolog zabývající se způsobem, jak se muži s mozkovou obrnou vypořádávají se sexuálními vztahy. Osobním asistentem byl 16 let. Většina jím dotazovaných mužů, jejichž intimní vztahy byly úspěšné, zastává podle něj názor, že je nutné riskovat odmítnutí.

Kde je ale hranice mezi asertivní žádostí o pomoc v oblasti sexu a sexuálním obtěžováním? Kdy je zmíněný risk považován asistentem za neslušný návrh? A co pracovní vztah mezi člověkem s postižením a osobním asistentem, respektive intimní vztah mezi partnery?

Mají-li partneři svého osobního asistenta, kruh se rozrůstá.

www.sex-koucink.cz

Možná bylo řešením nahradit termín sex-asistent výrazem „průvodce sexualitou“, samozřejmě včetně naplnění obsahu pojmenování. Což by mohlo znamenat, že asistence při samotném sexuálním aktu by byla jen jednou z možností celé spolupráce s tímto odborníkem, jakýmsi sex-koučem. V Česku mimochodem nějaký působí – byli by ale ochotni odskočit také k lidem s handicapem?

Jednou z nich je Mgr. Julie „Gaie“ Poupatová, první profesionální sexkouč v ČR a na Slovensku (titul získala na Universitě v Kalifornii). Nabízí např. koučování zaměřená především na osobní rozvoj v oblasti sexuality, také párový

sex-koučink, tělesný koučink, masturbační či skype koučink.

V ČR – a zcela jistě i v jiných zemích – ale působí také specializovaní maséři zaměřeni na tantrické prožívání. Na www.tantra.cz se dozvíme, že tantra je duchovní cesta, která nevylučuje sexualitu, že v tantrických skupinách sexuální energii adepti využívají, aby našli přístup k vlastní živosti a vlastním pocitům.

Na místě je upozornit čtenáře, že ani sexkoučink ani tantrická masáž nepatří k nejlevnějším počinům (cca 1–2 tisíce Kč za hodinu).

Překonávání předsudků

Zatím jsme se v textu zabývali zejména lidmi s tělesným postižením, ale jak to bude probíhat u osob s těžkým mentálním postižením, když ti rovněž mají podle odborníků potřeby v oblasti sexuality? Kdo bude rozhodovat o naplnění jejich potřeb v sexu, když v současnosti u mnohých z nich jejich okolí není schopno rozšířovat jejich jiné potřeby? Že by tuto otázku musel na podnět opatrovníka nebo sociální služby řešit soud? Vznikly by tak u soudů specialisté na sexuální asistenci?

Pak může nastat absurdní situace, že si o asistenci řeknou dva morbidně obézní lidé, kteří jsou obezitou rovněž pohybově handicapováni, a co si budeme povídat – s praktikováním sexu to jednoduché nemají. V dnešní společnosti je sex často spojen s mládím a fyzickou kondicí – **okolí proto často považuje člověka s postižením za asexuálního.** Lidé s handicapem musí překonávat předsudky, stejně jako své vlastní mylné představy a osobní bariéry týkající se sexuality. Je důležité, aby každý, včetně lidí s postižením, byl schopen činit vědomá rozhodnutí o své sexualitě, a to informovaně a s porozuměním. Je nutné, aby jim informace byly předávány kompetentně a v době, kdy je potřebují, vyžadují, kdy jsou na ně připraveni.

Lidé s postižením řeší mnoho překážek: problémy s pohyblivostí, ztrátu citlivosti, problémy s komunikací, zhoršenou kontrolu vyměšování a vylučování, bolesti, únavu, změny v chování a myšlení, změny v sexuálních funkcích (erekci, ejakulaci, lubrikaci, orgasmu)...

Promítá-li se stres, bolesti, únava, deprese a strach na prožívání sexuality u lidí bez postižení, jak výrazně to vše asi ovlivňuje osobu s handicapem? Sexuální pud a sexuální funkce mohou ovlivnit také předepsané léky. Sexualitu a sexuální chování samozřejmě ovlivní i sebeúcta. Komunikace je důležitá ve všech úrovních vztahů. V případě lidí s handicapem v partnerském vztahu je velmi důležité, aby hovořili o tom, co je napadá, co cítí, co potřebují nebo co chtějí.

O facilitovaném sexu se nemluví



Ale mluvit by se mělo. Ti, jež budou absurdně rozhodovat o tak intimních věcech lidí s handicapem (a bohužel to většinou bývají lidé bez postižení), by měli vzít v úvahu především názory povolání – odborníků na důsledky zdravotního postižení, v první řadě však na názory lidí, kterých se věc týká.

Stěžejní otázky:

- Patří sexualita mezi potřeby, jejichž naplnění má společnost podporovat?
- Je třeba začít uvažovat o vzdělávání profesionálů – průvodců sexualitou u lidí s těžkým tělesným postižením?
- Co na vše etika – placení sexuálních asistentů – předjímá závažná rizika takové služby?

Lidé s postižením mají přiznanou nutnost podpory a asistenční péče. Byly zavedeny osobní rozpočty, klienti si sami určují, kde si nakoupí svou službu. Peníze mohou vložit i do sexuální asistence (profesionál poskytne asistenci při sexuálních potřebě, kompenzuje handicap klienta). Praxe stále ale trochu kulhá za teorií. Sexualita je téma, které nutně musí být zakotveno v koncepci zařízení. Sexualita je právem občana a práva občanů musí být naplněna. Sexualita je tím, co z ní uděláme, sexualita je mnohem víc než pohlavní styk.

A v první řadě je nutné přemýšlet, jaké budou důsledky veškerého konání ve prospěch asistované sexuality. Co vše přinese pozitivního a jaká negativa se k tomu všemu přidruží...

Švýcarsko, Německo, Nizozemí...

Sexuální asistenti a asistentky v těchto zemích absolvuji tříleté pomaturitní studium a musí projít psychoterapií. Své povi-

lání vykonávají buď jako zaměstnanci nějakého zařízení, nebo docházejí do domácností (pojišťovny proplácejí zhruba 80 euro).

V prohlášení zástupců Švýcarského sdružení Corps Solidaires, které v zemi působí od roku 2009, a mezi nimiž jsou kromě samotných asistentek a asistentů i psychologové a sexuologové, se praví: „Připravit člověka o základní tělesnou zkušenost znamená bránit jakémukoli psychickému začlenění sexuality. My nabízíme odpověď, která kombinuje rozkoš i ochranu před podněty. Výbor schvaluje stávající pokrytectví – pokoutní sexualita může pokračovat ve skrytu a s pocitem viny. Čekali jsme důstojnější odezvu na přání občanů, kteří už deset dvacet let čekají, až jim bude tato podstatná životní zkušenost dostupná!“

Zajímavá situace nastala, když v roce 2003 se jedna švýcarská pomáhající organizace rozhodla rozšířit své služby o sexuální asistenci. Ještě v téže roce svůj záměr přehodnotila, protože okamžitě pocítila odliv peněz a sponzorů.

Catharina König, padesátiletá sexuální asistentka z Německa, na svých internetových stránkách www.beruehrung.org vysvětluje (převzato Radek Musílek z časopisu Můžeš):

„Právo na intimní kontakt je důležitým sebeurčujícím prvkem života lidí s postižením. Moje služby nejsou jen o sexu jako u prostitutek. Já s klientem navazuji především blízký osobní kontakt, hodně spolu mluvíme a intimní doteky či masáže jsou jen jedna část. Snažím se být empatická, citlivá, nespěchám, nikoho do ničeho netlačím. Zkrátka je to úplně jiné než s prostitutkou.“

V Nizozemsku služba funguje 35 let, tradičně pokroková je i Skandinávie. Ovšem inspiraci lze hledat i ve Švýcarsku a u našich sousedů v Německu či Rakousku.

Ve Velké Británii před časem proběhla médií zpráva o zdravotní sestře, která patnáctiletému klientovi s těžkou formou dětské mozkové obrny pořídila umělou vibrační vaginu, aby mohl dát průchod svým přirozeným potřebám. Ocítla se před etickou komisí, přestože svůj krok předem konzultovala s chlapcovými rodiči. Nakonec výpověď nedostala.

„Poradí vám filmy o lásce, přátelství a sexu“

Více o nich najdete v Česko-Slovenské filmové databázi na www.csfd.cz.

- Hasta la vista • Šarlatová cesta • Murderball • Slepé lásky • The Sessions • Sledhead • Nedoťknutelní • Jmenuji se Sam • Teorie létání • Legit

Připravila: Blanka Falcníková

Sociální služby v Holandsku nebo Velké Británii zahrnují erotiku i exotiku

V Holandsku je tolerance společnosti na svém možném maximu. Pořídíte tady legálně marihuanu nebo hašiš, bydlíte v pohodlném squattu, graffiti se nazývá uměním a každá menšina je tady hájena.

V Amsterdamu pracuje samostatný úřad pro rozdělování financí, které pokrývají výdaje za erotické služby v rámci programu zkvalitňování života handicapovaných.



Návštěvy nevěstinců a striptýzových klubů tak spadají do oblasti sociálních služeb. Stejně tak mohou být ze státního rozpočtu hrazeny dovolené u moře, autoškola a získání řidičského průkazu nebo třeba předplatné seznamek na internetu. Ale potěší i banální úklid domácnosti nebo pořízení zvířecího mazlíčka.

Terapie sexem

Je na jednotlivci, k čemu své příspěvky využije. Sex samozřejmě není tím hlavním tématem, proč lidé s handicapem přicházejí na úřady. Ale pokud vám ke štěstí chybí zrovna sex, není s tím ve městě „uliček lásky“ problém. Už sám velký otec psychoanalýzy Sigmund Freud v 19. stol. varoval před důsledky potlačované sexuality, která může vyústit v agre-

si, frustraci a nekontrolované chování jedince.

Holandská vláda tak vychází z myšlenky, že platit za sex není v rozporu se zákonem. Sociální politika země vychází ze skutečných a individuálních potřeb klientů, aby duševně ani fyzicky nestrádali. Úřady pak účel platby morálně nijak nehodnotí. Ovšem jen pokud je vše legální.

Do Tunisu místo do blázince

Podobná praxe existuje také ve Velké Británii. Konkrétní představu o tom, jak fungují tamní sociální služby, vykresluje příběh muže z Norfolku. Ten se během rozvodového řízení dostal do vážných psychických problémů, které nedovedl řešit. Sociální úřad mu tedy zaplatil dovolenou v Tunisu a pořídil malířskou výbavu. Díky této pomoci muž překonal těžké životní období a stát navíc ušetřil. Hospitalizace a léčba v psychiatrickém zařízení by totiž byla mnohem nákladnější.

Všeobecně se v těchto zemích má za to, že touha lidí po navazování sexuálních vztahů je přirozená a odvážná, a proto tato

otázka spadá do oblasti lidských práv a není tabuizována. Ostatně Anglie – kobléba Armády spásy – je spolu s Holandskem svou charitativní činností a úctou k lidské individualitě proslulá.



Zdroj a foto:

<http://www.telegraph.co.uk/>

Přeložila a zpracovala: Hana Klusová



„Neboj brouku, po mém boku nebudeš mít na nějaké pitomé bariéry čas ani pomyslet. To ti slibuju!“

Milan Linhart

PROGRAM

Poradenství
a informace



Liga vozíčkářů, Bzenecká 23, 628 00 Brno

bezplatná linka: **800 100 250**

e-mail: **poradna@ligavozic.cz** **www.ligavozic.cz**

Aktuálně z legislativy

Sleva na dani pro „důchodce“ od 1. 1. 2013

V naší Poradně pro život s postižením Ligy vozíčkářů se na přelomu roku 2012/2013 rozmnožily dotazy na téma **slevy na dani z příjmu pracujících důchodců**. K diskusi a strachu osob se zdravotním postižením přispěla bohužel negativně média, která slevu na dani osob s invalidním důchodem často slučuje se slevou na dani na poplatníka. Zároveň v médiích také není rozlišován pojem „invalidní“ a „starobní“ důchodce.

Od 1. 1. 2013 byla zrušena pouze sleva na dani pro poplatníka **v případě, kdy osoba k datu 1. ledna 2013 pobírá starobní důchod**. V souvislosti s touto novelou mnoho osob s přiznaným starobním důchodem požádalo ČSSZ o zastavení či přerušení výplaty starobního důchodu k datu 1. ledna 2013 tak, aby novelu zákona „obešlo“. V nedávné době na tyto četné žádosti reagovalo vyjádřením Generální finanční ředitelství ČR prohlášením, že starobní důchodci si tímto krokem bohužel nepomohou. Pokud totiž správce daně vyhodnotí, že jediným důvodem pro pozastavení výplaty důchodu byla snaha o získání slevy na poplatníka, bude tento postup posuzován jako zneužití práva. Finanční úřad pak zpětně doměří daň a důchodcům navíc prokuta.

Slevy na dani pro invalidní důchodce I., II. či III. stupně tedy zůstávají stále stejné – jako v roce 2012. Taktéž se nemění sleva na dani pro osoby s přiznaným průkazem ZTP/P. Osoby se zdravotním postižením tedy mohou čerpat jak slevu na dani pro poplatníka (kterou čerpá většina daňových poplatníků v ČR), tak specifické výše uvedené slevy.

Změna ve výši minimální mzdy pro osoby se ZP

Od 1. 1. 2013 byla novelizována vyhláška č. 567/2006 Sb., která stanovuje výši minimální mzdy a minimální úrovně zaručené mzdy (dle kategorie prací).

Do konce roku 2012 bylo možné u osob s invalidním důchodem I. či II. stupně tuto částku snížit až o 25 % a u osob invalidních ve III. stupni až o 50 %.

Příklad stavu do 31. 12. 2012:

- minimální mzda u zdravého zaměstnance za celý úvazek – 8 000 Kč,
- minimální mzda u osoby s invalidním důchodem I. či II. stupně za celý úvazek – 6 000 Kč,
- minimální mzda u osoby s invalidním důchodem III. stupně za celý úvazek – 4 000 Kč.

Snížení minimální mzdy a minimální úrovně zaručené mzdy mělo zaměstnavatele motivovat zaměstnat osobu se zdravotním postižením. Snížení mzdy mělo být však aplikováno pouze v případech, kdy osobu zdravotní stav omezoval ve výkonu práce (v praxi např. pracovala pomaleji než zdravý zaměstnanec, musela ze zdravotních důvodů práci častěji přerušovat a odvedla tedy méně práce nebo potřebovala k práci pracovní asistenci atd.).

Od 1. 1. 2013 je výše uvedené ustanovení zrušeno. To znamená, že osoba s kterýmkoli stupněm invalidního důchodu musí dostat za celý úvazek minimálně mzdu 8 000 Kč. Pokud vykonává práci zařazenou ve vyšší kategorii prací – pak minimální zaručenou mzdu danou vyhláškou, stejně jako osoba zcela zdravá.

V praxi bude mít tato změna legislativy bohužel zřejmě **pozitivní i negativní dopady**:

- osoby se zdravotním postižením budou placeny stejně jako zdraví lidé (již nebude možné jim snížit tímto způsobem

základní mzdu pouze z důvodu pobírání invalidního důchodu, jak se v praxi často stávalo...),

- bohužel je možné, že někteří zaměstnavatelé z tohoto důvodu budou osoby se zdravotním postižením propouštět.

Jak jsou na tom sKarty?

Kolem sKaret se v uplynulých měsících točilo mnoho debat odborníků i laiků, téma zajímalo média a celou politickou reprezentaci.

Vláda zaúkolovala ministryni práce a sociálních věcí Ludmilu Müllerovou, aby připravila návrh na zrušení celého projektu. Zároveň poslanecká sněmovna propustila do druhého čtení senátní návrh na úplné zrušení sKarty.

Vypadá to, že koaliční projekt karet sociálních systémů tak dříve nebo později skončí. Budeme vás o tom informovat v dalším čísle Vozky.

Lucie Marková, Dis.,

Poradna pro život s postižením Ligy vozíčkářů,

lucie.markova@ligavozic.cz.

Může ZP osoba pracovat bez ztráty důchodu?

Otázka:

Chtěl bych začít pracovat, ale mám strach, abych nepřišel o invalidní důchod.

Odpověď:

Podle současně platné legislativy žádné takové riziko nehrozí. Můžete pracovat bez omezení, kolik hodin chcete, bez omezení výše výdělku, aniž by vám hrozilo odebrání nebo krácení invalidního důchodu.

Pokud ale vyděláte za rok více než 840 000 Kč (pro rok 2012 – pozn. red.), budete muset v přiznání k dani z příjmu zdanit kromě výdělku i svůj celoroční důchod (15 %).

(Invalidní důchodci a držitelé průkazu ZTP/P mohou využít slev na dani – pozn. red.)

Zdroj: <http://www.vozejkov.cz>

7/2012

Další informace:

■ Důchodci a daň z příjmů:
<http://www.duchodci.cz/duchodci-a-dan-z-prijmu/>

■ Slevy na dani pro invalidní důchodce:
<http://www.jakpodnikat.cz/sleva-na-dani-duchodce.php>

RIPAK

Rady, informace, příklady a konzultace

poradenství BEZ BARIÉR
Ostravské organizace vozíčkářů

Osvědčení kvality MPSV o poskytované službě



Odstraňování architektonických bariér a rady ze života na vozíku



Kontaktní osoby:

Miroslav Filipčík a Tomáš Dvořák

telefony:

596 914 660 (11–14 h, po–pá)

596 131 202 (14–16 h po–pá)

e-mail: poradnaoov@seznam.cz

<http://bariery.xf.cz>

adresa pro korespondenci

Slavíkova 4409, 708 00 Ostrava 8

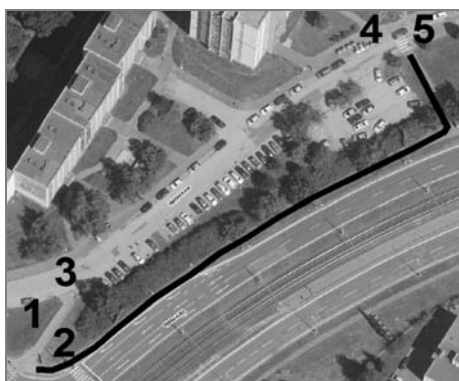
osobní kontakt (nutná telef. objednávka)

Služba je určena pro pohybově postižené z Ostravy a okolí

Činnost projektu podporují:

Statutární město Ostrava, městské obvody Ostrava-Jih, Poruba, Radvanice a Bartovice, Nadace rozvoje zdraví, Nadace OKD, Stavební firma Procházka s.r.o., Projektční kancelář Ing. Milan Blasbalg, Zprostředkování prodeje zdravotních pomůcek Tomáš Vlk.

S foťákem „bezbariérovou“ Ostravou



Zakreslení objíždné trasy ve fotomapě

Objíždná trasa pro osoby na ortopedickém vozíku byla navržena z důvodu výstavby nové komunikace pro pěší (obr. č. 1), která však převyšuje povolený podélný sklon komunikace pro pěší.



Obr. č. 1

Objíždná trasa je vcelku dobře označena (obr. č. 2, obr. č. 3 a obr. č. 4) a navádí k přechodu.



Obr. č. 2



Obr. č. 3



Obr. č. 4

U přechodu ale zažijete šok, nemá totiž snížené obrubníky (obr. č. 5). Je s podivem, že to nikoho ze zúčastněných na návrhu, tvorbě a realizaci objíždné trasy nenapadlo. Na části objíždné trasy je navíc nevhodný povrch. Je třeba si uvědomit, že tímto se stává celá objíždná trasa bariérová a dotyčné osobě na vozíku nezbude nic jiného, než se vrátit tam, odkud přijel.



Obr. č. 5 a



Obr. č. 5 b

Toto řešení v praxi znamená, že jeho realizátoři vyhodili finanční prostředky za ukazatele, které navádějí na objezd, který nespĺňuje podmínky bezbariérové přístupnosti.

text, foto (mf)

VozejkMap si zaslouží pochvalu

Portál www.vozejkmap.cz představuje dobře ovladatelnou databázi bezbariérových míst v České republice. Místa v databázi jsou vkládána a ověřována samotnými uživateli a do projektu jsou zapojeny také regionální instituce a portály.

Velice dobrá myšlenka, která však představuje určité riziko. Ne každý ví, co přístupnost a bezbariérovost obnáší. Proto dochází například k tomuto: „Krátce po otevření byl přístup do kavárny přes jeden schod, ale nájezd prý budou dodělavat...“ Nejsem jsi jist, zda by takovéto či obdobné objekty měly v databázi figurovat. Takových slibů jsem z svého dvaatřicetiletého pobytu na vozíku slyšel a – „skutek utek“... Na druhou stranu se přimlouvám za to, pokud jste si osobně ověřili přístupnost nějakého místa, **doplňte a doplňte**, ať se databáze rychle rozrůstá a slouží co největšímu počtu lidíček odkázaných na ortopedický vozík. Je třeba si ale uvědomit, že přístupnost musí splňovat řadu parametrů.

(mf)

Tramvajová zastávka Zábřeh

Konečně jsme se i v Ostravě dočkali zastávky „vídeňského typu“ s pojezďovým zastávkovým mysem.



Nové tramvajové nástupiště Zábřeh



Pohled z opačného směru

Jedná se o tramvajovou zastávku, u které je nástupiště tvořeno úsekem vozovky zvýšeným na úroveň chodníku.

Patří za to Dopravnímu podniku Ost-ravy velké poděkování.



Pohled z chodníku

Doufám, že k této první vlašťovce přibudou i další. Určitě by si toto řešení zasloužila řada zastávek, například Stodolní nebo Hulváky. Posledně jmenovaná nejen kvůli nově otevřenému Duhovému domu, určenému těžce zdravotně postiženým. Zastávka Hulváky je vcelku důležitým přestupním uzlem městské hromadné dopravy.

text, foto (mf)

Co možná nevíte

Asi již víte, že v Ostravě-Hulvákách zahájilo provoz komunitní centrum s názvem **Duhový dům**. Rád bych upozornil zejména na **odlehčovací službu**. Dle mého názoru je to služba, po které byla před časem v Ostravě mezi vozíčkáři značná poptávka. Bohužel, mnoho dotyčných zájemců již mezi námi není. Lze ji využít např. tehdy, když vaši pečující budou chtít vymalovat byt, jet na dovolenou apod. Měla by být k dispozici i v případech náhlé hospitalizace pečovatele, pokud není k dispozici okamžitá náhrada. V těchto případech ale musí lékař vyplnit žádost. Proto potenciálním zájemcům o tuto službu doporučuji žádost vyplnit a odevzdat v předstihu. Žádost si můžete stáhnout, nebo vám ji ochotně zašlou: <http://www.slezskadiakonie.cz/potrebuji-sluzbu/duhovy-dum-ostava-odlehcovaci-sluzba>.

Čas ukáže, jaký je o tuto službu zájem a zda podmínky nastavené poskytovatelem jsou nastaveny správně.

Osobně jsem toto centrum navštívil a jsem nadšen, nejen z opravdu bezbariérových prostor, sanitárního i ostatního zařízení, ale i z přístupu pracovníků Slezské diakonie, včetně paní vedoucí. Ale nebyl bych to já, abych si určitých maličkostí nevšiml. Zmiňovat se o nich nebudu, protože když toto místo navštívíte, možná si jich ani nevšimnete. Ostatně se můžete přesvědčit sami, dne **28. 6. 2013 od 10 do 17 hodin** je den otevřených dveří.

Ceník odlehčovací služby Duhového domu

Ubytování: 170 Kč za den, strava: 150 Kč za den (snídaně 20 Kč, svačina 10 Kč, oběd 70 Kč, svačina 10 Kč, večeře 35 Kč, pitný režim 5 Kč), péče: 60 Kč za hodinu (dle skutečně spotřebovaného času na

poskytnutí úkonů) – 50 Kč za hodinu (od 15. dne pobytu).

Modelové příklady:

■ Víkendový respit (2 dny)

Ubytování: 340 Kč, strava: 300 Kč, péče: při 5 hodinách spotřebovaného času 600 Kč – celkem: 1 240 Kč.

■ Čtrnáctidenní

Ubytování: 2 380 Kč, strava: 2 100 Kč, péče: při 5 hodinách spotřebovaného času 4 200 Kč – celkem: 8 680 Kč.

■ Měsíční (28 dnů)

Ubytování: 4 760 Kč, strava: 4 200 Kč, péče: při 5 hodinách spotřebovaného času 7 700 Kč – celkem: 16 660 Kč.

Ceník fakultativních služeb

Telefonování: pevná síť 4 Kč za minutu, mobilní 2 Kč. Tisk dokumentů: černobílý 1 Kč za stranu A4, barevný 3 Kč. Kopírování: černobílý 1 Kč za stranu A4. Paušál za používání elektrospotřebičů (TV, rádio, DVD, PC) 5 Kč za měsíc. Doprava: doprava uživatelů (cena za cestu tam i zpět) 0–5 km 40 Kč, 5–10 km 70 Kč, 10–20 km 100 Kč, nad 20 km 4 Kč za 1 km.

Bez úhrady je doprava včetně doprovodu k lékaři, vyžaduje-li to aktuální zdravotní stav klienta. O přidělení automobilu na danou jízdu rozhoduje vedoucí střediska (sociální pracovník) a u výběru přihlíží k počtu míst ve voze (efektivita využití). Přednost využití automobilu je při zajištění zdravotní péče a při služební jízdě.

Sazba za **rehabilitaci** je 3 Kč za minutu. Frekvence se odvíjí od počtu zájemců o tuto službu. Probíhá na základě plánu rehabilitací.

(mf)

Připravil Mirek Filipčík



Duhový dům v Ostravě

Vizualizace: www.kpostrava.cz

VSP

Vy se ptáte...,

...Poradna NRZP
v ČR odpovídá.

Poradna Národní rady osob se zdravotním postižením

Otázky a odpovědi



V říjnu 2012 mi byl odcizen průkaz ZTP/P s platností neomezenou (ze zákona platnost do 31. 12. 2015) včetně všech ostatních dokladů a určité finanční částky. Veškeré doklady jsem bez problému vyřešil, průkaz ale ne. Musel jsem vyplnit žádost o přezkoumání zdravotního stavu, na základě žádosti jsem nejdříve dostal náhradní průkaz s platností do konce r. 2012, pak do 4. 1.–31. 12. 2013. Rozhodnutím ÚP ČR, pobočky Kroměříž, mám přiznanou mobilitu do 31. 12. 2015, tedy s platností původního průkazu ZTP/P. Přišlo mě již dle nového posuzování rozhodnutí o nepřiznání průkazu. Budu podávat odvolání.

Stalo se ale to, že se veškeré ztracené doklady našly, včetně průkazu ZTP/P. Může ÚP tuto skutečnost akceptovat, nebo má právo trvat na novém vydaném rozhodnutí, které je v můj neprospěch?

Doporučuji vám podat odvolání proti rozhodnutí o nepřiznání průkazu ZTP/P. Neznám váš zdravotní stav, ale pravděpodobně pro vás budou rozhodující základní životní potřeby mobilita nebo orientace, protože nezvládnání byť jen jedné oblasti z dané potřeby znamená, že máte nárok na průkaz ZTP/P. Případně byste musel nezvládat alespoň 7 základních životních potřeb, aby vám průkaz ZTP/P také náležel.

Do odvolání je vhodné uvést, jakou oblast z určité potřeby nezvládáte, a vše doložit také novou lékařskou zprávou od odborného lékaře. Vzor odvolání posílám přímo do mailu. Po odvolání postoupí váš spis krajské pobočce MPSV, která bude znovu nárok na ZTP/P posuzovat. Před vydáním rozhodnutí vás vyzvou k nahlednutí do spisu. Rozhodně tuto možnost využijte, abyste věděl, zda po novém posouzení zdravotního stavu budete mít na průkaz ZTP/P nárok. Ještě před vydáním rozhodnutí o nepřiznání průkazu ZTP/P můžete vzít celou žádost o průkaz osoby se zdravotním postižením zpět.

Vzetí celé žádosti zpět je třeba doručit písemně. Pokud tedy vezmete žádost zpět, MPSV nevydá rozhodnutí. Bude vám platit původní průkaz ZTP/P, který se našel při ztrátě dokladů, resp. ten je platný i nyní, protože nedošlo k pravomocnému rozhodnutí o nároku na nový. Vzetí celé žádost zpět můžete učinit kdykoliv po podání odvolání, je pro vás ale výhodnější nechat celý proces ještě dále běžet.

Pokud vezmete žádost o průkaz ZTP/P zpět, je pravděpodobné, že ÚP zahájí řízení o nároku na průkaz z moci úřední, stejně tak i o nároku na příspěvek na mobilitu.

*Mgr. Eliška Škrancová
Poradna NRZP ČR v Brně*



Dostal jsem plný invalidní důchod, ale jak mi bylo sděleno, na průkaz ZTP to není. Chci se vás zeptat, jestli je nějaká průkazka, se kterou mám nárok na nějaké slevy – např. u různých vstupenek, při parkování, na pojištění atd.

Od ledna 2012 byly nastaveny úplně nové podmínky pro přiznání průkazu ZTP/P. Již nezáleží na samotné diagnóze (tedy ani na výši invalidního důchodu), ale na tom, jak jste schopen se o sebe postarat. Přiznaná invalidita nemá na získání průkazky žádný vliv a jiná slevová průkazka kromě www.seniorpasy.cz a www.rodinnepasy.cz a **tankování se slevou** nám není známa.

Rozhodně ale o průkaz můžete podat žádost a vyčkat, jak to dopadne. Průkaz vám bude přiznán pouze tehdy, bude-li uznáno, že nezvládáte **alespoň jednu** z následujících životních potřeb:

a) Mobilita: Za schopnost zvládat tuto základní životní potřebu se považuje stav, kdy osoba je schopna zvládat vstávání a usedání, stoj, zaujímat polohy, pohybovat se chůzí krok za krokem (popřípadě i s přerušováním zastávkami) v dosahu alespoň 200 m, a to i po nerovném povrchu, chůzí po schodech v rozsahu jednoho patra směrem nahoru i dolů a používat dopravní prostředky včetně bariérových.

b) Orientace: Za schopnost zvládat tuto základní životní potřebu se považuje

stav, kdy osoba je schopna poznávat a rozeznávat zrakem a sluchem, mít přiměřené duševní kompetence, orientovat se časem, místem a osobou, orientovat se v obvyklém prostředí a situacích a přiměřeně v nich reagovat.

Anebo nezvládáte **více než polovinu** níže uvedených životních potřeb (základní životní potřeby, dle 1. přílohy vyhl. č. 505/2006 Sb.):

a) Mobilita,

b) Orientace (viz výše)

c) Komunikace: Za schopnost zvládat tuto základní životní potřebu se považuje stav, kdy osoba je schopna dorozumět se a porozumět, a to mluvenou srozumitelnou řečí a psanou zprávou, porozumět všeobecně používaným základním obrazovým symbolům nebo zvukovým signálům a používat běžné komunikační prostředky.

d) Stravování: Za schopnost zvládat tuto základní životní potřebu se považuje stav, kdy osoba je schopna vybrat si ke konzumaci hotový nápoj a potraviny, nápoj nalít, stravu naporcovat, naservírovat, najíst se a napít nebo dodržovat stanovený dietní režim.

e) Oblékání a obouvání: Za schopnost zvládat tuto základní životní potřebu se považuje stav, kdy osoba je schopna vybrat si oblečení a obutí přiměřené okolnostem, oblékat se a obouvat se, svlékat se a zouvat se nebo manipulovat s oblečením v souvislosti s denním režimem.

f) Tělesná hygiena: Za schopnost zvládat tuto základní životní potřebu se považuje stav, kdy osoba je schopna použít hygienické zařízení, mýt si a osušovat si jednotlivé části těla, provádět celkovou hygienu, česat se, provádět ústní hygienu a holit se.

g) Výkon fyziologické potřeby: Za schopnost zvládat tuto základní životní potřebu se považuje stav, kdy osoba je schopna včas používat WC, vyprázdnit se, provést očistu a používat hygienické pomůcky.

h) Péče o zdraví: Za schopnost zvládat tuto základní životní potřebu se považuje stav, kdy osoba je schopna dodržovat stanovený léčebný režim, provádět stanovená léčebná a ošetřovatelská opatření

a používat k tomu potřebné léky nebo pomůcky.

i) Osobní aktivity: Za schopnost zvládat tuto základní životní potřebu se považuje stav, kdy osoba je schopna vstupovat do vztahů s jinými osobami, stanovit si a dodržet denní program, vykonávat aktivity obvyklé věku a prostředí jako např. vzdělávání, zaměstnání a volnočasové aktivity nebo vyřizovat své záležitosti.

j) Péče o domácnost: Za schopnost zvládat tuto základní životní potřebu se považuje stav, kdy osoba je schopna nakládat s penězi v rámci osobních příjmů a domácnosti, manipulovat s předměty denní potřeby, obstarat si běžný nákup, ovládat běžné domácí spotřebiče, uvařit si teplé jídlo a nápoj, vykonávat běžné domácí práce, obsluhovat topení a udržovat pořádek.

Pro zjednodušení si to zopakujeme. Kritéria pro přiznání průkazu jsou tedy dvojí a to následující:

- základní životní potřeby, kdy nezvládnutí mobility nebo orientace opravňuje k přiznání průkazu ZTP/P (s výjimkou sluchově postižených nad 18 let) a současně při opakovaném dopravování příspěvek na mobilitu (400 Kč/měs.), a potom
- nezvládnutí 3–4 potřeb = průkaz TP (současně příspěvek na péči v I. stupni = 800 Kč/měs.),
- nezvládnutí 5–6 potřeb = ZTP (současně příspěvek na péči ve II. stupni = 4 000 Kč/měs.),
- nezvládnutí 7 a více potřeb = ZTP/P (současně příspěvek na péči v III. nebo IV. stupni = 8 000 nebo 12 000 Kč/měs.).

O průkaz se žádá na Úřadu práce ČR.

Bude-li Vám přiznán průkaz ZTP nebo ZTP/P, pak na obecním úřadu obce s rozšířenou působností (na sociálním odboru) můžete požádat o vydání parkovacího průkazu („O7“). K vydání budete potřebovat občanský průkaz, „pasovou“ fotografii a průkaz ZTP nebo ZTP/P.

Další výhody pro osoby se ZP:

1) Dávky státní sociální podpory:

■ Příspěvek na bydlení – zde se nezohledňuje postižení, ale jen typ vlastnictví bytové jednotky, náklady na bydlení a příjmy všech osob mající v místě trvalý pobyt.

2) Dávky v hmotné nouzi (tyto dávky se ale odvíjí od majetkového zázemí a příjmů celé rodiny):

- Příspěvek na živobytí
- Doplatek na bydlení
- Mimořádná okamžitá pomoc.

3) Daňové výhody (Zákon č. 586/1992 Sb., o daních z příjmů):

- Zaměstnanci – snížení daně (§ 35 ba)

- Zaměstnavatel – sleva na dani (§ 35)
- Plátce daně a zdravotně postižený
- Možnost přijímat dary – dárce možnost daňového odpočtu (§ 15)
- Zákon č. 235/2004 Sb., o dani z přídané hodnoty
- Vracení daně osobám se zdravotním postižením při zakoupení osobního automobilu (§ 85)
- Zákon č. 338/1992 Sb., o dani z nemovitostí
- Osvobození od daně ze staveb (§ 9).

4) Zaměstnání (Zákon č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti):

- Fyzickým osobám se ZP se poskytuje zvýšená ochrana na trhu práce (§ 67–§ 84)
- Povinnosti zaměstnavatele a podpora zaměstnávání zdravotně postižených občanů (§ 81)
- Příspěvky pro zaměstnavatele.

5) Další výhody nevázané zákonem:

Pro držitele průkazu ZTP a ZTP/P a důchodce nabízejí některé organizace slevy:

- Slevy zemního plynu
- Slevy na komerční pojištění
- Slevy na nákup motorového vozidla
- Euroklíč
- Zvýhodněné tarify železniční dopravy v zemích CEMT
- Slevy na nájemném v takzvaných bytech zvláštního určení
- Jízdné v MHD
- Zlevněné vstupné.

*Mgr. Radka Pešlová
Poradna NRZP ČR v Brně*



Mám syna s postižením, má průkaz ZTP/P a chceme si pořídit tandemové kolo s vodičem vzadu. Platí ještě vyhl. č. 182/1991 Sb. s tím, že mohu požádat o příspěvek na koupi této rehabilitační pomůcky dle přílohy č. 4 ve výši až 50 %

Je mi líto, ale vyhláška č. 182/1991 Sb., byla zrušena k 31. 12. 2012. Nahradil ji zákon č. 329/2011 Sb. o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením, odkud, bohužel, hodně kompenzačních pomůcek vypadlo. Mezi ty, na které již není možné přispívat, patří i příspěvek na „dvoukolo“, se kterým bylo tandemové kolo srovnatelné.

*PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně*



Učím na speciální škole, jsem matka 16letého dítěte se IV. zdravotní skupinou a přiznaným průkazem ZTP/P. Je možné přiznat plný invalidní důchod dříve než před navršením 18 let? Z okolí znám

případy, kdy byl uznán plný invalidní důchod dítěti od 16 let, neboť je již invalidním od narození. Ve vyhlášce je, že od 16 let může pobírat důchod osoba, která se stala invalidní v důsledku úrazu.

Podstatné na vašem dotazu je to, že dítě plní povinnou školní docházku. Bez ohledu na to, zda je povinná školní docházka ukončena až v 26 letech nebo dříve, není to doba důchodového pojištění a pak nelze aplikovat ustanovení § 40 zákona o důchodovém pojištění, ve kterém se hovoří o potřebné době pojištění pro nárok na invalidní důchod.

Pokud tedy dítě, které není účastno důchodového pojištění (tzn. plní povinnou školní docházku), je uznáno invalidním kdykoliv před 18 rokem věku, nelze důchod přiznat dříve než od 18 let věku (ustanovení § 42 ZDP). Rozhodující je tedy to, zda k datu vzniku invalidity (tzn. k datu, kdy posudkový lékař stanovil, že dítě je invalidní) je splněna podmínka potřebné doby důchodového pojištění (ustanovení § 40 ZDP).

Pro vznik nároku na invalidní důchod u dětí není podstatné, zda invalidita vznikla následkem úrazu nebo onemocnění. Má to vliv jen tehdy, pokud se jedná o úraz pracovní, který byl příčinou vzniku invalidity, a pojištěnec nesplňuje podmínky potřebné doby pojištění. Ale to určitě není to, co jste měla na mysli.

*PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně*



Jsem studentka VŠ a chtěla bych bydlet sama v zakoupeném bytě mých rodičů. Byt mají v osobním vlastnictví, ale já bych v bytě bydlela sama a měla tam trvalý pobyt. Měla bych nějaký nárok na příspěvek na bydlení? Rodiče mi platí stravu a školu. Děkuji za odpověď na uvedený email.

Neměla. Nárok na příspěvek může uplatnit (dle § 24 zák. č. 117/1995 Sb.) vlastník (zde se počítá i družstevník) nebo nájemce bytu. Vy nejste ani jedno.

Citace odst. 1 § 24 zák. č. 117/1995 Sb.: Nárok na příspěvek na bydlení má vlastník nebo nájemce bytu, který je v bytě hlášen k trvalému pobytu, jestliže

a) jeho náklady na bydlení přesahují částku součinu rozhodného příjmu v rodině a koeficientu 0,30, a na území hlavního města Prahy koeficientu 0,35, a

b) součin rozhodného příjmu v rodině a koeficientu 0,30, a na území hlavního města Prahy koeficientu 0,35, není vyšší než částka normativních nákladů na bydlení.

*Mgr. Radka Pešlová
Poradna NRZP ČR v Brně*

**Poradna NRZP: Tel.: 542 214 110,
542 214 111, poradnabrno@nrzp.cz,
www.poradnazp.cz**

Vaříme s Vozkou

Rychle a jednoduše



Pokrm, jejichž příprava vozičkáři nezabere moc práce a námahy. Uvítáme, když svými recepty přispějete i Vy!

VAŘÍ REDAKCE VOZKY

- Brgůl
- Šlehaný tvaroh nasladko
- Gazpacho
- Hermelín (Camembert) s ořechovo-česnekovou náplní
- Vepřové koleno pečené
- Šnecci s náplní

Tímto vydáním Vozkova receptáře chceme spustit malou oslavu 15. výročí existence magazínu VOZKA. Celé osazenstvo redakce proto vcelku snadno podlehl nátlaku a každý připravil pro čtenáře jednoduchý recept, kterým chceme přispět k jakési virtuální oslavě. Takže, naši milí čtenáři, dobrou chuť!

Brgůl šéfredaktora Petra



Petr zbožňuje bramborový guláš zvaný „brgůl“. Tvrdí, že je to zaručeně nejlevnější jídlo, a pokud se ho navaří velký hrnec, vydrží v chladničce i týden, tedy pokud guláš rodina nesní dřívě. Je to pak sice jednostranná strava po několik dní, ale za to ho stačí jen ohřát...



Hnědo-červená klasika

Potřebujete: uhlířský kabanos (tma-vohnědá slupka), brambory, olej, cibuli, papriku sladkou (hodně), papriku pálivou (trochu), masox (na chuť i osolení), paprikovou vegetu (trochu – obsahuje sůl), česnek, kmín, majoránku, kečup (trochu). Brambor objemově asi dvakrát více než kabanosu. Ostatní – jak se říká „od oka“.

Postup: Na oleji zpěníte cibuli, přidáte na krátké proužky nakrájený kabanos, chvíli restujete. Přidejte papriky a na kostičky nakrájené brambory a opět chvíli restujete. Zalijte horkou vodou po okraj směsi, přidejte masoxy, česnek, kmín, majoránku, kečup, přiklopte pokličkou a poduste až brambory změknu. Mezitím si v hrnku s vodou rozmíchejte hladkou mouku. (Pokud si vodu s moukou v hrnku vidličkou rozkvedláte cca 20 min. před použitím a mezitím občas ještě zamícháte, nebudou se vám tvořit hrudky.) Po změknutí brambor přilijte vodu na požadovaný objem, uveďte do varu, vlijte rozkvedlanou mouku do hrnce a míchejte, dokud se pokrm nezahustí. Pak dochuťte do konečné podoby např. dalším masoxem, kečupem, solí, příp. česnekovou pastou. A k tomu chleba nebo prostě nějaké pečivo.

Petr všeobecně k vaření dodává: „Nezastupitelnou roli pro mě hraje právě uhlířský kabanos a mražená zelenina, které musím mít na mražáku neustále. Potom hrášek ve slaném nálevu (z toho vytvářím zeleninové polévky, směsi na špagety...) a strakaté fazole (na polévky nebo fazole nahusto). Uvařím v podstatě cokoli z jídelníčku, na který jsme doma zvyklí, ale ta ostatní jídla (kromě kuřete v několika provedeních) nechávám na manželce.“

* *

Petr je ale také na sladké, takže má pro vás ještě jeden recept – Šlehaný tvaroh na sladko.

Potřebujete: Měkký tvaroh (tučný – je chutnější), mléko, vanilínový cukr, piškoty, malinový (příp. jiný ovocný kompot) a nějaké malé plastické krabičky.

Postup: Do nádoby nalijte trochu mléka a k němu přidejte vanilínový cukr (1,5 sáčku). Elektrošlehačem šlehejte, až se cukr rozpustí a vytvoří se mírná pěna. K ní přidejte kostku tvarohu a opět šlehejte, až je směs homogenní. Je možné přidat další trochu mléka, aby se husté směsi chtělo z nádoby ven. Do malých plastických krabiček (nebo jiných nádobek) nakladte na dno piškoty – jeden vedle druhého – a na to vyklopte tvarohovou směs. Miskou poklepte o stůl, aby se směs dostala až mezi piškoty a hladina se vyrovnala. Nahoru pokládejte malé kousky kompotovaného ovoce bez šťávy. Přiklopte víčko a hurá s tím do chladničky. Ke konzumaci je tato bašta vhodná až druhý den – piškoty nasají mléko, změk-

nou a tvarohová směs naopak ještě zhoustne. Samotná směs pak má chuť a hustotu podobnou Ostraváčku (smetanový krém).

Hančín letní tip: Gazpacho



a je hotovo!

Gazpacho je osvěžující studená polévka ze Španělska. Najdete v ní jen vitamíny, zeleninu a středomořský poklad – olivový olej. Navíc je příprava směšně jednoduchá – stačí zapnout mixér



Červená polévka

Zelená snítka

Potřebujete: 500 g rajčat, 2–3 papriky různých barev (pro lepší vzhled), 1 okurek, 1 stroužek česneku, pepř, olivový olej a bazalku.

Postup: Zeleninu stačí ledabyle a nahrubo nakrájet. Vše naházejte do mixéru (stačí i tyčový) a umixujte. Dostanete krásnou červenou směs, kterou si osolte a okořeňte podle libosti – pepř, bazalka, tymián, ocet balsamico a přidejte lžici olivového oleje. K zahuštění můžete do polévky rozdrobit asi tak 2 krajíčky toustového chleba nebo vecky. Polévku, kterou můžete jíst klidně celý den, výborně doplňuje toustový chléb zapečený s plátkem sýra v mikrovlnce.

Pavlova troška do mlýna



Vyzkoušejte si jednoduchý recept, jehož výsledek se hodí k různým posezením, oslavám atd. Tedy pokud vám nevadí česnek, nejste alergičtí na ořechy a máte rádi hermelín.

Je tady sice malá zrada – na velice chutný hermelín (camembert) s ořechovo-česnekovou náplní si od okamžiku zhotovení budete muset počkat 5–7 dní, ale čekání stojí za to. Dejte si třeba mezitím, podle venkovní teploty, brgůl nebo gazpacho. Samozřejmě si neuděláte pouze jeden, ale více kousků, dle chuti a potřeby.

Potřebujete: Hermelín, česnek a vlašské ořechy.



Postup: Hermelín podélně rozpulte, vydlabejte lžičkou opatrně obě půlky sýra a vnitřek dejte do misky. K tomu přidejte 1–2 stroužky česneku (dle chuti) a hrst nahrubo nasekaných vlašských ořechů. Směs důkladně promíchejte vidličkou. Směsí naplníte obě vydlabané části sýru, půlky spojte a zabalte do alobalu. Nechte 5–7 dní uležet v ledničce. Pokud to nevydržíte, nic se neděje – sýru ve vašem žaludku to vadit nebude a vám už vůbec ne.

Jirkova dieta



Jirka sliboval dietní recept a díky zelenině se mu jistojistě povedl. Připravte si (Jirkovo) **vepřové koleno pečené**.

Potřebujete: Dvě vepřová kolena, čtyři cibule, 20 dkg kořenové zeleniny, kmín, pepř a sůl. Doba přípravy: dvě hodiny.



Postup: Kolena omyjte, nařízněte a vložte do tlakového hrnce s osolenou vodou (lze přidat bobkový list a koření). Po ¾ hodině varu (syčení) nechejte asi 15 minut dojít. Maso oddělte od kostí (jde to snadno), kůži na mase nařízněte na čtverečky a vložte do pekáče vysypaného nahrubo nakrájenou cibulí. Přidejte na kostičky (kolečka) nakrájenou zeleninu, zalijte vývarem, okmínujte, osolte a opepřete. Pečte jednu hodinu a za občasných polévání vývarem či pivem nebo horkou vodou.

Jirka dodává: „Můžete najít i složitější recepty s různými marinádami a delší dobou přípravy, ale tato varianta je nenáročná a všemi mými hosty vychvalovaná. Zvláště když přidáte hořčici s křenem, okurky a pivo.“

Blanka: Chce to kapku šikovnosti, pánové...



Před nějakým časem mi kamarádka poslala recept na rychlou pochoutku s čokoládovou nutellou. Byl jednoduchý a já ho ještě upravila pro podobu s tvarohem, který naše rodina mi-

luje. Také jsem vyzkoušela variantu se strouhaným sýrem – tedy na slano. Vše je úžasné... Takže tady jsou **šnecci s náplní**.



Potřebujete: listové těsto – pokud se vám nechce válet, zakupte si už rozválené, alespoň 2 pláty. Tvaroh (vhodný je ten tučnější, dobře se zpracovává), 1 vejce na potřetí a cukr.

Tvarohová náplň: Vložte do misky tvaroh a zamíchejte do něj lžící cukru. Pokud budete mít chuť na ovocnou příchuť – místo cukru vmíchejte marmeládu, povidla... Pokud máte rádi oříšky, doporučuji jejich použití až v konečné fázi, nedávejte je do náplně, špatně by se vám těsto krájelo.

Postup: Rozprostřete jeden plát těsta a namažte náplní. Důkladně rozetřete a překryjte druhým plátem. Trochu k sobě přitiskněte a krájejte na proužky široké asi 1,5 cm. Jednotlivé proužky pak chytíte z každé strany a zakruťte. Z takto kroucených proužků stočte „ulitu“, kterou položte na plech vyložený pečícím papírem. Potřete rozšlehaným vejcem, popř. posypete oříšky. Pečte v troubě vyhřáté na 160 °C dozlatova.

Varianta se sýrovou náplní: Nastrouhejte cca 20–30 dkg tvrdého sýru. Upřednostňuji tučnější goudy. Předem si oddělte bílek ze 3 vajec, žloutky použijete na potřetí. Smíchejte sýr s ušlehanými bílky, můžete přidat sůl či koření podle chuti (chilli, grill...). Pak už je postup shodný se sladkou variantou.

Připravila **BLANKA**

Život nejen na kolech

Fotosoutěž Ligy vozíčkářů už poosmnácté

Dívat se na svět skrze hledáček fotoaparátu skýtá možnost vnímat obvyčejné věci jako malá umělecká díla. Pokud se fotka, která zachycuje okamžik života lidí s postižením, povede, můžete se s ní navíc zúčastnit soutěže Život nejen na kolech, kterou pořádá Liga vozíčkářů.

Má-li něco tradici, většinou je to kvalitní. Koná-li se něco po osmnácté, pak už to tradiční je. Takový je i letošní ročník fotosoutěže Život nejen na kolech. Liga vozíčkářů, brněnská nezisková organizace, ji pořádá s cílem přiblížit svět lidí s handicapem veřejnosti a umožnit jim na svůj život pohlédnout jinak.

Přihlásit se může každý, kdo fotí a má zájem o svět zdravotně postižených. Stačí pořídit snímek, který má nějakou spojitost se světem lidí s postižením. **Konkrétní téma závisí na úvaze autora.** Fotky lze posílat buď elektronicky na mail **prezentace@ligavozic.cz** nebo **na adresu Ligy vozíčkářů Bzenecká 23, 628 00 Brno, a to do 30. září 2013.**

Výherce vybere odborná porota složená s předních českých fotografů v čele s Jindřichem Štreitem. Více o soutěži naleznete na internetových stránkách www.ligavozic.cz/zivotnejennakolech nebo na Facebooku, kde má soutěž založený profil. Těšíme se na spolupráci.

Ladislava Blažková, Liga vozíčkářů



Kvíz

Stará řemesla aneb Kde je to zlaté dno?

Při sledování umění starých řemesel na nás dýchne kouzlo – známého i neznámého. Svět našich předků závisel na přírodě a lidé se k ní chovali mnohem ohleduplněji než dnes, kdy máme jiné nároky a zájmy, jiný životní styl. A také jen málokdo umí udělat něco opravdu rukodělně dokonalého a originálního. Asi proto obdivujeme dokonalost a funkčnost předmětů vyrobených dřívějšími řemeslníky i dědictví v podobě mnoha památek. Řemeslník věděl o svém výrobku doslova všechno. Znal materiál a způsob jeho zpracování, k čemu všemu se používá i pro koho je určen. Do své práce vkládal tvůrčí schopnosti i cit a dokonale spojoval účel a tvar výrobku. Své zkušenosti a dovednosti předávali lidé dalším generacím, které výrobky dále zdokonalovaly. V našem dnešním kvízu si připomeneme názvy starých řemesel nebo s řemesly spojených, z nichž jsou některá opravdu zapomenutá.

1. Kdo to byl baraba?

- Sousedův synek, který vynikal v umění očesat naše jablka
- Účetní, který v minulosti počítal obchodníkům slevy z prodejní ceny
- Dělník na stavbě železnic, zejména tunelář



2. Komu se říkalo hářkař?

- Lazebníkovi, který kromě holení uměl ostříhat kvalitně „háro“
- Podomním obchodníkovi s papírem,

kteří nosili na zvláštních nosítkách – hářkách

- Pravidelnému návštěvníkovi hospody neboli harendy, který zde měl své místo, na něž mu nikdo nesměl usednout



3. Kdo to byl horogolista?

- Vzácný specialista-hodinář, který využíval při výrobě hodinových mechanismů znalosti astronomie
- Jakýkoli pracovník pocházející z horských oblastí
- Opravář-mechanik specializující se na automobily veterány a používajících vysoce kvalitní gola klíče



4. Kdo byl (je) paknecht?

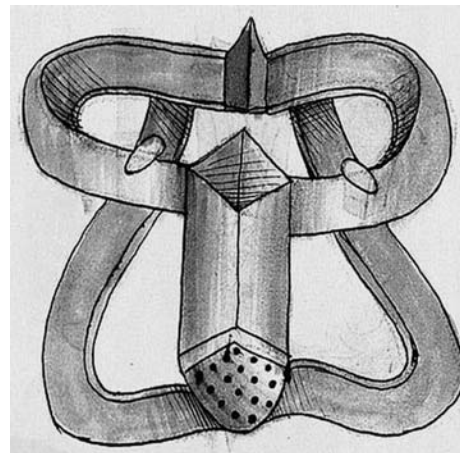
- Specialista-pedikér zabývající se zarostlými nehty
- Člen tajného spolku působícího zejména v severských zemích
- V dobách veřejných lázní zde působil jako pomocník lázeňského

5. Komu (čemu) se říkalo ohánečník?

- Řemeslníkovi, který z ptačích per vyráběl vějíře sloužící původně k od-

hánění much

- Řezníkovi – prodejci oblíbených hovězích oháněk, v některých krajích specialistovi na polévky z hovězí ohánky
- Variantě pásu cudnosti – pás se nasažoval nevěrnému muži



6. Kdo (co) to byl lanfaréf?

- V jihomoravské hantýrce – místní duchovní
- Potulný apatykář
- Speciální měřidlo, kterým se zaměřovala úrodná půda pro prodej

7. Co dělal (nebo byl) faktor?

- Zkušený člověk, jenž potvrzoval nebo nepotvrzoval svědectví u soudu zvoláním: „Fakt!“
- Vypočítával směr plavby na zámořských lodích
- Přiděloval domácím výrobcům surovinu na zpracování, obstarával prodej i nákup pro cizí výrobce

8. Co uměl udělat talafoús?

- Vyzvědět tajné informace
- Pečlivě upravit šlechticům vousy či kníry pomocí speciálního vosku
- Zahrát při veselici na talaríně – hudebním nástroji, který si každý takový hudebník musel upravit podle velikosti svých rukou

9. Kdo (nebo co) byl fasíř?

- Nadávká převzatá z maďarštiny, kterou v době vzniku Československé republiky častovali na slovensko-maďarské hranici české četníky
- Vandrovni myslivec
- Propuštěný vězeň, který byl ve zkušební době

10. Kdo (nebo co) to byl underláčník?

- Člověk pověřený úřady k ověřování velikosti nákladu vpouštěného za městské brány
- Člověk pověřený úřady ke sčítání lidu
- Člověk pověřený úřady k řízení trhu se slanečky

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

Připravila Blanka Falcníková

Datum	Akce, místo	Pramen - str.	Pořádá, informace
OPAKUJÍCÍ SE AKCE			
celoročně	Rehabilitační 14denní pobyty pro ZP děti s rodiči, areál Jedličkova ústavu, Praha	Vozka	JÚŠ, Praha, 241 083 100, www.jus.cz, B. Vlasáková, 241 083 517, vlasakova@jus.cz.
pondělky	„Pondělky bez handicapu“ – bezplatné uvolňovací masáže pro děti s postižením, Ostrava-Mar. Hory.	Vozka 10/4 – 30, 11/1 – 34	Masérna na dlani Mariánky, 732 885 182, info@masernanadlani.cz
úterky	Basketbal – tréninky, hala SŠED (Stř. škola elektr. a dřevozprac.), Frýdek-Místek, (je zde i bazén).	SKV FM	SKV FM, Zdeněk Šnajder, 607 531 417, zdeneksnajder@centrum.cz
úterky, čtvrtky	Florbal na mech. vozíci – tréninky, hala Středního odboru učiliště pro handicap. mládež, 17. listopadu, Ostrava-Poruba	Vozka 05/3 – 31; 06/4,5 – 22	Abak Pepino Ostrava, www.fbcostrava.cz, 603 362 127, Petr.Koutny@fbcostrava.cz
středy	ELIM - Klub seniorů, ELIM, 28. října 148, Ostrava	Slez.diakonie	CPKP, Maňásková Dagmar, 596 138 006
čtvrtky	Vozíčkářské ragby, tělocvična VSZŠ, Ostrava-Mar. Hory, tréninky pro členy SKO a zájemce o pohyb.	SKO	SKO – Sportovní klub Ostrava, M. Hüner, 595 781 901
celoročně	TJ Baník Ostrava, sportování s postižením – tréninky, soutěže: volejbal, tenis, stolní tenis, kuželky.	Vozka 11/4 – 48	Zájemci se mohou hlásit předsedovi klubu p. Kožušníkovi, 732 937 989.
čtvrtky 17–19 h.	Klub Prosaz – Klub pro těles. postiž. a přátele, Komunitní centrum sv. Prokopa, Praha 5	Vozka 10/4 – 74	Sdružení Prosaz, www.prosaz.cz
třetí čtvrtky v měsíci	Integrační klub BRÁNA – setkání v klubu pro mladé od 15 do 35 let se zdrav. postiž., Syllabova 19, Ostrava-Zábřeh	CRSP	Centrum pro rodinu a sociální péči, brana@prorodiny.cz, 552 301 408, 774 244 081
první pátek v měsíci	Integrační klub BRÁNA – setkání v klubu pro děti od 7 do 15 let se zdrav. postižením, Syllabova 19, Ostrava-Zábřeh	CRSP	Centrum pro rodinu a sociální péči, brana@prorodiny.cz, 552 301 408, 774 244 081
JEDNORÁZOVÉ AKCE			
Dle objednávky	Zájezdy mikrobusu pro vozíčkáře: Praha – Drážďany, Karlovy Vary, Kutná Hora, Podhájska, Plzeň, Č. Krumlov	Vozka 12/3 – 53	Accessible Transport CZ, 732 143 371, www.accessibletransport.cz, nebo Bezbatour
V průběhu roku	Akce Vozíčkářů Plzeňska: zájezdy, sport, posezení	Vozka 12/3 – 9	Vozíčkáři Plzeňska, www.vozickari.estranky.cz
V průběhu roku	Kurzy sociální rehabilitace, Exodus Třemošná u Plzně	Vozka 12/3 – 12	Exodus Třemošná u Plzně, www.exodus.cz
V průběhu roku	Celoroční akce Asociace zdravotně postižených Kopřivnice – viz http://azp.webnode.cz	Vozka	AZP Kopřivnice, http://azp.webnode.cz
V průběhu roku	Celoroční akce o. s. JITRO Olomouc – sdružení rodičů a přátel postiž. dětí – viz www.jitro-olomouc.cz	Vozka	JITRO, www.jitro-olomouc.cz, 585 425 781
V průběhu roku	Celoroční akce Spolku Trend Vozíčkářů Olomouc – viz www.trendvozikaru.cz	Vozka	Trend Vozíčkářů Olomouc, 585 431 984, 582 777 702, www.trendvozikaru.cz
V průběhu roku	Celoroč. akce a pobyty rodin. centra Dům rodin Smečno (pro děti se spinál. sval. atrofií) – viz www.dumrodin.cz	Vozka	Dům rodin Smečno, www.dumrodin.cz, 312 547 075
V průběhu roku	Sportovní aktivity Sportovního klubu vozíčkářů Praha (floorball, orientační závod, stolní tenis, lyžování, potápění, outdoor) – sledujte na www.skvpraha.org	Vozka	SKV Praha, predsa@skvpraha.org, www.skvpraha.org
V průběhu roku	Sportovní aktivity Sportovního klubu vozíčkářů Ostrava (stolní tenis) – sledujte na www.skvostrava.cz	Vozka	SKV Ostrava, www.skvostrava.cz
6/2013, 8/2013	Rekondiční pobyty Vozíčkářů Plzeňska, Podhájí	Vozka 12/3 – 9	www.vozickari.estranky.cz
21.–22. 6.	Zážitky bez bariér – Festival United Islands, Praha	Vozka 13/2 – 29	www.barBEZbar.cz
27.–29. 6.	Zážitky bez bariér – Festival Sweetsen fest, F.-Místek	Vozka 13/2 – 29	www.barBEZbar.cz
18.–21. 7.	Zážitky bez bariér – Festival Colours of Ostrava	Vozka 13/2 – 29	www.barBEZbar.cz
2.–3. 8.	Zážitky bez bariér – Štěrkovna Open Music, Hlučín	Vozka 13/2 – 29	www.barBEZbar.cz
8.–10. 8.	Zážitky bez bariér – Festival Dokořán, Karviná	Vozka 13/2 – 29	www.barBEZbar.cz
31. 8.	Zážitky bez bariér – Hornické slavnosti OKD, Karviná	Vozka 13/2 – 29	www.barBEZbar.cz
14.–15. 9.	Zážitky bez bariér – Znojemské vinobraní	Vozka 13/2 – 29	www.barBEZbar.cz
30. 9.	Fotosoutěž Život nejen na kolech – uzávěrka přihlášek	Vozka 13/2 – 63	Liga vozíčkářů Brno, prezentace@ligavozic.cz
23.–25. 10.	NON-HANDICAP, specializovaná výstava pro zdravotně postižené, Praha		Incheba Praha spol. s r.o., www.incheba.cz/veletrh/non-handicap.html
18.–20. 10.	Život bez bariér, výstava Senior a Handicap, Výstaviště Černá louka, Ostrava		Ostravské výstavy, a. s., 596 167 117, www.cerna-louka.cz

Informace jsou přebírány jednorázově z uvedených zdrojů a není záruka jejich aktualizace

Pozvěte ostatní vozíčkáře na Vaše akce! Zašlete informace do Vozkova Kalendária:

Uvedte název akce, pro koho je určena, místo a termín konání, pořádající organizaci a kontakt na ni.

Magazín VOZKA je vydáván a financován také za podpory a z prostředků:

- Statutárního města Ostravy
- Nadace OKD
- Městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz
- Městského obvodu Ostrava-Jih

OSTRAVA!!!

INZERCE

Soukromou inzerci si můžete podat také na webu Vozky: www.vozka.org

PRODEJ

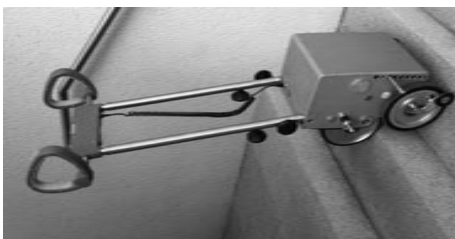
- Prodám: ① šikmou schodišťovou plošinu, ② šikmou schodišťovou sedačku, ③ kožené invalidní křeslo na kolečkách, polohovací, pěkné (viz foto).



Cena dohodou. Kontakt: tel. 777 444 444, e-mail: janabolka@seznam.cz.

- Prodám za polovič. cenu, tj. 4 750 Kč, nepoužitý ortopedický mechanický vozík. Nosnost 120 kg, šíř. sedáku 43 cm. Vhodný též do schodolezu. Součástí je zcela nová antidekubit. podložka Wafle. Kontakt: M. Klosová, tel.: 604 948 657.

- Prodám kolečkový schodolez Scalamobil S25 vč. mechanického ortopedického vozíku a adaptéru pro uchycení vozíku ke schodolezu. Výhodné pro úzká schodiště. Velmi dobrý stav. Kontakt: mob. 602 762 927 (jižní Čechy).



Ilustr. foto

- Prodám za přijatel. cenu dle dohody stropní systém přenosný HM 2540.

Nosnost 182 kg, bateriové napájení, dálk. ovladač, váha přenos. části 7 kg. Příslušenství: 3 ks 2metrových kolejnic, sedák na koupání ve vaně, trubkový zvedák. Zařízení do interiéru bez úprav dveří a též k přesunu osoby do automobilu a zpět. Kontakt: M. Klosová, tel.: 604 948 657.

- Prodám elektrický ortoped. vozík zn. Forest vč. veškerého vybavení a příslušenství, rok. výr. 2010. Vhodný do terénu, váhový limit 140 kg, přední kola z plné gumy (brání defektům), snadné ovládání jednou rukou. Velmi málo používaný. Výhodná koupě pro paraplegiky, kteří nemohou získat příspěvek pojišťovny. Cena 68 tis. Kč. Kontakt: 734 535 503.



- Prodám: ① polohovací mechanický elektrický rošt zn. Okimat, kovový mechanismus, dřevěné lamely. Polohování zad, hlavy, nohou. Nevyužitý, výrazná sleva. Cena 15 tis. Kč (pův. 29 tis. Kč). ② Antidekubitní matraci se snímatel. paroprodyš. pracím potahem. Rozměr 90/200/17. Max. zátěž 130 kg. Velmi vhodná pro dlouhodobě ležící. Cena 3 tis. Kč (pův. 7 tis.). Při zakoupení roštu i matrace sleva 500 Kč. ③ Nájezdové ližiny teleskopické dvoudílné RZ 125, do 2 m. Cena 7 tis. Kč. Kontakt: tel. 734 535 503.

- Prodám (z důvodu stěhování) schodišťovou plošinu SVU 225, výr. ITS Praha, 4/2008. Podlaha 140 x 75 cm. Je plně připravena k obsluze sedícím vozíčkářem

Příhláška k odběru magazínu VOZKA

Přihlásit se můžete

- telefonicky:
 - tel. redakce: 596 783 174, 10-17 h,
 - tel. vydavatele, Ostravské organizace vozíčkářů o.s.: 596 786 353 (8-13 h)
- e-mailem: sefredaktor@vozka.org (redakce)
- z webových stránek: přihláškou staženou z www.vozka.org
- dopisem: adr. Redakce Vozka, Petr Dzido, Tylova 4, 700 30 Ostrava 30

Při přihlášení uveďte: Vaši celou adresu a telefonní číslo.

Roční předplatné od r. 2013: minimálně 160,- Kč/rok/4 čísla.

Při přihlášení v průběhu roku: částka podle počtu nevydaných čísel.

Číslo účtu pro platbu: 256261415/0300, specifický symbol: 201, variab. symbol: VAŠE TELEF. ČÍSLO, zpráva pro příjemce: „VOZKA - rok předplatného - příjmení a jméno“

Na požádání Vám můžeme zaslat poslední již vydané číslo (pokud je skladem).

bez další asistence! Automatické sklápění. Cena 28 tis Kč. Při rychlém jednání výrazná sleva a dohoda jistá. Kontakt: Jarmila, Vyškov, tel. 607 786 082.



VOZKA

Magazín o životě a pro život na vozíku

Rady, inspirace a motivace

www.vozka.org

Vydává: Ostravská organizace vozíčkářů, o. s., Horymírova 3054/121, 700 30 Ostrava 30, www.vozickari-ostava.cz, tel. 596 786 353, IČO: 66933579 ■ Magazín Vozka, č. ú.: 256261415/0300; internet: www.vozka.org. Redakce 1 - objednávky, inzerce (šéfredaktor, grafika, sazba, hospodaření, marketink): Ing. Petr Dzido (dz), Tylova 4, 700 30 Ostrava 30, tel. 596 783 174 (10-17 h); dzidopetr@volny.cz ■ Redakce 2 - vedoucí vydání, styk s dopisovateli (redaktor, korektor): Pavel Plohák (pp), tel.: 595 545 083, P.Plohak@seznam.cz, Dolní 87, 700 30 Ostrava 30 ■ Redaktoři: Blanka Falcniková (bf), Hana Klusová (hk), Ing. Jiří Muladí (di) ■ Stálí dopisovatelé: Miroslav Filipčík (mf), Josef Procházka, Mgr. Milan Linhart ■ Technická spolupráce: Tomáš Dvořák, Radan Freiberg, Marie Báňová ■ Náklad 1 200 ks ■ Vychází 4x ročně v Ostravě ■ Cena předplatného: (minimálně) 160 Kč/rok ■ Registrace: MKČR E 12818 ■ Tiskne Repronis, Ostrava ■ Distribuci pro předplatitele provádí v zastoupení vydavatele Česká pošta, s. p., Postservis, Poděbradská 39, 190 00 Praha 9, tel. 284 011 810, -811, -813. Smluvní vztah mezi vydavatelem a předplatitelem se řídí Všeobecnými obchod. podmínkami pro předplatitele ■ Články (podepsané i zkratkou) nemusí být shodné s názory redakce a vydavatele ■ Vyhrazujeme si právo redakčně upravit externí příspěvky, nevyžádané rukopisy a snímky nevracíme ■ Vydáno za finanční podpory: Magistrátu města Ostrava **OSTRAVA!!!**, Nadace OKD, Městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz, Městského obvodu Ostrava-Jih aj.

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

Ocenění redakce: Výroční cena ministra zdravotnictví ČR za práci ve prospěch zdravotně postižených, Stříbrný kamínek Ostravské radnice a Asociace Trigon za nápaditou zpravodajskou a publicistickou činnost, Cena novinářů redakce zpravodaje Ostravská radnice a Centra pro komunitní plánování Moravskoslezského kraje za šíření informací o životě seniorů a zdravotně postižených.



JENČOVSKÝ

technika, která pomáhá

ÚPRAVY AUTOMOBILŮ PRO TĚLESNĚ HENDIKEPOVANÉ

tel.: 604 233 164

- **Ruční ovládání**

- elektronické a mechanické plyny, mechanické brzdy, elektronické spojky, infraovladače na volantu, nástavce na volant, řadící páku a ruční brzdou, atd.

- **Pomůcky pro nastupování**

- otočné sedačky, přesedací desky, zvedací zařízení, úpravy sedaček, atd.

- **Nakládání invalidního vozíku**

- elektrické nakladače, zvedací jeřábky, otočné dveře, atd.

- **Bezpečná přeprava osoby na invalidním vozíku**

- zvedací plošiny, nájezdové rampy, kotvící pásy, atd.



AUTOŠKOLA PRO TĚLESNĚ HENDIKEPOVANÉ

- výcvik skupiny B, kondiční jízdy na upravených automobilech pro autoškolu, vybavených ručním ovládáním včetně individuálních úprav
- možnost individuální úpravy pro konkrétní potřebu, velký výběr nástavců na volant a dalších pomůcek k řízení.
- individuální přístup ke každému zákazníkovi
- bezbariérové ubytování s možností využití rehabilitace a jiných služeb
- slevy pro studenty



www.jenca.cz

Provozovna: Na Roudné 161, 301 00 Plzeň GSM: 604 233 164, tel/fax: 377 523 987, info@jenca.cz

Svoboda pohybu.

Nájezdová FLEXI RAMPA

Snadná přeprava vozíčkáře.

- Jednoduchým pohybem lze rampa sklopit do roviny
- Žádné omezení zavazadlového prostoru
- Rychlá montáž



Úpravy vozidel bez omezení



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

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

APICZ s.r.o., Slapy 136, CZ-391 76 Slapy u Tábora, tel/fax: +420 381 278 043, apic@seznam.cz

WWW.APICZ.COM