



SCHODOLEZY
Přehled pomůcek

JAK NA SPASTICITU
Baclofenová pumpa

V TURECKÉ ALANYI
Cestování a pobyty

3/2012

RADY, INSPIRACE A MOTIVACE

Na vozíku v mořských
hlubinách

VOZKA

The Tap Tap v Londýně

Ročník XV.

MAGAZÍN O ŽIVOTĚ A PRO ŽIVOT NA VOZÍKU

14. září 2012



Manželé Biluseacovi: příběh inspirujícího života – str. 58

Jak jsme slavili desáté narozeniny

Projekt VÝZVA už 10 let slouží dětem a mladým lidem se zdravotním postižením i jejich rodinám. Poskytuje poradenství **RODINNÝ PRŮVODCE**, osobní asistenci **OASA**, odlehčovací službu **RESPIT** a integraci v klubu **BRÁNA**.

Je skoro neuvěřitelné, že uplynulo 10 let od doby, kdy Výzva spatřila světlo tohoto světa, aby všem, kterým osud uštědřil ránu v podobě zdravotního postižení, pomáhala a rozdávala radost. A nejen jim, ale také jejich rodičům, přátelům a známým.

U zrodu Výzvy stáli dva mladí rodiče, jejichž syn se narodil s dětskou mozkovou obrnou, **manželé Svojanovští**. Hledali pro něj pomoc, aby o něj bylo dobře postaráno, a zároveň oni nebyli nuceni zanedbávat jeden druhého ani ostatní děti. Poté, co vynaložili obrovské úsilí, stejně jako spousta dalších silných a úžasných lidí, je Výzva velkým pevným společenstvím, plnicím ono důležité poselství – pomáhat.

Při příležitosti desátých narozenin Vý-

zvy jsme se 14. června v prostorách projektu sešli, abychom společně prožili skvělé odpoledne, zrekapitulovali, co se ve Výzvě událo, ale také poděkovali těm, kteří pracovali a stále pracují na tom, aby vše fungovalo, jak má. Promluvíli zde jednak zakladatelé projektu manželé Svojanovští, jakož i spousta odborníků, zástupců organizací a institucí, sponzorů a v neposlední řadě i biskup František Lobkowicz, který nad Výzvou od počátku drží ochrannou ruku.

Ze slov některých řečníků mně osobně naskakovala husí kůže a do očí se mi tlačily slzy. Nebyla to jen slova, nýbrž vyjádření faktu, že jsme tady pro sebe vzájemně, připravení postavit se nepřítzni



Děti s handicapem, jejich rodiče i asistenti jsou jedna rodina

Foto: Jiří Muladi

osudu a bojovat s ní „jako jeden muž“.

My uživatelé jsme svůj dík vyjádřili tím, co umíme... Zaznělo tady několik příběhů napsaných pro literární soutěž vyhlášené integračním klubem Brána. Nechyběla recitace ani zpěv doprovázený hrou na hudební nástroje.

Pokračování na str. 12



JE MINISTERSKÝ MARIÁŠ „CINKNUTÝ“?

Po novém informačním systému, na který nebylo vypsáno výběrové řízení a jehož spuštění provázela řada problémů, je trnem v oku mnoha lidí další projekt ministerstva práce a sociálních věcí ČR: **sociální karty (sKarty)**. Znamenají zásadní změnu sociálního systému v České republice a kvůli nim jednal se zástupci MPSV i ombudsman Pavel Varvařovský, bohužel, podle jeho vlastních slov, neuspokojivě. Veřejný ochránce práv proto vyzval zákonodárce Poslanecké sněmovny, aby zvážili možnost obrátit se na Ústavní soud.

Předsedovi NRZP Václavu Krásovi vadí sKarty především proto, že čtyřicet procent příjemců pobírá dávky prostřednictvím poštovních poukázek a tito nebudou schopni – hlavně lidé se zdravotním postižením, ale i senioři – využít této karty. Navíc každý bankomat, až na světlé výjimky, je bariérový. *Celý článek na straně 9*

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.



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
15 let profesionální práce v oboru



Jan Píbal - JP SERVIS, Na Městečku 137, Štěrka, 387 51,
provaz: +420 383 393 249, mobil: +420 606 613 239, url: www.jpservis.eu, e-mail: info@jpservis.eu



ČR a dodržování lidských práv

Nevalně vyznívá zpráva Českého helsinského výboru za rok 2011 pro ČR v souvislosti se situací lidí, kteří potřebují sociální ohledy. Ve zprávě je konstatováno například: „V české společnosti se zvyšuje počet lidí žijících v hmotné nouzi, jejichž sociální situace se dramaticky zhoršila. Zhoršuje se situace lidí se zdravotním postižením, postavení seniorů, dětí.“ Dále se dočtete, že vláda nevede dialog s občany, nenaslouchá varováním občanské společnosti, stigmatizuje lidi, kteří přišli o práci, přijímá opatření, která jsou vnímána jako šikanující, ponižující a protiústavní. Jedna z kapitol je věnována právům osob se zdravotním postižením. Plné znění zprávy je dostupné na www.helcom.cz.

Vzory stížností

Osm až deset měsíců trvá vyřizování žádostí o průkazky ZTP, o příspěvek na péči, příspěvek na mobilitu a další dávky. Národní rada osob se zdravotním postižením proto připravila vzory stížností na nečinnost Úřadu práce a posudkové služby ČSSZ. Samo ministerstvo práce a sociálních věcí uvádí, že pokud nejsou dodržovány správní lhůty, mají občané možnost se tomu bránit. Příslušné stížnosti jsou ke stažení na webu NRZP: <http://www.nrzp.cz/aktualne/informace-predsedy-nrzp-cr/833-informace-c-57-2012.html>.

Na pomoc lidem na vozíku

Nové stránky [Muj vozik.cz](http://Mujvozik.cz) spustila firma Otto Bock ČR s.r.o. Kromě nabídky vozíků obsahují také rady a návody, například jak postupovat pro získání úhrady od pojišťovny či jak získat dotaci na případný doplatek vozíku. Naleznete zde i instruktážní videa, jak si na vozíku zavazovat nebo jak samostatně provádět jeho údržbu. Je možné si stáhnout Příručku chytrého vozičkáře, napsat jakýkoli komentář, dotaz nebo si objednat prohlídku vozíku u sebe doma. Stránky mají adresu www.mujvozik.cz.

Temno v Brně

Celonoční šifrovací soutěž **Temno**

2012 se už poosmé odehrála letos v červnu v Brně. Na této jedné z mála outdoorových aktivit si mohou lidé se zdravotním postižením vyzkoušet hranice svých možností. Temno je tradiční noční bojová hra pro vozičkáře a jejich přátele, kteří rádi přemýšlejí, luští a mají pro strach uděláno. Účastníci na trase postupují dle šifer a v případě správného vylučení šifry se dozví umístění dalšího stanoviště. Cesta k cíli není nikdy jednoduchá. Akci uspořádalo občanské sdružení **Domov pro mne**, které pomáhá lidem se zdravotním postižením žít co nejlépe s životem.

Rehabilitace v obleku Therasuit

Moderní pohybovou terapii Therasuit, která pomáhá k odstraňování pohybových problémů u nechodících klientů, začala letos poskytovat ALKA, o.p.s. Nejdůležitější součástí jsou obleky Therasuit, přičemž druhou sadu těchto obleků zakoupila ALKA ve všech 6 dostupných velikostech z nadačního příspěvku Nadace ČEZ ve výši 353 000 Kč.

Základem terapie je oblek, který vznikl v rámci kosmického výzkumu a umožňuje individuálně podpořit a pomoci zapojit, nebo v případě potřeby naopak vypojit špatně fungující svalové skupiny. Možnost zbavit handicapované dítě berlí nebo vozičku pomocí pohybové terapie je převratná.

Nová poradenská centra v Jeseníku a Zlatých Horách

Občanské sdružení **Zahrada 2000** získalo dotaci z Evropského sociálního fondu Operačního programu Lidské zdroje a zaměstnanost a státního rozpočtu ČR na vytvoření poradenského centra pro osoby se zdravotním postižením. Cílem projektu je pro tyto osoby vytvořit takové podmínky, které jim umožní připravit se na výkon zaměstnání, vstoupit na pracovní trh a udržet se na něm, to vše s ohledem na specifika jejich handicapu. Tento cíl bude realizován odbornými diagnostikami, poradenstvím, rekvalifikačními kurzy a vytvořením dvou pracovišť, ve kterých budou moci vybraní účastníci získat pracovní zkušenosti. Centrum začíná fungovat od 15. srpna 2012 a bude fungovat min. 24 měsíců. Zájemci o tuto službu poradnu naleznou v **Jeseníku** na adrese Lipovská 1177, případně mohou pracovníky centra kontaktovat na emailu poradna@zahrada2000.cz nebo na telefonním čísle 775 148 189. Ve **Zlatých Horách** tuto poradnu mohou nalézt na adrese Nerudova 405 (park Dětské léčebny EDEL), e-mail: infozh@zahrada2000.cz, tel.: 777 536 383.

(bf)

Obsah čísla

ZPRAVODAJSTVÍ	1–7
SOCIÁLNÍ SLUŽBY	8–16
ZAMĚSTNÁVÁNÍ	17
VZDĚLÁVÁNÍ	18–19
DOPRAVA	20–22
ODSTRAŇOVÁNÍ BARIÉR	23
ZDRAVOTECHNIKA	24–28
ZDRAVOTNICTVÍ	29–32
KULTURA	33–41
SPORT	41–49
CESTOVÁNÍ, POBYTY	50–55
LIDÉ, VZTAHY	56–60
LITERÁRNÍ DÍLNA	61
PORADNA	62–67
BYDLENÍ	68–69
VOLNÝ ČAS	70–73
INZERCE, VZKAZY	74

ČERNÁ KRONIKA	6
PŘEHLED SCHODOLEZŮ	24
POZVÁNKA NA VÝSTAVU	26
THE TAP TAP V LONDÝNĚ	34–35
ERGOTERAPIE PRO RADOST	71
TIRÁŽ	74

Přílohy

REKLAMNÍ PŘÍLOHA

Osobnosti

- **Jonas Salk Edward** (28. 10. 1914–23. 6. 1995): americký lékař židovského původu. Jeden z nejvýznamnějších virologů 20. století, který proslul především objevem vakcíny proti dětské obrně. Svůj objev si nedal patentovat a poskytl ho k volnému šíření. Svůj krok zdůvodnil tím, že nechat si patentovat lék proti obrně by bylo stejné jako „nechat si patentovat slunce“.

Z myšlenek moudrých

*Dychtivost po vládě
a moci je silnější
než ostatní vášně*

Tacitus

*Umění vládnout se zakládá
na moudrosti, nikoli
na síle; na opatrnosti,
nikoli na úskoku*

Jan Ámos Komenský

Editorial

Europa Oriental? To tedy na nás sedí



Když jsem před čtrnácti lety poprvé navštívila ten ohromný Londýn, byla jsem, jakožto mladá „intelektuálka“, pobouřena ze slovního obratu „aha Česko, tak to jste z východní Evropy!“. Ne, ze střední! Ach jo. Dalo mi pár let zkušeností, cestování a hodin strávených nad řádkou knih, než mi došlo, že v očích takového Angličana je naše zem opravdu ukryta tam kdesi na „východě“. Vlastně už na začátku cesty do Orientu. Potom už ani nepřekvapí, že ve španělštině slovo „oriental“ znamená „východní“.

Měla jsem možnost navštívit letos dvě prestižní akce pořádané v naší zemi – hudební festival Colours of Ostrava a Superbike World Championship v Brně. Všude jsem měla oči otevřené a všude jsem se nestačila divit. Došla jsem ke smutnému závěru, že pod nálepkou „bezbariérový“ se u nás skrývá cokoliv.

Od té doby jsem dosti skeptická ke všem nadneseným PR projevům, barevným manuálům a průvodcům. Tam, kde je problém zajistit třeba jen slušný betonový povrch, aby ani chodící nedošli k úrazu, tam kde jezdí sportovní motoristická elita z celého světa, ale vozičkář skoro nedohlédne na závodní trať, se nedá mluvit o „světovosti“, viz příslušné články v tomto čísle Vozky.

Nevím, jak dlouho bude ještě ta česká cesta k toleranci a blahobytu trvat. Jedno je ale jisté, nejsme ani v půlce. V zemi, kde politiky ve vazbě drží snad téměř v okovech a kde většinu populace pobouří rozsudek norského soudu ohledně trestu pro vraha Breivika („je to nehoráznost, kdeže je trest smrti?“) nebo modernosti jeho cely, se dá mluvit o hluboké nevyspělosti. Civilizovaná společnost se pozná nejen podle toho, jak se chová k „normálním“ občanům, ale také ke „svým“ zločincům, menšinám, dětem (počet dětí umístěných v dětských domovech v ČR otřásá nejednou mezinárodní statistikou), seniorům a lidem s postižením.

Proč je v Norsku blahobyť? A proč je výhra se tam narodit, žít a dokonce tam být i vězněm? V centru samotného Osla (a stejně to bude v celé Skandinávii) je bezbariérovost vyřešena již před mnoha lety mj. vlastní infrastrukturou pro vozičkáře. Zahnuje speciální trasy, tunely, podjezdy apod. Nikdo nečeká na nízkopodlažní autobus hodinu a nikdo se nemusí hlásit u ČD předem a objednávat si „nakládku“, pokud chce někam vyrazit.

Ve Finsku jsou všechny vlaky nízkopodlažní, prostorné a přejezd z peronu do vlaku ani nepoznáte, tak dokonale ho někdo vymyslel, naplánoval a to hlavní – zrealizoval! Stejně dobře a kvalitně pro všechny své občany, bez rozdílu věku, rozsahu pohybu nebo třeba i sexuální či náboženské orientace.

A aby toho nebylo málo. Nejen v sociálně smýšlející Skandinávii se umí o své lidi postarat. Také v krásném bezstarostném středomoří se myslí moderně, tolerantně a bezbariérově. Vozičkáře potkáte na benátském náměstí sv. Marka obklopeného spleť uliček (jak se tam jen dostal?), na chodbách římského kolosea, v kostelech, restauracích, na španělských nebo, jak píše pan Pospíšil v tomto čísle Vozky, na tureckých plážích.

Jak dlouho nám ještě bude stačit dělat věci jen napůl, jak s oblibou říkám, tzv. „po polsku?“

Hana Klusová

Mezinárodní veletrhy zdravotnické techniky, rehabilitace a zdraví MEDICAL FAIR Brno a REHAPROTEX rozděleny na dva samostatné

REHAPROTEX letos nebude

Výstava kompenzační techniky **REHAPROTEX Brno** se každoročně konala jako součást veletrhu **MEDICAL FAIR Brno**. Letos tomu tak poprvé nebude. **Rehaprotex se osamostatňuje a letos se konat nebude.** Zájemci o výstavu kompenzačních pomůcek a neziskových organizací si proto původní letošní termín musejí škrtnout a svou návštěvu si naplánovat až na **květen roku 2013**.

Ve spolupráci s odbornými svazy a vystavovateli našli pořadatelé z Veletrhů Brno nové řešení konceptu veletrhu, které odpovídá mj. podmínkám na trhu se zdravotnickou technikou a rehabilitačními a kompenzačními pomůckami. Základním „kamenem“ této struktury je rozdělení veletrhu **na dva tematicky a časově samostatné celky**.

Zdravotnický veletrh **MEDICAL FAIR Brno Central Europe** s aktuálně rozšířenou nomenklaturou se bude konat na brněnském výstavišti od 16. do 19. října 2012 jako součást týdne zdravotnictví „**KONGRES MEDICAL SUMMIT BRNO**“ a bude pořádán každoročně v říjnu.

REHAPROTEX jen co dva roky

Veletrh **REHAPROTEX**, který představuje široký sortiment kompenzačních, protetických, ortopedických a rehabilitačních pomůcek, prezentaci poskytovatelů sociálních služeb, neziskových nestátních organizací a chráněných dílen, **bude doplněn o nová aktuální témata, související např. s prostředky péče o pacienty ve stáří.** Jako největší střeoevropská přehlídka tohoto druhu bude **REHAPROTEX** osamostatněn. Do veletržního kalendáře akciové společnosti Veletrhy Brno tedy přibude termín **14.–17. května 2013 pro nový premiérový veletrh REHAPROTEX**. Ten se bude do budoucna konat **v pravidelném dvouletém cyklu a právě v květnovém termínu.**

(pp)

Bezbariérový přístup na pláž u města Marbella (správní centrum Malaga), jižní Španělsko



Vsetínskému nádraží by se vozíčkáři měli vyhýbat

Nádraží ve Vsetíně se řadí mezi stanice, kde je pro člověka na invalidním vozíku téměř nemožné nasednout do vlaku. O problémech, které ve Vsetíně mají lidé na vozíčku s nastupováním do vlaků, ví své i ředitel zdejšího Vzdělávacího a komunitního centra Integra Tomáš Pifka.

Na vlastní oči viděl všechny potíže loni v září při akci Den bariér, kdy invalidé cíleně zavítali na vsetínské vlakové nádraží a do vlaku se pokusili nastoupit. „Člověk na invalidním vozíku se bez asistence čtyř silných pomocníků do vlaku nedostane. U slovenských souprav bývá plošina, ale vzhledem ke sklonu nástupiště na vsetínském nádraží je její použití problematické,“ sděluje Tomáš Pifka.

Z vedení vsetínské radnice přitom zaznívá, že situace se bohužel hned tak zlepšovat nebude. Podle místostarosty Petra Kořenka změně brání především složité majetkové poměry. „Budova nádraží patří Českým drahám, koleje zase Správě železniční a dopravní cesty. Nemáme žádné páky, nemůžeme nic nařizovat, jen dokola na špatnou situaci upozorňovat. Ale nevzdáváme se a snažíme se neustále komunikovat s drahami i správou, aby alespoň upravily přístupy a nájezdy na nástupiště,“ vysvětluje místostarosta Kořenek.

Vstřícného kroku ze strany Českých drah se ale Vsetín přece jen dočkal na sklonku minulého roku. Na žádost vedení města poskytl dopravce seznam dvou desítek vlaků, jež mají některé vozy pro cestování vozíčkářů zvlášť přizpůsobeny. „Část z nich je vybavená i zdvihací plošinou pro snadný nástup a výstup cestujících na vozíku. Vlaky s vozy přizpůsobenými pro vozíčkáře jsou v jízdním řádu označeny piktogramem,“ informovala tehdy Jitka Mohylová, přednosta osobní stanice Valašské Meziříčí. Dodala, že nově pořizované vozy pro regionální a příměstskou dopravu jsou již vždy nízkopodlažní a bezbariérové. Náměstek hejtmana Jaroslav Drozd pak na krajské konferenci o dopravě lidí s pohybovým omezením uvedl, že ve Zlínském kraji je momentálně padesát procent železničních stanic bezbariérových. Mezi nejlépe vybavená patří nádraží v Kroměříži, Bystřičce, Napajedlích, Otrokovicích a Starém Městě.

Zdroj: Valašský deník
(di)

Běžcům pro Paraple déšť nevadil

Závodníci a diváci si pochvalovali doprovodný program

Třináctý ročník benefiční akce ve prospěch Centra Paraple v pražských Letenských sadech 14. června 2012 vynesl i přes nepřízeň počasí 163 650 Kč. V běhu na sto metrů závodilo více než 300 dospělých i dětí, utkali se přátelé, rodiny i firmy. Koncert skupiny MIG 21, Divadélko Romaneto a další doprovodný program si nenechalo ujít více než 500 lidí.



Velký úspěch jízdy zručnosti na vozíku

Závody zahájil prezident správní rady Centra Paraple Zdeněk Svěrák spolu s moderátory akce Kateřinou Nekolnou a Vladimírem Krocem, ultramaratonec Miloš Škorpil se svými běžci a Postoloprtské mažoretky. Na trati se vedle dalších běžců vystřídali obyvatelé obce Rádlo u Liberce, studenti z blízkého gymnázia i děti z mateřské školy. Podpořit Centrum Paraple přišli Jaroslav Uhlíř, Pavel Nový, Doubravka Svobodová, prof. MUDr. Pavel Pafko, Miroslav Táborský, Jaromír Hanzlík, Zdeněk Izer, Šárka Vaňková a mnozí další.

Každý, kdo chtěl Centrum Paraple podpořit, si mohl koupit tričko s vtípem. Centrum Paraple totiž ve své nové kampani, která Během pro Paraple začala, nabízí veřejnosti a současně ji žádá: „Bavte se na náš účet 932 932 932/0300“.

Velký úspěch mezi dětmi měla jízda zručnosti na vozíku nebo představení Divadélka Romaneto. Kdo neběžel, mohl se seznámit s činností Centra Paraple a vyzkoušet si třeba jízdu na handbiku. Program mile zakončil koncert Jiřího Macháčka a skupiny MIG 21.

Centrum Paraple pomáhá už 18 let

„Běh pro Paraple je o vzájemné podpoře, o pomoci lidem v těžké životní situaci, ale současně také o zábavě, o dobré náladě všech, kteří přijdou a společně přispějí k tomu, aby i naše klienty na vozíku život bavil dál,“ říká ředitelka Centra Paraple Alena Kábrtová.

Centrum Paraple pomáhá již osmnáct let lidem s poškozením míchy, kteří jsou na vozíku, a jejich rodinám zvládnout těžkou situaci a vrátit se zpátky do života. Běh pro Paraple je příležitostí pro veřejnost připojit se a vyjádřit svou podporu.

Další info a foto na www.paraple.cz a na www.facebook.com/behproparaple.

(pp)



Černá kronika

Vozíčkář sjel autem do přehrady

Do Brněnské přehrady sjel počátkem srpna autem vozíčkář. Porazil několik menších stromků, dopravní značku a dostal se až po střechu do vody. Ještě před příjezdem záchranářů ho dostali ven z vozu kolemjdoucí. Lehce zraněný 43letý muž byl v šoku převezen do nemocnice. Policisté u něj nezjistili požití alkoholu. Proč však s autem havaroval, není zatím jasné.



Mikrospánek? Auto i s vozíčkářem v přehradě, foto: VLP

Musí sedět doma, byl podveden?

Šestadvacetiletý Jaroslav Erben z Liberce má rozštěp páteře a je odkázán na ortopedický vozík. Speciální křemíkové akumulátory, které pohánějí vozík a které si loni nechal vyměnit u firmy Help Centrum, najednou přestaly fungovat. Technik zjistil, že baterie jsou kapacitně slabé a výkonnostně nestačí na provoz po měsíci. VZP baterie zaplatila a na další nově už mu příspěvek odmítá. Chybu odmítá i firma Help Centrum, kde k výměně baterií došlo. Vozík stojí už 9 měsíců ve zkušební laboratoři, kde mají jasně určit, jestli jsou baterie vhodné, či ne. Podle Erbeny to spíše ale vypadá, že se na něj domluvili. Servisní technik, který závadu odhalil, mu totiž řekl, že to není na Liberecku první případ.



Jaroslav se zřejmě stal obětí podvodu, foto: VLP

Firma Help Centrum naznačuje, že mohl poruchu způsobit sám uživatel vozí-

ku. Jak? Opomíjením řádné péče o baterie prý dochází k jejich nenávratnému poškození, což má za následek výrazné snížení kapacity. Samotný vozíčkář se obává, zda celá věc nebude muset skončit u soudu.

Hospodská strkanice došla až k soudu



Marek Posolda u brněnského soudu, foto: Attila Racek, Deník

Devětatřicetiletý Marek Posolda, který se koncem února v hospodě U Orla v Šardicích na Hodonínsku pokusil ubodat Jaroslava Špěru, stráví 14 let ve vězení. Invalidního důchodce tam poslala soudkyně brněnského krajského soudu. Posolda zaútočil na muže, se kterým měl podle svých slov dlouhodobé spory, kuchyňským nožem, který si do hospody přinesl z domu. Při rvačce v zadní části hospody zasadil protivníkovi řadu bodných a řezných ran do hrudníku, břicha a rukou.

Posolda přiznal, že měl v době útoku vypít půl litru kořalky a v hospodě si dal dvě piva. Roznětkou krvavého útoku byl banální spor obou mužů o hlasitou hudbu z hospodského jukeboxu.

Deset let za utýrání invalidy

Brněnský krajský soud v červnu poslal na deset let do vězení sedmačtyřicetiletého Petra Nováka z Blanska za to, že týral a bil svoji tetu, což nakonec skončilo její smrtí. Zraněnou třiasedmdesátiletou invalidní ženu nechal zbitou ležet šest dní na zemi. Žena byla převezena do nemocnice, ale po měsíci zemřela na zhmoždění mozku. Podmínku dostali i Novákova matka a strýc, kteří invalidní paní nepřivolali pomoc, i když o jejím stavu věděli. Policii přivolali až sousedé.

Recidivista zkopal dva postižené důchodce



Obžalovaný Juraj Németh se svým obhájcem u hradeckého soudu, foto: René Chvalina, Právo

Před Královéhradeckým krajským sou-

dem stanul v červnu sedmačtyřicetiletý Juraj Németh z Rychnova nad Kněžnou, který napadl a zkopal invalidního důchodce. Když napadenému přišel na pomoc kamarád, potkal ho stejný osud. Za pokus těžkého ublížení na zdraví hrozí obviněnému až dvanáct roků za mřížemi. Oba důchodci se z útoku stále nezotavili a jeden z nich dokonce dodnes leží v nemocnici na jednotce intenzivní péče.

Podle Németha měl být on sám invalidním důchodcem napaden a jen se bránil. Németh není před soudem žádný nováček, v rejstříku trestů je možno se dočíst o jeho čtrnácti trestech.

Najali ho na vraždu, byli ale překvapeni



Jiří Hladík skončil ve vazbě, foto: Patrik Biskup, Právo

V případě přípravy nájemné vraždy byl v červnu obviněn sedmatřicetiletý bývalý policista Jiří Hladík z Nýrska – objednal si vraždu devěťadvacetiletého invalidního důchodce Davida P. O chystaném činu ale řekl policii muž, který měl oběť popravít. Expolicista měl záměr obrátit oběť o 4,8 milionu korun, které David P. získal od pojišťovny po dopravní nehodě. K penězům invalidovi pomohl právě Hladík společně s jedním plzeňským advokátem, se kterým má Hladík společnou firmu. Muži obviněnému z nájemné vraždy hrozí až výjimečný trest.

Nasekala dluhy a odkopla ho

S Petrem Kalašem z Velkého Šenova se život nemazlí. Je invalida, celý život si pečlivě strádal peníze a teď nemá ani na jídlo. Navíc dluží, kam se podívá. Obrala ho žena, do které se zamiloval. Nyní je Petr Kalaš úplně na dně. Nemá žádné peníze a bojí se, že u jeho dveří zazvoní exekutor. Jak k tomu došlo?

Žena vždycky vyplnila papíry na půjčky, on je podepsal, protože jinak prý brečela. Jeho soused tvrdí, že ho před vypočítavostí družky a její dcery varoval. Marně. Zatímco on dnes dluží půl milionu, ony mu nemohou přijít na jméno.

Na družku a její dceru podal trestní oznámení. Policie ale zjistila, že ženy žádný trestný čin nespáchaly. Měl by se tedy obrátit na soud, ale na to nemá peníze.

Zdroj: Novinky, Právo, Mediafax, Deník

Připravila: (bf)

Napsali jste nám



Otevřený dopis ministru zdravotnictví

Vážený pane ministře, vymyslel jste na občany ČR další pohromu a opět hodláte obcházet Ústavu ČR? Je na čase Vám říci dost!

Váš úžasný nápad zrušení příspěvku státu na léky na bolest má fatální dopad. Vůbec si neuvědomujete, že jsou lidé, a jsou to vážně pořádní lidé, v paliativní péči. Na vysvětlenou uvádím, že pro tyto osoby již neexistuje lék na uzdravení a pouze potřebují léky proti bolesti, aby mohli jako lidé dožít.

Je mi 34 let, mám roztroušenou sklerózu, agresivní typ latentně progresivní a jsem v paliativní péči. Moje lékařka velmi dlouho hledala vhodný lék na moje bolesti, ale bohužel buď lék nezabíral, nebo mi negativně ovlivňoval psychiku, popř. mi zhoršoval žaludeční vředy. Našly jsme lék, který mi bolesti tlumí, ale který se objevil na Vašem seznamu léků, na které již pojišťovna nedoplácí.

Ústavnímu soudu jsem tedy nucena sdělit, že ministr zdravotnictví ČR mi navrhuje tyto dvě alternativy:

1. budu mít na jídlo a střechu nad hlavou, ale budu umírat dlouhodobě v bolestech

2. nebudu mít bolesti a léky si budu platit ze svého invalidního důchodu, ale umřu hladu a někde pod mostem.

Nechápu, kde berete odvalu, vážený pane ministře, rozhodovat o životě lidí a obdivuji Vás, že Vám nevadí být v úloze vraha.

Čekám na adekvátní odpověď a především radu, jak člověk v mém věku a stavu má podle Vás slušně dožít, protože Vašeho věku se našťastí nedožiju.

Monika Henčlová,
v Praze dne 15. 7. 2012

sKarta

Dobrý den, na internetu jsem četla o sKartách, tzv. sociálních kartách. Včera jsem byla na projížďce ve svém ortopedickém vozíku a všimla jsem si, že „někdo“, kdo vymyslel sKarty je úplně totálně vedle...

Je nespravedlivé, když budu vybírat z bankomatů jiných než České spořitelny, protože jiné banky chtějí poplatek 40 Kč.

Další problém je v tom, že kdosi nedomyšlel, že zrovna např. u nás v Sušici není bezbariérový přístup do České spořitelny. Mají tam tři schody a následně

další schody k přepážkám. Nemají ani výtah vhodný pro najetí s vozíkem, výtah je pouze cca pro 2 osoby...

Kdo toto vymyslel? A čím přemýšlel? Jistě je zdravý, může chodit a může překonat všechny bariéry.

V mém případě, kdy jsem úplně osamocená bez rodiny, přátel a známých, si vůbec neumím představit, jak budu peníze vybírat... A další problém, je, že účet nemám a na složenku se prý sociální dávky vydávat nebudou, takže mi nezbyvá vůbec nic a k výběru dávek se vůbec nedostanu. Mám příspěvek na péči a příspěvek na mobilitu.

Jaké je tedy řešení? Vždyť to už hraničí s omezováním osobní svobody tělesně postižených! I když jsem v domově s pečovatelskou službou, pečovatelky neschopí řešit jakýkoliv výběr finančních prostředků z bankomatů a asistentka to také řešit nechce. Finance patří do ruky klientovi a ten z nich hradí služby na základě smlouvy s pečovatelskou službou a s asistentkou. Tak co mám dělat?

Tzv. Kartu sociálních systémů považují za veřejnou likvidaci osob, kteří jsou již beztak bezmocní a na pokraji bídy!

Veronika Skribucká, Sušice

Ejhle, pochvala!

Vážená paní ředitelko, dovoluji mi, abych poděkovala Vám všem pracovníkům Lázní Teplice nad Bečvou za ozdravný pobyt, který jsme s manželem absolvovali.

Přesto, že jsem imobilní na ortopedickém vozíku, mohla jsem podstoupit všechny procedury, které mi byly předepsány a ještě mnohem víc. A to vše díky perfektnímu servisu na všech pracovištích skvěle

upravených pro imobilní pacienty.

Program léčby je cílený a je zaměřen nejen na fyzické ozdravení konkrétní nemoci, ale také na psychické uvolnění a získání nové energie. Rovněž kulturní programy různých žánrů a bezvadný přístup kulturní referentky přispěly k výborné náladě všech pacientů.

Tyto lázně, o kterých je v historii první zmínka v roce 1329, vděčí za své léčebné možnosti hlavně pramenům čiré termální alkalické zemité kyselky s velkým obsahem CO₂. Součástí léčebného procesu jsou i velmi příjemné procházky v areálu lázní – např. v překrásných parcích, kde roste 55 druhů jehličnanů a 43 druhů listnatých dřevin. Líbila se nám i řada pívabných plastik u lázeňských domů. Podle mého názoru jsou Lázně Teplice nad Bečvou tím pravým místem pro léčbu našich srdcí. Velký dík patří všem lékařům, zdravotním sestřím a celému kolektivu. Individuální přístup ke každému pacientovi je úžasný a není zcela běžný.

Čistota, pořádek a vůbec celkový řád je obdivuhodný i vzhledem k množství střídajících se pacientů. Rovněž kulturní stolování v jídelně a velmi srdečný a milý přístup obsluhujícího personálu nás každodenně potěšil.

Práce Vás všech je velmi náročná, staráte se o naše zdraví a to je v životě to nejdůležitější. Zvláštní dík Vám patří i za péči o handicapované pacienty, kteří přijíždějí s nadějí, že v kolektivu získají další energii do života.

Proto Vám všem ještě jednou děkuji za sebe i za ostatní pacienty. Přijměte prosím tento můj projev úcty.

Jana Palicová



Lázně Teplice nad Bečvou

CZP MSK již 10 let s vámi

Den otevřených dveří v Ostravě • Opavská pobočka informuje o projektu „Společně k pracovnímu uplatnění“

Centrum pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje o.s. oslavilo již deset let svého působení! K tomuto výročí se rozhodlo uspořádat **Den otevřených dveří**, aby mohli uživatelé a jejich rodinní příslušníci, veřejnost nebo pracovníci jiných organizací nahlédnout do jeho prostor.

V Ostravě byla pro návštěvníky nachystána prezentace o službách centra, mezi které patří **osobní asistence, sociálně aktivizační služby a odborné sociální poradenství**. Centrum poradí také v oblastech invalidních důchodů, soc. příspěvků nebo kompenzačních pomůcek. Do sociálně aktivizačních služeb patří kurzy na PC a **klub Čaje o páté**, jež spojuje příjemné posezení u kávy či čaje s výrobou šperků, vytvářením ozdob nebo zkoušením různých technik, např. dekupáže. **Osobní asistence** pomáhá osobám se zdravotním postižením a seniorům překonávat jejich nepříznivou situaci přímo u nich doma.

Kromě prezentace našich služeb si návštěvníci mohli vybarvit mandaly, vidět ukázkou výroby šperků a zkusit si různé simulace zrakového postižení. Každý návštěvník dostal malý dáreček.



Moc děkujeme za návštěvu a budeme se těšit na další shledání!

Pracovníci Centra pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje o.s.

Aktivity projektu jsou pro účastníky zdarma

Centrum pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje o.s. realizuje od 1. 6. 2012 nový projekt s názvem „**Společně k pracovnímu uplatnění**“. Projekt je určen osobám se zdravotním postižením, které jsou nezaměstnány déle než 6 měsíců a jeho cílem je zvýšit zaměstnatelnost těchto osob a pomoci jim

získat uplatnění na trhu práce.

Účastník projektu nejdříve prochází základním **Poradenským programem**, který se zaměřuje na sestavení životopisu a motivačního dopisu, orientaci na portálech nabízejících práci, využívání všech možností při hledání práce, nácvik pracovního pohovoru apod. Následně je možné na doporučení sociálního pracovníka zúčastnit se dalších aktivit, které projekt nabízí: **rekvalifikačních kurzů, pracovních-bilančních diagnostik, individuálního psychologického poradenství či podpůrných a motivačních aktivit.**



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.

Projekt je spolufinancován Evropskou unií a státním rozpočtem ČR, aktivity projektu jsou pro účastníky zdarma. Projekt je realizován **na celém území Moravskoslezského kraje (místa realizace detašovaná pracoviště CZP MSK Nový Jičín, Opava, Ostrava, Frýdek-Místek a Bruntál) a poběží do 31. 3. 2014**, bližší informace jsou k dispozici na webových stránkách organizace (www.czp-msk.cz), příp. u manažerky projektu Mgr. Hany Schwarz, Sokolovská 9, 741 01 Nový Jičín, tel.: 556 709 403.

*Za realizační tým projektu
Mgr. Pavla Hennigová*

*Již 10 let
s Vámi*

ParaCENTRUM Fenix na kongresu ESCIF 2012

ESCIF (European Spinal Cord Injury Federation) sdružuje klientské organizace ze 24 evropských zemí, jejichž cílovou skupinou jsou lidé po spinálním traumatu či získaném onemocnění míchy s následnou mobilitou na vozíku. ParaCENTRUM Fenix (PCF) je řádným členem ESCIF od roku 2009 a pravidelně se účastní každoročních kongresů. Letošní se konal ve dnech **23.–25. května v italském centru Girasole („Slunečnice“)** v příjemném pracovním prostředí.

Hlavním tématem kongresu byl **dopad evropské ekonomické krize na život lidí po spinálním traumatu**. Byli jsme vyzváni, abychom připravili dvě přednášky – 20 minut na ústřední téma ve vztahu k České republice a 10 minut o **novém třiletém mezinárodním projektu „Výzev se nebojíme“**, který byl podpořen ze strukturálních fondů EU a jehož realizace začala 1. 7. 2012.

Zásadní přednášku měla první den Maria Giulia Marini. Informovala o výsledcích výzkumu, který realizovali v 10 evropských zemích – Francii, Německu, Irsku, Španělsku, Slovinsku, Itálii, Nizozemsku, UK, Portugalsku a Švýcarsku. Týkal se situace lidí žijících po spinálním traumatu.

Druhý den byly prezentovány zkušenosti zástupců čtyř členských organizací s dopadem krize v jejich zemi – Nizozemska, Španělska, Itálie a za Českou republiku PCF. Odpoledne jsem se seznámil s působením světové organizace Independent Living (Nezávislý život). Následovaly volné diskusní příspěvky zástupců některých zemí.

Poslední kongresový den se týkal vlastní činnosti ESCIF – zprávy o hospodaření, o auditu, o činnosti. Byly např. představeny projekty již realizované v některých členských zemích a projekty, které budou realizovány. Zde byl prezentován mezinárodní projekt **ParaCENTRA Fenix „Výzev se nebojíme“**, jehož partnery jsou organizace lidí po spinálním traumatu z Dánska, Nizozemska, Slovenska a Slovinska. Projekt je zaměřen na zaměstnávání lidí po spinálním traumatu.

Účast ParaCENTRA Fenix byla i letos podpořena z projektu Úřadu vlády.

Podrobné informace o kongresu a přednesených příspěvcích naleznete ve zprávě z kongresu na našem webu www.pcfenix.cz.

*MUDr. Lia Vašíčková,
ParaCENTRUM Fenix*

Je ministerský mariáš „cinknutý“?

Sociální karty s asociálními efekty

Není úkolem politiků stavět se do pozice feudálů, kteří rozhodují o poddaných

„Svojí politikou jste způsobili, že občané ztratili důvěru ve stát a jeho instituce, že se v důsledku toho aktivizují různé extremistické až fašizoidní skupiny a roste kriminalita a hlavně že komunistům rapidně stoupají preference. To je velmi hanebný výsledek vašeho dvouletého vládnutí. To nepadá jen na vaši hlavu, ale i na hlavu premiéra Nečase, prosím vás, vyříd'te mu to.“ Tuto zdrcující kritiku si podle deníku Insider vyslechl ministr Jaromír Drábek od ředitele úřadu práce v Litoměřicích Ivana Vilíma.

Zdáleka však nejde o jediná slova nespokojenosti, která se valí na představitele Ministerstva práce a sociálních věcí ČR (dále MPSV). Po novém informačním systému, na který nebylo vypsáno výběrové řízení a jehož spuštění provázela řada problémů, je trnem v oku mnoha lidí další projekt ministerstva: **sociální karty (sKarty)**. Znamenají zásadní změnu sociálního systému v České republice a kvůli nim jednal se zástupci MPSV i ombudsman Pavel Varvařovský, bohužel, podle jeho vlastních slov, nespokojivě. Veřejný ochránce práv proto informoval o nejproblematičtějších aspektech sKarty Poslaneckou sněmovnou a vyzval zákonodárce, aby zvážili možnost obrátit se na Ústavní soud. Od července probíhá tzv. ověřovací provoz celé systému, na konci srpna už byly sKarty distribuovány do celé ČR.

Ombudsman: Protiprávní aspekty tzv. Karty sociálních systémů (sKarty)

Přes sKarty u České spořitelny chce stát vyplácet sociální dávky a příspěvky. Jedním ze zásadních problémů je však podle veřejného ochránce práv zpoplatnění některých služeb a transakcí na kartě. Lidé budou mít jeden výběr



Ombudsman Pavel Varvařovský



v měsíci zdarma, za další budou platit šest korun. Za výběr u jiných bank si připlatí 40 korun. Zpoplatnění ale vidí ombudsman jako rozpor s právem každého na pomoc v hmotné nouzi. Navíc lidé z menších obcí budou muset k bankomatům dojíždět, což především pro lidi s handicapem bude znamenat problémy. Ovšem sKarta má podle kanceláře ombudsmana i **právní chyby, například je veřejnou listinou, a přesto jsou její náležitosti zakotveny pouze v prováděcím právním předpise.**

Předseda NRZP: Je to velká bariéra, týkající se dvou set tisíc lidí

Na tyto argumenty navazuje Václav Krása, předseda NRZP: „Nám sKarty vadí především proto, že čtyřicet procent příjemců pobírá dávky prostřednictvím poštovních poukázek a oni nebudou schopni – hlavně lidé se zdravotním postižením, ale i senioři – využít této karty k tomu, aby se dostali k penězům. Oni opravdu neumí využívat bankomaty, nedostanou se k nim, protože **každý bankomat je bariérový.** To je samozřejmě špatné. My chceme žít samostatně, snažíme se odstraňovat všechny bariéry, které nám v tom brání, a právě toto je jedna z velkých bariér, která se nyní připravuje. Přitom se to týká až dvou set tisíc lidí.“

Ministr Jaromír Drábek uvádí jako velkou výhodu sKart to, že oproti třem tisícům poštovních úřadů, na nichž je

možné vyzvednout peníze z poukázek, existuje 65 tisíců platebních terminálů (například v obchodech), kde se sKartou dá opeřovat. Ovšem Václav Krása to vidí jinak: „Terminály v obchodech mají pouze velká nákupní střediska a v menších obcích je prakticky nenajdeme. Pan ministr říká, že lidé si budou moci vybírat peníze takzvaným **cash back**, což znamená, že vám přímo na prodejně vyplatí třeba 500 korun. Tento systém však v České republice ještě běžně nefunguje, jen v některých obchodech a pouze na malé částky. Kromě toho, bankomaty



Předseda NRZP Václav Krása



Ministr Jaromír Drábek

umí dávat pouze sudá čísla 200, 400 korun a podobně. Čili **zbytkové částky, například u přídávku na dítě, budou jakoby nedobytné**. Celý systém je podle našeho názoru nedomyšlený a je spíš dělaný za jediným účelem: **aby se ty peníze zhodnotily nějakým způsobem pro někoho jiného...** A pak je tady ještě jeden aspekt. Když stát rozhodne o tom, že někomu přisoudí nějakou pomoc, tak se domnívám, že **je odpovědností státu, aby tu pomoc doručil, a ne aby za tu pomoc klient dále platil**. Jestliže má někdo třeba osmitisícový příspěvek na péči, tak vůbec nerozumím tomu, proč má z tohoto příspěvku nějakému distributorovi platit.“

Abyste toho nebylo málo, sKartou hrozí i zabavení všech dávek při exekuci. Ministerstvo práce a sociálních věcí však uzavřelo gentlemanskou dohodu s Exekutorskou komorou, že sKartové účty nebudou exekutoři zahrnovat do výkonu rozhodnutí. K tomu Václav Krása dodává: „V našem státě nejsou dodržovány zákony. Já nevěřím žádným gentlemanským dohodám, to ať se na mě nikdo nezlíbí. Uvedu příklad – v našem správním řádu je stanovena maximálně tříměsíční lhůta pro vyřízení jakékoliv žádosti o příspěvek na péči, o důchod a tak dále. Průměrná doba správního řízení u nás je ale půl roku až devět měsíců a nikdo se tím nezabývá. Stát porušuje zákon ve velkém měřítku a tady mi bude někdo říkat, že je nějaká gentlemanská dohoda a že má platit? Nezlobte se, ale tomu já opravdu nevěřím.“

Nový systém vyplácení pomoci od státu přes sKarty zajišťuje Česká spořitelna (pozor – navzdory svému názvu patří Rakušanům), která zvítězila v tendru a má smlouvu na 12 let. Ročně by přes ni na dávkách mělo protéci asi 80 miliard korun. Ministr Drábek tvrdí, že díky novince stát za rozesílání peněz ušetří ročně čtvrt

miliardy a také „se zvýší komfort“ příjemců. Sociální kartu dostanou postupně všichni příjemci sociálních dávek s výjimkou důchodů a nemocenské. Na úřadech práce budou karty vystaveny zdarma – případné ztráty pak vyjdou klienty na 240 Kč – a celkem půjde o zhruba 900 tisíc lidí.

Například v Ústeckém kraji rozjeli zkušební provoz sociálních karet od letošního srpna a tamější radní Martin Klika přidává další výhradu: „Za nesmyslné považují vyplácení dávek na účet v České spořitelně těm příjemcům, kteří mají účet u jiné banky a dávku si tam jednorázově převedou okamžitě, příkazem zadaném na kontaktním pracovišti ÚP, nebo prostřednictvím bankomatu. Potom ale vedení účtu u České spořitelny a vydávání sKarty takovému člověku postrádá smysl. Je to jen další zbytečný výdaj.“

Jak je to ve světě

Projekt sociálních karet, podle ministerstva, využívá zkušenosti z již funkčních projektů v zahraničí. Tyto se ale v mnoha ohledech od projektu sKarty liší (viz níže vyjádření NRZP ČR). Projekty pro distribuci sociálních dávek jsou např. v Itálii, Holandsku, Polsku, Španělsku, Rusku a dalších státech Evropy i celého světa. Některé státy úspěšně distribuují prostřednictvím platebních karet i starobní důchody (Pension Card v Itálii) či podporu v nezaměstnanosti (Mississippi Card v USA). Prostřednictvím platebních karet jsou distribuovány i jednorázové podpory v nouzi například při povodních, zemětřešeních apod.

Např. v Itálii byl systém úspěšně zaveden již v roce 2008 pod názvem „Carta Acquisti“. Projekt je ale nastaven tak, že uživatelé nemohou vybírat hotovost, ale mohou kartou platit v sítích obchodů. Svůj aktuální zůstatek zjistí na poště, v bankomatech, na webových stránkách či

v některém ze dvou telefonických center, která byla pro projekt zřízena. Výhodou je, že řada obchodníků poskytuje držitelům daných karet slevy (lékárny, hypermarkety, mobilní operátoři...).

Podle ministerstva je přechod od výplat hotovosti k platebním kartám přirozeným vývojem ekonomického prostředí a Česká republika se jen připojí ke skupině svých předchůdců.

Jak je to s poplatky? ČS nakonec poplatek za cash back ruší, a to pro všechny

Česká spořitelna se zuby nehty brání nařčením, že na své sociální kartě vydělává na příjmech sociálních dávek prostřednictvím nadbytečných poplatků. Minimálně v případě jednoho se jí to však bránilo jen velmi těžko – jednalo se o službu výběru hotovosti na pokladnách u obchodníků, tzv. **cash back**, o které se výše zmínil Václav Krása. Služba je v České republice poskytována cca 7 let – ČSOB a Poštovní spořitelna – postupem času se přidaly další banky. Ze skupiny retailových bank, jejichž sazebníky jsou k dispozici na internetu, službu cash back mohou čerpat zdarma všichni spotřebitelé vyjma části klientů Air Bank (u Malého tarifu) a také až do konce srpna České spořitelny. Za službu museli platit „jen“ klasičtí zákazníci České spořitelny (6 Kč), kteří to dělají dobrovolně – ti se ovšem mohou kdykoliv sbalit a přejít k jiné bance – ale poplatek měli hradit i majitelé sKarty, jimž povinnost využívat služby České spořitelny přikáže stát formou zákona. O poplatku se začalo mluvit, množily se protesty a NRZP ČR podala podnět k antimonopolnímu úřadu na přezkum obchodní veřejné soutěže na provozování Karty soc. systémů (viz závěr textu). A ČS zareagovala: k 1. září poplatek za cash back zrušila! Otázkou je, proč je cash back ve smlouvě mezi ministerstvem práce a soc. věcí a ČS nadstandardní službou, která je zpoplatněna? Vyplývá z toho jednoznačně, že **ministerští úředníci občanům této země zcela bez skrupulí lžou!** Nic na tom nezmění ani ochota ČS k samostatné akci.

NRZP ČR: Nesmyslný projekt

Zástupci rady jsou přesvědčeni o tom, že koncept sKarty je v zásadě z logických důvodů nesmyslný, a nejenže nepřináší žádné zlepšení komfortu pro příjemce dávek, ale je pro ně i dražší. Je potřeba si uvědomit některé souvislosti. Kdyby MPSV ČR mělo opravdový zájem na snížení nákladů při výplatě dávek, což MPSV ČR používá jako hlavní argument, snažilo by se vytvořit takové legislativní prostředí, které by motivovalo občany k zakládání běžných účtů u kterékoliv



banky. Je však nelogické, aby občan, který má například běžný účet u ČS a.s., si musel povinně otevřít u téže banky další účet k zaslání dávků (například příspěvek na mobilitu či příspěvek na péči). Tento další účet však slouží pouze pro tuto dávku. Dosud takovému občano- vi chodí dávky na jeho běžný účet u ČS a.s. a ten s ní dále hospodaří. Je to zcela nelogické a i proti zdravému rozumu.

Na **happeningu**, který proběhl ve čtvrtek 30. srpna 2012 (po uzávěrce tohoto čísla Vozky) přímo před vchodem na MPSV ČR, byla veřejnost seznámena s výzvou předsedovi vlády ČR Petru Nečasovi, aby vláda rozhodla o pozastavení distribuce sKarty.

Hlavními důvody protestu NRZP ČR proti Kartě sociálních systémů jsou:

- Stanovisko ombudsmana, který odmítá propojení veřejné listiny (průkazka ZTP) s platební kartou. Ombudsman vyzval zákonodárce, aby podali ústavní stížnost, neboť tento princip je nepřijatelný.

- Zavedení tohoto systému je ukázkovým příkladem nepřímé diskriminace, tak jak ji charakterizuje zákon č. 189/2009 Sb., tzv. antidiskriminační zákon (obecné ustanovení diskriminuje určitou skupinu občanů k přístupu ke službám).

- Lživé tvrzení České spořitelny a.s. i MPSV ČR, že v zahraničí jsou funkční projekty distribuce dávek prostřednictvím platebních karet (jsou uvedeny státy Itálie, Holandsko, Polsko, Španělsko, Rusko a další). NRZP ČR zadala průzkum užívání platebních karet při distribuci dávek. **Ve všech výše uvedených zemích je tento systém používán pouze u tzv. chudinských dávek, kde hrozí, že tyto dávky nebudou použity k nákupu potravin.** Vždy se však jedná o platební karty. Nikde v těchto zemích neexistuje spojení veřejné listiny (průkaz TP, ZTP

a ZTP/P) a platební karty.

- Většina bankomatů je pro různé osoby nepřístupná jak z hlediska vzdálenosti, tak i bariérovosti. Tudiž je zřejmé, že desítky tisíc lidí si nebudou moci vybrat finanční prostředky. Pokud je budou vybírat z jiných bankomatů než ČS, zaplatí za každou transakci 40 korun.

- Přibližně 40 % seniorů a osob se zdravotním postižením pobírá dávky prostřednictvím poštovních poukázek. Tato služba je poskytována bezplatně. Zavedením Karty sociálních systémů bude každý příjemce muset platit za doručení peněz poštovní poukázkou.

- Všichni držitelé sKarty si budou muset otevřít účet u České spořitelny a.s., který bude určen pouze k transakcím s těmito dávkami (viz výše).

- MPSV ČR neustále uvádí, že držitelé sKaret si budou moci nakupovat jejich prostřednictvím v obchodních řetězcích, prodejnách COOP a podobně. Je to zcela účelová a nepravdivá argumentace. Příspěvek na péči je určen na nákup služeb a nikoliv na nákup potravin, na což jsme přitom MPSV ČR neustále upozorňovali. Poskytovatelé služeb nemají platební terminály a je možno jim platit pouze hotově, anebo převodem z účtu na účet. Avšak jakákoliv jiná transakce z účtu sKarty bude zpoplatněna.

- Zásadním problémem sKarty jako platební karty je skutečnost, že sKarta bude při různých žádostech kopírována jako důkaz toho, že žadatel je držitelem průkazu TP, ZTP a ZTP/P. Řada dávek je tímto kopírováním dokladu podmíněna. Tímto kopírováním však druhá strana bude mít k dispozici identifikační číslo platební karty, což je velmi nebezpečné z důvodu zneužití této karty. Na internetu je možnost se dostat k detailním informacím o této kartě.

- Současný stav, kdy smlouvy o založení speciálního bankovního účtu se uzaví-

rají na pobočkách Úřadu práce – stát tak prostřednictvím Úřadu práce dělá dealera privátnímu subjektu České spořitelně a. s. Domníváme se, že tím došlo k porušení všech principů, které jasně definují úlohu státu a úlohu privátních subjektů.

Podnět k antimonopolnímu úřadu

Na základě podnětu NRZP ČR oznámil Úřadu pro ochranu hospodářské soutěže zahájení správního řízení o přezkoumání úkonů zadavatele – České republiky, Ministerstva práce a sociálních věcí – v obchodní veřejné soutěži „Nejvhodnější návrh na uzavření smlouvy o zajištění administrace výplaty nepojistných dávek a dávek z oblasti státní politiky zaměstnanosti a provozování Karty sociálních systémů“. Znamená to, že úřad tuto věc začal šetřit a vyzval MPSV ČR a Českou spořitelnu a.s., aby předložily příslušnou dokumentaci. Zároveň je vyzval, aby se vyjádřily k podnětu NRZP. Vzhledem k tomu, že probíhá toto šetření a zároveň je v Senátu návrh zákona, který omezuje platební funkci sKarty pouze na dávky hmotné nouze, rozhodl se předseda Václav Krása vyzvat ministra práce a sociálních věcí, aby pozastavil vydávání sKaret.

Připravil: Jiří Muladí, (pp)

Jaké máte zkušenosti s sKartou?

Napište nám o tom do Vozky:

Redakce: Pavel Plohák,
P.Plohak@seznam.cz



My víme, že máte ještě čas, ble, ble. V pekle je ovšem také krize! Proto vás tam potřebujeme, abyste nám ty vaše reformy zavedli co nejdřív, ble, ble.

Milan Linhart

Magda Majo, uživatelka služeb Projektu VÝZVA: Jak jsme slavili desáté narozeniny

Pokračování ze str. 1

Jen o ukázkou baletního vystoupení jsme díky uplakanému počasí přišli. Součástí programu byla také videoprojekce krátkých filmů se společným jmenovatelem VÝZVA a POMOC. Autoři povídek na téma „Kočíci příběhy“ se všem zájemcům o podporu Výzvy ochotně podepisovali. Já s manželem Honzou jsme dělali se zúčastněnými krátké rozhovory na téma „Mé zážitky s Výzvou“. Ptali jsme se uživatelů, rodičů, asistentů i dobrovolníků. O zábavu přitom nebyla nouze, stejně jako o dobré jídlo a pití.

Sešlo se nás tolik, že jsme se málem nevešli do klubovny. Sama za sebe jsem velmi vděčná za to, že jsem byla mezi pozvanými, oslavu jsem si náležitě užila. Cítila jsem, že na své cestě životem nejsem sama, že někam patřím.

Díky Vám všem.

Magda Majo

Milan Svojanovský: Chtěli jsme zavzpomínat, potěšit se a poděkovat

Jednou z aktivit **Centra pro rodinu a sociální péči o. s.**, které působí v ostravsko-opavské diecézi, je **Projekt VÝZVA**, zaměřený na integraci tělesně postižených dětí a mládeže do společnosti. U příležitosti desátého výročí založení tohoto projektu jsme požádali **Milana Svojanovského**, vedoucího středisek Centra, o krátký rozhovor.

• Co bylo mottem této akce a proč?

Když jsme si uvědomili, že Výzva má za sebou už 10 let života, přemýšleli jsme nad tím, jak toto krásné výročí oslavit. Asi první co nás napadlo, bylo udělat přátelské setkání otevřené všem, kdo budou chtít přijít, z řad současných i minulých zaměstnanců, uživatelů, přátel,



Milan Svojanovský



Na „narozeninové párty“ se děti prezentovaly vlastní tvorbou

příznivců, spoluzakladatelů, pomocníků, donátorů a tak dále. Chtěli jsme společně zavzpomínat, poděkovat, potěšit se z dobrého díla a taky poděkovat Bohu, protože nás skrze těžkosti mnohem naučil a spojil mnoho dobrých lidí k vzájemné pomoci, k lásce a přátelství.

• Jak dlouho trvala příprava, kolik lidí se na ní podílelo?

První porada proběhla už v prosinci, ale intenzivní příprava zabrala asi dva poslední měsíce. Jak už to bývá, tempo se zvyšovalo s blížící se akcí. Na přípravě se podílelo 15 lidí, každý svým dílem. Všem patří samozřejmě velký dík.

• Kolik přišlo účastníků?

Přihlášeno bylo téměř 200 lidí a moc mile nás překvapilo, že i přes nepřízeň počasí se dostavili téměř všichni, ba i lidé navíc. Takže přesné číslo neznám. Osobně jsem ale moc vděčný za každého, kdo přišel, obzvláště pak za ty, s nimiž mě pojí vzpomínky na doby začátků. Celková atmosféra i ohlasy byly mimořádně příznivé.

• Můžete happening porovnat s jinými vašimi akcemi?

Centrum pro rodinu a sociální péči organizuje mnoho menších i větších akcí v průběhu celého roku. Zúčastňuje se jich několik desítek tisíc lidí ročně. Ale pro Výzvu, jako jedno ze tří středisek Centra,

tohle byla největší a ojedinělá akce. Ohlasy účastníků, ať už byly zapsány v pamětní knize, nebo zazněly v kuloárech či při zahajovacím programu v klubovně, byly opravdu nadšené.

Text a foto: Jiří Muladi

Centrum pro rodinu a sociální péči o. s., projekt Výzva – kontakt a další informace

■ **Sídlo organizace:** Kostelní nám 1, 728 02 Ostrava 1



I v dešti se hrálo a zpívalo

■ **Kancelář vedení:** středisko Syllabova 19, 703 86 Ostrava-Zábřeh, (areál Ostravské univerzity, býv. areál nemocnice Zábřeh), asistentka, tel.: 552 301 417, mmochova@prorodiny.cz

■ **RODINNÝ PRŮVODCE:** odborné sociální poradenství, půjčovna kompenz. pomůcek, konzultace z oblasti fyzioterapie a jiné aktivity pro osoby se zdravotním postižením do 35 let a jejich rodinu,

mobil: 775 244 297, 774 244 256, tel.: 552 301 406, www.prorodiny.cz

■ **OASA:** osobní asistence u dětí a mladých lidí do 30 let se zdravotním postižením – jejichž situace vyžaduje pomoc jiné osoby – mobil: 775 644 245, 774 244 088, 775 244 249, tel.: 552 301 407, www.prorodiny.cz

■ **RESPIT:** terénní odlehčovací služba pro osoby, které pečují o dítě či mladého

člověka od 1 roku do 30 let se zdravotním postižením – mobil: 774 244 259, 774 244 258, 774 724 428, tel.: 552 301 405, www.prorodiny.cz

■ **BRÁNA:** integrační klub – volnočasové aktivity pro děti a mladé se zdravotním postižením od 7 do 35 let věku: mobil: 774 244 081, 774 244 083, 775 604 266, tel.: 552 301 408, www.prorodiny.cz.

Útlé a silné knížky spisovatelů z Brány

Šárka Němejcová: Děláme je na koleně, ale s láskou

■ **Integrační klub BRÁNA**, který je jednou ze služeb Projektu VÝZVA – součástí Centra pro rodinu a sociální péči o.s. – nabízí aktivity dětem a mladým lidem s tělesným postižením ve věku od 7 do 35 let. Pořádá pro ně pravidelná setkání v klubu, individuální setkání, různé soutěže, výlety, víkendové pobyty, nechybí ani keramický kroužek a sportovní kroužek boccia. Ročně Brána uspořádá více než 90 akcí, kterých se zúčastní na 40 dětí se zdravotním postižením. Vznikly zde dokonce knížky „**Kočičí příběhy**“ a „**Chci ti říct...**“

Šárka Němejcová, koordinátorka integračního klubu o tom říká:

„Na počátku letošního roku jsme vyhlásili pro naše Bráňáky literární soutěž pod názvem ‚Kočičí příběhy‘. Zúčastnění měli vytvořit vlastní příběh či pohádku s kočičí tematikou, kterou mohli doplnit i obrázkem. Napsat příběh ale nebylo zas tak lehké, trochu jsme to ztížili podmínkou, že v příběhu muselo být použito deset předem daných slov. Už před vyhlášením soutěže jsme měli představu, že příspěvky zkompletujeme do celku ‚Kočičí příběhy‘, který pak předáme každému soutěžícímu jako malou odměnu. K na-



Na autogramy autorů knížek byla pěkná tlačenice

šemu údivu se nám však postupně na stůl dostalo jedenáct naprosto jedinečných příběhů. Už po přečtení prvního nám bylo jasné, že vytvořit ‚jen jakousi brožurku‘ by byla opravdu velká škoda. A tak se postupně rodil nápad o vytvoření plnohodnotné knížky, kterou by neobdrželi pouze zúčastnění soutěžící, ale která by byla k mání i pro veřejnost, jako knížka pro radost či na dobrou noc... Knížku tvoříme u nás v Bráně pěkně ručně, ‚na koleně‘, ovšem s láskou.

Všichni naši malí i velcí spisovatelé jsou velmi hrdí na to, že jsou autory ‚opravdové knížky‘. Proto jsme nelenili a pustili se do další literární soutěže s názvem ‚Chci ti říct...‘. Tentokrát autoři žádnou podmínku nedostali, bylo pouze na nich, co si pod těmito třemi slůvky představí a co nám sdělí.

A když nám děti i mladí z Brány začali své příspěvky zasílat, nestačili jsme se divit, kolik je v nich emocí, jaká poselství

obsahují, co autoři napsali o sobě, o druhých, o svých tužbách, trápeních, radostech či zklamáních...“

Vznikla tak druhá knížka spisovatelů z Brány s názvem ‚Chci ti říct...‘, sice drobná, ale neuvěřitelně silná. Obě knížky – pro potěchu i k zamyšlení – je možno koupit přímo v Bráně, a to za cenu 120 Kč. Zakoupením těchto knížek podpoříte akce Brány a zároveň uděláte radost sobě nebo svým blízkým.

Blíže informace na tel. 774 244 083, nebo na snemejcova@prorodiny.cz.

(di)



Jednou z atrakcí bylo i vozítko pro děti

**Píšete povídky ze života
na vozíčku? Pošlete je do Vozky!
Ty zdařilé otiskneme**

**Redakce: Pavel Plohák,
P.Plohak@seznam.cz**

Společnost Mandre Group stále podporuje lidi s handicapem

Potřebujete peníze na komp. pomůcku? Přihlaste se
o ně do konce května 2013

Společnost **Mandre Group**, jeden z největších zaměstnavatelů lidí se zdravotním postižením v ČR, zveřejňuje výsledky **druhého ročníku svého programu na podporu lidí s handicapem**. Finanční příspěvky v letošním roce poputují **třem jednotlivcům a třem organizacím**.

Projekt proběhl už podruhé. O dvacet, deset nebo pět tisíc korun mohli žádat jednotlivci a organizace z celé České republiky. Charakter ani zaměření pomoci přitom nebylo nijak omezené. Klíčovým kritériem pro posuzování jednotlivých žádostí byla nezbytnost financí z hlediska zdravotního stavu a předpokládané sociální dopady a přínosy daru pro konkrétního žadatele.

Vyhlášení třetího ročníku

„Nejžádanější byly příspěvky na pořízení kompenzačních pomůcek, rehabilitačních a ozdravných pobytů a osobní asistence,“ říká Ivor Ševčík z Mandre Group. O finanční podporu se letos ucházely dvě stovky žadatelů. „Zájem o dary byl tak velký, že současně vyhlášíme třetí ročník, do kterého se zájemci mohou se svými žádostmi hlásit už ode dneška,“ doplňuje Ivor Ševčík. **Tyto žádosti se mohou zasílat do konce května 2013.**

Honzík dostal příspěvek na iPad

Hodnotící komise společnosti Mandre v kategorii jednotlivců podpořila devítiletého těžce handicapovaného Honzíka Hladovce z Brna, jehož matka žádala o dvacet tisíc korun na pořízení kompenzační pomůcky, tabletu iPadu. Honzík je postižen nízkofunkčním autismem s těžkou symptomatikou, těžkou mentální retardací, epilepsií, vrozenou encefalopatií s hydrocefálem a hyperkinetickým syndromem. Chlapec nemluví a rozumí jen jednoduchým pokynům, běžným sociálním situacím nerozumí. Nový iPad mu umožní lépe komunikovat vizuálním způsobem a formou piktogramů sdělit, jaká část denního programu bude následovat, nebo co právě chce.

Dále Mandre podpořilo devětatřicetiletého Petra Nováka z Chebu, který žádal deset tisíc korun na zakoupení stomických pomůcek a sedmiletou Gábinku Mikero-

vou z Holice, která vyrůstá v dětském domově se středně těžkou percepční nedoslýchavostí. Gábinka při hře venku ztratila závěsné sluchadlo, bez kterého se v každodenním životě neobejde. Na příspěvek od pojišťovny na nákup nového bude mít nárok až v roce 2014. Gábinka získala finanční příspěvek na nové sluchadlo ve výši pěti tisíc korun.

Finanční podpora organizacím

Středisko **Betlém z Klobouk u Brna** dostalo finanční dar ve výši dvacet tisíc korun na zakoupení elektricky polohovatelného a výškově nastavitelného lůžka pro jednadvacetiletého Michala Pospíšila. Michal trpí DMO s hlubokou mentální retardací v kombinaci s těžkým tělesným postižením. Na lůžku, bohužel stále dětském, tráví téměř veškerý svůj čas. Nové polohovací lůžko mu umožní kvalitní odpočinek a uvolnění bolestivé spastiky na páteři. Zároveň pečovatelskému personálu usnadní polohování a náročnou manipulaci s klientem. Nové lůžko, které si Michal bude moci obsluhovat sám, mu dodá také novou sebedůvěru.

Deset tisíc korun dostala **Charita Javorník z Jesenicka** na rozšíření provozované Půjčovny kompenzačních pomůcek pro staré, nemocné či postižené osoby a lidí po úrazu. Půjčování pomůcek napomáhá zlepšení podmínek pobytu seniora nebo zdravotně postiženého v domácím prostředí při rekonvalescenci nebo domácí léčbě. Díky příspěvku půjčovna rozšíří svou nabídku o nový invalidní vozík, chodítko a klozetové křeslo.

Diakonie církve bratrské v Praze 3 obdržela příspěvek ve výši pěti tisíc korun. Dar bude použit na nové pomůcky pro nevidomé, jako jsou např. pexeso pro uši, hmatové hry, Člověče nezlob se pro nevidomé a další hry a didaktické pomůcky.

Jak podat žádost

Každá žádost musí obsahovat specifikaci, komu má být dar určen – nacionále jednotlivce s kontaktními údaji na něj nebo jeho právního zástupce, v případě organizace název a adresa, kontaktní údaje a přesné vymezení činnosti. Žádost

musí dále zahrnovat informace o tom, k jakému konkrétnímu účelu má finanční příspěvek sloužit a jaká je jeho požadovaná výše. Žádosti je možné zasílat **do konce května 2013** poštou na adresu sídla společnosti **Mandre Group s.r.o., Hvězdová 306/10, 602 00 Brno**, nebo mailem na **info@mandre.cz**. V případě zájmu o další informace mohou uchazeči volat na telefonní číslo **511 111 990**.

(pp)

Felíšek osiřel



Julie Janická z Karviné, která navzdory svalové dystrofii, kvůli níž byla naprosto závislá na péči druhých, neohroženě bojovala za své právo člověka s těžkým tělesným postižením žít naplno, zemřela ve věku 45 let. Její Felíšek, asistenční pes labrador Fellini, společník a pomocník na všech cestách, jehož nade vše milovala a věnovala mu nadstandardní péči, osiřel.

Julka milovala přírodu, kulturní akce a festivaly a přátelila se s řadou tuzemských i zahraničních osobností známých z filmového plátna a pěveckých pódii. Nachlazení, kterému nakonec podlehl, si přivezla paradoxně ze zlínského filmového festivalu.

Budeme na ni vzpomínat jako na nebojácnu ženu, která se rozhodla žít navzdory překážkám a těžkému osudu. S životem se rvala do posledních chvil.

Redakce

Roska Ostrava je stále aktivní

• Světový den RS • Výlet na Lysou horu

Celostátní oslavy Světového dne RS v Ostravě

Dne 30. května proběhly v Sanatoriích Klimkovic **celostátní oslavy Světového dne roztroušené sklerózy**, které pořádala Roska Ostrava ve spolupráci s MS centrem Neurologické kliniky FNO, vedeném MUDr. Olgou Zapletalovou.

Účastníci byli z celé ČR, pozvání přijali i zahraniční zástupci patientských organizací Maďarska a Slovenska. Celkem bylo přítomno okolo **150 účastníků**. Světový den RS byl poprvé vyhlášen Mezinárodní federací RS v roce 2009 a připadá vždy na poslední středu v měsíci květnu. Záštitu nad touto akcí převzal ředitel Krajského úřadu MSK Jaroslav Soural.



Oslavy byly rozděleny na **odbornou část a kulturní**. Odborná část začala v 15

hodin v kinosále, kde účastníci mohli vyslechnout příspěvky dvou našich předních odborníků v ČR na léčbu RS, profesořky Evy Havrdové, vedoucí MS centra Neurologické kliniky 1. LF UK a VFN v Praze, a MUDr. Olgy Zapletalové, která vede MS centrum Neurologické kliniky FNO. Paní doktorka Krupová účastníky seznámila s možnostmi léčby RS v lázních Klimkovic a po krátké přestávce na oběd vystoupili zástupci zahraniční delegace z Maďarska a Slovenska.

Roska Ostrava slaví 25 let činnosti

Na Světovém dni RS připomněla předsedkyně Rosky Ostrava Nad'a Nováková, že regionální organizace Roska Ostrava letos slaví **25 let od svého vzniku**.

Závěrem odborného programu byly zde předány **ceny Unie Roska** za pomoc nemocným roztroušenou sklerózou. V kategorii Zdravotník byl vyhodnocen **MUDr. Pavel Hradílek** z MS centra Neurolog. kliniky FNO, v kategorii Dobrovolník byla cena udělena naší dlouholeté člence **Mírcě Paskonkové** a v kategorii Nemocný s RS byla oceněna předsedkyně Rosky Ostrava **Nad'a Nováková**.

Po ukončení odborné části se všichni přesunuli na kulturní program, který se konal na kolonádě lázní. Vystoupila taneční skupina Hazard s ukázkou country tanců a Klimkovičský pěvecký sbor. Součástí bylo i slavnostní pohoštění. K tanci a poslechu hrála hudba Empty Pipen. Akce se setkala s příznivým ohlasem všech zúčastněných. Celou akci moderoval Lukáš Červenka. Generálním partnerem Světového dne RS byly AquaKlim, s.r.o. (Sanatoria Klimkovic), kterým touto cestou děkujeme za spolupráci.

Poděkování patří taky našim sponzorům z řad firem, obcí i nadací.

Za Rosku Ostrava Nad'a Nováková

Roska na Lysé hoře

Den po celostátních oslavách Světového dne RS se uskutečnil plánovaný „výjezd-výšlap“ na Lysou horu, který zorganizovala Roska Ostrava. I přes nepříznivé počasí vyjel z Ostravy objednaný autobus s plošinou pro vozíčky plně obsazen.

Na parkovišti v Krásné-Papežově vystoupili z autobusu ti odvážlivci, kteří se rozhodli zdolat vrchol pěšky nebo na el. vozících. Výpravu obohatila také pěší skupinka našich „neuro“ lékařů. Já jsem

vyjela, jak jinak, sólo směr vrchol. Lysou horu jsem s mužem vyjela už mnohokrát a vždy za slunečného počasí. Ted' bylo po dešti, vše zahaleno mlhou, všudypřítomná zeleň nádherně voněla – silice různorodých rostlin dávaly zakusit mému čichu úžasné vůně. Směrem k vrcholu jsem nepotkala ani jednoho človíčka. Ticho protkávalo cvrlikání ptáčků.

Kilometr před cílem začalo pršet. Električák zdárně zdolal poslední metry. Můj muž a řidič autobusu nelenili, naložili mě plošinou do busu, kde jsem přesešla na mechaniku a hurá do chaty Kameňáku na teplý čaj a za ostatními. Čekání na pěší skupinku uběhlo velmi rychle v pohodovém a veselém duchu. Po jejich oddechu, nasycení a doplnění tekutin jsme se vypravili ke společnému focení a hurá zpět do údolí každý svým způsobem. Já se dolů nechala svézt busem.

Dva dny poté

Bylo nádherné (vytoužené) slunečné počasí a mně i muže napadlo vyjít ven do přírody. Cílem se opět stal vrchol Lysé hory.

Sluníčko příjemně hrálo, cesta k vrcholu ubíhala příjemně za přítomnosti turistů, cyklistů i rodin s kočárky. Také kolona velorexů sjíždějících z vrcholu měla své kouzlo.

Těsně před vrcholem jsme poprosili náhodného turistu o naše foto.



Následoval velmi příjemný rozhovor, který mi od aktivního člena Klubu českých turistů přinesl nové, zajímavé informace. Nic není náhoda a o tom někdy přišťe.

Božena Šimková

Dáváme šanci dětem s handicapem i jejich rodinám

Nezisková organizace **Podané ruce, o.s.** – **Projekt OsA** dává prostřednictvím sociální služby – **osobní asistence** – šanci dětem s handicapem, začleňovat se do společnosti a prožívat plnohodnotný život s pomocí osobního asistenta.

Co je osobní asistence?

Osobní asistence je jeden z druhů komplexní péče o osoby s postižením poskytovaný terénní formou. Osobní asistent nebo asistentka vykonává pro klienta ty činnosti, které by klient dělal sám, kdyby mu to jeho zdravotní stav umožňoval. Jedná se o děti se zdravotním handicapem bez možnosti samostatného pohybu a bez možnosti samostatně zvládat běžné denní úkony. Jsou tímto izolovány od svých vrstevníků a mají ztížené podmínky docházky do školy. Nejsou schopny samostatného života bez pomoci jiné osoby.

Osobní asistent (dle smlouvy) může dítě doprovázet do běžné školy, může s ním navštěvovat mimoškolní aktivity, jako jsou různé kroužky, návštěvy knihovny, pobyty na hřišti, plavání, rehabilitace. Doprovázející asistent dopomáhá s pohybem v objektu, na toaletě s hygie-

nou nebo s podáním jídla či pití. Motivuje a aktivizuje dětského klienta k dalším činnostem, čímž dochází k odbourávání psychické i fyzické závislosti na rodičích. Handicapovaným dětem rovněž prospívá **canisterapie** (terapie prostřednictvím psa), kterou poskytují Podané ruce, o.s., dobrovolnický.

V každodenní praxi se ukazuje, že tato sociální služba je prospěšná nejen dítěti, ale **pomáhá zmírnit zátěž pro rodiče a rodinu vůbec**. V době, kdy je o dítě ze strany naší organizace postaráno kvalitními a odborně způsobilými pracovníky, mohou jeho rodiče chodit do práce nebo se více věnovat svým dalším potomkům. Osobní asistenti se stávají nejen pomocníky, ale mnohdy i rodinnými přáteli. Jsme rádi, že díky osobní asistenci se daří prožívat hezké a naplněné dětství i těm dětem, které znevýhodňuje jejich tělesné, mentální nebo kombinované postižení.

Územní působnost

Nezástátní nezisková organizace **Podané ruce, o.s.** – **Projekt OsA** realizuje svou činnost v rámci **Moravskoslezského, Zlínského, Olomouckého a Jihomorav-**

ského kraje bez časového omezení až 24 hodin denně 7 dnů v týdnu a mezi klienty patří i handicapovaní dospělí a senioři.

Díky podpoře sponzorů a donátorů z řad měst, obcí, nadací a firem můžeme zachovávat stávající ceny za služby.

Další informace: Podané ruce, o. s. – Projekt OsA, www.podaneruce.eu, tel.: 777 011 059.

*Za Prodané ruce, o.s. – Projekt OsA
Bc. Ivana Mikulcová*



Návštěva ostravské ZOO, terárium s krokodýlem

Chyba lávky

Téměř milion korun z městské poklady si vyžádala rekonstrukce lávky vedoucí přes potok ze vsetínských místní části Ohrady-Hluboké k tamní základní škole.

Vzápětí se však ukázal zásadní nedostatek. Zatímco z tzv. milionářské čtvrti je můstek přístupný bez problémů, **příkré schodiště a nájezd ve směru od základ-**

ní školy jej činí takřka nepoužitelným pro vozičkáře. Na zádrhel upozornil jeden ze vsetínských zastupitelů Vlastislav Antolák. Dvoukolejná ocelová konstrukce, která slouží jako celkem prudký nájezd, je podle něho nevyhovující.

„Člověk na vozičku se sám na lávku nedostane. Stejně je to i v případě, že by mu asistovala žena,“ dodal s tím, že pro-

blém však má řešení. „Stačilo by nájezdovou rampu protáhnout,“ navrhl zastupitel.

Starostka Vsetína Iveta Táborská slíbila, že vedení města se jeho podnětem bude zabývat. Tento případ by ale určitě mohl sloužit jako poučení pro všechny podobné stavby.

(di)



Design vč. barevného řešení lávky je zdařilý



Požadavky na bezbariérové řešení nových staveb se však k projektantovi lávky asi ještě nedonesly...

Když je dobrá vůle na straně zaměstnavatele

Sdružení Rytmus vyhlásilo výsledky soutěže
Stejná šance – Zaměstnavatel roku

Cílem soutěže **Stejná šance – Zaměstnavatel 2012** je podpořit firmy, které zaměstnávají osoby se zdravotním znevýhodněním – poskytnout jim veřejné uznání a prostřednictvím jejich příkladu motivovat ostatní firmy, aby se nebály znevýhodněné zaměstnance přijímat do svých pracovních kolektivů.

Nominovat zaměstnavatele v pátém ročníku soutěže, kterou pořádá **občanské sdružení Rytmus**, mohla široká veřejnost od 15. února do 31. března 2012. Odborné komise pak v květnu v jednotlivých krajích vyhodnocovaly podle předem stanovených kritérií firmy, které dokázaly udělat nejvíce při zaměstnání znevýhodněného člověka. Kritériem byl například typ uzavřeného pracovního právního vztahu, délka pracovního vztahu, typ znevýhodnění zaměstnance v souvislosti se zastávanou pozicí, úprava pracovních podmínek, pracovní doby, ale také účast zaměstnance na neformálních firemních akcích, celkový přístup pracovního kolektivu, vstřícnost vedení firmy apod.

Celkem bylo do pátého ročníku soutěže nominováno 110 firem prostřednictvím 281 nominací. V Libereckém kraji se nejlepším zaměstnavatelem lidí se znevýhodněním stala firma **Emba, spol. s r.o.**, v Pardubickém kraji získalo první příčku **Východočeské divadlo Pardubice**, ve Středočeském kraji zvítězila **Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešov, a.s.**, a v Karlovarském kraji vyhrála firma **Nelan, spol. s r.o.** Z třiceti firem, nominovaných v Praze, se pak vítězem stala společnost **Meibes s.r.o.**

Jiří Sucharda: Mám štěstí na dobré lidi

Firma **Nelan**, která excelovala v Karlovarském kraji, se zabývá výrobou a montáží plastových oken a dveří.

„Zaměstnáváme dva vozičkáře,“ uvedl jednatel společnosti Petr Jelínek. „Jednoho od roku 2000 a druhého, kterého jsme vybrali na základě výběrového řízení, od roku 2009. Do provozovny jsme vybudovali bezbariérový přístup a také v plánované rekonstrukci se počítá s vnitřním uspořádáním tak, aby se kolega mohl bez problémů pohybovat,“ dodal.

Vozičkáře zde nejen zaměstnávají, ale také podporují jejich sportovní aktivity. Konkrétně **Cheb Open**, což je turnaj vozičkářů ve stolním tenisu. Přispívají finančně a pomáhají při jeho přípravě i organizaci.

„Ve firmě **Nelan** působím už tři roky jako administrativní pracovník,“ říká Jiří Sucharda, který je upoután na ortopedický vozík. „Pracuji na poloviční úvazek. Starám se o zákazníky, vypracovávám cenové nabídky, zodpovídám různé dotazy a ještě se starám o firemní webovou stránku. Také se účastním turnaje ve stolním tenise, kterému se kvůli rodině věnuji už jen rekreačně. Když se firma stěhovala do prostor ve Valdštejské ulici, musela se udělat rampa, abych se bez problémů dostal do práce... Když je dobrá vůle na straně zaměstnavatele, tak jde vyřešit vše. Já mám to štěstí, že v naší firmě ta vůle je,“ dodal.

(di)

Zdroj: Martin Rejsek, Deník.cz



Vozičkář Jiří Sucharda pracuje jako administrativní pracovník

Také máte dobré zkušenosti se svým zaměstnavatelem?

**Napište nám o tom!
Do Vašeho Vozky:**

**Redakce: Pavel Plohák,
P.Plohak@seznam.cz
tel.: 595 545 083**

Změnil se jim svět, a přesto se nebojí

**ParaCENTRUM Fenix
rozjelo mezinárodní projekt
na podporu zaměstnávání
osob na vozíku**

Mezinárodního projektu na základě partnerství pěti evropských zemí, který připravilo **ParaCENTRUM Fenix**, se zúčastní **150 osob, které utrpěly úraz páteře a ocitly se na vozíku**. Dne 1. července byl oficiálně zahájen projekt s názvem „**Výzvě se nebojíme**“, který je realizován za podpory Evropských fondů. Téměř 6 mil. Kč, mezinárodní know-how a tři roky práce bude věnováno lidem, kteří utrpěli úraz páteře a ocitli se na vozíku, aby mohli opět pracovat.

Partnerství pěti zemí (ČR, Dánsko, Nizozemsko, Slovinsko a SR) vzniklo díky podpoře Evropského sociálního fondu, Evropské unie a Operačního programu Lidské zdroje a zaměstnanost. Každý z partnerů je specializován na jednu z problémových oblastí v řešení celé problematiky. „Do realizace se svou odbornou nefinanční spoluprací zapojí i Konto **BARIÉRY**,“ dodává Vojtěch Vašíček, předseda sdružení **ParaCENTRUM Fenix**.

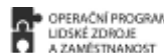
Projekt reaguje na hlavní problémy v zaměstnanosti lidí na vozíku, které spočívají v nedostatku primárních dat, v potřebě inovovat metody řešení různých situací dle již osvědčených, v zahraničí používaných postupů. V projektu vznikne odborná publikace, která na trhu zatím chybí. Mělo by dojít ke zlepšení služeb pro cílovou skupinu a projekt bude zaměřen i na zaměstnavatele, kteří jsou schopni zaměstnávat osoby na vozíku.

Za výstupy odpovídá **ParaCENTRUM Fenix**. Organizace denně sdílí osudy lidí, kterým se během vteřiny doslova změnil celý svět. Sdružení znovu dodává odvahu a pomáhá lidem, kteří utrpěli úraz páteře a ocitli se na vozíku (osoby SCI).

Další informace a kontakt:

- MUDr. Lia Vašíčková – expertka SCI, tel.: 731 177 766, liavasickova@tiscali.cz, Ing. Blanka Marušincová – koordinátorka projektu, arrowB@seznam.cz
- **ParaCENTRUM Fenix**, Netroufalky 3, 625 00 Brno, tel.: 547 210 382, www.pcfenix.cz

Za **ParaCENTRUM Fenix**
Mgr. Ivana Kovaříková, Ph.D.



Bezbariérová knihovna na Závodní ulici v Ostravě-Hrabůvce nabízí své služby vozíčkářům

Parkování na místě, el. výtah, klidné prostředí a individuální přístup

Milí čtenáři Vozky, zvláště Vy všichni, kteří jste upoutáni na ortopedický vozík, přijměte, prosím, tyto mé řádky jako upřímné pozvání do jedné z poboček **Knihovny města Ostravy**, která se nachází v lokalitě **Jubilejní kolonie v Ostravě-Hrabůvce v přízemí budovy na Závodní ulici 47**, a to již od roku 2006.

Jsem si vědoma, že převážná většina z Vás ví, že knihovny jsou kulturními institucemi, které vytvářejí zázemí pro sebevzdělání, nabízejí kvalitní využití volného času, inspirují ke kultivaci zájmů a poskytují rozsáhlé spektrum jinde nedostupných informací. Občas jsou i místem, kam přichází člověk prostě jen proto, že nemá kam jít, s kým si popovídat. Již od dob osvícenství platí moudro, že stánky knih jsou pro nás stejně důležité jako kostel nebo škola. Jsou užitečné podle toho, jak jsou veřejnosti dostupné. Mezi tuto veřejnost patří samozřejmě i osoby na vozíku.

Snadný přístup, rodinné prostředí, on-line katalog

Tato knihovna patří mezi bezbariérové. Vozíčkáři se do ní dostanou elektrickým venkovním výtahem (plošinou), ve zvýšeném přízemí jsou schody. Zvonek je umístěn na zdi u plošiny ve výši vozíku a po zazvonění již vše ostatní zařízení knihovnice. Parkoviště (vyhrazené stání) se nachází dva metry od vchodu do knihovny v zadní části budovy.

Je vybavena moderní počítačovou technikou, kamerovým systémem. Její prostředí je klidné, tzv. rodinné, knihovnice se snaží o individuální přístup ke čtenářům. Mezi regály je počítáno s dostatkem místa pro pohyb osob na vozíku. Nechybí ani speciálně upravené WC.

Kromě půjčování knih a časopisů nabízí i prezenční půjčování her, k přehrávání konzoli PS3, kopírování ze svého fondu, který bývá pravidelně doplňován a aktualizován, veřejný internet zdarma, besedy a knihovnické lekce pro základní a mateřské školy, výtvarné dílny a soutěže pro děti, poznávací vycházky, výstavy. Realizovali jsme i několik besed pro seniory.

Máme on-line katalog Carmen. Je na velmi dostupném místě, vozíčkář k němu může snadno najet. Židli, která u něho je, snadno odsuneme. Knihy z vyšších polic ochotně podáme. Pomáháme tak i starším lidem. Katalogy v papírové podobě byly téměř ve všech pobočkách zrušeny.

Příznávám se Vám upřímně, že nás moc mrzí, že za těch 5 let naše služby nevyužil



Pohled na knihovnu od tramvajové zastávky na Závodní ulici. Vlevo ve dvoře je parking

žádný vozíčkář. Co kdybychom to společně změnili? Přijďte do našeho království knih dozvědět se něco více o moudrosti a chybách lidského ducha, inspirovat se úspěchy a omyly druhých lidí nebo jen tak – podělit se o své radosti a strasti.

Těšíme se na vás!

*Marie Kosková,
vedoucí pobočky*

Kontakt a další informace:

KMO – pobočka Závodní, Závodní 47, 700 30 Ostrava-Hrabůvka, tel.: 599 522 322, 599 522 323, zavodni@kmo.cz, www.kmo.cz.

Půjčovní doba:

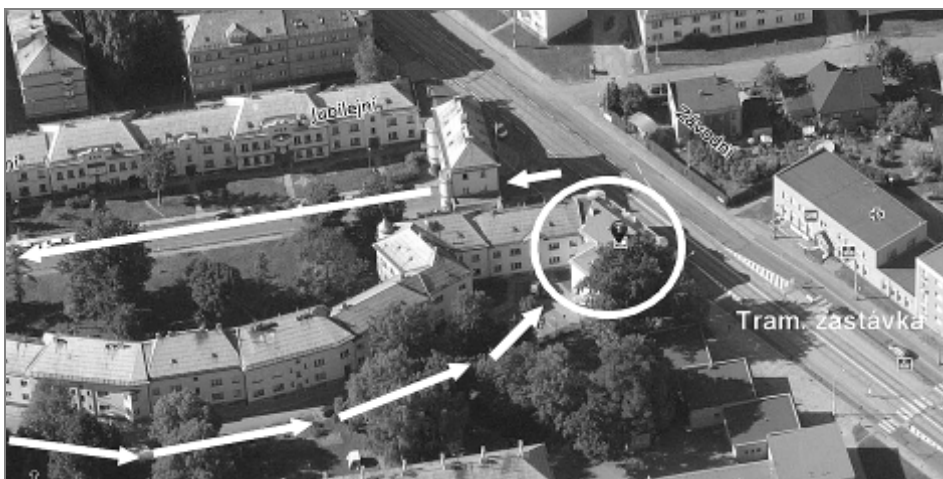
Po a Čt: 12–18 h, Út a Pá 8–11.30 h, 12–16 h.

Spojení:

Tramvaji č. 3, autobusem č. 24, 96 – zastávka Jubilejní kolonie.

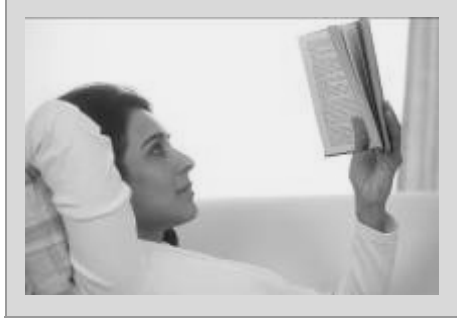
Autem – knihovna stojí sice přímo u hlavní ulice Závodní, na vyhrazené parko-

viště je však nutno zajet zezadu budovy: po Závodní ulici (směr od křižovatky s Rudnou ul., směr stará Hrabůvka), minete vítkovické nádraží po levé straně, kolem hřbitova po levé straně, u cukrárny zahnete doprava, projedete 1. obloukem na Jubilejní ulici, asi po 300 m na první křižovatce (druhý oblouk v popředí) odbočíte doleva na Slezskou ul., vzápětí za prvním domem opět doleva a úzkou cestou (slepá ulice) dojedete ke knihovně na vyhrazené stání pro vozíčkáře.



Příjezdová cesta ze Závodní ulice na parking knihovny

Nové knihy



V jiném rytmu



Peck, M. Scott, 352 str., 359 Kč, Portál.

Kniha se za pomoci konkrétních a vtipných příkladů věnuje mezilidským vztahům a problematice schopnosti žít ve společenství s druhými. Autor se zabývá fázemi, jimiž podle něj musí každá skupina projít, aby se mohla stát společenstvím. Společenství totiž vyžaduje obtížný, ale osvobozující skok od zpochybnění vlastních pravd přes „prázdnost“ až k otevření se možnosti, že pravdu mohou mít také ti druzí, což je nedílně spojeno s prohloubením vlastního náhledu. Kniha je určena pro lidi se zájmem o duchovní otázky, o život v komunitách, o mezilidské vztahy, o osobnostní růst na úrovni jednotlivců i skupin, pro lidi v pomáhajících profesích.

Budovy bez bariér, návrhy a realizace



Irena Šestáková, Pavel Lupač, 128 str., 219 Kč, Grada.

Na první pohled by se mohlo zdát, že bezbariérové prostředí slouží jen vozíčkářům. Nicméně je vhodné pro všechny lidi ve všech situacích a etapách života – pro osoby s kočárkem, starší osoby, lidi po úrazu, dlouhodobě nemocné, osoby se sluchovým a zrakovým postižením. Těm všem je třeba umožnit větší sociální integraci, nezávislý pohyb a způsob života. Proto je publikace vysoce aktuální, neboť reaguje na vyhlášku o obecných technických požadavcích zabezpečujících bezbariérové užívání staveb. Autoři upozorňují na některé její podstatné části a komentují je tak, aby si každý čtenář mohl ujasnit, jak vzniká kvalitní návrh prostředí respektující potřeby osob s omezenou schopností pohybu či osob se smyslovým nebo mentálním handicapem. Citovanou vyhlášku doprovází mnoho názorných obrázků, které pomáhají jednotlivé, ne vždy zcela jasné předpisy pochopit. Kniha je

určena těm, kteří se podílejí na samotném procesu výstavby (architekti, projektanti, stavitelé, pracovníci stavebních úřadů), ale také samotným stavebníkům a uživatelům. Může být využita zároveň k výuce studentů středních a vysokých škol a pomůže též organizacím zastupujícím zájmy osob s handicapem.

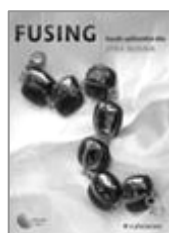
Terapeutické využití kinesio tapu



Jitka Kobrová, Robert Válka, 160 str., 299 Kč, Grada.

Kinesiotaping je v současnosti jednou z nejpoužívanějších metod ve fyzioterapii, rehabilitačním lékařství a samozřejmě i v terapii sportovců. Kromě praktického využití kinesio tapu u konkrétních diagnóz a klinických stavů publikace podrobně popisuje techniky, zejména jejich princip a působení na organismus, historii kine-siotapingu a fyziologii účinku kinesio tapu v závislosti na jeho vlastnostech.

Fusing, kouzlo spěkaného skla



Jitka Dlouhá, 122 str., 299 Kč, Grada.

Kniha pojednává o technice spěkaného skla, kterou si bude moci po přečtení a nastudování základních technických informací vyzkoušet každý sám i v domácích podmínkách. Pomocí této techniky je možné vyrobit si jednoduché pěkné šperky, od samostatných přívěšků až po celé sety, skleněnou podložku pod hrnek nebo různé dekorativní panely do oken či na zeď apod. Všechny postupy jsou podrobně vysvětleny a na postupových fotografiích znázorněny tak, aby je zvládli i naprostí začátečníci. Kniha je určena všem, kteří rádi tvoří něco krásného a originálního.

Cvičení (nejen) pro seniory



Věra Kleplová, 92 str., běžná cena 170 Kč, Poznáni.

Kniha obsahuje škálu cviků, ze kterých si každý může vybrat podle svých možností a schopností. Život má určitá pravidla, počínaje narozením přes rozvoj maximálních schopností až po postupné ubývání sil a změny stáří. Abychom mohli cíleně prodloužit svoji aktivitu, potřebujeme znát to, čím můžeme proces stáří oddálit, čemu se můžeme

vyhnout. Poznáte, že známá hesla „Ve zdravém těle zdravý duch“ a „Se zdravou myslí nejdál dojdeš“ mají svoji platnost.

Zdravý spánek



Chris Idzikowski, 166 str., 299 Kč, Slovart ČR.

Kniha přináší čtenářům spolehlivé a praktické rady odborníka, jak překonat problémy se spaním, včetně nespavosti, nočních můr, chrápání a dětských spánkových potíží. Radí, jak přírodními prostředky dosáhnout hlubšího a důkladnějšího vyspání, zmiňuje meditaci, masáže, bylinky i aromaterapii. Čerpá z čínského učení feng-šuej a navrhuje, jak vytvořit ideální prostředí ke spánku.

Skolióza, jak pomáhá pohyb



Christian Larsen, Karin Rosmann-Reif, 120 str., 318 Kč, Poznáni.

Skolióza, vybočení páteře, se klasicky léčí pomocí statické fyzioterapie a korzetu – což si mnohdy vyžaduje mnoholeté úsilí. Jde to také jinak, s novým terapeutickým konceptem, který předpokládá, že převezme zodpovědnost sami za sebe. Trojrozměrná cvičení Spiraldynamik® působí proti deformitě dynamicky. Činnosti běžného života jsou terapií: chůze, sezení, běhání či plavání – kdykoli je tělo v pohybu, má páteř možnost se dynamicky napřimovat a otáčet. Kniha nabízí množství nápomocných a účinných cviků, abychom mohli cvičit sami – den co den, ať již plně vědomě, anebo bezděčně.

Čeho před smrtí nejvíce litujeme



Bronnie Ware, 320 str., 399 Kč, Portál.

Kniha čerpá z osobní zkušenosti autorky, která několik let působila v paliativní péči. Setkání s lidmi, jimž perspektiva blízké smrti naléhavě otevřela palčivá osobní témata a možná trochu pozapomenuté hodnoty, proměnila i její vlastní život. Příběhy lidí loučících se se životem se prolínají s osobním příběhem autorky.

(bf)

Počet bezbariérových knihoven stále roste!

České dráhy testují modernizovaný bezbariérový vůz pro rychlíky a expresy

České dráhy zahájily testování prototypu **modernizovaného bezbariérového vozu pro dálkovou dopravu**. Cestujícím a vozičkářům nabídne **klimatizované prostory, novou nástupní plošinu, elektrické zásuvky 230 V 50 Hz, nové moderní stolky nebo toaletu s uzavřeným systémem**. Ještě během letošního roku budou první ze sériových vozů zařazeny do pravidelného provozu na linkách z **Prahy přes Brno do Vídně, Bratislavy a Budapešti, z Prahy přes Olomouc do Ostravy, Žiliny a Varšavy nebo z Prahy do Mnichova**.

Modernizované vozy mají rozdělen interiéru do několika částí, ve kterých jsou umístěny čtyři klasické šestimístné oddíly, jeden dvanáctimístný otevřený oddíl, nástupní prostory se zdvižnou plošinou pro nástup vozičkářů, bezbariérově řešené WC, speciální oddíl pro umístění invalidních vozíků a služební oddíl. V jednom z nástupních prostorů jsou umístěny stojany pro 6 jízdních kol.

Moderní vybavení

Vůz je vybaven moderními, textílem potaženými sedačkami. U vybraných míst jsou nově řešené stolky vhodné pro práci nebo stolní hry a elektrické zásuvky 230 V 50 Hz pro napájení drobné elektroniky cestujících, např. mobilní telefony nebo notebooky. Pohodě při cestování hlavně v letních dnech přispívá klimatizace a o průběhu cesty jsou cestující informováni audiovizuálním informačním systémem.

Bezpečnosti cestování přispívají **nové nástupní dveře pro cestující i pro nástup vozičkářů**. Jsou snadno ovládané tlačítky a za jízdy blokovány proti otevření. Podvozky byly rekonstruovány, doplněny o magnetickou kolejnicovou brzdu a vůz je nově vybaven tzv. EP brzdou, která



Modernizované bezbariérové vozy řady Bbdgmee budou postupně nasazovány na všechny typy dálkových spojů počínaje vlaky EuroCity až po běžné vnitrostátní rychlíky

umožňuje vyšší stupeň bezpečnosti při jízdě tunely do délky 5 km.

Letos prvních dvacet vozů. Celkově pak čtyřiašedesát

Objem zakázky zahrnuje modernizaci celkem 64 vozů, která bude ukončena v průběhu roku 2014. První téměř dvacítkou vozů by mohla být v závislosti na úspěšném testování a schválení Drážním úřadem zařazena do provozu již v letošním roce. Celkové náklady na modernizaci dosáhnou 1,5 miliardy Kč (bez DPH). Vozy budou postupně nasazovány na všechny typy dálkových spojů počínaje vlaky **EuroCity přes expresy po běžné vnitrostátní rychlíky**.

Modernizované vozy řady Bbdgmee vznikly rozsáhlou rekonstrukcí vozů řad BDbmsee nebo BDhmsee, které byly vyráběny v letech 1987 a 1988 ve východoněmecké vagónce v Bautzenu a ve své době patřily mezi nejmodernější vagóny v tehdejším „východním bloku“ s maximální rychlostí až 160 km/h. Jednalo se také o jedny z prvních bezbariérových

vozů ve střední a východní Evropě.

České dráhy odstraňují bariéry

České dráhy v posledních letech investují značné prostředky do bezbariérových souprav. Jedná se o **nízkopodlažní regionální vlaky nebo pro vozičkáře jinak upravená vozidla**. V současnosti vlastní České dráhy téměř **500 bezbariérových vozů nebo souprav** a nabízejí **bezbariérové cestování ve více než 3 000 dálkových i regionálních vlacích**.

V letošním roce jsou do provozu uváděny mimo tyto vozy řady Bbdgmee pro dálkové vlaky také **další bezbariérové jednotky typu CityElefant, Regionova, zcela nové soupravy Regio Shuttle** a řídicí vozy lidově označované pro své čelo jako „sysel“. Na podzim je plánované uvedení do provozu také prvních bezbariérových jednotek **RegioShark** a **RegioPanter**.

Mgr. Petr Štáhlavský,
tiskový mluvčí ČD, a.s.
(red)



Nástupní prostor se zdvižnou plošinou pro nástup vozičkářů



Bezbariérově řešené WC

Nová doprava pro lidi s handicapem na Pardubicku a v části Královéhradeckého kraje

Velkoprostorový Renault Master lze využít i na výlety

Česká abilympijská asociace (CAA) přichází s iniciativou na zlepšení dopravy občanů s postižením – nabízí devítimístný velkoprostorový automobil Renault Master s hydraulickou plošinou pro přepravu vozíčkářů.

Automobil bude sloužit pro dopravu do zaměstnání, do školy, k lékaři, na úřady, za kulturou, za sportem nebo i na výlety. Využívat ho budou moci lidé se zdravotním postižením, kteří nevlastní motorové vozidlo nebo ti, kteří nemohou vozidlo sami používat. Je k dispozici i těm, kteří mají upravené vozidlo, ale vinou zdravotního stavu, klimatických podmínek či opravy vozidla nemohou svůj dopravní prostředek využít. Do automobilu se vejdu čtyři vozíčkáři.

Vůz pro všechny držitele průkazů

„Automobil je určen pro všechny držitele průkazu TP, ZTP nebo ZTP/P, přednost mají osoby používající ortopedický vozík, pro občany, kteří se stanou imobilními krátkodobě v důsledku úrazu, choroby či z jiného důvodu a také pro organizace pracující se zdravotně postiženými,“ doplnila ředitelka CAA Ivana Dolečková.



Automobil Renault Master speciální dopravy České abilympijské asociace

Realizaci projektu došlo k rozšíření a zkvalitnění služeb, které organizace pro své klienty nabízí.

Nákup automobilu podpořily částkou přesahující 700 000 Kč tyto společnosti: Auto Pošík, Kurštejn, Nadační fond J a T, HAK velkoobchod, Hovorka Catering, Napa Truck, CETTUS, IpaK, Regul Tech, Vac – Star, Delf CZ Lžičář, Nadace pojišťovny Generali, Merit Bau, Hurt ruční

ovládání a TOP CENTRUM. Automobil je vybaven hydraulickou plošinou, kterou CAA zakoupila díky Nadaci OKD.

Ceník jízdného, objednávky

V pracovních dnech je cena dopravy (1 doprovod pro občana s průkazem ZTP/P zdarma):

- v rámci I. zóny MHD v Pardubicích v době od 6 do 18 hodin – 15 Kč/osobu.
- v rámci I. a II. zóny MHD v Pardubicích v době od 6 do 18 hodin – 20 Kč/osobu.
- v době od 18 do 6 hodin, o víkendech a svátcích – 20 Kč/osobu.

Doprava mimo území Pardubic: akční zaváděcí cena – 12 Kč/km, platí do 31. října 2012. V dalším období je cena stanovena na 15 Kč/km.

Objednávky lze provádět v pracovních dnech mezi 8. a 20. hodinou:

Česká abilympijská asociace, o.s., Sladkovského 2824, 530 02 Pardubice, tel.: 466 052 052, recepce@caacz.cz, www.caacz.cz.

Foto: www.caacz.cz

(pp)



Automobil Renault Master je vybaven hydraulickou zdvižnou plošinou

**Jezdíme
sedm dní v týdnu**

Mapa v Třeboni navazuje na autobusy pro vozíčkáře

Velmi užitečný projekt spatřil světlo světa v Třeboni. Zaměstnanci městského úřadu ve spolupráci s Informačním a kulturním střediskem a zástupci zdravotně a tělesně postižených občanů zde vypracovali **bezbariérovou mapu města**. Náklady na její pořízení nepřesáhly 19 tisíc korun a připravovala se zhruba čtyři měsíce.

Na mapě se podíleli lidé s postižením

Kromě kartografického zaměřování objektů bylo nutné zjistit také bezbariérovost trasy a přilehlých objektů. „Na této části se podíleli i občané se zdravotním handicapem,“ uvedl referent územního plánování Jakub Hulec. „Chodící občan totiž vnímá své okolí zcela odlišně. Například nájezd vyšší než dva centimetry již nespĺňuje normy pro bezbariérový provoz a mapa tento fakt musela pochopitelně také zohledňovat.“

Na mapě Třeboně tak turisté naleznou veškeré trasy vhodné pro vozíčkáře. Zároveň jsou zde vyznačeny budovy s bezbariérovým přístupem, stejně jako místa, kde je přístup pro vozíčkáře obtížný (eventuálně možný jen s pomocí jiné osoby). Mapa obsahuje rovněž výřez historického centra a začíná i končí v nové dominantě lázeňského komplexu Aurora. „Vyhlídkový výtah vyveze každého do výšky 25 metrů, odkud je široký výhled do okolí,“ informovala tisková mluvčí Jitka Bednářová.

Bezbariérové trasy v okolí města, nová dopravní služba

Cílem celého projektu, do kterého jsou zahrnuty i bezbariérové trasy v okolí města, je umožnit bezpečný pohyb jak osobám se sníženou mobilitou, tak i maminkám s kočárky.

V této souvislosti byla rovněž **nově zavedena služba na autobusové lince z Jindřichova Hradce do Třeboně a Českých Budějovic**. V obou směrech **tříkrát denně (v pátek čtyřikrát) zde jezdí speciální spoj s hydraulickou plošinou**. Jedná se o autobusy Intouro značky Mercedes-Benz se speciální plošinou pro obsluhu imobilních občanů: „Investice ve výši zhruba 6,5 milionu korun výrazně usnadní cestování handicapovaným lidem.“

Občané tyto spoje poznají na jízdním řádu podle tradičního piktogramu vozíčkáře.

(di)



Nové spoje, které provozuje ČSAD Jindřichův Hradec, umožňují snadné nastupování a vystupování imobilních cestujících

Foto: archiv ČSAD Jindřichův Hradec

Nebojte se ozvat!



Ke všemu ještě koš! Jako by už tak nebylo pro vozíčkáře dost překážek. Na chodníku u autobusové a poblíž tramvajové zastávky přibyl ještě odpadkový koš. Nějací chytráci si usnadnili práci! Místo toho, aby koš uchytili k samostatnému sloupku, přichytili jej ke sloupu pouličního osvětlení tak, že koš zužuje průjezdný profil pro vozíky. Aby se mu vozíčkář jedoucí po chodníku vyhnul, musí se vrátit zpět přes nástupiště tramvají. To celé projede až na druhý konec. Pak se vrátí do kopce, na autobusovou zastávku, na které před pěti minutami byl! Tato kuriozita byla u zastávky Slánská v Praze 17-Repy. **Po stížnosti byl koš brzy přemístěn.**

Foto poslal Josef Procházka (na snímku)

V Rožnově a Valašském Meziříčí sázejí na bezbariérovost

- Databáze bezbariérových míst • Interaktivní mapa • Do skanzenu kočár pro vozíčkáře?

Databáze míst s bezbariérovým přístupem vzniká v současné době v Rožnově pod Radhoštěm. Tento přehled pochopitelně pomůže především vozíčkářům, seniorům nebo maminkám s kočárky.

Přímo do ulic města se vydaly mapovat schůdná a neschůdná místa dvě desítky studentů Gymnázia Rožnov. Studenti zkoumali přístupnost restaurací, bankomatů, sportovišť a kulturních zařízení, lékáren a míst zajímavých pro turisty. Podnět k tomu dal rožnovský Domov Kamarád. „V našem městě se máme čím chlubit. Ale turisté s omezenou mobilitou nevědí, kde bez obtíží nakoupit, které zajímavé místo navštívit či kam zajít na toaletu,“ zdůvodnil toto úsilí místopředseda sdružení Domov Kamarád Petr Jelínek. Navíc má Rožnov podle něho výhodu, že není historickým sídlem, které by mělo omezení při rekonstrukcích například na bezbariérové vstupy.

Valašské Meziříčí připravuje interaktivní mapu bariér

Ve Valašském Meziříčí se do podobného průzkumu pustili zhruba před rokem. Kontrolou prošly úřady, banky, školy, kulturní, sportovní i zdravotnická zařízení, nádraží, sakrální stavby i obchodní centra. Poté nad výsledky debatovali zástupci města s lidmi z veřejných institucí a společně hledali řešení. „Bariéry se týkají řádově stovek lidí, kteří si nemohou vyřídit své záležitosti nebo se účastnit různých akcí, protože se do bu-



Časem budou mít i vozíčkáři možnost projet se ve speciálním kočáru po kopcovité Dřevěné dědině valašského skanzenu v Rožnově pod Radhoštěm

dov nedostanou,“ zdůraznila Alena Střítežská z odboru regionálního rozvoje a územního plánování.

Radnice nyní připravuje elektronickou interaktivní mapu bariér, která bude fungovat na webových stránkách města. Lidé v ní najdou veřejná zařízení a snadno zjistí, zda a nakolik jsou bezbariérová.

Studenti navrhnu kočár pro vozíčkáře

Přibližně sto padesát tisíc korun věnovali různí dárci na speciální kočár tažený koňmi pro tělesně handicapované. Sbírkou uspořádalo Valašské muzeum v pří-

rodě v Rožnově pod Radhoštěm, aby lidem upoutaným na invalidní vozík byla umožněna plnohodnotná návštěva všech areálů, především pak hůře přístupné Valašské dědiny.

„Dva roky jsme ale nebyli schopni sehnat někoho, kdo by nám podobu kočáru navrhl,“ říká ředitel rožnovského skanzenu Vítězslav Koukal. „Až nyní navazujeme spolupráci s profesorem a akademickým sochařem Pavlem Škarkou z Ústavu prostorového a produktového designu Fakulty multimediálních komunikací (FMK) Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně.“

Prof. Škarka potvrdil, že pro něj i studenty je to velká výzva. „Pro tělesně postižené jsme už pracovali, ale něco podobného jsme ještě nikdy neřešili. Musíme v návrzích mimo jiné respektovat i prostředí, v němž se vůz bude pohybovat. Studenty zapojíme do tvorby designu kočáru formou minisoutěže a první výsledky by mohly být na podzim.“

Přestože se bude vůz s koňským spřežením pohybovat pouze v areálu skanzenu, musí splňovat také podmínky vyplývající z předpisů o silničním provozu. „Musí být navrženy tak, aby pohodlně pojal dva lidi na invalidním vozíku a s každým ještě jednoho člověka jako případný doprovod,“ přiblížil představu muzea jeho technický náměstek Milan Gesierich.

Sbírka na kočár vyhlášená skanzenem skončí v polovině srpna 2013.



Studenti z rožnovského gymnázia mapují bezbariérovost svého města v údolí Beskyd

(di)

Vozkům přehled: Schodolezy pro překonání schodišť a terénních stupňů

Vozka v tomto čísle představuje nabídku tří firem z oblasti důležitých kompenzačních pomůcek pro osoby na ortopedickém vozíku – schodolezů.

Pro uživatele ortopedických vozíků je největším problémem zdolávání schodů rodinných a bytových domů. Schodolez je jednoduché bateriově poháněné zařízení (pásově či kolečkové) s jehož pomocí a jednou doprovodnou osobou vozíčkář snadno zdolá všechna schodiště a terénní stupně. Schodolez je možné používat jak v interiéru tak i exteriéru.

Schodolezy se dají složit a vozit v kufříku auta, některé vozíky jsou už schodolezem vybavené trvale. Motor na baterii umožňuje vyvézt po schodech tělesně postiženou osobu i nepřilíhajícímu asistentovi. Některé schodolezy se používají na transport těžkých předmětů (např. skříní) v domech, kde není výtah.

Připomínáme, že schodolezy patří mezi finančně poměrně náročné kompenzační pomůcky a nehradí je zdravotní pojišťovna, ale úřad práce. Od 1. 1. 2012 upravuje příspěvky pro zdravotně postižené osoby zákon č. 329/2011 Sb., o poskytování dávek osobám zdrav. postiženým. Nově existují 2 typy příspěvků – příspěvek na mobilitu a příspěvek na zvláštní pomůcku. Příspěvek je vždy poskytován max. do výše 350 000 Kč, úřad práce hradí pouze 90 % z ceny pomůcky, pokud finanční situace osoby neumožňuje spoluúčast 10 % z ceny, může úřad snížit spoluúčast na min. částku 1 000 Kč. U všech tří firem vás budou informovat o této možnosti a doporučí konkrétní postup.

ALLMEDICA s.r.o.



Společnost ALLMEDICA s.r.o. je přímým dovozcem pásových a kolečkových schodolezů s garancí záručního i pozáručního servisu. Samozřejmostí je předvedení schodolezu u klienta nezávazně a zdarma, klient si může zařízení vypůjčit. Tým pracovníků byl proškolen přímo u výrobců schodolezů. ALLMEDICA prodává i repasovaná zařízení. Ke

všem schodolezům nabízí firma i doplňková zařízení – přídatné baterie, nabíječky, cestovní nabíječky do auta nebo podpěrky hlavy.

■ Kolečkové schodolezy

- **Liftkar PT Outdoor** – vhodný pro všechny typy schodišť včetně točitých či atypických. Tento schodolez je určen pro přepravu osob bez vozíku. Je vybaven pohodlným sedátkem s opěrkami, hodí se nejen pro jízdu na schodech, ale také pro použití venku. Je dodáván ve dvou modelech – **Outdoor 120** s nosností do 120 kg a **Outdoor 150** s nosností do 150 kg.

Technické údaje: celková váha 34 kg, šířka sedátka 505 mm, hloubka sedátka 675 mm, min. prostor k vytočení 80 × 90 cm.

Cena: Outdoor 120–114 000 Kč, Outdoor 150–16 280 Kč.



- **Liftkar PT Uni** – lze použít na všech schodištích včetně točitých či atypických. Vhodný pro všechny typy mechanických invalidních vozíků. Není třeba odpojovat kola vozíku, stačí jen najet na plošiny. Tento schodolez je dodáván ve dvou modelech – **UNI 130** s nosností do 130 kg včetně vozíku a **UNI 160** s nosností do 160 kg. Celková váha je 27,6 kg, šířka spodní platformy 760 mm, min. prostor k vytočení 110 × 90 cm.

Cena: UNI 130 – 114 000 Kč, UNI 160 – 116 280 Kč.



- **Liftkar PT Plus** – tento schodolez je dodáván s vlastním vozíkem, který je vybaven dvěma adaptéry pro připojení ke schodolezu. Na rovině jej lze používat jako normální invalidní vozík, a to s připojeným schodolezem nebo bez něho. Nosnost je 115 kg, celková váha 23,5 kg, váha křesla 18 kg, šířka bez vozíku 385 mm, šířka s vozíkem 432 mm, min. prostor k vytočení 90 × 90 cm.

Cena: 119 780 Kč.



■ Pásově schodolezy

- **Jolly Standard** – je určen pro vozíky mechanické. Vzhledem ke svým rozměrům jej lze použít na většinu druhů vozíků.

ků, včetně těch, které mají ve spodní části tzv. kovový podpůrný kříž, jenž brání použití jiných druhů schodolezů. Je rozložitelný na 2 části – podvozek a kormidlo. Dvě polohy klíčků umožňují posun podvozku bez kormidla v rozloženém stavu, např. při nájezdu do auta, při zasunutí pod postel apod. Celková váha je 52 kg, nosnost do 130 kg, u zesílené verze do 150 kg včetně vozíku, dojezd 50 pater na jedno nabití, min. prostor k vytočení 98 × 98 cm.

Cena: standard – 114 000 Kč, zesílený – 119 780 Kč.



• **Jolly Miniramp** – jediný typ schodolezu, s jehož pomocí lze překonávat schodiště také na elektrickém vozíku. Schodolez je vybaven bezpečnostním pásem, který znemožní vozíku jakýkoliv nežádoucí pohyb na schodolezu. Je rozložitelný na 3 části: podvozek, kormidlo a rampu. Celková váha je 70 kg, nosnost do 150 kg včetně vozíku, dojezd 30 pater na jedno nabití, min. prostor k vytočení 105 × 105 cm.

Cena: 119 780 Kč.



Kontakt: ALLMEDICA s.r.o., Tačovské nám. 5, 130 00 Praha 3, provozna: Tehov 42, 251 01 Říčany u Prahy, pobočka: Nádražní 86, 702 00 Ostrava, tel.: 323 607 383, 608 847 949, bezplatná linka: 800 100 822, info@allmedica.eu, www.schodolez.com.

HORIZONT-NARE s.r.o.



• **Pásový schodolez CLIMBER 1** – schodolez je určen pro přepravu osob po schodišti na mechanickém vozíku, pro děti se ZTP v kočárku a špatně chodící osoby. Baterie včetně nabíječky je standardní výbavou. Toto zařízení se vyznačuje velmi tichým chodem. Jeho praktickou výhodou je možnost přepravy osobním autem a použití na dalších místech. Vše je konstruováno s ohledem na snadné a jednoduché ovládání, dobrou stabilitu a bezpečný provoz. Tento schodolez je jediný, který se vyrábí v České republice.



Nosnost je 130 kg, verze XXL až 150 kg, rozměry 960 × 310 × 175 mm (d × š × v), 30 minut nepřetržitého provozu při 85 kg zatížení. Alternativou může být model se zabudovanou sedačkou, lze rovněž upravit pro atypické vozíky a kočárky.

Schodolez lze získat na základě podané žádosti na Úřadu práce ČR, příp. je možný pronájem na dobu určitou.

Cena: 110 000 Kč.

Kontakt: HORIZONT-NARE s.r.o., Vodní 342/5, 737 01 Český Těšín, pobočka: Široká 3, 736 01 Havířov-Město, tel.: bezpl. linka 800 101 073, 596 891 012, 604 687 730, horizont-nare@horizont-nare.com, www.horizont-nare.com.

SOLIFT, s.r.o.



■ **Pásový schodolez ANTANO**

Všechny Schodolezy Antano (pásové i kolečkové) jsou vyrobeny s italským designem a vysokou kvalitou. Jsou řešeny s ohledem na funkčnost, manipulaci, ovládání, skladnost, manévrovatelnost, přenositelnost a další vlastnosti a požadavky vždy s ohledem na klienty. Jsou určeny pro překonávání bariér v interiéru a exteriéru.

Schodolezy Antano lze pořídit už od 108 000 Kč.

• **Pásový schodolez LG2004** – standardní schodolez, který se díky gumovému pásu lehce pohybuje a po naklonění na zadní kolečka se s tímto schodolezem dá i zatočit. Schodolez je rozložitelný a převozný. Tento schodolez je primárně určen pro rovná schodiště, rovné dráhy.



• **Pásový schodolez LG2004 verze S** – vylepšená verze standardního schodolezu, který se díky gumovému pásu lehce pohybuje a díky elektronicky vysouvacím

otočným kolečkům se otáčí kolem dokola o 360°, což ušetří práci a námahu ošetřujícímu personálu. Schodolez je rozložitelný a převozný. Tento schodolez je primárně určen **pro rovná nebo členitá schodiště s podestou nebo bez ní.**



- **Pásový schodolez LG2004 verze L** – nejdokonalejší verze schodolezu se schopností vysouvacích koleček a s možností lepší skladnosti a převoznosti. Schodolez je rozložitelný, převozný a je primárně určen **pro rovná nebo členitá schodiště s podestou nebo bez ní.**

■ **Kolečkový schodolez**

- **Kolečkový schodolez LG 1010** – malý kompaktní schodolez **osazený sedačkou** pro přesun klientů. Tento schodolez je určen **pro přepravu osob bez vozíku** a díky svojí velmi nízké hmotnosti je jedním z nejlépe manévrovatelných schodolezů na trhu.



Kontakt: SOLIFT, s.r.o., Rudé armády 47, 683 01 Rousínov, info@solift.cz, www.solift.cz, bezplatná infolinka: 800 888 783.

(pp), (dz)

Pozvánka



ŽIVOT BEZ BARIÉR

12. – 14. října 2012 Výstaviště Černá louka Ostrava

**1. ročník výstavy
pro handicapované i seniory**

V různých životních situacích vznikají nové potřeby a požadavky, které musíme uspokojit, abychom žili život plnohodnotně. Jsou to tzv. „životní výzvy“ – máme vážné zdravotní problémy, narodí se nám dítě s postižením, utrpíme úraz a staneme se nepohyblivými, trpíme nesamostatností ve stáří. Tyto momenty výrazně ovlivňují nejen život jedince, ale i celé rodiny a blízkého okolí. Bez pomoci různých pomůcek, přístrojů, úprav bydlení, změn stravování a životního stylu, pečovatelských a zdravotnických služeb, popř. speciálních produktů cestovního ruchu apod. se prostě neobejdeme.

Dnes je také třeba, více než kdy jindy, podporovat zdravé stárnutí. Zdravé stárnutí umožňuje být déle fyzicky i sociálně aktivní, přispívá ke větší nezávislosti a zlepšuje kvalitu života seniorů. Vzhledem ke stále rostoucímu podílu starších lidí v Evropě řeší tuto problematiku i Evropská unie. Svou iniciativou usiluje o zlepšení zdraví i aktivity starších lidí. I proto vyhlásila rok 2012 „Evropským rokem aktivního stáří a mezinárodní solidarity“.

Ve dnech **12.–14. října 2012** se na **Výstavišti Černá louka v Ostravě** koná první ročník výstavy zaměřené na potřeby lidí s handicapem a seniorů – **Život bez bariér**. Cílem výstavy je pomoci radou, příkladem, zkušeností k plnohodnotnému životu lidem s různými druhy postižení a to od těch nejmladších až po seniory.

Výstava Život bez bariér spolu s výstavou Dům a byt a Kreativ

Výstava **Život bez bariér** bude otevřena v pátek a sobotu od 10 do 18, v neděli pak od 10 do 16 h. Je součástí oblíbené výstavy **Dům a byt**. Na výstavě **Dům a byt** budou prezentovány novinky a trendové výrobky z oblasti stavebnictví, vybavení interiérů a exteriérů. Letošní novinkou jsou témata Komíny a Elektrotechnika. Současně bude probíhat ještě výstava **Kreativ**, která je určená nejen těm, kdo rádi tvoří (např. bižuterii, keramiku, oblečení doplňky apod.).

Kontakt a další informace:

Výstaviště Černá louka, 728 26 Ostrava 1, sekretariat.ovas@cerna-louka.cz, www.cerna-louka.cz.

Tým Ostravských výstav, a.s.

Jaké máte zkušenosti s bariérami ve svém životě? Napište nám o tom do Vozky!

**Redakce: Pavel Plohák,
P.Plohak@seznam.cz
tel.: 595 545 083**



Chodítka Next Walk i pro lidi s minimem hybnosti

Společnost **HPR meditoools s.r.o.** je nová společnost, která byla založena v dubnu letošního roku. Jejím hlavním posláním je pomáhat nemocným s jejich léčbou a zároveň ulehčovat práci zdravotnickému personálu.

Vše to začalo před více jak čtyřmi lety s prvními krůčky v dětském chodítku syna jednoho ze spolumajitelů a jednatele společnosti **Petra Hampla**. Se svými zkušenostmi z Psychiatrické léčebny v Dobřanech z geriatrického oddělení, oddělení pro akutně neklidné pacienty a z interního oddělení, kde pracuje již od roku 1998, přemýšlel o tom, jak by takové chodítka mohlo pomáhat dospělým a převážně seniorům, kteří byli upoutáni na lůžko, ale rádi by zkusili chodit sami. Výsledkem tohoto přemýšlení je **rehabilitační chodítka Next Walk**.

Stabilita a závěsný systém

Toto rehabilitační chodítka nese označení Český výrobek a jeho jedinečnost spočívá v závěsném systému a celkové stabilitě chodítka. Díky těmto vlastnostem lze chodítka využít i u pacientů, u kterých se vyskytují **pouze zbytky hybnosti**. Chodítka slouží k **včasné vertikalizaci pacienta a následné chůzi, umožňují a usnadňují pohybovou funkci právě díky již zmíněnému závěsnému systému**.



mu. Chodítka je opatřeno **brzdícím systémem s možností trvalého zabrzdění** a samozřejmě i **možností nastavení vhodné výšky vozíku** tak, aby se pacient cítil co nejpříjemněji.

Chodítka najde uplatnění především při kompenzaci špatné motoriky, obtížné koordinaci pohybu a jiných lokomočních deficitů. Podporuje sebevědomí pacienta, čímž zmenšuje závislost na pomoci druhé osoby. **Do ustrojení lze pacienta uložit jak z lůžka, tak i z invalidního vozíku.** Pacient ani personál nejsou stresováni strachem z případného pádu, tedy ani klient, fyzioterapeut a ošetřující osoba nejsou ohroženi na zdraví. Chodítka lze využít v oborech jako jsou neurologie, ortopedie či geriatric, je vhodnou pomůckou pro oporu a odlehčení dolních končetin při chůzi, při rehabilitaci chůze a pro léčbu poúrazových a pooperačních stavů s následnou rehabilitací pacienta.

Zkušenosti s ním jsou skvělé

Chodítka bylo testováno Strojírenským zkušebním ústavem v Brně, v praktickém prostředí pak v soukromém Rehabilitačním zařízení Marie Frouzové a Marie Rezkové v Plzni.

Naším prvním pacientem byl pan J. S. z Dobřan, který se půl roku léčil z následků mozkové mrtvice a kdy byl po tuto dobu upoután na lůžko. Po několika rehabilitacích byl již schopen se sám postavit v chodítku na vlastní nohy. Jeho rodina



k tomu říká: „Chodítka je naším výborným pomocníkem, hlavně při chůzi otce, ale i tehdy, když se chce pouze postavit, aby celý den neležel nebo neseděl. Je výtečnou a hlavně bezpečnou oporou ve stoji. Otec si to pochvaluje, krásně si protáhne tělo a je mu lépe. S chodítkem máme vynikající zkušenosti.“

Na základě prostudované dokumentace a známé úrovně kvality zdravotnických prostředků v tomto oboru lze konstatovat, že **výrobek je vhodný jak pro klinické používání, tak pro používání vyškolenými osobami, jako jsou rehabilitační sestry a zdravotnický personál v České republice.**

*Petr Hampl, HPR meditoools s.r.o.,
(pp)*

Další informace a kontaktní údaje:

HPR meditoools s.r.o., Dlouhá 204,
Chlumčany 334 42, tel.: 736 520 264,
kontakt@hprmeditoools.com,
petr.hampl@hprmeditoools.com,
www.hprmeditoools.cz.



Plné (nenafukovací) pláště pro vozíky

• Nabídka firmy DELFI • Výhody a nevýhody • Velikosti, cena • Objednávky, e-shop

Zajímavou alternativou k nafukovacím kolům jak vozíků mechanických tak elektrických existují **pláště plné** (de facto kroužky) **bez duše a bez rizika píchnutí na cestě**. Jde o tři varianty:

- **Pláště PUR**, což jsou kroužky odlité celé z jednoho materiálu (PUR = polyuretanu),
- **pláště vypěněné**, což jsou pláště vyplněné vypěňovací hmotou (vypěňují se skrze ventilek),
- **pláště s insertem**, což jsou tradiční pláště, do kterých se vloží insert (také jde o kroužek).

Všechny tyto varianty mají své výhody i nevýhody. U nás tyto pláště dodává **česká firma Delfi**, která je hlavním a solidním dodavatelem „obutí“ pro vozíky. Většina prodejců vozíků bere obutí od nich, jinak berou také výrobky z Číny, které údajně mají velmi špatné vlastnosti, ale lepší cenu...

Výhody a nevýhody

■ Společnou výhodou používání **pláštů vypěněných, pláštů s insertem a pláštů**

PUR patří jednoznačně nemožnost píchnutí.

■ **Pláště s insertem** mají stejnou adhezi jako standardní foukané pláště, ale je na nich méně komfortní jízda. Jsou téměř o 100 % dražší než standardní foukané pláště. Jejich nevýhodou je taky podstatně vyšší hmotnost.

■ **Vypěněné a pláště s insertem jsou vhodné k použití na přední i zadní kola elektrických vozíků a na přední kola mechanických vozíků** (tady ovšem dojde k navýšení hmotnosti vozíku). Tyto pláště mohou být montovány na jakékoliv disky – pouze pokud jde o insert – vždy musí jít o dělený ráfek. **Na zimu a léto jsou podstatně vhodnější pláště s insertem.**

■ **Pláště PUR** mají podstatně horší adhezi než pláště foukané, jsou ovšem levnější než pláště s insertem. Jízdní vlastnosti jsou ještě o něco horší než u pláštů s insertem.

■ **Pláště PUR nejsou vhodné na vnitřní použití** – především na koberecích (časem ho mohou zničit).

■ Plášť s insertem či vypěněný je cca

o 30–40 % těžší než plášť PUR.

■ **Vypěněné pláště a inserty mají delší životnost než pláště PUR.** Jejich montáž (u malých průměrů pokud je dělený disk) zvládne zručný laik.

Velikosti a orientační ceny

Velikosti a další informace ohledně výše uvedených pláštů jsou aktuálně na **e-shopu** firmy na <http://www.delfi-plaste.com>, kde se zboží i objednává. V současnosti probíhá úprava cen jednotlivých typů pláštů, proto neuvádíme aktuální sortiment a příslušné ceny.

Kontakt: DELFI REHAB spol. s r.o., Dolní Štěpanice 104, 514 01 Jilemnice, tel.: 481 363 989, 737 262 162, e-mail: vladimir.valenta@delfi.cz, www.delfi-rehab.cz.

(dz), (pp)



PORADENSTVÍ - PROJEKCE - VÝROBA - INSTALACE - SERVIS

HORIZONT - NARE s. r. o.

Šroká 3, 736 01 Havířov - Město

telefon: +420 596 891 012

mobíl: +420 604 687 730

e-mail: horizont-nare@horizont-nare.com

www.horizont-nare.com



Šikmé a vertikální plošiny
Schodišťové sedačky a schodolezy
Stropní a nástěnné zdvihací systémy
Bázenové zvedáky
Sanitární vybavení



volejte zdarma: 800 10 10 73



Poděkování vozičkářům-instruktorům

Lékařská fakulta Ostravské univerzity vzdělává budoucí fyzioterapeuty a ergoterapeuty. Poslední rok bakalářského studia již tradičně vyučují formou **dvoudenního kurzu STEPS** obě skupiny studentů o **principech správného sezení ve vozíku**.

Hovoříme o medicíně, tedy o tom, jak se naše tělo chová v různých situacích s důrazem na sed ve vozíku, co všechno musím o pacientovi-klientovi vědět, když mu chci navrhnout správné sezení do vozíku, samozřejmě včetně kompletního klinického vyšetření. Ukazujeme si, co všechno a jak vyšetřujeme. Vysvětlujeme jim, z čeho všeho se vozík skládá, nebo jaké jsou principy sedacích polštářů. Studenti se učí převádět řeč medicíny do řeči technické. Je třeba, aby uměli na základě rozhovoru s pacientem-klientem a po jeho vyšetření navrhnout správný sed (zohlednit potřebu stability, místa, kde je třeba pánev a tělo opřít, zhodnotit riziko dekubitů, zhodnotit potřebnost úhlů a orientace sedu v prostoru a řadu dalších věcí). To vše proto, aby kvalifikovaně a kvalitně pomohli s výběrem správného vozíku bez ohledu na věk a diagnózu pacienta-klienta, která k usednutí do vozíku vedla. Aby uměli designovat sed a následně ve spolupráci s technikem firmy vytestovat pro uživatele to nejlepší řešení a také vozík, do kterého je možné navržené sezení umístit (který dovoluje nastavit potřebné míry i úhly).

Neocenitelná pomoc

Kurz vždy probíhá ve dvou dnech a první dva dny je pro fyzioterapeuty a další dva dny absolvují to samé ergoterapeuti. Jedna věc je teorie a úplně jiná věc je praxe. Proto má kurz i část praktickou, kde mohou studenti získané zkušenosti ověřit prakticky



Studenti se svými modely – vozičkáři (zleva) Daliborem, Vráťou, Adamem a Tomášem

s klientem-modelem s mobilitou na vozíku. I letos jsem se obracela na své přátele z řad vozičkářů, zda by byli ochotni se stát studentům modelem. Studenti jsou vždy rozděleni do skupin podle počtu klientů-modelů. Není to vůbec jednoduché hovořit před cizími lidmi, i když budoucími profesionály v oboru, o tom, jak se kdo na vozík dostal, zda mají nějaké zdravotní komplikace, o bezbariérovém bydlení, o práci a řadě dalších věcí. A potom se nechat na lehátku vyšetřit svojí skupinou studentů, která diskutuje a hledá a popisuje klinický stav svého modelu. A následně vždy jedna skupina seznamuje ostatní studenty s tím, co kliniky našli, jak by sezení pro toho konkrétního svého člověka řešili.

Letos se stali klienty-modely v kurzu prvním **Magda Majo** a **Martin Žák**, ve

druhém pak **Vratislav Hudeček**, **Dalibor Žurek**, **Tomáš Milich** a **Adam Kožuch**.

Pro studenty bylo tato praktická část velkým přínosem, protože měli možnost spolu vzájemně hovořit, klienti na vozíku jim předávali svoje zkušenosti, co na vozíku vyhovuje, co by naopak již řešili jinak, jak řešili některé problémy v minulosti...

Tím, že byli ochotni „jít se svojí kůží na trh“ a prakticky se zapojit do vzdělávání studentů, pomohli nejen studentům, ale hlavně všem, kteří se na vozík „dostanou“ a které tito studenti budou vyšetřovat a pomáhat jim vybrat nový vozík. Patří jim za to veliký dík, nejen můj jako učitele a studentů, ale i těch neznámých, kteří budou vozík potřebovat v budoucnu.

MUDr. Lia Vašíčková



Studentky s panem Martinem



Studenti s paní Magdou

Jak na spasticitu

Baclofenová pumpa umožňuje vést plnohodnotnější život

Spasticita výrazně zhoršuje kvalitu života. Celosvětově jí trpí asi 12 milionů lidí. Jde o stav **zvýšeného svalového napětí, tedy odpor pociťovaný při pasivním natahování svalu** (čím rychleji sval natahujeme, tím se sval stává ztuhlejší). Nejčastější příčinou spasticity je úrazové poškození míchy, roztroušená skleróza, cévní mozková příhoda, úrazové poranění mozku a u dětí dětská mozková obrna. Spasticita může být zdrojem silných bolestí a může negativně ovlivňovat všechny denní aktivity pacienta. V některých případech však poskytuje i „výhodu“ (tzv. funkční spasticita), a to třeba při držení hrnku, nebo jako opora při chůzi. Obvykle ale rozvoj spasticity výrazně zhoršuje celkovou kvalitu života, neboť narušuje hybnost, sebeobsahu, a může vést k proleženinám – navíc zatěžuje pečovatele, nejčastěji nejbližší rodinu pacienta.

Spasticitu lze léčit farmakologicky (podáváním léků uvolňujících svaly), fyzikální terapií, botulotoxinem a tzv. neuromodulační léčbou (aplikace léčiv do míšního moku).

Botulotoxin

Jde o látku, kterou v přírodě produkuje bakterie *Clostridium botulinum*. Bylo zjištěno, že kmeny těchto bakterií produkují sedm typů **neurotoxinů**, které se označují jako typy A až G. Tato bakterie je spojována se vznikem botulizmu, vzácné formy otravy jídlem. **Rafinovaný botulotoxin** se ale v nepatrných kontrolovaných dávkách používá k **uvolnění nadměrného svalového napětí**. V lékařství se úspěšně používá už více než 15 let. Botulotoxin působí na nervy v místech jejich svalových napojení. Z nervových zakončení se v těchto místech objevuje chemický „poslíček“, acetylcholin, který způsobuje smrštění svalu, a botulotoxin A tomu zabraňuje. Pomáhá tak částečně zmiřňovat nadměrné svalové kontrakce a uvolňuje svalové napětí.

Botulotoxinovou injekci aplikuje proškolený lékař přímo do postižených svalů. Četnost injekcí se liší v závislosti na svalovém napětí. **Účinky botulotoxinové kúry se projevují postupně během čtyř až sedmi dnů, někdy i později.** Přetrvávají až 16 týdnů a vedou k povolení svalu, většinou na tři až čtyři měsíce.

Jako u všech léků i zde se mohou objevit vedlejší účinky. **Může dojít k nežá-**

doucímu či přílišnému povolení svalů. U některých pacientů se mohou vyskytnout potíže s polykáním, změna hlasu, sucho v ústech, povislá či oteklá oční víčka, zdvojené vidění, vysychání očí či slzení. Jindy se mohou objevit příznaky podobné chřipce nebo bolest a zhmždění v místě vpichu injekce. Tyto účinky jsou však obvykle jen mírné a poměrně rychle ustupují.

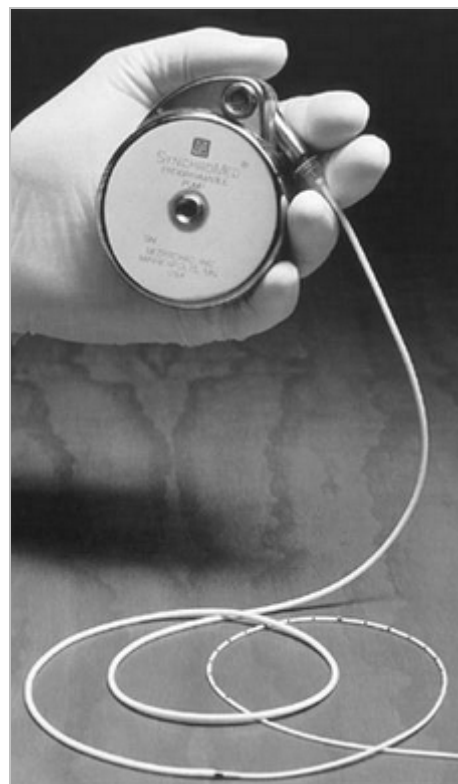
Baclofen

Baclofen je lék, který snižuje spasticitu. Léčbou první linie je jeho **podávání ústy ve formě tablet**. Baclofen je metabolizován v játrech a je z větší části v nezměněné podobě vylučován ledvinami. U některých pacientů je k dosažení účinku potřeba zvyšovat dávky léků, které ale mohou vyvolat nežádoucí účinky – neklid, nevolnost, zvracení, ospalost, zmatenost, zpomalení srdečního rytmu, poruchy erekce i paměti a soustředění. Právě u těchto nemocných lze podat baclofen jiným způsobem a to **rovnou do nervového systému pomocí programovatelné intratekální pumpy**. Baclofen zde ve formě roztoku **účinkuje již ve velmi nízkých dávkách a tudíž s minimem nežádoucích účinků**. Celkovou denní dávku lze snížit až stonásobně.

Léčba intratekálním baclofenem (ITB)

Jde o podání účinné látky baclofenu **přímo do nervového systému, do intratekálního prostoru rovnou k míše**. Cílem neuromodulační terapie baclofenem u pacientů po poranění míchy je **minimalizace počtu a intenzity záchvatů a snaha přiblížit svalový tonus normálu**. Tito pacienti reagují na ITB obvykle velmi příznivě. U pacientů se spasticitou po cévní mozkové příhodě, roztroušené skleróze nebo po poranění mozku není cílem, jak by se mohlo zdát, minimalizace spasticity, ale **optimální funkční zlepšení (hybnost, udržení vzpřímené polohy) s ohledem na ostatní neurologická postižení**. Zde je nutné ponechat již zmíněnou funkční spasticitu.

O podávání baclofenu pumpou **rozhoduje neurolog nebo rehabilitační lékař, implantaci provádí neurochirurg na specializovaném pracovišti**. Další péče o pacienta spočívá v pravidelných kontrolách, kdy vyškolený lékař doplňuje



Baclofenová pumpa se vyrábí v Americe (kde pomáhá pacientům už patnáct let), stojí asi půl milionu korun a zdravotní pojišťovna ji plně hraď

lék do rezervoáru a podle potřeby telemetricky upravuje dávku léku.

Chirurgický zákrok

Implantace se provádí v celkové anestezii. Při výkonu jsou preventivně podávána antibiotika. Již před výkonem si operátor nakreslí na kůži místo vpichu, plánovaný průběh katetru a místo implantace pumpy v oblasti břicha. Optimální poloha pumpy je ovlivňována mnoha faktory, především tvarem břicha, výškou tukové vrstvy, ale i ochrannými pásy u řidiče a různými protetickými pomůckami, oblíbenou polohou ve spánku apod. U pacientů s nižší tělesnou hmotností a tenkou tukovou vrstvou se pumpa umístí hlouběji, pod pevnou pojivovou tkáň obklopující svaly. Délka řezu pro kapsu, kam je umístěna pumpa, se pohybuje v rozmezí 7 až 10 cm. Před uložením pumpy pod kůži je pumpa vyňata ze sterilního obalu a ohřáta na 35–40 °C. Celkový výkon trvá méně než hodinu.

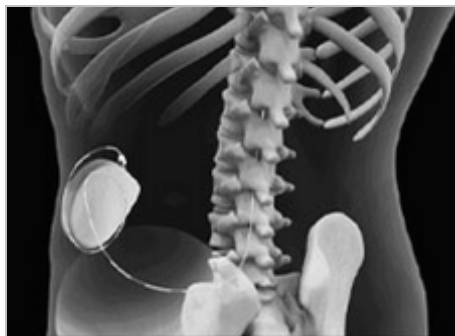
Programovatelná pumpa

Implantabilní programovatelná infuzní pumpa představuje medicínsky

i technicky jeden z nejdokonalejších dávkovacích systémů. Implantabilní část zařízení (ta která je pod kůží) je kruhovitěho tvaru. Kovové části jsou vyrobeny z titanu. Pumpa obsahuje několik hermeticky uzavřených komor: v jedné z nich je umístěn baclofen o různém objemu a koncentraci. Výdej tekuté látky se nastavuje ve velmi přesném rozmezí. Součástí pumpy je i sada katetrů (tenké ohebné hadičky), které v podkoží spojují pumpu s intratekálním prostorem, kam nepřetržitě dodává přesně stanovené dávky baclofenu ve formě roztoku. Ovlivňovat dávky léků může pouze lékař pomocí telemetrického přístroje na pravidelných kontrolách.

Pumpa je napájena vnitřní baterií, která má životnost zhruba 5–6 let. Po této době je potřeba pacientovi pumpu vyměnit. Jedná se o jednoduchý operační zákrok, při kterém je pacientovi během krátkodobé hospitalizace implantována nová pumpa do podkožní kapsy.

Po implantaci je třeba pumpu pravidelně doplňovat. Četnost doplňování závisí na koncentraci a množství léku. Pum-



Ilustrace umístění baclofenové pumpy a katetru v těle pacienta

pu doplňuje přes kůži injekční stříkačkou pouze vyškolený lékař nebo sestra a není třeba přítomnosti pacienta hospitalizovat.

Bolestivé křeče zmizely až s pumpou

„Nemohla jsem se ani napít. Byla jsem sevřená v kozelci, nemohla se narovnat, cvičit už vůbec ne, bolestmi jsem dokonce nemohla usnout, a když, tak jen vsedě... Myslela jsem, že se z toho zblázním,“ vzpomíná vozičkářka Radmila Krčmářová.

Několik let chodila k lékařům s bolestí zad. Namísto včasného zásahu jí ale předepisovali léky proti bolesti, takže dlouhodobě vyhřezlá ploténka se zapouzdřila a nakonec praskla. S poškozenou míchou a ochrnutou nohou ji odvezli do nemocnice, kde za několik hodin znehybněla od prsou dolů. Ovšem nejhorší po této paralyze byly velmi bolestivé křeče (spasmy). Když se tedy Radmila Krčmářová dozvěděla o nové léčbě baclofenovou pumpou, bez váhání ji absolvovala (v nemocnici Na Homolce).

Pět let má tedy v podkoží na břiše programovatelný přístroj, který jí hadičkou tenčí než vlas dávkuje lék baclofen přímo do míchy, čímž jsou křeče eliminovány. Po operaci následovala série rehabilitací a také jednoduché zaškolení nutné k tomu, aby se pacientka naučila pumpu ovládat. Spolu s ošetřující lékařkou Ivanou Štětkařovou pak našly optimální dávkování léku a bolestivá spasticita se stala minulostí.

„Shrnuto do pár slov, dva roky jsem žila ve spastických bolestech a během tří týdnů od operace se život na vozíku stal snesitelný,“ říká Radmila Krčmářová. Vrátila do práce a ve svém volném čase se aktivně věnuje mnoha sportům. Zároveň se snaží informace o této léčbě šířit dál, aby z ní mělo prospěch co nejvíce vozičkářů. Zúčastňuje se přednášek po celé republice a na internetových stránkách Pumpy pro život www.pumpyprozivot.cz má vlastní blog, v němž mimo jiné odpovídá na řadu otázek, týkajících se života s baclofenovou pumpou.

Baclofenové pumpy v otázkách a odpovědích

• Budu žít s programovatelnou pumpou. Co přitom budu moci dělat?

Lze oprávněně doufat, že implantace intratekální baclofenové programovatelné pumpy pacientovi umožní vést plnější život. Díky zmírnění spasticity bude mít lékařský tým možnost uplatnit další léčebné postupy, jejichž cílem bude zlepšení pacientova funkčního stavu. Po implantaci programovatelné pumpy se pacienti mohou vrátit k mnoha předchozím aktivitám i do řady dosud nepoznaných. Opatrnosti je však třeba při jakékoli činnosti, při níž hrozí přímý úder do oblasti umístění pumpy, nebo při činnostech zahrnujících rychlé a opakované přetáčení (rotaci) trupu.

• Bude funkce programovatelné pumpy ohrožena při cestování letadlem?

Obecně vzato létání funkcí pumpy ani dodávku ITB nijak nenaruší. Je ale namístě, aby pacient před jakýmkoli delším letem nebo před letem, při kterém není zajištěno vyrovnání tlaků, informoval lékařský tým a získal od něj případná specifická doporučení. Cestujete-li na dovolenou, ujistěte se prosím, že množství léčiva v rezervoáru pumpy vystačí po celou dobu jejího plánovaného trvání.

• Může dojít k nějakému narušení funkce programovatelné pumpy zevními vlivy?

Programovatelná pumpa je navržena tak, aby pacient po její implantaci mohl bezpečně a bez obav používat většinu běžných domácích spotřebičů. Mezi ně patří mikrovlnné trouby, televize, radio-přijímače, mobilní telefony, dálkové ovlá-



Radmila Krčmářová na přednášce v Ostravě

dače, videohry a další. Silné magnety ovšem mohou – podobně jako vyšetření magnetickou rezonancí – způsobit dočasné přerušení dodávky baclofenu, a proto by se pacient s implantovanou pumpou měl silným magnetickým polem vyhýbat. Pumpu neovlivňují horké koupele, sprchy nebo sauny, s výjimkou stavů, kdy se k vysoké tělesné teplotě zapříčiněné onemocněním přidruží vysoké zevní teploty a kdy tento stav trvá delší dobu.

Programovatelná pumpa je vybavena monitorovacím okruhem, který neustále porovnává skutečnou dodávku baclofenu s naprogramovanými parametry. Jestliže tento okruh zaznamená jakoukoli nesrovnalost, pumpa přeruší svou činnost a dojde k aktivaci alarmu signalizujícího jemným dvojitým pípáním „poruchu paměti pumpového systému“. V případě, že uslyšíte tento alarm, měli byste se okamžitě spojit s lékařským týmem a probrat s nimi další postup.

• Jak dlouho trvá prodleva mezi testovacím obdobím a implantací?

Prodleva mezi úspěšným provedením testu a implantací pumpy závisí na řadě proměnných, mezi něž patří proces schvalování úhrady, kapacita operačního sálu, dostupnost nemocničních lůžek a směrnice implantačních center. Jakmile je léčba ITB schválena, odvíjí se čekání na implantaci od délky čekací listiny, která je v dané nemocnici přípustná. V některých nemocnicích dosahuje maximální doba čekání devět měsíců.

• Jak mohu dosáhnout zařazení do programu léčby ITB?

Má-li u pacienta proběhnout léčba ITB, je nezbytné, aby byl vyšetřen multidisciplinárním týmem se zkušenostmi v léčbě spasticity. Nejprve musí být pacient svým ošetřujícím lékařem odeslán ke konkrétnímu lékaři zapojenému do zmíněného speciálního týmu. Tento lékař, zpravidla neurolog nebo rehabilitační lékař, pečlivě posoudí vhodnost zvažované léčby pro daného pacienta, vyloučí kon-



Na přednáškách po celé republice vystupuje zdravotní sestra Mgr. Lenka Laiblová, odbornice na spasticitu, která má s léčbou baclofenovou pumpou dlouholeté zkušenosti

traindikace a přesvědčí se o tom, že jiné léčebné možnosti byly vyčerpány.

• Jaká rizika jsou spojena s intratekálním podáváním léčiv?

Komplikace týkající se pumpy se vyskytují vzácně a byly pozorovány pouze u malého počtu pacientů. Vzhledem k tomu, že součástí zmíněné léčby je chirurgický zákrok, však nelze vyloučit výskyt infekčních komplikací, jejichž řešení – jsou-li závažné – může vyžadovat odstranění pumpy i katetru. Za těchto okolností jsou podávána antibiotika až do doby, kdy je lékařský tým zcela přesvědčen o zvládnutí infekce, a poté je možno přistoupit k reimplantaci nového pumpového systému. Katetr, představující tenkou ohebnou hadičku, se může ucpat, ohnout, případně může dojít k jeho propíchnutí nebo vytažení z intratekálního prostoru, což vede k přerušení léčby a k následnému vymizení či snížení její klinické účinnosti. V těchto případech je nutno katetr znovu chirurgicky zavést.

• Jaké jsou nežádoucí účinky odnětí baclofenu nebo předávkování tímto léčivem?

Je důležité, aby co nejvíce pacientových přátel, rodinných příslušníků a pečovateli znalo a bylo schopno rozpoznat první známky odnětí baclofenu či předáv-

kování tímto léčivem, což lékařskému týmu umožní včas poskytnout správnou léčbu. Patří k nim (přestože příčina může být i jiná): nárůst svalové spasticity – nejprve na dolních končetinách, svědění kůže, epileptické záchvaty, halucinace a zvýšená tělesná teplota. Mezi známky předávkování baclofenem pak patří nadměrná svalová slabost – opět nejprve na dolních končetinách, útlum, ospalost, nevolnost a závratě. Závažné předávkování může vyústit v těžkou svalovou slabost a v kóma vyžadující intenzivní péči a umělou plicní ventilaci do doby, než je nadměrná dávka baclofenu pacientovým tělem metabolizována (odbourána). Baclofen ani při předávkování nepůsobí toxicky na nervovou tkáň. Pacient by měl vždy mít u sebe kartičku se základními osobními údaji a stručnými informacemi o léčbě ITB, aby ji mohli využít další zdravotníci, kteří jej ošetřují.

• Jak se dozvíte, kdy je pumpu třeba vyměnit?

Baterie napájející pumpu má životnost přibližně sedm let. Lékařský tým může během rutinních kontrolních vyšetření její životnost průběžně sledovat pomocí programovacího zařízení. Bude schopen aktivně naplánovat výměnu pumpy dříve, než dojde k vybití baterie, aby byla zajištěna nepřetržitá léčba. Programovatelná pumpa je rovněž vybavena funkcí umožňující odhadovat životnost baterie a předpokládané datum jejího vybití.

• Co se stane, když v pumpě dojde baclofen?

Jestliže pacient přesně dodržuje termíny kontrol předepsané lékařským týmem, je nepravděpodobné, že by se zásoby v rezervoáru pumpy zcela vyčerpaly. Programovací zařízení ukáže lékařskému týmu datum, kdy bude v pumpě vyčerpána zásoba léčiva. Další doplnění je obvykle plánováno tak, aby tomuto datu předcházelo o dva týdny. Alarm signalizující nedostatek zásoby v rezervoáru se nastaví tak, aby začal vydávat jemný zvuk, když v rezervoáru zůstávají pouze 2 mililitry baclofenu. Jakmile se tento alarm začne ozývat, lze jej deaktivovat pouze programovacím zařízením. Zaznamenáme-li zvuk zmíněného alarmu, je třeba okamžitě kontaktovat lékařský tým a naplánovat termín další ambulantní návštěvy. V případě, že by se rezervoár pumpy zcela vyprázdnil dříve, než dojde k jeho doplnění, se pacientova spasticita velmi rychle vrátí na původní úroveň a může být velmi nepříjemná. Navíc se projeví další nežádoucí účinky odnětí baclofenu.

• Z čeho je pumpa vyrobena?

Je z titanu – z mimořádně inertního kovu vybraného úmyslně proto, aby bylo minimalizováno riziko alergické reakce. K výrobě katetru se navíc ze stejného dů-

vodu používá silikon. Pumpa je nicméně kovová, takže bude aktivovat bezpečnostní systémy na letišti a v obchodech podle toho, na jakou citlivost jsou nastaveny. Pacient by měl mít stále u sebe kartičku se základními údaji o své pumpě, aby mohl prokázat, že mu byl implantován aktivní léčebný přístroj. Důrazně se doporučuje, aby nemocný prošel středem jakékoli bezpečnostní brány či průchodu, jestliže se jim nelze úplně vyhnout. Tam, kde je to možné, by měl pracovníka ochranky požádat o použití ručního detektoru.

• Bude pumpa vidět?

Pumpa má průměr 87,5 mm a tloušťku 19,5 nebo 26 mm. Může, nebo nemusí být patrna, jako malé vyboulení kůže v dolní části břicha. Pumpa bývá zpravidla umístěna pod úroveň pasu a nosí-li pacient volné ošacení, je nepravděpodobné, že by si pumpu někdo všiml.

• Nastanou nějaké problémy, jestliže pacientka otěhotní?

Chirurgický zákrok a implantaci pumpy lze naplánovat i tehdy, lze-li předpokládat, že pacientka bude v budoucnosti zvažovat možnost otěhotnění. Tuto otázku je třeba podrobně prodiskutovat s lékařským týmem v dostatečném předstihu před implantací pumpy. Poloha pumpy a vlnitý průběh katetru v podkožním tunelu umožňují, aby infuze baclofenu pokračovala bez přerušení i po nárůstu objemu těla. Je třeba zmínit, že klinické zkušenosti s léčbou ITB během těhotenství jsou omezené, ovšem v literatuře uváděny jsou. Rovněž je známo, že perorálně užívaný baclofen přechází do mateřského mléka, zatímco u léčby ITB tyto údaje dosud chybějí.

• Jak poznám, že mi léčba ITB přinese úlevu?

Testovací zákrok, při němž je přímo do intratekálního prostoru jednou či několika injekcemi podána testovací dávka baclofenu, umožní lékařskému týmu se značnou mírou jistoty určit, zda pacientovi případná implantace pumpy prospěje. Jakmile jsou známy výsledky testu, lékařský tým s vámi podrobně prodiskutuje, jakých přínosů lze pomocí léčby ITB dosáhnout a jaké příznaky tato léčba ovlivní. Klinický přínos léčby ITB je často zvyšován její kombinací s dalšími léčebnými postupy, jako je aplikace botulotoxinu a zejména fyzioterapie. Často pozorujeme, že léčba ITB díky uvolnění ztuhlých svalů umožní cílenější fyzioterapii nebo zahájení různých cvičebních programů.

• Vyléčí ITB mou spasticitu?

Nikoli. Intrathekální baclofen umožňuje pouze zvládnutí těžké spasticity, ovšem nedokáže odstranit či vyléčit její příčinu nebo nemoc, která ji způsobila.

Preparoval: Jiří Muladi

Malíři UMÚN na cestách

- Výstava v Loučné nad Desnou • Pobyt v jeskyni
- Návštěva elektrárny Dlouhé stráně



Pro všechny malíře byla návštěva jeskyně skvělým zážitkem

Letos v květnu proběhla v **Loučné nad Desnou**, v krásném prostředí opravené části zámku, **výstava obrazů malířů, kteří malují ústy nebo nohama, sdružených v Nakladatelství UMÚN**. Své obrazy představila Mgr. Šárka Dvorská, Zdeňka Ježková, Lenka Kalinová, Veronika Svatošová, Petr Šrámek, Tomáš Janoušek, Jakub Hříbek a Pavel Hejhal. Autoři se navíc zúčastnili dvoudenního doprovodného programu.

Ubytování bylo zajištěno v nedalekých Velkých Losinách, kde si všichni po náročném cestě prohlédli lázeňský park. Druhý den navštívili Jeskyni na Špičáku, kde je část trasy uzpůsobena vozíčkářům. Pro většinu malířů to byla vůbec první příležitost v životě dostat se do jeskyně.

V podvečer pak proběhlo zahájení výstavy na zámku v Loučné.

Muzeum papíru a Dlouhé stráně

Další den se pak skupinka vypravila do **Muzea papíru – Ruční papírny ve Velkých Losinách**. Zde je nutné si prohlídku předem domluvit, protože prostory muzea nejsou zcela bezbariérové. Přístupná je jen část provozu. Vozíčkář tak neuvidí film o historii výroby papíru, který se promítá v nepřístupném prvním patře. Odpoledne si všichni užili výlet na

přečerpávací elektrárnu **Dlouhé stráně**. U větší skupiny vozíčkářů je však nutné požádat o prodloužení doby prohlídky kvůli opakovanému přesunu auty, který zabere dost času a zkrátí tak pobyt na horní nádrži s překrásným výhledem na Jeseníky.

Příjemnou zastávkou na dlouhé cestě domů byl **zámek Častolovice**. Zde je umístěna plošina a prostor zámku je možné shlédnout v celém rozsahu.

Úspěšné výstavy

Výstava v Loučné nad Desnou vzbudila velký zájem. Místní děti společně pro malíře vytvořily několikametrový obraz, který dokonce namalovaly ústy.

Další výstavy z cyklu „**Ne ruka, to duše maluje**“ pořádalo nakladatelství v **galerii biografu v Sušici** už na přelomu března a dubna. Během prázdnin pak v **Městské knihovně Sedlčany**, kde byla také beseda s autory a malíři předvedli své umění tzv. v přímém přenosu.

Další informace: Nakladatelství UMÚN s.r.o., Nad Školou 1289, 463 11 Liberec 30, e-mail: jana.fialova@umun.cz, www.umun.cz.

(hk)

UMÚN – umělci malující ústy a nohama

Vozíčkáři pěti zemí na Velehradě

V rámci **Dnů lidí dobré vůle** se v červenci na **Velehradě** uskutečnilo dvanácté **Mezinárodní setkání vozíčkářů**. Z Maďarska, Slovenska, Rakouska, Německa a České republiky jich přijelo do poutního Velehradu devadesát.

Setkání začalo v bazilice Nanebevzetí Panny Marie a svatých Cyrila a Metoděje mši svatou. Po bohoslužbě si dali vozíčkáři dostaveníčko na nádvoří u základní školy, kde byl pro ně připraven komponovaný pořad, který slovem provázel herec Filip Tomsa.

Vozíčkáře přišli pozdravit hejtman Zlínského kraje Stanislav Mišák, bývalý premiér a kandidát na prezidenta Jan Fišer, skupina Chinaski, Štěpán Rak a Alfréd Strejček. Ze setkání se omluvila Livia Klausová, která v minulosti podala ruku každému ze zúčastněných vozíčkářů a ztratila s ním několik slov.

„Těší mě, že z tváří zúčastněných vozíčkářů se při jejich odjezdu z Velehradu zračily spokojenost a úsměvy,“ neskrýval radost Michal Umlauf, hlavní projektový manažer Mezinárodního setkání vozíčkářů.

Zdroj: Deník

Foto: Deník/Zdeněk Skalička (di)



Dostaveníčko na nádvoří u základní školy



O návštěvníky s handicapem se starali asistenti maltézske pomoci

The Tap Tap okouzlili Londýn

Poselství z Jerwood Hall: Konec světa nebude!

Kapela **The Tap Tap** vystoupila 21. července v rámci populárního festivalu živého umění **Whitecross Street Festival** v prestižním sále **Jerwood Hall**, který patří světoznámému **London Symphony Orchestra**. Koncert byl bezesporu jedním z vrcholů celé uplynulé půlroční české kulturní olympijské sezony v Londýně s názvem **Czech Open 2012**. Olympijská pochodeň shodou okolností probíhala ve stejný den jen ve vzdálenosti několika minut chůze od místa konání koncertu. Koncertní sál je umístěn v bývalém **kostele Sv. Lukáše** a kapela v něm uvedla kromě jiného song „**Konec světa – zrušeno**“ v anglické verzi („End of the world – canceled“). S blížícím se koncem mayského kalendáře, který připadá na 21. 12. 2012, je to vlastně aktuální téma. The Tap Tap sklidili velký úspěch a zasloužené ovace.

Londýnský report

Londýnské ulice se zaplňují sportovci. Centrum zdobí olympijské kruhy a národní týmy připravují program pro návštěvníky letních olympijských her. Před slavnostním otevřením **Českého domu** se konala řada akcí pro širokou veřejnost. Koncert The Tap Tap byl náročným britským publikem horečně očekáván. Závěrečné ovace hovořily za vše – publikum zcela pochopilo touhu souboru vyjádřit svojí hudbou radost ze života, pozitivní energii a nadšení. Celé vystoupení tak skvěle zapadlo do tématu a atmosféry londýnských olympijských her, které oslavovaly naději mladé generace na příslib aktivního života pro všechny komunity, skupiny i jednotlivce.

Záštitu nad koncertem převzal velvyslancem České republiky ve Spojeném království Velké Británie a Severního Irsku pan Michael Žantovský, který uvedl: „Je mi potěšením přivítat na zájezdu ve Velké Británii skupinu The Tap Tap, jedinečné hudební těleso, které spojuje vysokou uměleckou kvalitu s obecně prospěšnou činností. The Tap Tap jsou skvělými reprezentanty české kultury i české společnosti.“

Do Londýna se členové kapely přesunuli pohodlně na palubě letadel British Airways. A na dlouhou cestu se za nimi vydal také bezbariérový mikrobus, který kapela získala díky reportáži ČT v pořadu Reportéři. Tím byla zajištěna samostatnost a svoboda pohybu celého hudebního tělesa po rozlehlém Londýně.



Kapela tělesně postižených studentů a absolventů škol pražského Jedličkova ústavu The Tap Tap je jedinečné hudební těleso, které spojuje vysokou uměleckou kvalitu s obecně prospěšnou činností

Michael Jackson i Amy Winehouse

Kapela přijela zbavit Londýn předolympijského stresu a také naučit britské publikum **hymnu „Konec světa – zrušeno“**. Ta poprvé zazněla na mikulášském koncertě ve Státní opeře v Praze. Text písničky, jehož autorem je Tomáš Hanák, přeložil do angličtiny Jiří Ornest. Další verze vznikne v ruštině a v říjnu bude uvedena v **Českém centru v Moskvě**. Publikum slyšelo a vidělo i jiné novinky – např. klip „Ředitel autobusu“ s anglickými titulky nebo specialitu repertoáru kapely, hit Michaela Jacksona **Black and White** přepracovaný do české verze. Po bouřlivém potlesku kapela dvakrát přidávala. Blýskla se hity „Always Look on the Bright Side of Life“ od Monthy Python a znovu „Black and White“, kterou zpívá kapelník Šimon Ornest. Zazněla také pecka „Rehab“ od loni zesnulé zpěvačky Amy Winehouse, rodačky z Londýna.

Více o TheTapTap

The Tap Tap je kapela tělesně postižených studentů a absolventů škol pražského **Jedličkova ústavu**, kterou v roce **1998 založil a dodnes vede Šimon Ornest**. Kapela má statut jedné z největších kapel svého druhu na světě a za 14 let své existence odehrála na 400 živých vystoupení na velkých i menších českých festivalech (Mezi ploty, Rock for People) nebo firemních a charitativních večírcích. Díky **spolupráci s Českými centry** moh-

la kapela své umění předvést také v Madridu, Varšavě, Bruselu, Lucembursku nebo Londýně.

Mezi poslední velké úspěchy kapely patří vydání nového CD „**Párty na kolečkách**“, které obsahuje 17 písniček. Na těch se podíleli David Koller, Matěj Rupert, Ewa Farna, Kamil Stříhávka, Ondřej Hejma, Dan Bárta, Zdeněk Svěrák, Tomáš Hanák a Jaroslav Svoboda. Za zmínku stojí také již podruhé vyprodaný mikulášský koncert ve Státní opeře, který vysílala v přímém přenosu ČT1. Osvětový klip „Ředitel autobusu“ získal 1. cenu poroty i diváků v soutěži Zlatá pecka a 2. místo v soutěži Louskáček 2012.

Sezóna letních hudebních festivalů vyvrcholila v Trutnově na Open Air Music Festivalu, který se konal 17. srpna. Kapela zde celý festival dokonce slavnostně zahájila. Speciálně pro Trutnov také oprášila hit „**Indiánská dýmka míru**“ od kapely Žlutý pes, která díky svému pojetí skvěle zapadla do celkové atmosféry. Aby toho nebylo málo, hned další den se kapela vydala na pražský **Střelecký ostrov**, kde svým koncertem podpořila festival **Prague Pride**.

V současné době se The Tap Tap připravují na **celostátní happening a benefiční koncert „Protí konci světa“**, který proběhne den před očekávaným koncem světa, ve čtvrtek 20. 12. 2012 v Praze, Brně a Ostravě za účasti více než 20 kapel a hudebníků z celé České republiky. V průběhu koncertu jsou naplánovány



doprovodné akce v klubech po celé ČR. Cílem koncertu je nashromáždit finanční prostředky na vybavení multifunkčního bezbariérového vzdělávacího centra STUDEO při Jedličkově ústavu v Praze v objemu 25 miliónů Kč. A samozřejmě také shromáždit dostatek pozitivní energie na odvrácení konce světa!

Vánoční koncert v Ostravě

První adventní neděle – 2. prosince 2012 – vystoupí The Tap Tap v ostrav-

ském **Divadle Antonína Dvořáka** v rámci **Adventního koncertu** společně se souborem **Bílá holubice a Věrou Špinarovou**. Na benefičním večeru bude uvedena premiéra hudebně-taneční inscenace inspirované texty indického básníka Rabindranátha Thákura. Společně ji zatančí handicapovaní členové sdružení Bílá holubice a profesionální tanečníci v choreografii šéfa baletu Národního divadla moravskoslezského Igora Vejsady. Jako hosté benefice vystoupí Věra Špinarová

a The Tap Tap. Akce se koná od 16 hodin. Více informací na www.ndm.cz.

Všechny novinky a program koncertů sledujte na webu kapely: www.thetap.cz.

*Foto: archiv The Tap Tap
Připravila: Hana Klusová*

The Tap Tap:
„Jsme postižení muzikou“



Letošní Colours plné překvapení

- Dolní oblast Vítkovice přivítala i vozíčkáře
- Nevhodný terén • Úspěšný bezBAR • Skvělé hudební zážitky

Letošní 11. ročník hudebního festivalu Colours of Ostrava byl v mnoha ohledech jiný než ten loňský, jubilejní desátý. Z uklidňujícího prostředí Slezsko-ostrovského hradu jsme se ocitli v srdci již nefunkční, téměř 200 let staré továrny založené bratrem císaře Ferdinanda I., rakouským korunním princem a olomouckým arcibiskupem Rudolfem Johannem Josefem Rainerem. Výstavba tzv. Rudolfovy hutě započala v roce 1829 a jedním z významných pozdějších majitelů byl i baron Salomon Mayer von Rothschild.

Jen málokdo si dovedl představit, jak stráví čtyři dny v areálu Dolní oblasti Vítkovice, i když je už dnes národní kulturní památkou. Areál je obrovský a technicky ojedinělý, v době festivalu pohltit bezmála 30 tisíc návštěvníků, což bylo nejvíc za celou dobu existence festivalu.

Terén byl pro vozíčkáře utrpením

Jméno a atmosféra festivalu dostaly svého názvu, když se několikrát nad areálem ukázala duha. Nicméně ne všechno se jevílo tak barevně, uvolněně a vesele, jak bylo prezentováno před festivalem. Velkým problémem se ukázal být terén – po obrovských nánosech škváry a šterku se stěží pohybovali i zdatní chodci. Každou chvíli jste viděli někoho zakopnout o ve-



Nový areál festivalu – Dolní oblast Vítkovice – nemá ve světě obdobu

líké šutry roztroušené všude kolem **Pohyb po rozsáhlém areálu tak byl v podstatě pro vozíčkáře bez pomoci nemožný.**

Ještě že **Nadace OKD opět zajišťovala ochotné asistenty** právě pro případ pomoci vozíčkářům. Některá místa byla sice pokryta pojezdovými gumovými pásy, ale v mnoha případech to nestačilo. Také vyhrazený prostor na tribunách nebyl vyřešen dobře. Vozíčkář měl ve

výšce oči zábradlí s mřížemi, mohl se cítit jako „vězeň“. Navíc byla tribuna zoufale daleko od pódia i obrazovky.

Pochválit musím koncertní scénu Gong (bývalý plynojem), který dnes ukrývá školící a kulturní prostory. Tady byl výťah a speciální přístup pro vozíčkáře zajištěn velmi dobře a ti si to taky pochvalovali. Přestože jde o objekt bez oken a jen s omezeným přístupem vzduchu, byl vždy „narávan“ návštěvníky až po střechu.



V bezBARu bylo vždy plno

bezBAR je bezva nápad

Nejlepší novinkou letošních Colours byl bezpochyby **bezBAR** – nepřehlédnutelný open-air bar obsluhovaný vozíčkáři. Na všechny působil bezprostředním a milým dojmem, a to především díky obsluze (mj. se za pultem objevil také Martin Zach – Muž roku 2009, který následně po získání titulu ochrnil po skoku do vody). Úspěšné působení bezBARu „započalo“ na červnovém festivalu United Islands v Praze, pokračovalo na Colours of Ostrava a hluchínské Šterkovně. bezBar nakonec zamířil v polovině srpna do Plzně, kde byl v provozu na Pilsen City Festu. To všechno v rámci programu **Nadace OKD „Zážitky bez bariér“**. Nadaci za to patří velký dík!

Za tu necelou hodinku, co jsem si nad sklenkou červeného vína v bezBARu povídala s jeho milou obsluhou Lenkou

a Ondřejem, jsem se mohla přesvědčit o tom, jak vyhledávaným místem na festivalu bezBAR je. Fronta nebrala konce a nikdo nepřišel zkrátka. V nabídce byla i např. taková dobrota, jako je nakládání hermelin s feferonkami nebo švestkami.

Ondřej Malohlava: Vozka by se měl zviditelnit

Nadějný fotbalista Ondra Malohlava, o kterém jsme psali v čísle 1/2010 v rubrice Osudy šampionů, je optimisticky naladěný mladý muž, který ve svém zranění vidí zásah osudu a rozhodně se nelituje. I když nejsmutnější střet s realitou mu v době úrazu přichystala právě jeho tříletá dcerka, když se zeptala: „Tatínku, a kdy se už uzdravíš, abychom mohli jít zase na procházku do lesa?“

Ondra měl nehodu na motorce, když se jedno volné odpoledne jel projet a nešťastně uklouzl. Festival jako takový se mu moc líbil, hlavně rozmanitost hudebních žánrů a příjemně naladěni účastníci. I když jsme se shodli na tom, že pod nálepkou „bezbariérový“ letos festival moc nepřesvědčil. O terénu jsem se už zmínila. Jízda bez asistenta po takovém povrchu byla i pro Ondřeje, který má v pořádku ruce a sportem vypracované svaly, v podstatě nemožná. Vozku zná velmi dobře a mrzí jej, že není více rozšířen, a to i mezi chodícími, aby měli dostatek informací o lidech s tělesným postižením a měli pro ně pochopení. Často vidí rozpaky v tvářích lidí kolem sebe. „Mnoho z nich stále neví, jak komunikovat s vozíčkářem. Tato bariéra je pořád znát. Vozka by si zasloužil být viditelný i pro zbytek společnosti.“



Ondřej je stále optimistou

Ondru těší život pořád stejně, je aktivní a s fotbalem stále v kontaktu. Jen to závodní plavání nevyšlo podle představ. „V našem kraji nejsou podmínky ani klub pro plavání handicapovaných na profesionální úrovni. A na časté dojíždění je Praha setsakra daleko,“ vysvětluje Ondra.

Lenka Morcinková: Práce za barem je dřina

Lenka Morcinková je z Ostravy, ale žije ve Zlíně. Od dětství se potýká s DMO a je studentkou speciální pedagogiky pro asistenty do škol. Od září nastoupí do 4. ročníku a těší se na to, kam ji po pětiletém studiu nakonec vítr zavane.



Lenka se za barem i přes velkou dřinu a zodpovědnost stále usmívá

Zvládala také tančit v ostravském tanečním souboru Bílá holubice, kde musela kvůli náročnému dojíždění skončit. Do bezBARU se dostala díky příteli, který přišel s informací, že Nadace OKD hledá vhodnou obsluhu. Lenka nakonec byla vybrána mezi šesti nejlepšími barmanů. Na festivalu Colours nikdy předtím nebyla.

„Práce v baru je dost únavná. Kravál a ponocování mi až tak nevadí, ale když je moc lidí, zvládat obsluhu je mnohdy záležitostí pevných nervů. Nesmím na nic nezapomenout a taky nikoho ošidit. Kmitat celou noc za barem je sakra náročné,“ říká s úsměvem Lenka. V bezBARu otvírali kolem jedenácté hodiny a zavírali až někdy kolem čtvrté ranní. Našeho Vozku Lenka dobře zná a myslí si, že je to velice dobrý časopis. I její kamarádi si jej chválí.

Neděle patřila vozíčkářům z Afriky

V neděli večer vystoupila úžasná parta hudebníků z Konga, která se nazývá **Staff Benda Bilili**. Tato unikátní kapela vozíčkářů, o které jsme psali v loňském třetím čísle Vozky, předvedla, že opravdu válí a nestojí o žádnou vaši lítost. Jejich životní filozofií totiž je „není to v nohách, ale v hlavách“. Skupina vystupuje na tříkolkách připomínajících bizarní Harley-Davidsony a každého si podmaní svou melodičností a profesionálním provedením. Srdce zaplesalo pod rytmy a tóny rumby, kubánské hudby, divošských vokálů, reggae, soulu nebo rhytm'n blues. Kapela hrála jako o život a svou hudbou rozdávala čistou radost a potěšení.



Kapela vozíčkářů z Konga Staff Benda Bilili roztančila publikum, foto Petr Piechowicz (výřez), www.colours.cz

Skupinu tvoří hudebníci, kteří měli co do činění s těžkým životem na ulici. V mládí prodělali obrnu a život se s nimi zkrátka nepáral. Kapelu pro svět objevili francouzští dokumentaristé, kteří natáčeli v Kinshase, odkud hudebníci pocházejí. Videá s nimi vložili v roce 2006 na Youtube. Vůbec netušili, jaký se z nich stane hit a později součást skvělého dokumentárního filmu uvedeného na festivalu v Cannes a nominovaného na francouzského Césara.

Dobrá zpráva na závěr – lepší povrch v příštím roce!

Stejně jako loni pořadatelé Colours of Ostrava nabízeli řadu výhod pro držitele průkazu ZTP a ZTP/P – zvýhodněnou čtyřdenní vstupenku za 350 Kč (běžná cena od 1 200 Kč do 2 000 Kč), u ZTP/P doprovod zdarma, speciální tribuny a vyhrazená místa, upravené Taxi BB a bezbariérová WC. Parkovat se dalo přímo u hlavního vchodu do areálu festivalu, návštěvníci si mohli rezervovat místo ve stanovém městečku a karavankempu.

Nadace OKD zajistila **Chráněný stan**, kde se prodávaly výrobky chráněných dílen z regionu i celé republiky, které nadace dlouhodobě podporuje. Ředitelka festivalu Zlata Holušová na internetu uvedla: „Celý festival Colours of Ostrava prošel velkou zatěžkávací zkouškou nového areálu a v podstatě byl tento již 11. ročník festivalu pro nás všechny z organizačního týmu spíše ročníkem 0.“

Pevně věříme, že v příštím roce vám budeme moci nabídnout lepší, zpevněný povrch, možná i betonové chodníčky. Děkujeme za trpělivost a těšíme se zase na viděnou!“

I my děkujeme za vstřícnost a skvělou organizaci, za nevšední kulturní zážitky!

Zdroj: www.colours.cz
Text a neoznač. foto: Hana Klusová

Řeč duše se neprojevuje slovy, nýbrž emocemi

Voda je duchovním symbolem pro emoce. A právě zurčením vody začínalo představení **Řeč duše**, poetická divadelní koláž o lidských citech a snech, o našich bojích, úžasu, pokoře a vděčnosti, jakož i o lásce k životu.

„Vycházela jsem z toho, co mám ráda, o čem nejvíc přemýšlím a co zrovna prožívám. To jsou vztahy,“ říká scénáristka a režisérka Lenka Sedláčková. „Jimi se můžeme navzájem obdarovávat bez pomýšlení na hmotné věci. Vztahy jsou náš vnitřní svět, svět naší duše a čistoty srdce.

A tu jsem právě našla u dětí s postižením. Když se jim člověk dokáže přiblížit, tak je jimi neskutečně obdarován. Jsem přesvědčená, že tím, jak přistupujeme k druhým a jak se vzájemně obdarováváme, můžeme měnit realitu a nejsme bez naděje.“

Premiéru představení **Řeč duše** uvedla na konci června **alternativní scéna ostravského Divadla loutek** a kromě profesionálních

umělců v něm hrály i děti a **sedm vozíčkářů**. Symbolika, vizuální i zvukové efekty této inscenace dávají každému divákovi prostor pro vlastní emoce i prožívání celého děje. Děje, založeném na střetu dvou světů: zdravých a handicapovaných lidí.

(di)



ÚPRAVY AUTOMOBILŮ PRO TĚLESNĚ HANDICAPOVANÉ



Předváděcí jízdy

Vyrábíme a montujeme:

Elektrickou spojku - nově vyvinutá a vylepšená funkčnost - možnost individuálního nastavení. Brzdu a plyn, jeřábky, otočné sedačky, další úpravy dle přání zákazníka.

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

TŘÍKOLKY a jiná vozítka

- standard, s třístupňovou převodovkou, čtyřkolky (velmi stabilní), možnost doplnit i elektromotor, úpravy dle přání zákazníka.

Náhradní plnění



Informace:

META Plzeň s.r.o.

Hřbitovní 31, 312 00 Plzeň

tel: 377 686 725

E-mail: metaplzen@volny.cz

www.metaplzen.cz



MOTREN

Rehabilitační přístroje českého výrobce

ROTREN

Pasivní i aktivní léčebný pohyb dolních a horních končetin

Prodloužená záruka 3 roky!!! To jsou kvalitní přístroje firmy **Kalpe**

15 typů přístrojů pro cvičení vsedě i vleže, pro dospělé a děti od 3 let

Ceny bez obchodní přírážky - to je prodej přímo od českého výrobce

Katalog přístrojů zdarma - rádi Vám zašleme naši kompletní nabídku

Bezplatné vyzkoušení přístroje - přijedeme za Vámi až domů

Široká nabídka příslušenství - možné individuální úpravy



Ceny od 7.790,- Kč včetně DPH

MOTREN - motorem poháněný pohybový trenažér pro pasivní i aktivní pohyb. Vybaven programy na uvolňování spasmů a posilování zbytkových sil svalstva končetin. Zobrazuje aktuální síly končetin a motivuje tak více ke snaze aktivně se zapojit do cvičení.

ROTREN - trenažér pro pasivní i aktivní pohyb. Poháněn pažemi cvičícího nebo asistenta sedícího naproti, čímž dodává důležitou psychickou podporu spoluúčasti na cvičení. Nastavitelný brzdový odpor. Výhoda podstatně nižších cen.

Motorem poháněné přístroje Activ a Mouse od 7.790,- Kč.



MOTREN Duo 3 - pro děti od 3 let



ROTREN Duo 2 - pro ruce a nohy

Výrobu, prodej, poradenství a servis pro ČR a SR zajišťuje firma:

Kalpe - Ke Kapličce 193, 252 41, Dolní Břežany, ČR kalpe@volny.cz
tel: 241 910 688, 737 289 275 www.kalpe.cz, [facebook.com/kalpe.reha](https://www.facebook.com/kalpe.reha)



ÚPRAVY VOZIDEL PRO ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÉ



kompletní sortiment od firmy Hurt, Quidosimplex, Invacar
montážní středisko v Hodoňovicích u Frýdku - Místku
dlouholeté zkušenosti s úpravami automobilů
bezplatné poradenství

Kontaktujte nás

Tel.: +420 606 737 239, +420 608 761 497

E-mail: upravyvozidel@seznam.cz

Web: www.upravyvozidel.cz

GPS: 49°38'14.12"N 18°21'17.05"E

LUDVÍK ALEŠ s.r.o. Hodoňovice 221, Baška 739 01

Santosha yoga studio – cvičení jógy pro každého, Porubská 674, Ostrava-Poruba
(zastávka Oblouk), www.santosha.cz, yoga@santosha.cz, tel.: 731 515 598



Santosha
yoga studio
Ostrava-Poruba

Jóga bez bariér

Speciálně sestavené jógové lekce vhodné pro osoby se zdravotním omezením a postižením.

Cesta jógy je přirozená pro všechny, stejně tak i pro lidi se zdravotním omezením a postižením. V józe neexistuje žádná bariéra věku nebo schopnosti. Tělesné pozice jógy, dýchací techniky, relaxační cvičení a meditace jsou v mnoha ohledech pro všechny velmi prospěšné. I lidé, kterým jejich onemocnění či postižení nedovolí pohyb a soustředění v plném rozsahu, mohou praktikováním speciální jógy zlepšit svoji stabilitu, sílu, odolnost a flexibilitu. Pravidelné praktikování jógy snižuje také stres a úzkost, uvolní tělo a mysl. Navodí kvalitnější spánek a poskytne zajímavý pohled do našich návyků a životních postojů. Lekce speciální jógy jsou upraveny tak, aby vyhovovaly konkrétním potřebám každého z vás.

Těším se na vás Jarmila

Lektorka Mgr. Jarmila Voženílková, Yoga Therapy Instructor, www.jogovaterapie.com

Od 2. října každé úterý 18.45–19.45 h. Kurz se skládá z deseti lekcí (60 minut). Cena kurzu 800 Kč (80 Kč za lekci). Kapacita kurzu max. 10 osob. Přihlášky a dotazy na jogaterapie@gmail.com. Více informací na www.santosha.cz.



PRODEJ POMŮCEK PRO SENIORY A HANDICAPOVANÉ

**elektrické vozíky
čtyřkolové, tříkolové,
invalidní vozíky**

REBEL

**pohodlné, kvalitní
krásné, celoodpružené
snadno ovladatelné
nadčasový design
leddiodové osvětlení
vysoce stabilní
ihned k odběru**

**zkušební jízdy zdarma
dojezd až 50 km
nejnižší ceny v ČR
záruka 2 roky**

**záruční i pozáruční servis
zdarma dovoz po celé ČR
možnost koupě i na splátky**

**tel.: +420 732 371 179
www.vozikyrebel.cz**



RUČNÍ OVLÁDÁNÍ NA MÍRU

individuální úpravy automobilů



VLASTNÍ KONSTRUKCE, VÝROBA A VÝVOJ



vlastní odtahová služba
ruční ovládání na více než 200 typů vozidel
technici s dlouholetou praxí
špičkově vybavená dílna
osobní přístup v takřka rodinném prostředí firmy

ruční ovládání - mechanické / elektronické systémy
jeřábky pro nakládání vozíků
invalidní vozíky s přesuvnou sedačkou do auta
otočné sedačky / elektrické posuvy / el. zádové opěrky
přesedací desky
odsuvné zadní dveře s nakladačem vozíku
nájezdové rampy / elektrohydraulické plošiny
další individuální úpravy vždy podle potřeb zákazníka

tel. / mob.: 321 781 363 / 608 977 274, 602 866 020
provozovna: Bambosek 664, 281 26 Týnec nad Labem
e-mail: malina@rucniovladani.cz
www.rucniovladani.cz

Letos opět



Divadlo loutek Ostrava pořádá již tradičně v sudých letech v září festival **Divadelní pouť bez bariér**. Letos to bude už její sedmý ročník a proběhne od **24. do 27. září**. Původně prezentoval pouze českou divadelní tvorbu a tematicky byl zaměřen na možnost využití loutkářského umění ke komunikaci mezi mentálně, smyslově či motoricky postiženými a zdravými dětmi.

V kontextu společenských proměn a nových podnětů bylo již předchozí biennale v roce 2010 rozšířeno o nová témata, ve smyslu širšího chápání pojmu bariéra, a zaměřeno na rozmanitější diváckou obec všeho věku. Tímto směrem se bude ubírat i Divadelní pouť bez bariér 2012. Bude prostřednictvím loutkářského a alternativního umění otevírat aktuální témata jinakosti jedince v homogenní společnosti a hledat možnosti propojování světů nejen zdravých a nemocných, ale také rozdílných etnik a kultur, pohledů na svět a společnost, na svobodu a lidskou důstojnost. Bude hledat cesty přes osobní i společenské bariéry všeho druhu.

Na festivalu vystoupí divadelní soubory a osobnosti domácí i zahraniční a součástí programu budou také vzdělávací besedy a arteterapeutické dílny.

(di)

Program

24. září

■ 9.00, 11.00 h, alternativní scéna, **ON – OFF. La Baracca-Testoni Ragazzi (Itálie)**. Kouzelné divadélko, v němž hraje hlavní roli světlo a jeden usměvavý pán, který s ním umí dělat divy. Pro děti od 1 do 4 let.

■ 9.30, hlavní scéna, **JANEK A KOUZELNÁ FAZOLE, Naivní divadlo Liberec**. Pohádka o kouzelné fazoli, po jejímž stonku se dá vyšplhat až do oblak. Pro děti od 3 do 7 let. Beseda po představení.

■ 16.00 h, hlavní scéna, **TOŽ, ZBOJNÍCI... Naděje o. s. (Vsetín-Rokytnice)**. Komédie k pobavení i zamyšlení v provedení klientů i zaměstnanců denního staci-

onáře pro lidi s mentálním, tělesným a kombinovaným postižením. Pro mládež a dospělé. Seminář po představení.

■ 18.30 h, hlavní scéna, **MARTANSKÉ ETUDY, Bohnická Company (Praha)**. Némé minigrotesky na téma osamělosti jednotlivce ve společnosti. Pro mládež a dospělé. Beseda po představení.

25. září

■ 9.00, alternativní scéna, **PAPIER-MUMREL, Compagnie Goldene Fische (Německo)**. Poetická cesta papírovým světem, provázená papírovou hudbou, papírovými kouzly a jednou malou rybkou, která touží po slunci. Pro děti od 2 let

■ 9.30 h, hlavní scéna, **ROMALDÍNO A KAMILA. Bábkové divadlo Žilina (Slovensko)**. Tragikomický příběh osudové lásky mezi romským mládencem a jeho nevlastní sestrou. Pro diváky od 8 let.

■ 16.00 h, alternativní scéna, **STRAŠPYTLÍK MUKO, Divadlo loutek Ostrava**. Dobrodružná pohádka o tom, že nuda, samota a strach jsou jako nemoci, které se dají léčit. Pro děti od 5 let. Beseda po představení.

■ 18.30 h, hlavní scéna, **ŘEDITELSKÁ LÓŽE, Divadlo v Řeznické (Praha)**. Chlapské přátelství, rivalita i lásky dvou starých „komediantů“ v černé komedii se Stanislavem Zindulkou a Aloisem Švehlíkem. Pro dospělé. Po představení beseda se Stanislavem Zindulkou.

■ Galerie loutek, **NEVÍDANÉ OKAMŽIKY, Divadlo loutek Ostrava**. Komponovaný pořad z prózy a poezie zrakově postižených autorů. Pro dospělé.

■ Cooltour, **RELIQUIARIUM. Depresivní děti touží po penězích (Praha)**. Výtvarně-sociálně-divadelně-duchovní happening, jehož hlavními tématy jsou duchovno a komerce v dnešní společnosti. Pro dospělé.

26. září

■ 9.00 h, alternativní scéna, **PAULA A LEHKOST BYTÍ, Theater Junge Generation (Německo)**. Pohádka o baculaté holčičce a hodném strýčkovi, který fantazií překoná nejen dětský smutek, ale i zemskou tíži. Pro děti od 10 let se znalostí němčiny.

■ 9.30 h, hlavní scéna, **ŘEČ DUŠE, Bílá holubice a hosté (Ostrava)**. Poetická divadelní koláž o lidských citech a snech, o našich bojích, o úžasu, pokoře, o lásce k životu a vděčnosti. Pro mládež a dospělé.

■ 16.00 h, alternativní scéna, **ZLATÝ KOLOVRAT. Ateliér výchovné drama-**

tky pro Neslyšící DIFA JAMU (Brno). Jevištní zpracování balady K. J. Erbena v pro vedení slyšících i neslyšících herců a tlumočnic znakového jazyka. Pro mládež a dospělé.

27. září

■ 9.00 h, alternativní scéna, **CESTA KOLEM SVĚTA ZA ABSOLUTNÍ TMY, Studio Damúza (Praha)**. Originální zážitkové divadlo na motivy známého Verneova příběhu, určené všem smyslům kromě zraku. Pro mládež i dospělé.

■ 9.30 h, hlavní scéna, **TUČŇÁCI NA ARŠE, Divadlo loutek Ostrava**. Veselé a napínavé dobrodružství tří rozpustilých tučňáků při potopě světa. Pro děti od 6 let

■ 17.00 h, alternativní scéna, **ZLATÁ RYBKA NAOKO TANIGUCHI (Japonsko)**. Pohádka o tajemství lidského štěstí z pohledu ostrovanů závislých na bohatství nekonečného moře. Pro celou rodinu s dětmi od 5 let.

■ 19.00 h, alternativní scéna, **SVATÁ ZEMĚ, Divadlo Unlimited (Praha)**. Mrazivý příběh z muslimského světa formou strhujícího divadla s Ondřejem Pavelkou v hlavní roli. Pro dospělé.

O divadle

Divadlo loutek Ostrava je profesionální scénou pro děti a mládež severomoravského regionu. Sídlí v nové divadelní budově v centru Ostravy na okraji Výstaviště Černá louka.

Divadlo loutek Ostrava hraje v pracovním týdnu denně dvě představení pro žáky mateřských a základních škol nebo pro studenty středních škol. Pondělní večerní představení jsou určená dospělým divákům. Divadlo hraje také každou neděli dopoledne i odpoledne pro děti a jejich dospělé.

V roce 2011 byla otevřena nová přístavba. Ta návštěvníkům nabízí alternativní scénu – divadelní sál s variabilním hledištěm, na který navazuje amfiteátr, a galerii loutek s cukrárnou. Ostravským unikátem je loutkový orloj na průčelí přístavby.

Další informace:

Divadlo loutek Ostrava, příspěvková organizace, Pivovarská 3164/15, 728 32 Ostrava 1, předprodej vstupenek – tel.: 596 100 501, info@dlo-ostrava.cz, www.dlo-ostrava.cz.

**Přijďte i Vy do Ostravy
na divadelní pouť
bez bariér!**

Nedotknutelní

Přirozený a dojemný film

„Ani nezná slitování – no a právě o to jde...“ reagoval hlavní hrdina francouzského filmu **Nedotknutelní** Phillipe (François Cluzet), když mu vymlouvali jeho nového ošetřovatele.

Neumím se rozhodnout, kde je v tomto francouzském snímku z roku 2011 hranice mezi komedií a dramatem. Přesto vnímám, že jde o jeden z nejpříjemnějších, nejpřirozenějších a nejdojemnějších filmů s prvky černého humoru a zároveň místy, kdy se musíte i přes slzy smát. Téma je smutně dramatické – ochrnutý a bohatý aristokrat Philippe si za svého nového opatrovníka vybere Drisse (Omar Sy), živelného mladíka z předměstí, kterého právě propustili z vězení. Najde si na tuto práci tu nejméně vhodnou osobu. Podaří se jim však propojit své, pro každého tak specifické, náhledy na život a dění v něm – vážnou a populární hudbu, serióznost a žovíální vtípky, luxusní obleky a tepláky. Sledujeme komedii o tom, že ani od krku po prsty u nohou nepohyblivý člověk, odkázaný na pomoc druhých, nemusí ztratit smysl života. Režisér společně s herci použil prvky, kdy na případu člověka upoutaného na invalidní vozík ukázal příběh, který ale nevyužívá lidského utrpení ke zvýšení emočního náboje snímku, ale staví se k věci ze zcela jiného úhlu – s respektem, ale s o to větší lidskostí.

Cítím také radostnou povinnost zmínit se o skvělých hereckých výkonech především hlavních dvou protagonistů – Françoise Cluzeta a Omara Sye.

Film je ke stažení na:

<http://www.film-ke-shlednuti.net/nedotknutelní-2011>

Blanka Falcíková



Nedotknutelní (v originále Intouchables), Francie, 2011, 112 min. Režie: Olivier Nakache

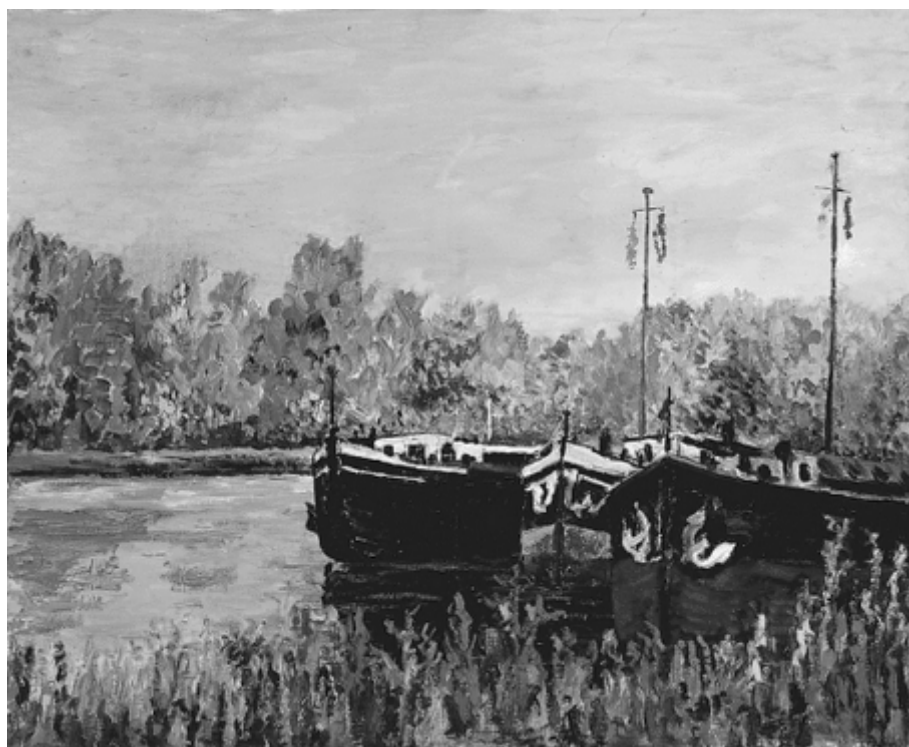
Galerie UMÚN

Umělci malující ústy a nohama

Marlyse TOVAE, Švýcarsko



Marlyse Tovae se narodila ve Štrasburku v roce 1933 bez rukou. Pocházela z dělnické rodiny a žila na předměstí. Ještě jako dospělá měla v živé paměti své dětství narušené nálety za německé okupace a zatčením svého otce. Obdivovala svou matku pro její odvalu a sama se stala mimořádnou osobností. Tvrdohlavou, vnímavou a náročnou samu na sebe. Rodiče ji vedli k samostatnosti a každodenním povinnostem, jako by byla zdravé děvče. Marlyse navštěvovala farní školu a v dobách svého studia na vysoké škole a Akademii ve Štrasburku a Alsasku začala chodit na výstavy talentovaných malířů. Od té doby se věnovala výhradně malbě. Kromě ní pronikla také do umění mozaiky, koláže kovů nebo výšivky. V roce 1956 se podílela na vzniku sdružení pro umělce s handicapem spolu s malířem Erichem Stegmannem. Později zastávala funkci prezidentky sdružení. Zemřela po krátké nemoci 28. července 2001.



Lodě na břehu

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>

Poezie z Vašeho pera

Máma

*S maminkou jsi jako jarní kvítí.
Pohledem tě zahřeje.
Sluníčko jí denně z očí svítí,
i když jsou venku zívěje.*

*K matce vždycky můžeš přijít
a nemusíš se bát,
že nepřijme tě v tuto chvíli,
že jdeš nevhod snad.*

*Máma je přístav, kam se vracíš
i ze vzdálených cest.
Jsou lásky, různou dobu trvající,
však tato stálá jest.*



Láskyplná křídla

*Mámo naše milá,
moje milá mamko,
postýlka jsi byla
a já kojeňátko.*

*Peřinkou jsi byla,
když byl venku mráz.
Láskou jsi tříbila,
co bylo špatné v nás.*

*Jako křídla ptačí
svá ptáčátka chrání,
i nás chránívala
láska mojí mámy.*

*Děkovala jsem Ti
za tvoje oběti.
Dobře si vědoma,
jak čas rychle letí.*

**Autor: Jarmila Králová ze Staříče,
„Básničky lásky“
web: www.jarmila.estranky.cz**



Unikátní survival proniká i do Evropy

Hlavní myšlenkou **Generali survival** je integrovat klání paraplegiků do závodu nehandicapovaných. Tento projekt ve světě nemá obdoby: obě kategorie měří síly v několika průnikových disciplínách. A emoce vozičkářů po závodě jsou samozřejmě stejné jako u nehandicapovaných závodníků.

V Poněšicích u Hluboké nad Vltavou odstartoval 8. června (dvě hodiny před půlnocí) **11. ročník čtyřdvacetihodinového nonstop závodu dvojic v přírodním víceboji, spojený s 2. ročníkem stejného závodu vozičkářů**. Na start se postavilo přes třicet párů sportovců, z toho devět handicapovaných s doprovodem. Velkým uznáním pro pořadatele byla i účast pozorovatelů z francouzské Universitě Joseph Fourier Grenoble. Učitelé tamní pedagogické fakulty projevíli zájem zorganizovat podobný podnik a načerpat před tím zkušenosti z Čech.

Těsně po startovním výstřelu začalo přšet a patrně nikdo ze závodníků nepočítal s tím, že skoro dvacet hodin stráví ve vodě, chladu a bahně. Extrémní nečas byl velkou zkouškou i pro pořadatele, kteří na rozloze téměř sto kilometrů čtverečných museli udržet v chodu dvacítku disciplín. Závod se sice obešel bez vážnějších zranění, ale pět dvojic boj v extrémních podmínkách (kdy se například vozíky až po náboje bořily do bahna) vzdalo.

A o jaké disciplíny vlastně šlo? Noční i denní orientační běh, jízdu na čtyřkolce, horském kole i handbike, lezení po umělé stěně, slalom na divoké vodě, plavání, golf, střelbu z luku i pistole, jízdu na vozičku pro nehandicapované závodníky a další. V kategorii vozičkářů zvítězili **Zdeněk Krupička a Čestmír Procházka**.

Po velmi náročných výkonech sportovců i pořadatelů lze předpokládat, že tento tradiční závod si svoji jedinečnost podrží do dalšího ročníku a stane se snad i „vlajkovou lodí“ pro Evropu.

(di)

Foto: Míra Rygl



Paralympijské hry Londýn 2012

„Dívejte se ke hvězdám, ne do-
lů k nohám.“ Takový vzkaz předal
účastníkům paralympijských her
v Londýně a divákům po celém
světě slavný astrofyzik Stephen
Hawking. Ten byl spolu s britskou
královnou Alžbětou II. jednou
z hlavních hvězd slavnostního
zahájení 14. paralympiády.



Velkolepou show, která si v ničem ne-
zadala s ceremoniálem olympijských her,
byly 29. srpna zahájeny 14. paralympijské
hry. Zúčastnit se jich mělo 4 200
sportovců ze 165 zemí, z toho 46 českých
paralympioniků.

Českou vlajku přivezl na plochu
Olympijského stadionu, který zaplnilo 62
tisíc diváků včetně britské královny Alž-
běty II., paraplegik a nyní už pětinasobný
paralympionik Rostislav Pohlmann. Stejně
jako před měsícem při slavnostním
zahájení olympijských her a při některých
vyhlášeních našich vítězů a medailistů
měli někteří členové české výpravy na
nohou holínky, které byly nárazkou na
typické britské počasí.

Tématem slavnostního ceremoniálu
bylo „osvěcení“ a průvodcem slavný fyzik
Stephen Hawking, jenž trpí amyotrofickou
laterální sklerózou a který zahájil
program z tribuny. Ceremoniál obsahoval
zobrazení Velkého třesku či Newtonův
objev gravitace, s kterou všichni sportovci
upoutání k Zemi bojují.

V show mimo jiné vystupovalo 73
neslyšících a postižených profesionálních
umělců a 68 postižených z řad dobrovol-



Zapálení olympijského plamene na Olympijském stadioně v Londýně

níků. Účastníky paralympiády čekalo 20
sportovních odvětví, ve kterých bojova-
li o 1 509 medailí. Naši sportovci přivezli
před čtyřmi lety z paralympiády v Pekingu
27 medailí, z toho šest zlatých.

Rozsáhlý materiál z Londýna připravu-
jeme pro vánoční číslo Vozky.

(red)

Co předcházelo sportovní paralympiádě?

■ Z bojišť 2. světové války se vrací
statisíce zraněných a psychicky zlome-
ných lidí. Řadě z nich chybí motivace
začlenit se zpátky do života.

■ Neurochirurg Ludwig Guttmann se
tehdy handicapované vojáky v Anglii
pokusil k aktivitě motivovat sportem.
Začal praktikovat jakési rehabilitační
sportovní terapie. Řadě z nich se vrátily
sebevědomí, sny a cíle.

■ V roce 1948, kdy proběhly letní olym-
pijské hry v Londýně, uspořádal Gut-
tmann sportovní klání pro pacienty v areá-
lu nemocnice Stoke Mandeville Hospital
v Aylesbury. Tehdy se her zúčastnilo pou-
hých šestnáct lidí, z toho dvě ženy. Už
tehdy si Guttmann přál uznání handicapo-
vaných sportovců a chtěl pro ně soutěž
srovnatelnou s klasickou olympiádou.

■ O dvanáct let později se v Římě poprvé
odehrála paralympiáda ve stylu olym-
pijských her. Zúčastnilo se jí 400 sportov-
ců z 23 států.

■ Od roku 1992 se olympiáda a para-
lympiáda konají vždy s dvoutýdenním
odstupem a obě sportovní klání využívají
stejný organizační tým.

■ Dřívější robustní invalidní křesla se
změnila v závodní „tříkolky“, pružné pro-
tézny umožňují současným závodníkům
s oběma amputovanými končetinami běhat
jako o život.



Defilé české paralympijské výpravy na Olympijském stadioně

Mistrovství České republiky spastiků v atletice

• Hod koulí, diskem, oštěpem, míčkem, kuželkou • Běh • Skok do dálky

V sobotu 2. června 2012 proběhlo **Mistrovství České republiky spastiků v atletice** na stadiónu Atletického klubu Bílina na Kyselce. Hlavním pořadatelem byla **TJ zdravotně postižených Nola** z pověření České federace Spastic Handicap, o. s. za podpory města Bílina a ve spolupráci s Atletickým klubem Bílina.

Závodilo se dle ustanovení pravidel atletiky IAAF a IPC, brožury „Atletické soutěže 2012“ a podle ustanovení vydaných propozic. Na závody dohlížela delegátka IPC Elena Barrios.

Výsledky MČR spastiků v atletice

Muži chodící A–M

- 100 m – Brych Oldřich, SK Pardubice – 13,80 sec.
- 200 m – Brych Oldřich, SK Pardubice – 28,70 sec.
- 800 m – Polák David, SK Jedlička Liberec – 3:14,00 min.
- 1 500 m – Žabenský Miroslav, TJ Nola Teplice – 5:19,19 min.
- Dálka – Kohout Jiří, SC OA Janské Lázně – 4,98 m
- Koule – Vrátil Petr, SC Jedličkova ústavu Praha – 10,64 m
- Disk – Polívka Josef, TJ Nola Teplice – 38,52 m
- Oštěp – Vrátil Petr, SC Jedličkova ústavu Praha – 37,24 m

Muži vozík W–M

- 100 m – Šoun Bohumil, SC Jedličkova ústavu Praha – 36,14 sec.

Muži vozík W–M 31–33

- Koule – Serbus František, SC Jedlič-



Daniela Vrátilová – oštěp, SC JÚS



Roman Musil z TJ Nola Teplice zvítězil v hodu koulí, diskem i oštěpem

- kova ústavu Praha – 6,94 m
- Disk – Serbus František, SC Jedličkova ústavu Praha – 20,32 m
- Oštěp – Hindr Jiří, TJ Spastic Sport Praha – 6,71 m
- Kuželka – Serbus František, SC Jedličkova ústavu Praha – 26,74 m

Muži vozík W–M 34

- Koule – Musil Roman, TJ Nola Teplice – 9,61 m
- Disk – Musil Roman, TJ Nola Teplice – 25,17 m
- Oštěp – Musil Roman, TJ Nola Teplice – 20,14 m

Hoši chodící A–H

- 60 m – Šabata Vojtech, TJ Nola Teplice – 10,40 sec.
- Míček – Proft Jan, TJ Léčebna Košumberk – 24,80 m

Hoši vozík W–H

- 60 m – Moiseev Dannil, SK Kociánka Brno – 30,44 sec.
- Míček – Havel Matěj, 1C – 7,32 m

Ženy chodící A–F

- 100 m – Luxová Anna, SC Jedličkova ústavu Praha – 17,30 sec.
- 200 m – Vejražková Anežka, TJ Léčebna Košumberk – 31,24 sec.
- 800 m – Šulcová Denisa, SK Jedlička Liberec – 4:02,55 sec.
- 1 500 m – Šulcová Denisa, SK Jedlička Liberec – 8:54,12 sec.
- Koule – Berná Eva, TJ Nola Teplice – 10,37 m

- Disk – Vrátilová Daniela, SC Jedličkova ústavu Praha – 27,87 m
- Oštěp – Vrátilová Daniela, SC Jedličkova ústavu Praha – 26,76 m

Ženy vozík W–F

- 100 m Petra – Zezulková Miloslava, TJ Spastic Sport Praha – 49,19 sec.
- Koule – Písaříková Vendula, SK Pardubice – 3,27 m
- Disk – Písaříková Vendula, SK Pardubice – 4,89 m
- Oštěp – Kazdová Simona, SK Kociánka Brno – 6,36 m
- Kuželka – Písaříková Vendula, SK Pardubice – 11,92 m
- Měkký disk – Petrementová Lucie, TJ Léčebna Košumberk – 5,59 m
- Hod dálka – Petrementová Lucie, TJ Léčebna Košumberk – 2,92 m

Dívky chodící A–D

- 60 m – Hájková Eliška, TJ Nola Teplice – 13,90 sec.
- Koule – Němečková Veronika, TJ Spastic Sport Praha – 7,08 m
- Míček – Němečková Veronika, TJ Spastic Sport Praha – 22,35 m

Dívky vozík W–D

- Koule – Koukalová Kateřina, TJ Léčebna Košumberk – 3,95 m
- Míček – Koukalová Kateřina, TJ Léčebna Košumberk – 9,70 m
- Kuželka – Lavičková Zuzana, 1C – 4,10 m.

Pavla Vrbová

Pro vzájemný respekt, pomoc a lepší výkony

Novinka Černých koňů: Přímý GPS přenos dat o handicapovaných na dráze

„Dnes už není nikomu divné, když vidí vozičkáře na závodech horských kol. Lidé, ať s handicapem nebo bez, k sobě našli cestu a navzájem se na závodech respektují, pomáhají si a povzbuzují k lepším výkonům. A když to jde ve sportu, musí to jít i v životě,“ říká předseda občanského sdružení Černí koně z Nových Jíren Tomáš Pouch.

Černí koně už třetí rok organizují Český pohár MTB handiCUP a Mistrovství České republiky horských kol handicapovaných cyklistů. Proto nechyběli ani na dalším ze závodů Cyklomaratón Tour 2012, který se v červenci uskutečnil jako „RWE OKOLOÚSTÍ“ se startem a cílem na fotbalovém hřišti v Roudnicích. Tentokrát to byli tři muži a jedna žena: Radek Fabián, Jan Pihra, Jiří Bajer (v tomto pořadí dorazili do cíle) a Petra Hurtová.

Skvělá novinka – raceHELP

Letos v poháru startuje v šesti kategoriích celkem 31 handicapovaných cyklistů, z nichž je 11 handbikerů. „RWE OKOLOÚSTÍ“ byl v této sezoně již devátým závodem zařazeným do Českého poháru MTB handiCUP. Čtyři podniky mají cyklisté ještě před sebou.

Pro letošní cyklistickou sezonu však připravili Černí koně absolutní novinku, **přímý GPS přenos výkonů z trati jednotlivých závodníků**. Přenos dat s GPS souřadnicemi zajišťují mobilní telefony, které jsou schopny uvádět i další údaje (aktuální rychlost a srdeční tep). V zázemí sobotního závodu tak mohl Tomáš Pouch sledovat online polohu handicapovaných závodníků. „Dokonce z pohodlí domova tak mohou svým závodníkům fandit přá-



Snímek ze závodu „OKOLOHRADCE“

telé i celá rodina, protože aktuální pozice závodníků je online na internetu,“ přibližuje výhody předseda sdružení. „Hlavním přínosem přímých GPS přenosů je ale raceHELP. Každý handicapovaný si v případě potíží může přivolat pomoc a organizátoři mohou ihned vyhodnotit, vzhledem k pozici, efektivní způsob pomoci,“ dodává.

Třetí ročník oficiálního Českého poháru handicapovaných v horské cyklistice handiCUP 2012 díky této novince získal i větší mediální podporu.

Jsou blátu blíž...

Handicapovaní bikeri to mají proti těm zdravým o hodně těžší, to je jasné. Zvláště,

když terén nestačí po vydatném dešti do druhého dne pořádně vyschnout. Tak jak tomu bylo i při závodě OKOLOÚSTÍ. Ve svých speciálních kolech na ruční pohon jsou blátu mnohem blíž než ostatní cyklisté a na trati se v některých úsecích, stejně jako jejich doprovody, pořádně zapotí.

Pro handbikery je to obrovská dřina, ale korunovaná pocitem velké radosti a uspokojení pokaždé, když projedou cílem. A v tomto závodě ho mohli vychutnat všichni z kvarteta, kdo na handbiku OKOLOÚSTÍ jeli.

„Závodů horských kol se účastní nemalá část naší populace. Troufnu si odhadnout, že svět cyklistiky handicapovaných tak trochu představíme během jedné sezony deseti tisícům lidí, a to je opravdu nemalé číslo,“ míní Tomáš Pouch.

Kdo jsou Černí koně a co chtějí?

Černí koně, o.s., je nezisková organizace, která si dává za cíl rozvoj cyklistiky handicapovaných a úplné propojení s běžnou cyklistikou. Uskutečňují paralelně několik projektů, z nichž hlavní je realizace **oficiálního Českého poháru handicapovaných v horské cyklistice**.

Další informace a kontakty pro zájemce o spolupráci či aktivní činnost: Černí koně, o. s., Cyrilovská 48, 250 90 Nové Jírny, cernikone@email.cz, www.cernikone.cz.



Závod „OKOLOÚSTÍ“

(di)

„1 000“ mil handbikera Matěje Kužílka

Extrémní závod napříč Českem a Slovenskem

Motto:

„Dílejší osobní vítězství, dosažení svého vlastního cíle, sebepřekonání, nabytí sebedůvěry, pocit pokory, úcta k soupeři i přírodě, poznání i sebepoznání, strach i euforie, radost i bolest... A hlavně velké dobrodružství, to by měl být hlavní motor pro každého účastníka závodu!“

Závod **Craft 1000 Miles Adventure** poprvé odstartoval 3. července 2011 a zúčastnilo se ho 89 závodníků ze tří států. Závod je otevřen pro bikery, běžce, chodce, koloběžkáře a všechny, co se pohybují vlastní silou. Stanoven je pouze start a cíl a trasa přírodou, kterou musí závodníci dodržet. Kdy a kde spí, kdy jedou, co jedí, je jen na nich. Cílená podpora je zakázána. Oproti Americe, Aljašce, Austrálii či Asii jsou v Evropě možnosti týkající se velkých prostor a odloučenosti omezené, nicméně účastníkům i tak závod přinese velkou dávku dobrodružství, nenadálých příhod a nového poznání. Délka by opět měla být cca 1 000 mil napříč Českem a Slovenskem.

Honza Kopka

Kopce dají zabrat, Boží Dar zvlášť

1. července 2012 ve 14 hodin zahájili

114 závodníků v Hranicích u Aše 2. ročník závodu a na startu byl i **handbiker Matěj Kužílek z Kopřivnice** se startovním číslem 130. Matěj si se svým doprovodem (Renata Staňková, Saša Gebauer) upravil trasu a **dal si za cíl dojet do 1. kontrolního bodu CP1 v Raspenavě v Jizerských horách**. Na startu překvapuje počasí. Místo včerejších 36 °C čeká závodníky vytrvalý déšť a zima. Je 16 °C, což je pro Matěje, který sedí na handbiku jen pár centimetrů nad zemí, dost nepříjemné... I přesto překonává v kopcovitém terénu prvních 50 km a nocuje v Plesné.

Den druhý: Kopce nabírají grády. Nikdo nezávidí Matějovi ruční pohon. Naštěstí už prší minimálně. Při nutné zastávce u rašeliněště ihned zaútočí množství komárů. Za pět minut má Matěj i jeho doprovod tolik píchanců, jako za celý dosavadní život! Rychle na kola a pryč. Další nocleh je v Horní Blatné.

Den třetí: Matěj s doprovodem vyráží na Boží Dar, nejvyšší bod upravené trasy. Matějovy paže statečně překonávají brutální stoupání. Rychlostní průměr klesá na 10 km/h. Při prudkém sjezdu do Ostrova nad Ohří přichází první defekt. Naštěstí je dost času na opravu ve vlaku, kterým se přepravují do Chrastavy. Ochotní chlapi z nádražní hospody pomáhají nakládat kola a handbike.



Den druhý: Kopce nabírají grády

Matěj je borec

Den čtvrtý: Hned ráno zjišťujeme další defekt. Rychlá oprava a start, abychom byli co nejdříve na kontrolním stanovišti CP 1 v Raspenavě. Tam panuje dobrá nálada, pracovníci se nenudí, zažívají pořádný frmol. Mezi závodníky přijel i Martin Trojan, který chtěl zkontrolovat ránu na noze. Na Cínovci si sám zašil tržnou ránu na noze – 4 stehy. Pomáhal mu s tím Zdeněk Hron, který je sice doktor, ale zubař.

Do CP 1 po mírném bloudění také šťastně doráží i Matěj. Úsměvy, cvakání fotoaparátů a radost. Gratulujeme mu za obrovský výkon a doufáme, že se s ním setkáme i příště. I tak těžký závod, jako je Craft 1 000 Miles Adventure, se dá absolvovat na handbiku.

Více na www.1000miles.cz. Akci finančně podpořilo Statutární město Ostrava, ABAK – počítadlo o.s. a Moje kolo.

Děkujeme všem, kdo tuto akci zorganizovali a podpořili!

Renata Staňková a Saša Gebauer – doprovodný tým



Matěj Kužílek se svým doprovodem Renatou Staňkovou a Sašou Gebauerem

Brněnské závodní postřehy 2012

- Vozíčkář Vlád'a Novotný – fanda motorek a závodník na čtyřkolce
- Co je Moto Klub Vozíčkářů a Handy Cup
- Volné vstupenky vozíčkářům na MotoGP • Brno má co zlepšovat

Všichni fandové silných motorek a správných lidí „od motorek“ se sjeli o víkend 20.–22. července tradičně do Brna na krásné závody superbiků – **Superbike World Championship 2012**. Po MotoGP je to druhá nejprestižnější motocyklová soutěž na světě. Loňským mistrem světa SBK se stal čtyřicátník Carlos Checa ze Španělska a letos obhájuje titul v boji s italskými esy Marcem Melandrim, Maxem Biaggim a Angličanem Tomem Sykesem. Mezi jezdci na startu jste mohli potkat také usměvavého Američana Johna Hopkinse, který následkem loňské nehody v Brně a dalších pozdějších havárií nakonec v lednu přišel o prst na pravé ruce. Že by se však proto Brnu vyhýbal? Právě naopak – má ho prý pořád stejně rád! Fotku pahýlu bez rozpaků zveřejnil na internetu a prohlásil, že chce zase vyhrávat.

Správní chlapi Míra s Vlád'ou



Technik Míra a pan Vlád'a se synovcem nedají na motorky dopustit

V sobotu jsme potkali pana **Vladimíra Novotného z Chrudimi se synovcem**, oba sportovně oblečení ve stylovém triku svého hostitele – týmu Kawasaki Intermoto Step. Francouzský jezdec týmu – Fabien Foret – dokonce v Brně zvítězil v kategorii Supersport 600. Tým vede český manažer Jozka Kubíček, který je známý všem fandům MotoGP jako televizní komentátor.



Míra s Vlád'ou u vítězné motorky kategorie Supersport 600, kterou „sedlal“ Fabien Foret

Pan Novotný je 14 let na vozíčku a při jednom ze svých rehabilitačních pobytů v Kladruzech se setkal s Mírou, motorkářem po těžké nehodě, kterou utrpěl na místě spolujezdce. Jako zázrakem se Míra ze svých těžkých zranění dostal a dále pracuje (už sedmý rok) jako technik právě ve světovém šampionátu pro tým Intermoto. Jako výraz přátelství pozval pana Vlád'u přímo do centra superbikového dění – do garáže týmu. Nerad na období své havárie vzpomíná a užívá si svou práci snů, díky níž už procestoval celý svět. Tragický počet havárek motorkářů u nás přičítá nezkušenosti jezdců, příliš silným strojům, které si pořizují, nerozvážnosti, rychlé jízdě, ale také neohleduplnosti ostatních řidičů na cestě. Ta je v porovnání se zahraničím tristní.

Handy Cup

Pan Novotný je fanda do motorek už od mládí a sám statečně jezdí na terénní čtyřkolce 4×4. Se svými přáteli vede aktivity občanského sdružení **Moto Klub Vozíčkářů (MKV)**. Zajímavé informace o jeho aktivitách se dozvíte na stránkách www.mkvcr.cz.

Sdružení pořádá **6 závodů čtyřkolek do roka**. Tento boj o pohár pojmenovali

originálně **Handy Cup**. Systém bodování závodů je spravedlivý: jezdí se 2 jízdy a ten, kdo dosáhne nejmenšího rozdílu ve výkonu i časech, je nejlepší a vyhrává. Klub spolu s Rehabilitačním ústavem v Kladruzech pořádá pro pacienty i širokou veřejnost **motosraz Respekt** – uznávanou, oblíbenou a přínosnou akci, kterou každým rokem navštíví tisícovka lidí, z toho tak 200 motorkářů. Akci provází koncerty, besedy, workshopy a samozřejmě dobrá nálada. Smyslem akce je připomenout rizika a respekt k druhým v silničním provozu.



Borci v boji o Handy Cup, archiv MKV

Volné vstupenky vozíčkářům

Na závodní víkend MotoGP, letos 24.–26. srpna, vedení okruhu připravilo **speciální balíček** pro lidi se zdravotním postižením – držitele průkazu ZTP/P –, který obsahuje vstupenku pro něj a doprovod a taky speciální parkovací kartu. Parkování vozidla bylo umožněno na pátek, sobotu a neděli a bylo zpoplatněno. Tento balíček si mohli držitelé průkazu objednat po zaslání kopie průkazu ZTP/P na email brněnského okruhu a po zpětném potvrzení oprávněnosti objednávky. Za parkování museli uhradit 1 000 Kč a balíček obdrželi nejpozději 3 týdny před konáním akce. O tom, co připraví vedení okruhu pro lidi s handicapem na příští rok, vás budeme informovat v jarním čísle Vozky 2013.

Brno má co zlepšovat

I přes výhody, které brněnský okruh lidem s handicapem nabízí, je stále ještě pozadu za svými světovými i evropskými konkurenty. V Anglii např. existují **speciální tribuny pro vozíčkáře**. Jsou umístěny na přehledných místech, aby byl zajištěn co nejlepší a zároveň bezpečný výhled. A bývá na nich plno, jak nám potvrdil sám Mirek z týmu Intermoto. V Brně **není vůbec vyřešen podchod pod tratí**, kterým proudí davy diváků sem

a tam během celého víkendu.

Jak si můžete všimnout na fotografii, která zrovna zachycuje vozíčkáře s partou přátel, bez silných paží a ochoty druhých je podchod nedostupný. Toto je ale značně riskantní řešení pro všechny zúčastněné. Uzvednout vozík a vrávorat s ním po úzkých schodech, kterých není málo, je hodně náročné i pro čtyři zdatné muže.



Bez pomoci silných paží je vozíčkář ztracen

Brněnský okruh s pověstí jednoho z nejlepších závodních okruhů na světě, oblíbeného téměř všemi generacemi zá-

vodníků, by si zasloužil modernizaci i v rámci bezbariérovosti. Vždyť v mnoha případech právě láska k motorismu „přivedla“ řadu lidí na ortopedický vozík a ti i přes nepřízeň osudu na svou lásku většínou nikdy nezanevrou.

Další informace:

- O Handy Cupu se dočtete na <http://www.mkvcr.cz>
- Více o brněnském okruhu najdete na <http://www.automotodrombrno.cz>
- O akci Respekt pořádané motorkáři v Kladrubech se dočtete na <http://www.keeprespect.cz/>

Text a foto: Hana Klusová



Motosraz Respekt každoročně obohacuje bohatý kulturní program, foto www.keeprespect.cz

Miroslav Brychta: Dlouhodobá česká jednička v tenise

Po dvaceti letech na vozíku má život naplněný víc, než kdyby chodil

„Na škodovce nám upadlo zadní kolo a dostali jsme smyk. Pak jsme narazili do železného šrotu a jedna z trubek, která z něj trčela, našla moje záda,“ říká Miroslav Brychta. „Přitom jsme jeli v obci padesátkou, takže to nebyla žádná závratná rychlost. A byl jsem pořád při vědomí, neměl jsem ani oděrku, ani nikomu dalšímu v autě se nic nestalo...“

První dny poté byly krušné. Asi tři měsíce ležel ve vojenské nemocnici v Brně a pak byl převezen do Hrabyně, kde mu doktoři natvrdo řekli, že už se nikdy nepostaví. „Před úrazem jsem hodně sportoval. Hrál jsem závodně basketbal, plaval jsem, v atletice jsem reprezentoval školu, ale nakonec jsem zakotvil u fotbalu,“ vzpomíná Miroslav Brychta. „Jenže fotbal se na vozíku hrát nedá, a když jsem nějakou dobu hledal nejvhodnější sport, dostal jsem se po pěti letech k tenisu, který se u nás teprve zakládal. Začal jsem do toho šlapat, trénoval šestkrát týdně na kurtech i v posilovně. Po tři čtvrtě roce jsem se stal českou dvojkou



Miroslav Brychta: „Při tenisu na vozíku může míč oproti klasickému tenisu odskočit na soupeřově polovině dvakrát (tzv. dvojdopad), ale ve vrcholových soutěžích se toto pravidlo stejně využívá jen málo.“

a potom jsem na pěknou řádku let vystřídal jedničku...“

Výjimečný sportovec, skvělý otec

Zahrál si mimo jiné exhibici s Jiřím Novákem i Tomášem Berdychem. Byl také na Australian Open i třikrát ve Wim-

bledonu, kde se setkal se spoustou hráčů světových jmen. Nejednou mu za jeho výkony vysekli poklonu.

„Jistěže člověk uvažuje o tom, jak by rád úraz vrátil zpátky, ale když se s ním srovná, tak – i když to může znít divně – řekl bych, že po dvaceti letech na vozíku mám život víc naplněný a více jsem prožil, než kdybych chodil. Mám velkou rodinu, tři děti, takže jde také o to je vychovat. A před třemi lety jsem se dal na monolyži – sjet ten svah se synem, to je perfektní pocit...“

Miroslav Brychta je prostě ukázkovým příkladem člověka, kterého osud nezlomil. Je výjimečným sportovcem i v pětáctičetiletých letech, kdy poráží až o generaci mladší hráče. V současné době mu titul české jedničky ve dvouhře jen o vlásek „vyfouknul“ Michal Stefanu a dá se očekávat, že se s tím Miroslav Brychta jen tak nesmíří. Ostatně, ve čtyřhře je u nás stále na první příčce a ve světovém žebříčku patří mezi padesát nejlepších.

(di)

Na vozíku v mořských hlubinách

Umění, či sport?

Sue Austinová z anglického hrabství Devon je od roku 1996 upoutána na invalidní vozík. I přesto žije plnohodnotný život. Se svým speciálně upraveným vozíkem, na jehož výrobě se podílela, se dokonce i potápí. Podvodní plavání na vozíku teď navíc povýšila na umění.

O Sue Austinové se začalo psát ve spojení s paralympiádou, když před hrami vykonala několik ponorů na speciálním invalidním vozíku. S pomocí kvalitní



videokamery se podařilo vytvořit umělecky působící záběry, které ukazují, že invalidita nemusí lidi omezovat tak, jak by jejich okolí očekávalo.

Vozík, jehož vytvoření financovala loterijní společnost, je vybavený nafukovací membránou, stejně tak jako ploutví a ovládacím systémem použitelným pod vodou. Austinová s vozíkem podnikla

několik vystoupení na samotném konci srpna při příležitosti startu několika plaveckých disciplín.

„Jsem nadšená, že tento projekt už inspiroval velké množství lidí. Už za mnou bylo mnoho lidí a říkali mi, jak by to chtěli také vyzkoušet,“ radovala se Sue.

Zdroj: Novinky.cz

roska
ČASOPIS ČESKÉ MULTIPLE SCLEROSIS SPOLEČNOSTI

ROČNÍK XXIX
1
2012

„Vanilky“ bodovaly
Světový den RS v Ostravě
Roztroušená skleróza v pohybu

**časopis pro lidi
s roztroušenou sklerózou
a ty, kteří se jim věnují
nebo se o ně zajímají**

aktuality a zajímavosti
osudy, životní příběhy lidí s RS
slovo lékaře
ze zahraničí
akce, sport, výlety
literární a výtvarná tvorba lidí s RS
rehabilitace a zdravotní výživa
sociální a právní poradenství
inzerce, ohlasy a názory
luštění pro bystré hlavy

Vydavatel: Unie Roska, Česká MS společnost,
Senovážné nám. 2, 110 00 Praha 1, tel./fax: 224 267 198,
roska@roska.eu

Vychází 4 x ročně v cyklu jaro, léto, podzim, zima
Formát A 4, rozsah cca 64 stran a příloha
Cena jednoho čísla 19 Kč, roční předplatné 76 Kč

www.roska.eu

ROČNÍK XXIX

1
2012

ROČNÍK XXIX

2
2012

ROČNÍK XXIX

3
2012

ROČNÍK XXIX

4
2012

Tři letní týdny patřil plavecký stadion ve Strakoncích Kontaktu bB



Kontakt bB – občanské sdružení zaměřené na výuku plavání jako zdravotní rehabilitaci zde soustředil desítky dětí ze čtyř středisek sdružení: Prahy, Brna, Karlových Varů a Českých Budějovic. Tréninku se zúčastnila také Milada Kunová, držitelka první vozíčkářské medaile z Mistrovství světa z Nového Zélandu 1998 a finišmanka zlaté ženské štafety ze Mistrovství Evropy ve Stockholmu 2001.

Na dovolené v turecké Alanyi

Reportáž Michala Pospíšila

Po čtyřech letech jsem se asistentkou-mamkou vrátil do **turecké Alanye**.

Po příletu na letiště v Antalii a cestě dlouhé 130 km jsme se ubytovali ve čtyřhvězdičkovém hotelu **Grand Zaman Beach**. Je bezbariérový, v moderním designu – prostě báječný. Navíc s přívětivým personálem, na recepci se domluvíte anglicky a německy, s číšníky hlavně německy. Poprvé jsem zažil výhody all inclusive – jen kvůli celodennímu bezplatnému pití se vyplatí. Což ve vysokých teplotách určitě oceníte.

Cesty letadlem se nebojte, **letiště i letadla jsou na vozíčkáře připravena**. Cestují vždy na mechanickém vozíku, na elektrický je třeba mít certifikát o baterii. Ale také to jde, jen je třeba si důsledněji zařídit bezbariérový hotel a taky vědět, jaké jsou možnosti pohybu po cestách.

Město minaretů a mešit

Město Alanya je rozlehlé, plné subtropické vegetace – najdete tady oleandry, palmy, fíkovníky, plantáže banánovníků atd. Na východě alanyjské zátoky vybíhá útes se starou seldžuskou pevností, kterou ve středověku obývali piráti. V r. 37 př. Kr. daroval Marcus Antonius Alanyi (i Kilikii) své milence, vládkyni Egypta Kleopatře. Alanya je plná minaretů s mešitami, ze kterých jsou pětkrát denně muslimové svoláváni k modlitbě, ale pro obsluhující personál velkého množství hotelů není možné toto náboženské přikázání dodržovat. Každý pátek je tady tra-



Autor u jedné z historických památek Alanye

diční trh – ohromný, nepřehledný kaleidoskop barev, zvuků a vůní.

Nu a kam se lze v Alanyi podívat? Mimo již zmíněných minaretů, mešit a trhů se můžete vypravit k majáku, přístavu, citadele, historickému hradu (jezdí tam taxíky, městský autobus č. 4 a vstup je 5 euro, pro handicapované i s doprovodem zdarma) nebo např. k pohoří Taurus, které se táhne podél celého pobřeží.

Slunečné léto v příjemném prostředí

Tzv. Kleopatřina pláž je písčitá – jde

o hrubší písek (s malými kamínky) a po zhruba dvou metrech již nestačí. Na mnoha místech jsou tady ale natažené prkenné nebo dlážděné cestičky (na pláži Keykubat to tak není), někde skoro až do moře. Moře je teplé (30 °C) a čisté, průzračně zelenkavé s bonusem, tj. s výhledem na již zmíněný hrad. Počítejte s teplotami hodně (myšleno na naše poměry, i když letos jsme se těm místním v některých červencových dnech dost přiblížili...) nad 30 °C. Turecká kuchyně je velmi zdravá – hodně zeleniny a ovoce, kořeněné maso (ale bez vepřového, je to muslimská země).

Pokud si chcete splnit sen o slunečném, teplém a příjemném létě, je Turecko správná volba.

Michal Pospíšil,

*foto: archiv Michala Pospíšila,
pospmichal@email.cz*



Výhled na město Alanya



Maják v Alanyi

Foto: internet

Plzeňský vozíčkář na svatojakubské cestě

Lukáš Bělohavý: Chvílemi se ve vás pere duše s tělem, ale pokračujete dál...



Lukáš Bělohavý (na vozíku) se svým otcem Pavlem, kamarádem Quangem a partákem Leošem z Nymburka

Patnáctiletý Lukáš Bělohavý si usmyslel, že s tátou absolvuje v červnu nejvýznamnější poutní cestu. Jako vozíčkář samozřejmě počítal s tím, že pro něj bude trasa mnohem obtížnější než pro ostatní poutníky. „Ale zvládnou to, nebojím se,“ tvrdil. A před cestou z Plzně do Santiagu de Compostela ho v průvodu vypravěly desítky lidí.

Pavel Bělohavý svého syna podporuje. „Ani já, ani nikdo jiný nemůže jít za tebe. Musíš sám,“ opakují si oba motto, které je žene dopředu. Ve dvou by náročnou trasu s těžkým vozíkem zvládali problematicky, proto s sebou berou ještě asistenta, kamaráda Quanga. Je před nimi cesta autobusem do Barcelony, poté se vydají vlakem do Ponferrady a odtud už vyrazí na 210 kilometrů dlouhou pěší pouť do Santiagu de Compostela.

Neskutečné chvíle, úžasná setkání

Těm, kteří se na svatojakubskou cestu případně chystají, Lukáš po návratu vzkazuje: „Čekáte-li bezproblémovou idylku, tak na to zapomeňte. Ale prožijete neskutečné chvíle a setkání s úžasnými lidmi, což stojí za to.“

V náročném terénu, při brodění řekou, ve strmých stoupáních do kopců nebo při překonávání obrovských balvanů pomohl plzeňské partě Leoš – Čech z Nymburka, kterého potkali úplnou náhodou.

„Snad nám ho seslal Bůh. Měl lano, prý ani nevěděl, proč si ho vlastně do Špa-

nělska bral. A když šlo do tuhého, zapřáhl se s ním jako kůň k Lukášovu vozíku a táhl. Z kopců pak vyměnil pozice, Lukáše spouštěl před sebou a brzdil ho,“ vypráví o strastech na cestě Lukášův otec.

Po dvanácti dnech v cíli

Mezi poutníky byli nepřehlédnutelní. Každý den se snažili zdolat aspoň patnáct kilometrů, přespávali v ubytovnách nebo kostelích, míjeli lidi z celé Evropy, ale i kamennou vesnici nebo stádo krav s pasákem. Vše pečlivě zapisovali do deníku a sbírali poutní razítka. „Chvílemi se ve vás pere duše s namáhaným tělem, myslíte, že už nemůžete. Pak někoho potkáte a na bolest zapomenete, pokračujete dál,“ líčí Pavel Bělohavý zážitky z cesty.

Po dvanácti dnech dorazili do cíle – do katedrály sv. Jakuba v Santiagu de Compostela. Tam se setkali se zbytkem rodiny a stihli polední mši pro poutníky. Sloužilo ji deset kněží, přičemž jeden chvíli mluvil a živě gestikuloval směrem k nim. Pak začal tleskat celý kostel.

„Ani jsme nejdřív nevěděli, že mluví o nás, a když lidi začali tleskat, Lukáš se přidal. Jenže potom ho začali objímat a dostal i pusy,“ nevěří ještě dnes plzeňští poutníci. A děkují všem, kteří je před cestou podpořili. „Jsme nabití zážitky i energií. Mimo jiné jsme však zjistili, jak dobře se lidé u nás mají. Měli bychom zkusit být šťastnější,“ uzavírají své vyprávění.

(di)

Svatojakubská cesta do Santiagu de Compostela

V 9. století byly v Santiagu de Compostelo objeveny údajné ostatky svatého Jakuba Staršího, jednoho z dvanácti apoštolů. Od vrcholného středověku až dodnes je Santiago a jeho velká katedrála cílem Svatojakubské pouti, ve španělštině El Camino de Santiago.

Svatojakubská pouť vede na španělské pobřeží do Santiagu de Compostela z mnoha míst v Evropě. Klasická svatojakubská cesta začíná ve Francii v městečku St. Jean Pied de Port pod Pyrenejemi. Dnes jsou nástupní trasy na Svatojakubskou pouť značeny i z mnohem vzdálenějších míst.

Pro středověkého poutníka byla pouť výrazem živé víry, zbožnosti a pokání, prostředkem k očištění. Dnes se na tuto cestu lidé vydávají z mnoha různých důvodů a pohnutek.

Každý poutník si zakoupí ve svém výchozím místě takzvaný „credencial“ (španělsky), do něhož si nechá každý večer dát razítko. Credencial je jeho „poutním pasem“, dokládá jeho putování a ve Španělsku poskytuje poutníkům privilegium ubytovat se v poutních albergues neboli ubytovnách.

Úspěšný poutník, který dorazí do Santiagu de Compostela a ujede minimálně 100 km nebo ujede min 200 km na kole a v credencialu má všechny razítka, získá potvrzení o vykonání pouti – Compostelu.



V samotném Španělsku poutníci procházejí působivou rozmanitou krajinou

(red)

Napříč Evropou bez bariér

Výstavba Labské cyklotrasy určené i pro vozičkáře zdárně pokračuje



Labská cyklotrasa: Cykloatlas mapující českou část dálkové Labské cyklotrasy obsahuje celkem 28 map v měřítku 1:60 000, u každé mapy jsou fotografie, komentáře a tipy pro vozičkáře

Labská cyklotrasa od pramene k moři – napříč Evropou bez bariér. To byl název konference, která se v květnu uskutečnila v Nymburku a byla koncipována jako pracovní setkání měst, krajů, investorů, zástupců ministerstev, institucí, jakož i projektantů a realizátorů aktuálně rozpracovaných úseků staveb cyklostezek podél řeky Labe.

„Všichni měli ojedinělou možnost se sejit a vyměnit si zkušenosti z příprav, stavby i provozu,“ informoval Jan Ritter, předseda občanského sdružení Labská stezka, která konferenci pořádala. Záštitu nad ní převzali hejtmani Královéhradeckého, Středočeského a Ústeckého kraje.

Účastníci se seznámili se stavem Labské cyklotrasy po celé délce, který prezentoval Jan Ritter prostřednictvím nového cykloatlasu. Ten vyšel loni na podzim a lze jej objednat v e-shopech, např. www.cykloknihy.cz. Jsou v něm informace nejen pro cyklisty, ale i pro handicapované a in-line bruslaře. Rovněž zde zazněly informace o možnosti prodloužení značené cyklotrasy z Vrchlabí k prameni Labe a o projektu Krkonoše bez bariér, iniciovaném Krkonošským národním parkem.

Jana Ritterová, která konferenci moderovala, ve svých vystoupeních informovala o způsobech kategorizace přístupnosti objektů pro lidi s handicapem podle metodiky vypracované Pražskou organizací

vozičkářů. Karel Markvart z Klubu českých turistů (KČT) přednesl prezentaci o značených turistických trasách pro vozičkáře a kritériích jejich zařazování do modré, červené a černé kategorie.

Cyklotrasa bez bariér poslouží jak lidem s handicapem, tak rovněž rodinám s přívěsnými vozíky, seniorům na tříkolkách, cykloturistům s bagáží a všem hůře pohyblivým osobám. Ústřední výzvou celé konference pak bylo: „Pojďme společnými silami upravit Labskou cyklotrasu od pramene k moři napříč Evropou tak, aby byla bez bariér.“ Základem jsou přitom nejen cesty bez bariér, ale i možnosti stravování a ubytování pro všechny handicapované, stejně jako zpřístupnění turistických atrakcí. Výzva je adresována všem institucím, provozovatelům a Rotary klubům podél řeky Labe.

Více na www.labsakstezka.cz.



2. labská cyklotrasa: Upravená Labská stezka u Malého Března na Ústecku

(di)

Navštivte Polsko a Německo

Adam Morys:
Kvalitní ubytování pro vozičkáře

S otevřením nového úseku dálnice D1 (v Polsku A1), který polští sousedé slibovali zprovoznit již letos na jaře, se otevrou nové a podstatně kratší cesty na sever k Baltskému moři do Gdaňsku a na západ třeba až do Berlína. Ten by se dal z Ostřavy zvládnout pohodlnou jízdou i za 5 hodin. Tento dokončovaný 19km úsek povede z Bohumína do Swierklan, kde naváže na další části dálnice zprovozněné již dříve. Řidiči se tak dostanou po dálnici od Bohumína až ke křižovatce s dálnicí A4 u Gliwic, odkud si mohou udělat výlet do krásného Krakova nebo Wrocławu.

Právě přes Polsko a Berlín se vydal pan Adam Morys z Českého Těšína až do Dánska a nabízí nám své postřehy.

Německo: Motely One

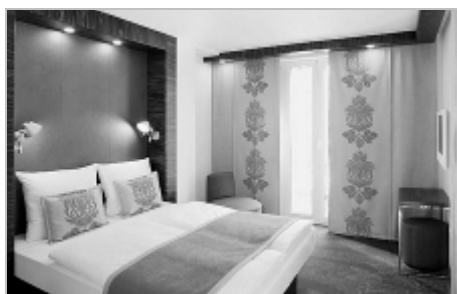
Před rokem jsem byl u své kolegyně v Dánsku. O ubytování v této krásné zemi nemohu však nic říct, neboť jsem měl k dispozici jen její byt. Ale v Německu, kterým jsme projížděli, jsme se ubytovali v Berlíně v řetězci motelů – Motel One. Ty najdete po celém Německu a také v Rakousku, Belgii nebo ve skotském Edinburghu. Jen v samotném Berlíně najdete sedm Motelů One. Všechny se vyznačují vysokou kvalitou ubytování za rozumnou cenu. A především nabízí bezvadné bezbariérové pokoje. Ty splňují všechna očekávání, jak by mělo správné bezbariérové ubytování vypadat – široké dveře, madla, prostorná a dokonale vybavená koupelna apod. Cena za dvě osoby v pokoji i se snídaní přitom činí 49 euro (kolem 1 200 Kč).



Typický obrázek Berlína: Trabant v Motelu One (www.motelone.com)

Více informací o možnostech ubytování a službách těchto motelů najdete na www.motel-one.com (v němčině a angličtině). Motely One již v Německu získala

ly řadu ocenění a najdete je v každém větším městě jako Hamburk, Frankfurt, Drážďany, Mnichov, Hannover apod. Všechny se vyznačují svěžím designem.



Moderní design Motelu One

Polsko: Hotel Nevada

Při zpáteční cestě jsme se ubytovali v Polsku v **Hotelu Nevada**. Ten se nachází u starobylé obce **Lagow Lubuski** v západním Polsku, kousek od německých hranic a přechodu Świecko na dálnici A2 vedoucí přes Poznaň až do Varšavy. Od Berlína je tato oblast vzdálena 130 km. Obec se starobylým zámek leží mezi dvěma jezery Lagowského pojezeří. Je spojnici na trase Berlín-Moskva a projíždí jí i turisté ze Skandinávie až na jih Evropy.



Zámek v Lagowě je obklopen krásnou přírodou

Hotel také nabízí **bezbariérový pokoj** se širokými dveřmi. Ovšem oproti tomu německému se zde našly malé „mouchy“. Ve sprchovém koutě nebylo vůbec sedátko, a tak mi ochotně zapůjčili plastovou židličku. Cena za pokoj se snídaní pro 2 osoby byla asi 140 zlotých (zhruba 900 Kč).



Prostorný pokoj Hotelu Nevada

Více informací o hotelu najdete na: www.hotelnevada.pl.

Adam Morys
(hk)

Vozíčkáři raftovali v Bosně na Vrbasu



„Popsat slovy, co člověk zažil za tento týden, je snad nemožné. Popsat slovy dokonalost těch okamžiků, atmosféru v kempu, spaní pod širákem, hraní na kytaru, koupání se ve Vrbasu, rafty – dokonalejší oslavu svých 20. narozenin si ani neumím představit... Děkuji za modřinu na ruce, díky za hopla, pády do vody, skoky ze skály, za mega večere v raft centru, za výlet k vodopádům. Prostě a jednoduše za PARTU LIDÍ, která, když bylo potřeba, udělala cokoliv pro ty druhé! Snad nejlepší z nejlepších. Už teď se mi stýská!

Katka Káč Ulmanová
účastnice zájezdu

Občanské sdružení ABAK-počítadlo z Ostravy uspořádalo ve dnech 6.–12. 7. 2012 **prázdninový sportovní pobyt na řece Vrbas v Bosně**. Třiadvacet kluků

a holek se pokoušelo zdolat vody řeky Vrbas v překrásné bosenské krajině. Na třech raftech se společně vydávali na celodenní raftování, které bylo proloženo nekonečnými bitvami, skoky do vody z nádherných skal, „kaňoningem“ a podobnými radostkami.

Ve vlnách nebylo vidět mezi účastníky žádného rozdílu a víte proč? Protože vozík ani berle neumí plavat!

Děkuji všem za absolutní souhru na vodě i na suchu, kamarádům z Janských Lázní, instruktorům Lence a Ondrovi z Krkavce, kolegům Janě, Sašovi a Pavle z Ostravy a skvělému studentovi APA z UPOL Vladovi Balabanovi, že si udělali čas, a těším se na ně příště někde někdy...

Acke byla uspořádána za finanční podpory Statutárního města Ostravy.

Renáta Staňková,
ABAK – počítadlo o.s.



Nový cestovní průvodce:

Kam bez bariér – Plzeňsko



Novou ediční řadu cestovních průvodců (nejen) pro seniory, rodiny s dětmi, zdravotně postižené a jejich přátele a pomocníky začíná pod názvem **Kam bez bariér** od letošního léta vydávat nakladatelství CPRESS (součást společnosti Albatros Media, a.s.). Jako první titul této řady se na pultech knihkupectví už 30. 7. 2012 objevila kniha **Kam bez bariér – Plzeňsko**, jejímž autorem je plzeňský spisovatel a překladatel Miroslav Valina.

Čtenáři tu najdou informace o historických památkách, přírodních pozoruhodnostech, kulturních institucích, stavbách, sportovních a zábavních areálech a dalších zajímavostech regionu Plzeňska. Zároveň s tím se ale v každém jednotlivém případě také dozvědí o architektonických a přírodních bariérách, na něž u toho kterého objektu nebo lokality mohou narazit, a seznámí se s dopravními možnostmi a se zázemím (bezbariérové občerstvení, ubytování, WC aj.), s nímž ve větší či menší blízkosti mohou počítat.

Čtenáři tu najdou informace o historických památkách, přírodních pozoruhodnostech, kulturních institucích, stavbách, sportovních a zábavních areálech a dalších zajímavostech regionu Plzeňska. Zároveň s tím se ale v každém jednotlivém případě také dozvědí o architektonických a přírodních bariérách, na něž u toho kterého objektu nebo lokality mohou narazit, a seznámí se s dopravními možnostmi a se zázemím (bezbariérové občerstvení, ubytování, WC aj.), s nímž ve větší či menší blízkosti mohou počítat.

Plzeňsko moderní, tajemné a protkané překrásnou přírodou

Důležitým východiskem je vzdálenost popsanych turistických cílů **do 50 km od Plzně** – od místa, kde je toto zázemí sto procentně k dispozici a odkud se (když z jakéhokoliv důvodu zvolí takovou variantu) může kdokoli pohodlně a důstojně vypravit jen na jednodenní nebo i několika hodinový výlet uvnitř daného okruhu. V průvodci se Plzeň čtenářům představuje jako moderní dynamická, celé oblasti dominující regionální metropole – **Evropské hlavní město kultury 2015** – město se silným ekonomickým potenciálem, jenž mu umožňuje poskytnout širokou nabídku služeb občanům a návštěvníkům, včetně občanů a návštěvníků handicapovaných.

Z Plzně pak kniha čtenáře **zavede severovýchodním směrem**, údolím, kterému duši vdechla řeka **Berounka** a čarovná atmosféra luk, lesů, skal, přivozů a chalup na březích, svět rybářů, trampů a vodáků, tajemství starých keltských hradišť a zřícenin hradů.

V další kapitole zavítáme do lesnatých končin **Zbýřské a Brdské vrchoviny**,

kde jsou největším městem **Rokycany**, navštívíme i město **Radnice**, **Mýto a Spálené Poříčí**, ale na své si tu přijdou hlavně milovníci lesních toulek a historie i současnosti vojenského řemesla.

Ve čtvrté kapitole se z brdských lesů vynoříme **jížně od Plzně**, v kraji, který ve srovnání s brdskými bučinami působí dojmem zahrady nebo zámeckého parku. Cesta povede mezi zdmi klášterními, zámeckými i městskými a krajinou venkova přes **Chotěšov**, **Přeštice** a **Nepomuk do Starého Plzně** – do města, jenž bylo Plzní dřív než Plzeň.

Pak zamíříme **od Plzně na západ**. Otevře se nám kraj **Stříbrska, Konstantinolažeňska a Nečtínska** – syrová, lidmi opuštěná země, odkud byli vyhnáni nejprve její čeští a potom její němečtí obyvatelé, a ti, kdo přišli po nich, teprve začínají umět navazovat na kořeny svých předchůdců.

V poslední kapitole se vydáme do končin **severního Plzeňska**, kterým baroko vtisklo podobu natolik, až se zdá, jako by tu nejen domy, ale i krajina vznikala v představách nejnápaditějšího z českých barokních architektů Jana Blažeje Santiniho a teprve pak se stala skutečností. Uvidíme to v **Manětíně**, **Mariánské Týnici**, **Plasích** a v dalších místech cestou k jihu, k **Boleveckým rybníkům** na severním okraji Plzně. Tady skončí putování Plzeňskem – pár kroků od míst, kde na lávce přes Berounku začínalo.

Pomohly osobní zkušenosti

Při popisu všech těchto lokalit autor respektoval skutečnost, že omezení schopnosti pohybu i schopnost toto omezení překonat má výrazně individuální charakter a závisí na mnoha faktorech (vlastní fyzická kondice, počet a kondice doprovázejících osob, finanční možnosti, technické pomůcky). Z toho důvodu nevytvořil soupis cílů vhodných např. pro vyzítkáře, ale **na základě osobních zkušeností s turistickými a sportovními akcemi pro lidi s handicapem popsal jednotlivé cíle a lokality tak, aby čtenáři získali dostatek informací, jež jim umožní, aby sami zvážili situaci a své možnosti a z vlastní vůle se rozhodli, zda – a jak – se v té či oné lokalitě budou pohybovat, jaké akce a cíle zde navštíví a jak dlouho zde chtějí pobývat.**

Z knihy tak načerpají užitečné informace rodiny, které cestují s dítětem, či



Historická brána plzeňského pivovaru

děti v kočárku, a především pak čtenáři z řad tělesně postižených a seniorů, jejich organizací, lidí, kteří k nim mají blízko (příbuzní, přátelé), a samozřejmě také instituce, jež jim poskytují služby – nejen v oblasti cestovního ruchu. Kniha **Kam bez bariér – Plzeňsko** vychází v pevné vazbě, na křídovém papíře, s více než čtyřmi sty barevnými fotografiemi. Díky podpoře ze strany sponzorů a města Plzně by její maloobchodní cena neměla přesáhnout 300 Kč. Koupíte ji prakticky ve všech knihkupectvích a také v e-shopu nakladatelství Albatros na webových stránkách www.albatrosmedia.cz.

Kde jinde v Plzni začít nežli u piva – návštěva pivovaru Plzeňský Prazdroj

Pivovar Plzeňský Prazdroj dnes není jen průmyslový podnik, je to i **lákavý turistický cíl**. Když ho navštívíte, objevíte řadu architektonických, historických a technických památek (Jubilejní brána, vodárenská věž atd.), z nichž některé dál slouží původnímu účelu a ostatní pak prezentaci historie a současnosti plzeňského pivovarnictví. Prazdroj je první českou industriální památkou vedenou v seznamu Evropská cesta průmyslového dědictví jako jeden z milníků historie průmyslu v Evropě a zároveň živoucí prostor, v němž se prolíná tradiční výroba plzeňského piva s nejmodernějšími pivovarnickými technologiemi.

Handicapované návštěvníky pak určitě zaujme fakt, že **po technických úpravách byla prohlídková trasa Plzeňského Prazdroje v červnu 2008 slavnostně**

prohlášena bezbariérovou, otevřenou všem, kdo chtějí poznat tuto „Mekku“ všech pivařů. Trasa začíná v návštěvnickém centru, v zrekonstruované budově takzvaných chladicích štoků, postavené v roce 1868. Odtud se návštěvníci s průvodcem přesouvají do moderní stáčírny s kapacitou 120 000 lahví za hodinu, do unikátní smyslové expozice Pilsner Urquell, do varny z počátku 20. století (s možností nahlédnout do varny moderní, z roku 2004) a poté navštíví Síň slávy v bývalé varně z 19. století, kde je instalována expozice o historii pivovaru. Po příkré, avšak i na vozíku sjízdné historické rampě se odtud sestoupí do podzemí, do pivovarských sklepů (je prozíravé se teple obléct!), kde i dnes vzniká Plzeňský Prazdroj kvašením v dřevěných kádích a zráním v dubových ležáckých sudech. Právě tohle ještě nefiltrované a nepasterizované pivo tady návštěvníci starší osmnácti let na závěr prohlídky také ochutnají.



Nová varna plzeňského pivovaru

Aktuální časy prohlídek najdete na webových stránkách pivovaru, **návštěvník na vozíku by pak měl v zájmu hladkého průběhu prohlídky ohlásit svoji návštěvu alespoň s jednodenním předstihem.**

V ochutnávání plzeňského piva můžete ale pokračovat i poté, co opustíte sklepy – když po skončení prohlídky zbrkle neopustíte pivovarský areál a naopak se přemístíte do **Restaurace Na Spilce, bezbariérově přístupné přímo z nádvoří pivovaru.** Největší pivnice v Čechách s kapacitou 550 míst byla otevřena roku 1992 u příležitosti 150. výročí první várky Prazdroje a najdete ji v prostorách někdejšího kvasného sklepa, tedy spilky. Samozřejmě je bezbariérová toaleta, hosté Na Spilce navíc spolu s Prazdrojem přímo od pramene okusí tradiční českou kuchyni a speciality k pivu a v létě třeba i posedí



Ležácké sklepy plzeňského pivovaru

v zahradní pivnici.

Rovněž z nádvoří pivovaru a rovněž bez bariér vejdete ještě do dárkové prodejny s širokou nabídkou „pivních“ suvenýrů, dárkově baleného piva, sklenic i dřevěných pohárů a korbělů, ručně vyráběných mistry bednáři Plzeňského Prazdroje. Pivo ale v žádném případě není to jediné, co vám Prazdroj může poskytnout. V areálu pivovaru se koná množství kulturních, společenských a sportovních akcí – počínaje prvomájovým a svatováclavským srazem motorkářů, přes letní cyklus koncertů na nádvoří a tradiční srpnový svátek plzeňských piv, gastronomie a hudby Pilsner Fest, až po každoroční říjnovou oslavu narozenin piva Pilsner Urquell.

Kontakt a další informace:

Návštěvnické centrum Plzeňského Prazdroje, Ulice U Prazdroje 7, 301 00 Plzeň, tel.: 377 062 888, visits@pilsner.sabmiller.com, www.prazdrojvisit.cz.

Pivnice bez bariér

A bez bariér se dostanete i do proslulých plzeňských pivnic – do té nejstarší, kterou je nade vše pochybnost restaurace **U Salzmannů** v Pražské ulici poblíž Náměstí Republiky. V tomto domě býval už roku 1637 zájezdní hostinec, období jeho největší slávy ovšem začalo až v 19. století, když podnik koupil forman Martin Salzman, který shodou okolností přivezl do Prahy první sud piva z tehdy čerstvě založeného Plzeňského měšťanského pivovaru Prazdroj. Dal ho ochutnat pražskému krejčímu Pinkasovi, jenž si plzeňské pivo oblíbil natolik, že kvůli němu změnil živnost a založil proslulou pražskou pivnici U Pinkasů. Prazdroj se U Salzmannů čepuje dodnes a restaurace je oblíbená natolik, že si tady stůl musíte raději zamluvit s předstihem, a přístupná je po zdolání nízkého schůdku – v interiéru pak bezbariérová, včetně toalety.

Do trojlístku nejslovnějších plzeňských hostinců potom vedle restaurace U Salzmannů a restaurace Na Spilce patří **Šenk Na Parkánu**, který se pyšní atmosférou umocněnou blízkostí historicky cenného právovárečného domu, poprvé písemně zmíněného už roku 1492, v dnešní Veleslavínově ulici, v němž sídlí další významná plzeňská památka – **Pivovarské muzeum.** Větší část muzejní expozice, která vypráví příběh piva, jeho výroby a pití od starověku po současnost, však **může člověk s omezenou schopností pohybu absolvovat jen za vydatné pomoci** (sklepení, schodiště). I kdybyste si ale prohlédli jenom část, přístupnou bez bariér (přes prahy ne vyšší než 10 cm), neměli byste se o tento zážitek ochudit. Ze vstupního průjezdu vejdete do dárkové prodejny a do recepcce, na niž navazuje bezbariérová expozice počátků výroby

piva ve starověku. Seznámíte se tu s nápojem z tzv. pivních chlebů, které se rozdrobily a nechaly zkvasit (k jeho velkým pijákům patřili Keltové i Germáni). Kolem modelu starověkého pivovaru pokračujete do Tázlerovy pivnice z počátku 20. století s původním zařízením. Odtud se přesunete přes dvůr do Hvozdu, tedy do prostoru pro hvozdnění čili sušení sladu, kde je v původní gotické místnosti vystaveno i sladovnické náradí a znak sladovnického cechu. Na dvoře si pak prohlédnete exponáty vztahující se k přepravě piva i kamenný gotický portál z konce 15. století a barokní zvon, jímž se v pivovaru ohlašovalo ukončení várky. Z nádvoří lze vejít bez bariér právě do Šenku na Parkánu. Proč na Parkánu? Za parkán býval označován prostor mezi liniemi hradebních zdí, jaký Plzeň s dvojitými hradbami a vodním příkopem v těchto místech kdysi měla. **Do šenku ale vede bez bariér také vstup z ulice (na výtažkové plošině) a použit u lze též bezbariérovou toaletu.** Žádnému z turistů tak nic nebrání, aby sem zavítal – už proto, že ten, kdo nechutná pivo ve zmíněných třech hostincích, snad ani nemá právo říkat, že byl v Plzni...

Miroslav Valina

PhDr. Miroslav Valina

Narodil se v roce 1963. Dětství a část života prožil na venkově. Ve věku dvou let prodělal infekční onemocnění, po kterém zůstal částečně ochrnutý, a po úrazu v roce 1977 je upoután na invalidní vozík. Vystudoval obor vědecké informace a knihovnictví na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy v Praze.

Od osmnácti let začal zveřejňovat články a mikropovídky, od roku 1991 působí i jako překladatel. Od roku 2005 žije v Plzni. Za povídky publikované v časopisu Plzeňský literární život obdržel v roce 2006 čestné uznání Knihovny města Plzně. Zapojoval se do činnosti organizace Vozičkáři Plzeňska a od roku 2011 je členem výboru Asociace muskulárních dystrofií v ČR. Spoluzaložil a je předsedou plzeňského klubu KID (Klub invalidních dobrodruhů). Za činnost související s podporou aktivního života a mobility lidí se zdravotním postižením mu Odbor sociálních služeb Magistrátu města Plzně udělil v roce 2011 ocenění Zlatý anděl.

Své zkušenosti z pobytu handicapovaného člověka v přírodě se snaží uplatňovat při pořádání a realizování tábornických a sportovních akcí, podnikaných společně lidmi dosud relativně zdravými a lidmi relativně postiženými, tedy při aktivitách, které lze shrnout mottem „dobrodružství a romantika bez bariér“.

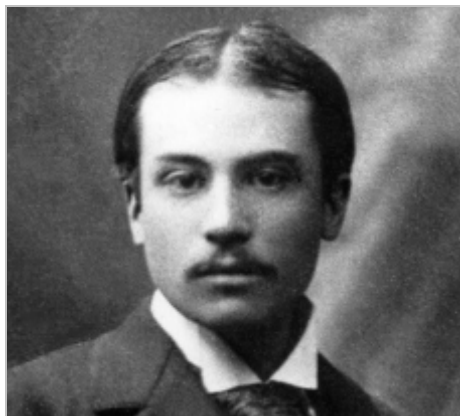
Od zlaté kolébky po kolečkové křeslo

Literát Valéry Larbaud neměl jednoduchý život

Francouzský básník, prozaik a kritik Valéry Larbaud se narodil ve francouzském lázeňském městě Vichy do rodiny bohatého lékárníka v roce 1881. Jako jediný syn a dědic impéria minerálních vod Vichy Saint-Yorre, které dodnes existuje, prožil velmi privilegované dětství a vedl pohodlný život. Vystudoval filozofii a literaturu. Procestoval celou Evropu tím nejluxusnějším způsobem – ve vagonech Orient Expressu. Své role módního dandyho se vzdával pouze při pobytu v lázních, kde si léčil od mládí chatrné zdraví. Byl spisovatelem mimořádně vzdělaným. Školní vzdělání si doplňoval studiem jazyků a neobyčejně rozsáhlou četbou. Ve třinácti letech poznal Verlainovo dílo a začal psát. Larbaud napsal řadu esejů a překládal z angličtiny, čímž do Francie uvedl řadu cizích autorů jako např. Chestertona, Conrada, Coleridge, Joyce nebo Whitmana. Jeho tvůrčí dráha pokrývá dobu od r. 1902 do r. 1935, kdy ho choroba definitivně vyřadila z práce a kdy se pohyboval pouze na kolečkovém křesle.

Smutné mládí básníka

Valéry kupodivu nežil příliš šťastně. Až moc chráněný a opečovávaný svou matkou se jako chlapec cítil nesvobodný a osamělý. Společnost nacházel právě mezi knihami a hovořil dokonce šesti jazyky. Později se rozhodl žít v Anglii, Španělsku a Itálii, kde naplno propukla jeho touha po studiu jazyků a cítil se i dostatečně daleko od svazujícího prostředí svého domova. Přeložil řadu knih také od autorů ze Španělska – Leopardiho, Ramona Gomeze de la Serna, Gabriela Miro. Rovněž stvořil jednu z nejpozoruhodnějších literárních postav 20. století – jihoamerického milionáře A. O. Barnabootha – vzdělaného diletanta s neuhasi-



Valéry Larbaud jako mladík

telnou touhou po ženách a cestování. Samotný Larbaud vedl spíše život intelektuála trávícího většinu času ve své knihovně, kde bádá nad různými stránkami lidských povah. Výsledky bádání pak přenášel do svých děl.

Trápení

Valéry Larbaud ve svých 54 letech zůstal ochrnutý po ataku závažných chorob – hemiplegie a afázie. Pro představu: hemiplegie představuje úplnou ztrátu hybnosti jedné poloviny těla, tj. trupu a horní i dolní končetiny. Může být vrozená nebo se vyskytuje po mozkových příhodách a onemocněních. Hemiplegie doprovází dětskou mozkovou obrnu, roztroušenou sklerózu, diabetickou neuropatii, vzácně se může vyskytnout po lokálním umrtvení. Přesná příčina hemiplegie není známa, ale zdá se, že se při ní mozků nedostává kyslíku, čímž dochází k odumírání neuronů. I v dnešní době, přes pokrok v medicíně, choroba zůstává nevyčísitelná a pacient se ani přes rehabilitaci, operace a medikaci nikdy plně nezotaví.

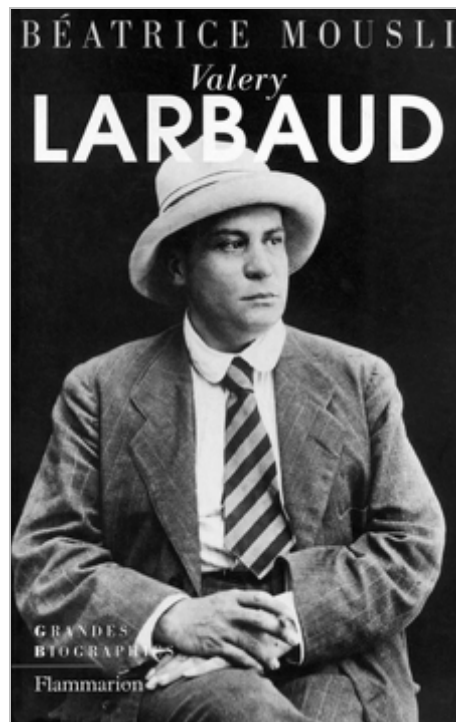
Afázie je porucha jazykových schopností, což je pro literáta tristní. Nemocný má potíže zapamatovat si slova, může být postižen i celkovou neschopností mluvit, číst a psát. Akutní afázie obvykle propuká a rychle se rozvíjí jako důsledek poranění hlavy nebo po cévní mozkové příhodě. Progresivní forma afázie se projevuje při nádoru na mozku, infekci nebo demenci.

Slavný rodák z Vichy

Larbaud zemřel ve svém rodném Vichy v roce 1957 po dvacetiletém utrpení, kdy se k němu štěstěna obrátila zády nejen co se zdraví týče, ale také po stránce finanční. Byl nucen rozprodat svůj majetek a především svou knihovnu čítající na 15 tisíc svazků knih. I přes potíže spojené s chorobou dál přijímal pocty a čestné tituly, které si svou literární čin-



Některé z knížek Valéry Larbauda



Valéry Larbaud na titulní straně jeho biografie

ností vysloužil. V roce 1952 byl poctěn Národní cenou za literaturu a za své knihy a překlady získal několik dalších cen.

Mezi Larbaudova nejslavnější díla patří básnická sbírka *Básně bohatého amatéra*, *Dětské povídky*, romány *Fermina Márquezová*, *A. O. Barnabooth*, *Šťastní milenci*, *Barvy Říma*, *Vzývání Sv. Jeronýma* aj.

Zdroj: www.wikipedia.org

Přeložila a zpracovala Hana Klusová



Rodný dům Valéry Larbauda

Aimee Mullins je krásná a slavná i bez nohou

Herečka, paralympionička, modelka, vystudovaná historička a diplomatka

Americká herečka, modelka a sportovkyně **Aimee Mullins**, která letos navštívila Mezinárodní filmový festival v Karlových Varech, „dobykla“ svět i přesto, že téměř od narození nemá nohy. V černé přiléhavé róbě vypadala na červeném festivalovém koberci senzačně. Zvolila dlouhou splývavou róbu, ve které vynikla její dokonalá postava, a kdo ji nezná, vůbec netuší, že má protézy.

Krásná atletka se netají láskou k filmu a sama si v několika zajímavých snímcích zahrála. V roce 2008 například dostala roli v thrilleru *Quid Pro Quo*. Zahrála si v epizodě seriálu *Hercule Poirot* s názvem *Pět malých prasátek* nebo také ve filmu *World Trade Center* slavného režiséra Olivera Stonea.

Aimee se narodila v roce 1976 v Pensylvánii s vrozenou absencí fibuly (lýtkové kosti). Částečná nebo úplná absence fibuly patří mezi nejčastější anomálie končetin. Porucha postihuje dvakrát častěji muže než ženy. Aimee prodělala amputaci části nohou od kolen dolů hned v prvním roce života. I přesto je paralympijskou rekordmankou ve sprintu a ve skoku do dálky.



Američanka Aimee Mullins na zahajovacím večírku MFF v Karlových Varech 2012



Aimee Mullins

Protetické končetiny Aimee nezpomalily

Aimee je absolventkou Georgetown University ve Washingtonu D.C., kde se naplno projevil její sportovní i herecké ambice. Vystudovala historii a diplomacii. Pracovala jako stážistka na ministerstvu zahraničních věcí pro Pentagon. Vystupovala také jako motivační řečník na řadě konferencí.

Na střední škole začala se softbalem, volejbalem a lyžováním. Později se ale našla v atletice. Stala se první sprinterkou s amputovanými končetinami v historii univerzity.

Aimee se stala rekordmankou ve sprintu a skoku do dálky na paralympiádě v Atlantě roku 1996. Závod na 100 m uběhla za 17,01 sekund a její rekordní skok měřil 3,14 m.

Následně byla zvolena prezidentkou Women's Sports Foundation.

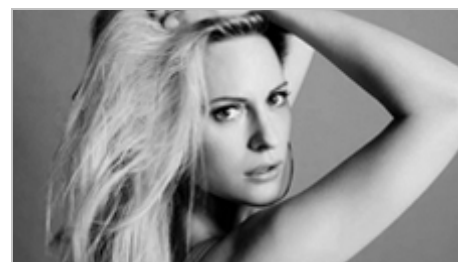


Hvězdou a módní ikonou

V roce 1999 zazářila jako modelka v Londýně i Paříži na módní show britského módního návrháře Alexandra McQueena († 2010). Po přehlídkovém mole se prošla na unikátních ručně vyřezávaných dřevěných nohou z masivního jasanu, s integrovanými botami, které pro ni Alexandr sám navrhl.

Poté následovaly další přehlídky pro Dior, s kráskami Kate Moss či Naomi Campbell po boku. Ve stejném roce časopis People Aimee zařadil mezi 50 nejkrásnějších lidí na světě. Objevila se na titulku řady módních a společenských časopisů a stala se rovněž tváří kosmetického gigantu L'Oréal. Aimee nedělá problém vyrazit si v ultra úzkých bílých džínách, zlatých sandálech a s provokativně nalakovanými rudými „nehty na nouhou“. Slavná Madonna dokonce velmi stála o Aimee, aby hrála v jednom z jejích videoklipů. Úspěšná kráska však musela spolupráci odřeknout kvůli pracovnímu vytížení.

Zdroj: www.wikipedia.org,
www.sportsillustrated.cnn.com
Přeložila a zpracovala Hana Klusová



Johanka a Jaromír žijí jeden pro druhého, pro své pejsky a přátele s jejich psími partáky

Spojila je láska ke psům, která se „stala“ jejich každodenním koníčkem, prací i smyslem života. Profesionální cvičitelka psů Johana Biluseacová (roz. Polášková) a její manžel Jaromír Biluseac jsou i přes mnohé životní peripetie tou pravou silnou dvojkou a spolu se svými pejsky Sheenou – australským ovčákem – a Rastym – americkým pitbulteriérem – tvoří rodinku, kde láska a dobrosrdečnost jsou patrné i z malých gest. Přinášíme vám příběh jejich života, který povzbudí a inspiruje. Zúčastněte se fotosoutěže o krásné ceny a staňte se, pokud ještě nejste, pejskařem.

Jak přišel Rasty a můj nový život

Noc před Silvestrem roku 2004 Jaromírovi změnila život. Když při klukovském dovádění na sněhu sjížděl na pneumatice sjezdovku, narazil hlavou přímo do stromu. Od té doby bylo všechno jinak. Jako kvadruplegik si stěžít dokázal představit, jak bude jeho život dál pokračovat, když o něj musí být pořád tolik pečováno. Pocity bezmoci byly natolik silné, že Jaromír nevěděl jak dál. Naštěstí se ale objevil někdo, kdo vykouznil úsměv na ztrápené tváři. Bylo to štěně amerického pitbulteriéra, dárek od kamaráda. Od té doby měl Jaromír pro koho žít a jeho Rasty je mu věrným přítelem.

„Byl to pejsek, kterého jsem si přesně vždycky přál. Odmítl jsem asistenčního psa, kterého mi nabízelo sdružení Pomocné tlapy, protože jsem chtěl mít psa vlastního a to od štěněte. Asistenční psi přicházejí k majiteli již jako dvouletí. Chtěl jsem také psa obránáře, ne jen hodného retrievra, ten by mě příliš na vozíčku neochránil. Vozíčkář je někdy v podstatě bezmocný. S pitbullem po boku je to ale



Pitbull Rasty hřeje, mazlí, hlídá a věrně doprovází svého milovaného, handicapovaného člověka



Johanka a Jaromír Biluseacovi se svými psy na výletě na Prašivou

jiný pocit,“ směje se Jaroslav.

Široké čelisti, pevné a svalnaté tělo budící respekt. To je pitbull na první pohled. Odhodlaný, silný, vytrvalý bojovník s nízkým prahem bolesti. Tím vším je pitbull velmi dobře známý. Málokdo však ví, že právě tyto vlastnosti uplatňuje i jako pes záchranář nebo trpělivý pes vhodný pro canisterapii. Přesto si Jaromír na výchovu a výcvik malého pitbulla sám netroufal a rozhodl se najít přes internet kvalifikovaného cvičitele.

Nechtěl jsem psa jako kompenzační pomůcku

Tou kynoložkou, která měla Rastyho vycvičit, se stala právě energická a usměvavá slečna Johana Polášková, která kromě chovné stanice australských ovčáků la Lumpa provozovala své psí podnikání pod značkou BH Control. Věnovala se výcviku, převýchově a komunikaci s problémovými psy a zabývala se i takovou specialitou, jako je vyhledávání mrtvých ptáků na pozemcích větrných elektráren

nebo velkých průmyslových zón.

Její psi pomocníci byli perfektně vycvičeni a sklízeli mnohá ocenění na soutěžích dokonce i v mezinárodním měřítku. Teď přišla výzva v podobě malého Rastika pitbulla, který se měl stát canisterapeutickým pejskem, k čemuž pitbull nebyl původně vyšlechtěn. Začal tedy časově i finančně náročný speciální výcvik, který podpořily také nadační fondy Konto Bariéry 77 a J&T. Součástí výcviku byla socializace pejska, aby přivykl městskému ruchu, ostatním psům, dopravním prostředkům, cvičáku a vůbec lidem kolem. Pomocný pes musí být ovladatelný za všech okolností. Johanka trvala na tom, aby výcvik i socializace probíhaly v přítomnosti Jaromíra. Ten musel zvládnout náročné přesuny a někdy kvůli svému psímu partákovému překonat sám sebe. Díky statečnosti a vytrvalosti obou kluků se Rasty naučil vše potřebné v terénu. Hlavní úlohou Rastyho však bylo a stále je zahřívání Jaromírovi nohy, být mu stále nablízku a ochraňovat ho.

Otvírá dveře, podává věci, je moc roztočímilý, takže je sním i sranda, a navíc je velký spáč. Na procházkách dokáže, zapřažen v postroji, vytáhnout Járu na vozíku po náročném terénu klidně i do kopce.

Rastyho výcvik tak změnil celý Jaromírovův soukromý život. Každý den se vídával s Johankou, no a jak už to tak bývá, mezi ním a Johankou se vyklubala láska. Začali spolu vyrážet na kynologické akce, kde získávali nové přátele. A po dvouletém chození se 3. září 2011 vzali na radnici v Klimkovicích.

Připravují nové psí sporty a zvou k nim všechny pejskaře

Johanka se i přes náročnou péči o manželka a jejich dva pejsky nepřestala věnovat své kynologické profesi.

„Získala jsem cennou zkušenost, jak takový výcvik psa pro vozíčkáře probíhá. A tak sama dnes pomáhám ostatním vozíčkářům-cvičitelům s výcvikem a do budoucna také s tvorbou nových psí sportů tj. závodů a zkoušek, které budou probíhat podle upravených pravidel. Došla jsem totiž k závěru, že i přes náročnou a dlou-

hou přípravu psa a jeho handicapovaného pána dochází ze strany rozhodčích k určité diskriminaci v bodovém hodnocení. Pejskovi pak nemá šanci získat zkoušku z výcviku i když jsou s páníčkem skvěle připraveni. Přijde mi opravdu strašné, že po celé té náročné práci a hodinách strávených výcvikem psa, může celá zkouška ztroskotat na bazírování, zda zazní povel ‚k noze‘ nebo ‚jdeme‘, a pes není směřován k levé noze, tak jak je předepsáno, ale je třeba na pravé straně vozíku. Tak to má Jára, protože má lepší hybnost vpravo a lépe tak pejska i odměňuje. Vždyť na takových detailech, jak povel zní, nezáleží. Důležité je, že pes přesně ví, co se po něm chce, a že je se svým majitelem sžitý.“

Johanka s Jarkem se rozhodli najít způsob, jak pomoci ostatním handicapovaným psovodům a pejskařům, aby si mohli předávat cenné zkušenosti, získali nová přátelství a aby se svými psy mohli soutěžit v různých kynologických disciplínách. Proto vznikly zbrusu nové stránky <http://psipartaci.webnode.cz>, které přináší informace a fotky z aktivit této prima skupiny, která už čítá 27 členů.

Cílem manželů je vytvořit nové kynologické odvětví „Psí sporty pro handicapované“, kde budou pejsci zkoušeni z poslušnosti, asistence a jiných nových a zábavných disciplín.

Járu s Johankou můžete zastihnout

třeba na cvičáku v Ostravě-Třebovicích, kde jim s výcvikem psiho sportu Obedience (což je taková vysoká škola psí poslušnosti) pomáhá paní Marta Fuglevičová.

Fotosoutěž s krásnými cenami

Soutěž probíhající na Facebooku, připravila fb skupina „Handicapovaní a jejich psí partáci“. Zváni jsou všichni přátelé, které spojuje láska ke psům. Soutěží se o nejlíbivější společnou fotku majitele se psem nebo psy, která bude mít nejvíce označení „líbí se mi“. Fotky s kontaktem, případně popiskem pošlete na e-mail: johana.polaskova@seznam.cz, nebo je vkládejte do odkazů na Facebook.

Kontakt musí obsahovat: Jméno a příjmení, e-mail nebo tel. a adresu.

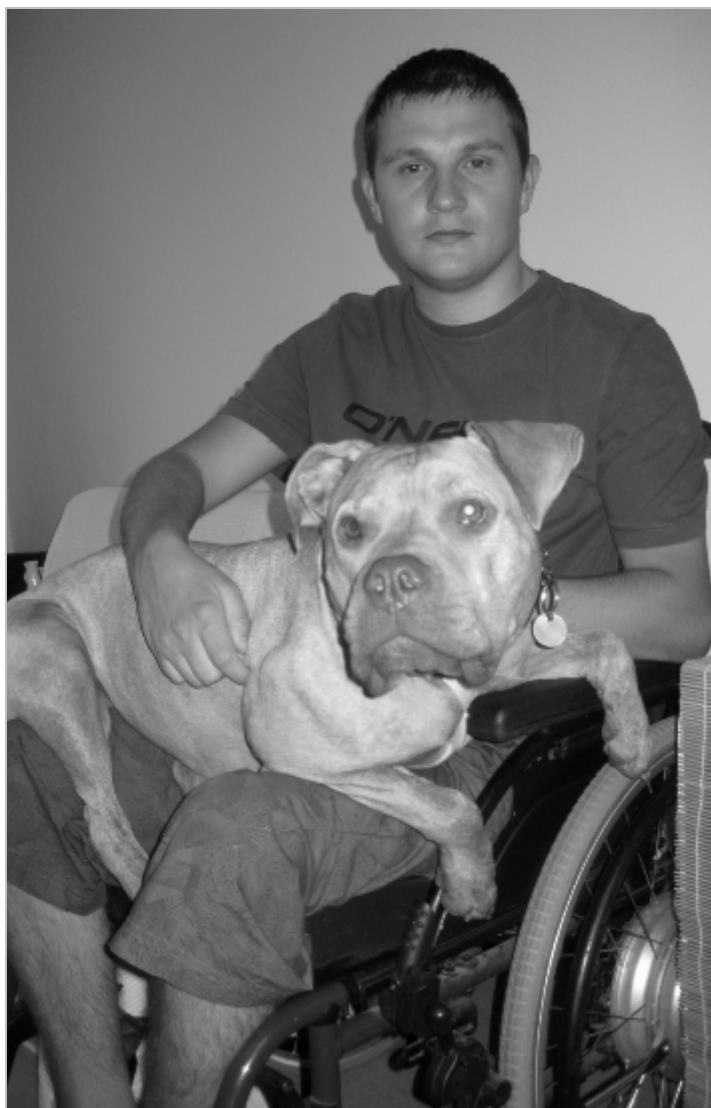
Soutěž byla zahájena 18. 7. 2012, ukončení soutěže je 20. 10. 2012. Vítězové budou vyhlášeni o den později.

Zajímavé informace o Rastíkovi najdete na www.rastabull.cz.

Pro další informace o činnosti Járy a Johanky a jejich Psích partáků piště na e-mail: johana.polaskova@seznam.cz nebo se podívejte na fb skupinu „Handicapovaní a jejich psí partáci“.

Foto: archiv Johanky a Jaromíra Biluseacových, www.rastabull.cz

Text: Hana Klusová



Rastyho canisterapie



Johanka a Jarda Biluseacovi, Sheena a Rasty

Příběh života, který povzbudí a inspiruje

Jak jsem musel fetovat

Humorné příběhy slastí života se nevzdávajícího vozičkáře

Koncem května jsem vyrazil na ortopedickém mechanickém vozičku do Kartografického vydavatelství map Žaket ve Slánské ulici v Praze 6-Řepích pro cyklomapu našeho okolí. Na co si budu mapu objednávat na dobírku, říkal jsem si, když tam mohu v rámci vylepšení své fyzicky zajet, když to mám téměř u huby. Sjel jsem z ulice Vondroušovy dolů k poště na Slánské, na stanici autobusu. Je to převážně pořád s kopce. To abych neotravoval, „vysmažené“ od sluníčka, řidiče tramvaje či autobusu s padacím mostem v tom vedru jen na jednu krátkou stanicí. Poctivě do notýsku zapsaný autobus mi málem ujel, a to kvůli neskutečné překážce. To jsem ještě netušil, že to není překážka v tom parném dopoledni poslední.

Jako vozičkář, neskutečně „miluji“ hlavně sloup uprostřed chodníku, který se nedá objet ani zprava a ani zleva. Před zastávkou autobusu Slánská jeden takový unikátní je. Do loňska tam nebyl, protože jsem tudy několikrát jel s manželkou dolů na poznávací výlet až do Starého pivovaru k Motolu, kde mají vynikající plzeňskou dvanáctku. Letos, aby cestující měli kam házet odpadky, tam nějaká „kapacita“ navrhla přidělat velký odpadkový koš. A nějaký další moc nemyslíci exot tam ten koš přidělal – ovšem ne směrem dolů, aby nezužoval prostor i pro chodce, ale přidělal ho do prostoru, kde chodí lidi, jezdí vozičkáři a matky s kočárky. Mladé maminky si mohou na rozdíl ode mne vyjet na deset centimetrů vysoký obrubník u laviček a ten debilní a rozměrný koš s nakonec objednou. Vozičkář to sám nedokáže, i kdyby byl kaskadér. I s doprovodem v zádech to jde velmi těžko. Musel jsem si zafunět asi padesát metrů do kopce zpátky, přejet přes předpisový horní přechod na perfektní nástupiště tramvají. Celé jsem to nástupiště projel až dolů a přes spodní přechod jsem si zamakal zase do pěkného kopce nahoru, na zastávku autobusu, u které jsem už před několika minutami byl. Díky nečekané překážce jsem nyní mohl autobusu jen zamávat, protože právě ujížděl.

Dostat se k vydavatelství map dalším autobusem už pro mě byla, od jara vyježděného borce na vozičku, sranda. Byl jsem tam ze stanice autobusu č. 225 Slánská co by dup. Ještě že jsem se zeptal na moji cílovou stanicí – Bílý Beránek – jedné pěkně „ukecané“ cestující, je jen na znamení. Na poslední chvíli jsem zmáčkl tlačítko na výstup vozičkáře. V IDOSu na internetu o stanici na znamení nebyla žádná zmínka. Na Bílém Beránku jsem vystoupil a sjel dolů k vydavatelství Žaket. S hrůzou jsem sledoval zpáteční stanici autobusu domů na druhé straně. Široko daleko nebyl vidět několik set metrů nahoru a překvapivě ani dolů, žádný nájezd k ní.

Přejel jsem velikou křižovatku a požádal jednu paní, která před firmou právě zametala chodník, aby mi někoho zavolala. Do firmy bych se totiž nedostal přes vysoký nájezd pro auta. Navíc vhod byl v tak velkém kopci, že bych se tam sám bez pomoci nevydrápal. Zapikoloval jsem se na silnici, chráněn jedním zaparkovaným autem u chodníku. Po chvíli přišel pán s přesnou mapou, kterou jsem si objednal den předtím s tím, že si pro mapu přijedu osobně po desáté hodině. Cyklomapa v měřítku 1 : 50 000 se mi moc líbila. Po zaplacení jsem požádal mladého pána, aby mě vytlačil na chodník, což udělal. Poděkoval jsem mu a bylo mi popřáno hodně sil na cestu „po svých“ domů. Na druhou stranu se ale nedalo absolutně dostat! Před sebou jsem viděl dlouhý, dvěstěmetrový kopec s velkým převýšením, který mě čekal a také nakonec v tom parnu neminul. O vyfunění kopce jsem neměl obavy, ale zafetovat si výfukové zplodiny od silného provozu směrem na Zličín a Plzeň mi vadilo. Auta se valila ve dvou pruzích vedle sebe proti mně s kopce. Bylo jich požehnaně a já silně cítil vysokou koncentraci výfukových plynů z tichých spalovacích motorů. Navíc široko daleko nebyl žádný potenciální pomocník, který by mi „píchnul“. Zůstal jsem se svým „funivým“ problémem sám samotinký.

Svaly mi v železo v půli kopce ztuhly a já byl zralý do dřevěné truhly. Než jsem se dostal nahoru, tak jediným mým zpeřčením bylo, že jsem viděl sedm pestrobarevných letadel, nízko letících, jak jdou na přistání na rezervní dráhu letiště Ruzyně. V půli kopce jsem se i jednou usmál – to když kolem mě projelo auto Báňské záchranné služby. Pro mě naštěstí nebylo. Po chvíli jelo další sympatické auto s vtipným nápisem Pivní pohotovost! To už jsem byl téměř nahoře a mlel z posledního. Žízeň jsem měl větší než pouštní velbloud. Když jsem se s vyplázlým jazykem konečně doplzl na vrchol kopce, téměř na most, zajuchal jsem, že z malého kopečku sjezu pár metrů a jsem opět na Slánské. Na stanici autobusu mě zbytkový humor přešel, protože jsem se musel z posledních sil dostat zase do kopce, na stanici tramvají a nechat se vyvést do stanice Blatiny. Naštěstí si mě všimla jedna mladší paní, jak sotva pletu koly, a na tu stanici mě, za mé chabé pomoci, vytlačila. Tak dlouho jsem ještě nikomu neděkoval jako té paní. Vyčerpaný jsem juknul na digitální tabuli, kde po chvíli naskočilo, že za devět minut jede bezbariérová tramvaj č. 9. Ta paní jela stejným směrem a ještě mi pomohla do tramvaje! Z tramvaje jsem na Blatinách už vyjel zase jako Jura, ale po pár metrech jsem zjistil, že jsem dneska zralý tak akorát do kafilérky.

Doma jsem se dlouho osvěžoval v koupelně a vypil jsem snad půl litru vody. I oběd mi neskutečně chutnal. Umyl jsem po sobě nádobí, udělal si kávičku a připravil si ředkvičky k odpolední svačině. Zalezl jsem do pelišku, že si zaslouženě odpočinu. Neodpočinul jsem si fyzicky, ale nádherně duševně – pustil jsem si ze záznamu neskutečný sportovní zážitek, jak „naše“ Slovenka Dominika Cibulková porazila na Roland Garros „heknu“ Viktorii Azarenkovou, světovou jedničku. Měl jsem velkou radost, že dokázala to, co se nepovedlo v Madridu Petře Kvitové, a odstranila jí z cesty velmi nepřijemnou soupeřku. Večer jsem se pěkně vykoupal a užil si bohatě studené sprchy na závěr. Během dne, kdy jsem se v některých chvílích cítil na sto let, jsem omládl napoleovic!

Děkuji především vám všem zapomětlivým pražským pánům architektům, že dbáte o moji velmi dobrou fyzickou kondici. Nalézt na některých pražských frekventovaných místech přechody pro vozičkáře je takřka heroický výkon. Nechápu jen jedno – že na jedné straně ulice perfektní nájezdy a sjezdy jsou, ale na druhé po nich není nejen ani vidu, ale ani doslechu. Opravdu nic několik set metrů! A stěžovat si mohu asi tak jen na „lampárně“ na hlavním nádraží, pokud tam z času minulých nějaká zůstala. Tam by mě mohli vyslechnout podobně jako na našich úřadech – čili jedním uchem tam, druhým ven. Však to znáte: nejsou na nic peníze! Ale na statistické odměny různých vyčůránků na vysokých postech ve službách státu se najdou vždy. Budiž nám život lehký!

Josef Procházka



Texty z Vaší literární dílny a jiné

• Sobotění a konopí • V čajovně Wabi • In vino veritas

Sobotění a konopí

Tento text bych mohla začít tragicky – opustil mě manžel a já s těžkým tělesným postižením najednou nemohu do světa... Dost. Kdo mě zná, ví, že toto není můj způsob žítí. Já že nemohu do světa? Tak svět přijde za mnou. Jak? Rozhodla jsem se pořádat u mě doma přednášky s fotografiemi z různých míst světa. Přednášet může kdokoliv a posluchači jsou moji kamarádi a známí.

Historicky prvního *Sobotění* se ujala moje sestřička Blanka Tomková, která povídala o Austrálii, v níž se svým přítelem žila tři roky. Najezdili jsme s ní tisíce kilometrů a viděli Sydney, Bariérové útesy, Uluru a australské středozemí i kousek Tasmánie. Kromě flóry a fauny nám popsala i životní styl, společenské vztahy a způsob života původních obyvatel Aboriginů. Svým výkladem zbourala spousty mýtů a předsudků o původním obyvatelstvu a chování „nových pánů“ Austrálie.

V *Sobotění* samozřejmě hodláme pokračovat. Ale dovolte mi říci ještě něco důležitějšího pro život. Jsem rozvedená (šťastně), mám roztroušenou sklerózu a doby, kdy jsem mohla pracovat jen z lůžka, už jsou pryč. Nyní pracuji z ortopedického vozíku a původně mrtvou rukou se dokážu poškrábat na nose. Jak to?

Své udělaly rehabilitace třikrát týdně pod vedením zkušené zdravotní pracovníce z Domácí péče (a zbytek týdne cvičení pod vedením ochotných osobních asistentek, které podle státu stojí 16,60 Kč na hodinu). Ale... Dál by neměli číst lidé s pruděnými názory. Doporučuji totiž konopí, a sice masážní krém, THC spray a popřípadě jemně rozemletou bylinku do jídla. Proč? Díky nim jsem se zbavila těžkých křečů, jsem schopna rehabilitovat a neužívat antispastika a tím neničit žaludek i celé trávicí ústrojí. K tomu všemu mohu pouze dodat, že není možné věřit na zázraky – je potřeba na sobě neustále pracovat.

Monika Henčlová

V čajovně Wabi

Pomalou se stává dobrým zvykem, že se olomoučtí vozičkáři ze spolku Trend setkávají v čajovně Wabi, aby si popovídali, odreagovali se a načerpali síly...

Tentokrát si povídali o očistných kůrách, cvičení, ale i o jiných možnostech, jak trochu pomoci svému tělu i duši od trápení. Nebudeme mluvit o různých die-



tách, o tom, co by člověk neměl jíst a co by naopak jíst měl. Mnozí se tím trápí, stresují se a tím si ještě víc ubližují. Stres je prapříčinou všech nemocí, zdravotních problémů a vůbec nepohody.

Zkusme se teda na to vše podívat trochu jinak – co můžeme pro sebe udělat, aniž bychom se neustále trápili – to nesmím, to nesmím... Existují různé bylinné čaje, které jsou našemu tělu i duši prospěšné (kopřiva, pampeliška atd.). Nechutnají vám bylinky? Nevadí – je tady zelený čaj se svými zázračnými očistnými účinky. Pomáhá odstranit z těla nepotřebné látky, usaziny, doplnit energii. Zelený čaj je výborný v létě, osvěží nás a zreguluje naši tělesnou teplotu. Za horkého léta zkuste černý čaj (nemusí být teplý) – výrazně sníží vaši tělesnou teplotu, ochladí vás. Proto se pije ve velkém v arabských zemích.

Komu čaj nechutná, je tady voda. Úplně obyčejná voda z kohoutku. Žádná balená, kupovaná, ne, úplně obyčejná voda z kohoutku. Stačí, když si ji napustíte do skleničky a necháte chvíli odstát. Vyprchá chlór a voda je chutnější. Pokud by se vám to zdálo málo, stačí ji napustit do flašky, vhodit pár umytých křišťálů a nechat chvíli odstát (čím déle, tím lépe). Voda získá výbornou chuť, zbaví se chlóru a celkově se pročistí a nabije energii.

Měli bychom pít dostatečné množství vody, a to nejen v létě. V létě se člověk víc potí, ztrácí tekutiny, hrozí mu oběhový kolaps, problémy s tlakem. Lze se tím vyhnout i problémům z přehřátí. Pít by se měla voda ne moc studená (jinak může dojít k teplotnímu šoku vnitřních orgánů, poruchám trávení, křečím, nevolnostem). Pitím dostatečného množství obyčejné vody si pročistíme ledviny, močové cesty, močový měchýř, ale i játra, žlučník, žaludek a střeva. Nezapomínejme, že jen dýcháním ztrácíme asi litr vody za den.

Dostatečné množství vody může odstranit bolesti hlavy, zmírnit bolesti v zádech (odplaví se odpady, ale i kyselina mléčná ze ztuhlých a bolavých svalů),

odstraní se i pocit hladu. Dále voda pomůže u bolestí žaludku, bolestí břicha – i tady velice často pomůže vypít dvě sklenky.

Výborná je teplá voda po jídle – rozpouští tuky a žene je hned do střev a ven z těla, nikoliv do krevního oběhu, tudíž pomáhá snižovat zvýšenou hladinu cholesterolu. Nezapomeňte, že mozek taky potřebuje dostatek vody! Nikdy nečekejte, až budete mít žízeň. S přibývajícím věkem se pocit žízně ztrácí! Musíme se nutit pít, pít, třeba jen pár hltů, i když necítíme žízeň. Pití dostatečného množství vody pomáhá odstraňovat únavu během dne. Nevěříte? Zkuste to!

Věra Schmidová

In vino veritas

Ve víně je pravda, říkával svého času Plinius, římský spisovatel, přírodovědec a filozof, námořní a armádní velitel rané římské Říše. My bychom dnes řekli nevěnešeně – že rozvazuje jazyk...

Vinaři (ale i někteří lékaři) tvrdí, že víno není alkohol, že víno je lék. Profesor Milan Šimánek (legenda česko-slovenské kardiologie) prováděl výzkumy a studie – věnoval se vlivu vína na lidský organismus, zvláště na srdečně-cévní systém. Přišel, stejně jako jiní výzkumníci, k zajímavým závěrům – bílé víno je prospěšné pro kardiovaskulární systém, a to jako prevence infarktu a mozkové mrtvice. Je dobré na cévy, oddaluje nástup demence... (i s ohledem na jižní národy, kde jedí hodně tučné jídlo, ale pijí víno a nemají tolik srdečně-cévních onemocnění jako třeba u nás). Ale pozor – průměrné množství vína, což je dvě deci pro ženy a tři pro muže! A kvalitního!

U starších lidí působí pití vína příznivě i na kognitivní funkce – paměť, rozhodování, slovní zásoba, komunikace... Pití malého množství působí příznivě také na psychiku těchto lidí. Často se upraví hladina cholesterolu, klesne hladina nebezpečného fibrinogenu, který způsobuje krevní sraženiny v cévách.

Červené víno se doporučuje kvůli množství antioxidantů, na zlepšení krevního obrazu a hlavně na zvýšení nízkého krevního tlaku. Zvláště pak s rozmarýnem funguje proti nízkému tlaku vždy. Bílé víno podporuje trávení, prý i spalování tuků, ale hlavně se doporučuje na snížení vysokého krevního tlaku. A to taky vždy funguje.

Věra Schmidová

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

Zrušení slevy na dani pro pracující důchodce?

Poslaneckou sněmovnou prošel nedávno návrh o změně zákona č. 586/1992 Sb., o daních z příjmů, díky kterému by v budoucnu starobní důchodci se zdanitelnými příjmy neměli mít nárok na uplatnění základní slevy na dani na poplatníka.

V současné době je možné, aby si starobní důchodci se zdanitelnými příjmy, stejně jako ostatní skupiny poplatníků, mohli uplatňovat slevu na dani ve výši 24 840 Kč za zdaňovací období. Toto zrušení slevy na dani by pro pracující starobní důchodce mělo platit od 1. ledna 2013, **nemělo by se však vztahovat na osoby, které pobírají invalidní důchod, jak je mylně prezentováno v některých médiích.** Novela zákona nyní čeká na projednání v Senátu.

Zrušení snížené minimální mzdy pro OZP?

Vláda předložila návrh na změnu nařízení vlády č. 567/2006 Sb., o minimální mzdě, které by mělo zrušit sazby minimální mzdy a nejnižší úrovně zaručené mzdy při omezeném pracovním uplatnění zaměstnanců. To by znamenalo, že zaměstnavatelé osob s priznaným invalidním důchodem I., II., nebo III. stupně by již neměli možnost využít snížené minimální mzdy.

V současné chvíli je podle nařízení možné, aby zaměstnanec s priznaným ID I., II. či III. stupně, pokud je jeho pracovní uplatnění omezené, pobíral sníženou výši minimální mzdy:

- Invalidní důchodce I. a II. stupně 75 % minimální mzdy či minimální úrovně zaručené mzdy – minimálně tedy 6 000 Kč.
- Invalidní důchodce III. stupně 50 %

minimální mzdy či minimální úrovně zaručené mzdy – minimálně tedy 4 000 Kč.

Pokud by novela prošla legislativním procesem, měla by začít platit 1. ledna 2013. Proces schvalování novely budeme i nadále sledovat.

Další vývoj v novelách tzv. sociální reformy

V minulém čísle časopisu Vozka jsme informovali o chystaných změnách v souběhu rodičovského příspěvku a příspěvku na péči a dále o novele zákona č. 329/2011 Sb., která by měl umožnit vyplácení příspěvku na mobilitu také osobám v pobytových zařízeních sociálních služeb. Jaký je nový vývoj této problematiky?

Senát vrátil s drobnými připomínkami Poslanecké sněmovně novelu zákona o státní sociální podpoře, tyto drobné připomínky by však neměly měnit podstatu změn:

Důležitou novinkou by mělo být **opětovné zavedení možnosti souběhu rodičovského příspěvku a příspěvku na péči, který nyní není možný.**

Neméně podstatnou změnou by byla novela zákona o sociálních službách č. 108/2006 Sb., která by měla umožnit **zvýšení příspěvku na péči o 2 000 Kč, a to nezaopatřenému dítěti od 4 do 7 let věku, kterému náleží příspěvek ve stupni III (těžká závislost) nebo stupni IV (úplná závislost).** Pokud by však rodině již zvýšení příspěvku na péči o 2 000 Kč náleželo z důvodu nízkých příjmů (nižších než dvojnásobek životního minima rodiny), navýšení se již podruhé nepoužije.

V současné době Senát vrátil s drobnými připomínkami Poslanecké sněmovně novelu zákona o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením, tyto drobné připomínky by opět neměly měnit podstatu změn:

První změna by se měla týkat příspěvku na mobilitu, který nyní dle zákona č. 329/2011 Sb., o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením, není přiznáván osobám, kterým jsou poskytovány pobytové sociální služby podle zákona o sociálních službách v domově pro osoby se zdravotním postižením, v domově pro seniory, v domově se zvláštním režimem nebo ve zdravotnickém zařízení ústavní péče. Tato skutečnost by se měla změnit a **osoby, kterým jsou poskytovány pobytové sociální služby, by po splnění ostatních podmínek mohly mít „z důvodů hodných zvláštního zřetele“ na příspěvek na mobilitu nárok.** V těchto případech by však lidé v pobytových zařízeních neměli pravidelnost dopravování v kalendářním měsíci prokazovat čestným prohlášením, ale budou muset tyto skutečnosti dokazovat. Jakým způsobem se toto bude dít, však ještě není jasné.

Další novinkou by mělo být zrušení výpůjčky zvláštní pomůcky, kterou taktéž upravoval výše uvedený zákon. **Prostředky na pomůcky, jako je schodolez, stropní zvedací systém, schodišťová plošina a schodišťová sedačka, by se měly žadatelům poskytovat v rámci příspěvku na zvláštní pomůcku.** Maximální výše příspěvku by měla být stejná, tedy 350 000 Kč, s výjimkou schodišťové plošiny, na kterou by se mohl poskytovat příspěvek až ve výši 400 000 Kč. Pokud by člověk čerpal příspěvek konkrétně na schodišťovou plošinu, zvýšil by se mu i nynější limit čerpání příspěvků na zvláštní pomůcku, z nynějších 800 000 Kč na 850 000 Kč za 60 kalendářních měsíců.

Nepříliš pozitivní je informace, že **příspěvek na schodišťovou plošinu by měl být poskytnut pouze v případě, že odstranění bariéry nepůjde dosáhnout prostřednictvím schodolezu.** Navíc pokud by člověk žádal o příspěvek na schodišťovou plošinu, schodišťovou sedačku nebo stropní zvedací systém, musel by úřadu práce doložit alespoň dva návrhy řešení odstranění bariér. Kdy tyto novely vejdou v platnost, ještě není známo.

Lucie Marková, Dis.,

Poradna pro život s postižením Ligy vozíčkářů, lucie.markova@ligavozic.cz

Potřebujete poradit?
Kontaktujte jednu ze tří poraden publikujících ve Vozkovi:

- Program Poradenství a informace Ligy vozíčkářů
- VSP – Poradna Národní rady osob se zdravotním postižením
- RIPAK – rady, informace, příklady a konzultace

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 (11–15 h, po–pá)
596 131 202 (9–11 h po–pá)

• **e-mail:** poradnaoov@seznam.cz
• <http://bariery.xf.cz>

• **adresa pro korespondenci**
Slavíkova 4409, 708 00 Ostrava 8

• **osobní kontakt** (nutná telefonická objednávka)
služba je určena pro pohybově postižené z Ostravy a okolí

Činnost projektu podporují:

Statutární město Ostrava, městský obvod Ostrava-Jih, Radvanice a Bartovice, Nadace OKD, Stavební firma Procházka s.r.o., Projektční kancelář Ing. Milan Blasbalg, Zprostředkování prodeje zdravotních pomůcek Tomáš Vlček.

S foťákem „bezbariérovou“ Ostravou



Kostel Navštívení Panny Marie

V Ostravě Zábřehu se nachází nádherná stavba kostela Navštívení Panny Marie, která, svým architektonickým vzhledem láká k navštívení.



Vstup do kostela

Když přijedete ze strany parku, tužbu návštěvy objektu zhatí venkovní předložené schodišťové stupně. Před nimi ale zajásáte, neboť na jejich druhé straně uvidíte rampu.



Je to opravdu nájezdová rampa?

Po příjezdu k rampě vám však ztuhne úsměv. Vážený staviteli rampy, na převýšení cca 50 cm je délka nájezdu ani ne 100 cm opravdu málo! Takže pokud nejste mimořádně zdatný jedinec nebo nemáte doprovod, ač bezvěrec, doporučuji před návštěvou této sakrální stavby se před rampou pomodlit za zdárné vyjetí.

Foto, text: (mf)

Co možná nevíte

Procenta, poměry, sklony u nájezdových ramp, chodníků a pochozích ploch dávají mnohým z nás – laikům i některým odborníkům – zabrat. Věnujme se tomu podrobněji nejprve v tabulkách a potom v obrázcích.

Délka a výšky rampy při různých sklonech

Sklon rampy 1 : 16 (6,25 %)

Délka (mm)	1 000	2 000	3 000	4 000	5 000
Výška (mm)	62,5	125	187,5	250	312,5

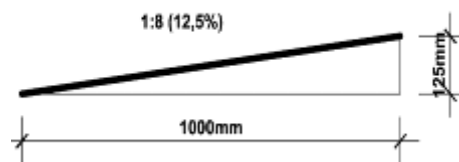
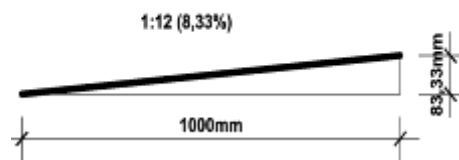
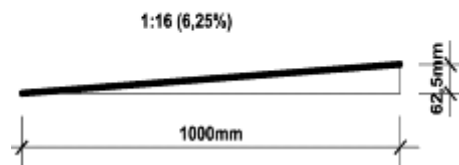
Sklon rampy 1 : 12 (8,33 %)

Délka (mm)	1 000	2 000	3 000	4 000	5 000
Výška (mm)	83,3	167	250	333	417

Sklon rampy 1 : 8 (12,5 %)

Délka (mm)	1 000	2 000	3 000	4 000	5 000
Výška (mm)	31,25	67,5	125	250	375

SKLONY RAMP, CHODNÍKŮ A NÁJEZDŮ



Na výše uvedeném obrázku je uvedeno, jaká je délka a výška rampy pro jednotlivé sklony.

Rampy musí umožnit obousměrný provoz, a proto nejmenší světlá šířka je 1 500 mm. U novostavby smí být sklon rampy nejvýše 1 : 16 (6,25 %), pouze u změn už dokončených staveb je možný nejvyšší sklon 1 : 8 (12,5 %) do délky 3 000 mm.

Komunikace pro chodce smí mít podélný sklon nejvýše v poměru 1 : 12 (8,33 %) a příčný sklon nejvýše v poměru 1 : 50 (2,0 %).

Přechody pro chodce, místa pro přecházení a koridory pro přecházení tramvajového pásu musí mít navazující šikmé plochy podélného sklonu nejvýše v poměru 1 : 8 (12,5 %) a příčného nejvýše v poměru 1 : 50 (2,0 %). Při řešení rampových částí přechodů pro chodce a míst pro přecházení je nutné dodržet v průchozím pásmu nejméně 900 mm příčného sklonu nejvýše v poměru 1 : 50 (2,0 %) Při nedodržení tohoto požadavku dochází ke ztrátě stability a možnosti vypadnutí z vozíku. Tento problém se týká také podélného sklonu vozovky na přechodech, místech pro přecházení a ploch zastávek veřejné dopravy – při otáčení o 90 stupňů se uvedený podélný sklon mění na příčný.

Tabulky, obrázek, text: (mf)

Připravil: Mirek Filipčík



VSP

Vy se ptáte...,

**...Poradna NRZP
v ČR odpovídá.**

Poradna Národní rady osob se zdravotním postižením

Otázky a odpovědi

Již 3 roky se starám o maminku (87 let), je po několika mrtvicích a pro její přepravu po bytě je nutný ortopedický vozík. Maminku jsem si přestěhovala k sobě, i když její byt ještě zlikvidován není. Hlášené trvalé bydliště má zatím v bytě, kde bydlela dříve.

Mohu požádat o příspěvek na úhradu úpravy mého bytu na bezbariérový? Nebo musím nejprve požádat o změnu trvalého bydliště a následně teprve žádat o příspěvek. Mám generální plnou moc pro vyřizování všech záležitostí.

O příspěvek na úpravu bytu pro maminku si samozřejmě požádat můžete. Nevím ale, jestli vám bude vyhověno, a to z jednoho prostého důvodu – do konce roku 2011 upravovala poskytnutí příspěvku vyhláška 182/1991 Sb., kde bylo přesně definováno, pro koho a za jakých podmínek lze příspěvek poskytnout. Bylo tam i to, že příspěvek na úpravu bytu se poskytuje v místě trvalého bydliště. Stávající zákon 329/2011 Sb., který to upravuje nyní, nic takového nezmiňuje. Pouze prováděcí vyhláška 388/2011 Sb. stanovuje, že:

„Osobám se zdravotním postižením lze poskytnout příspěvek na stavební práce spojené s uzpůsobením koupelny a WC; jedná se o stavební práce a s nimi nezbytně související materiál na úpravu (nikoli o obklady, podlahové krytiny, sanitu apod.) a na stavební práce spojené s rozšířením dveří v bytě.“

Z uvedeného tedy nelze zjistit, jestli příspěvek přiznají jen na trvalé bydliště nebo na bydliště, kde se postižená osoba skutečně vyskytuje.

Takových nedodělků má však nová legislativa spoustu a je třeba na ně upozornit. Proto doporučuji vyzvednout si na úřadu práce formulář, vyplnit jej a podat. Nenechte se odradit a uvidíte, co vám odpoví.

*PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně*

Chtěla jsem se zeptat, zda jako matka samoživitelka s příjmem 5 800 Kč můžu zažádat o příspěvek na bydlení. Budu se stěhovat do družstevního bytu, kde mě to celkově vyjde na 6 600 Kč. Byt je ve Zlíně, kde budu žít se svým skoro 3letým synem sama. Bydlení bych ze svého příjmu určitě neutáhla.

Žádat o příspěvek na bydlení může jak nájemce, tak i případný vlastník nebo družstevník, který má v bytě trvalý pobyt. Pokud budou řádně hrazeny náklady na bydlení a i syn bude mít s vámi v bytě trvalý pobyt od počátku hrazení nákladů, dávka by měla vyjít. Částku však nemohu přesně určit, protože neznám přesné náklady. Obecně:

$$\text{VÝŠE DÁVKY} = N - (P \times 0,3)$$

$N = 2\,340$ Kč ze zákona + měsíční průměr všech čtvrtletních plateb za zálohy na plyn, elektřinu, vodné, stočné, topení TUV, popelnice – přeplatky + doplatky na těchto zálohách. Maximálně však do výše 6 042 Kč (pro dvě osoby).

P = váš skutečný měsíční průměr všech čistých příjmů za kalendářní čtvrtletí. Minimálně však 4 880 Kč (pro matku s dítětem do 6 let).

*Mgr. Radka Pešlová
Poradna NRZP ČR v Brně*

Potřebuji co nejdříve řešit úpravu svého vozidla. Je nutné nejprve podat žádost o příspěvek a čekat než vše proběhne, bude přiznán a pak teprve provést úpravu? Nebo si mohu nechat udělat úpravu ihned a pak teprve absolvovat jednání s úřady a doložit doklady (fakturu) o úpravě k proplacení?

Úprava řízení pro osoby se zdravotním postižením patří do seznamu zvláštních pomůcek dle přílohy č. 1, vyhlášky 388/2006 Sb. Dle zákona o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením č. 329/2011 Sb. § 14 lze příspěvek na zvláštní pomůcku poskytnout též na zvláštní pomůcku, která byla zakoupena v průběhu 12 kalendářních měsíců před-

cházejících dni zahájení řízení o poskytnutí příspěvku na zvláštní pomůcku podle tohoto zákona.

Ruční řízení si tedy můžete nechat udělat a následně o příspěvek požádat.

*PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně*

Jako opatrovník mé matky, která je neschopná, slepá a nechodí a která se nachází v domově pro seniory, provádím všechny požadované platby: přeposílám 11 000 Kč soc. podpory za bezmocnost a celý důchod snížený o 15 %, tedy kapesné, o které si domov potom řekne na nákupy pro ni. Od roku 2007 jsou stále zvyšovány poplatky za cokoliv, dnes je to za ubytování 173 Kč denně a za stravování 160 Kč. Dohromady 333 Kč denně. Měsíčně to vychází na 9 990 Kč. Důchod matky činí 9 841 Kč, takže teď stanovili úhradu na 8 364 Kč s tím, že zůstává neuhrazeno 1 626 Kč. Žádají mne, abych se podílel na hrazení nákladů. Moje matka mimo mne již nikoho nemá a já jsem starobní důchodce a jiný příjem nemám. Tím je dáno, že nejsem schopen přispívat. Matka má peněžní prostředky mimo důchodu v bance, takže by mne zajímalo, zda mám povinnost tento dluh platit z těchto peněz.

Zákon o sociálních službách hovoří o tom, že se může zařízení s rodinou dohodnout. Jde tedy pouze o jakousi morální povinnost vyžadovanou zákonem o rodině, kdy dítě má vyživovací povinnost vůči rodiči. Neplnění této povinnosti může žalovat pouze rodič (nikoliv zařízení).

Zařízení se tedy snaží vytvořit nátlak, ale vy na něj nemusíte přistoupit. Co se týče využití prostředků vaší matky, tak prostředky v bance jsou jistě vinkulovány ve prospěch soudu a tedy nebude možné na ně jednoduše dosáhnout. Zde by byl nutný souhlas soudu, který by tak musel učinit každý měsíc. Nicméně – bylo by vhodné podívat se na smlouvu o poskytování služeb, protože ta je směrodatná k rozhodnutí, jak to tedy s úhradou bude.

Spíše se domnívám, že tyto náklady

zůstanou neuhrazeny a jdou na vrub zařízení, které právě ke krytí těchto ztrát dostává dotační prostředky. Pokud byste problematiku potřeboval více rozebrat či byl schopen zaslat oskenovanou smlouvu, prosím, napište nám na e-mail: poradnabrno@nrzp.cz.

*Mgr. Radka Pešlová
Poradna NRZP ČR v Brně*

Doposud jsem v pracovním poměru a byl mi byl přiznán invalidní důchod 2. stupně. Zaměstnavatel pro mě nemá odpovídající práci, musí mi vyplatit odstupné?

Zákoník práce č. 262/2006 Sb. § 67 odst. 2 k vašemu dotazu uvádí:

Zaměstnanci, u něhož dochází k rozvázání pracovního poměru výpovědí danou zaměstnavatelem z důvodů uvedených v § 52 písm. d) (viz níže) nebo dohodou z těchto důvodů, přísluší od zaměstnavatele při skončení pracovního poměru odstupné ve výši nejméně dvanáctinásobku průměrného výdělku. Byl-li se zaměstnancem rozvázán pracovní poměr, protože nesmí podle lékařského posudku vydaného zařazením závodní preventivní péče nebo rozhodnutím příslušného správního orgánu, který lékařský posudek přezkoumává, dále konat dosavadní práci pro pracovní úraz nebo pro onemocnění nemocí z povolání, a zaměstnavatel se zcela zproští své odpovědnosti, odstupné podle věty druhé zaměstnanci nepřisluší.

§ 52 písm. d): nesmí-li zaměstnanec podle lékařského posudku vydaného poskytovatelem pracovně lékařských služeb nebo rozhodnutí příslušného správního orgánu, který lékařský posudek přezkoumává, dále konat dosavadní práci pro pracovní úraz, onemocnění nemocí z povolání nebo pro ohrožení touto nemocí, anebo dosáhl-li na pracovišti určeném rozhodnutím příslušného orgánu ochrany veřejného zdraví nejvyšší přípustné expozice.

Je-li toto váš případ, pak dle výše uvedeného máte nárok na odstupné ve výši dvanáctinásobku průměrného výdělku.

§ 52 písm. e) ovšem uvádí, že zaměstnavatel může dát zaměstnanci výpověď z důvodů, že zaměstnanec pozbyl vzhledem ke svému zdravotnímu stavu podle lékařského posudku vydaného poskytovatelem pracovně lékařských služeb nebo rozhodnutí příslušného správního orgánu, který lékařský posudek přezkoumává, dlouhodobě zdravotní způsobilost.

V tomto případě nárok na odstupné není.

*PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně*



Druh (69 let) mé matky je tři roky dialyzován, během měsíce června došlo k prudkému zhoršení zdravotního stavu (neudržení stolice, nic si nepamatuje, výkyvy v náladách apod.). Nakonec mu byla v měsíci srpnu po třítydenní hospitalizaci diagnostikována počínající Alzheimerova choroba jako následek dialýzy. Matka-druška, s níž žije ve společné domácnosti (cca 30 let), nebyla o jeho stavu ošetřujícím lékařem poučena, protože jako rodinného příslušníka k vyrozumění uvedl syna. Se synem již léta nežije, stýkají se sporadicky. Zdravotnickému personálu se ho nepodařilo vyrozumět o zdravotním stavu ani o ukončení hospitalizace, kdy byl sanitou převezzen do místa bydliště (neměl klíče od domu, mobilní telefon apod.) O diagnóze druhu se matka dozvěděla až od praktického lékaře (oba léta mají stejného), když mu doručila zprávy o hospitalizaci. Druh matky bohužel týden po návratu domů v místě jejich společného bydliště upadl, poškodil si nos, zlomil si krční obratle. Matka mu přivolala RZS, která stav druhu vyhodnotila k hospitalizaci. Byl opět hospitalizován s předběžnou dobou hospitalizace cca 2 měsíce. Bohužel, jeho zdravotní stav se zhoršil natolik, že si nepamatuje, že za ním matka s dcerou dochází. Má problém je identifikovat, protože v nemocnici několikrát upadl, je veden jako ležící pacient. Jako rodinného příslušníka k poskytnutí informací opět uvedl pouze svého syna. Matka s dcerou jsou velice rozčarovány, neboť za ním jezdí na návštěvy 15 km do nemocnice, a opět nebyly i přes několikrát. Syn nebyl zdravotním personálem znovu zastižen. Chci se vás zeptat, jaké další kroky má matka učinit, aby informace dostávala ona nebo dcera. Popřípadě jaký je postup při zbavení způsobilosti k právním úkonům.

Pacient má právo dle zák. č. 20/1966 Sb. § 67b odst. 12 písm. d): „Určit osobu, která může být informována o jeho zdravotním stavu nebo vyslovit zákaz podávání těchto informací jakékoliv osobě, a to při přijetí k poskytování zdravotní péče nebo kdykoliv po přijetí; pacient při určení osoby, která může být informována o jeho zdravotním stavu, zároveň určí, zda této osobě náleží též práva podle písmen b) a c); pacient může určení osoby nebo vyslovení zákazu kdykoliv odvolat; právo pacienta na určení osoby nebo na vyslovení zákazu se nevztahuje na postup podle odstavců 10 a 11 a dále na podávání informací a na právo nahlížet do zdravotnické dokumentace nebo na pořizování

výpisů, opisů nebo kopií podle zvláštních právních předpisů upravujících poskytování zdravotní péče, popřípadě činnosti související se zdravotní péčí; jde-li o pacienta, který nemůže s ohledem na svůj zdravotní stav určit osoby, které mohou být o jeho zdravotním stavu informovány, mají právo na aktuální informace o jeho zdravotním stavu osoby blízké.“

Osobou blízkou je příbuzný v řadě přímé (rodiče, prarodiče, děti, vnoučata), sourozenec, manžel/ka a partner (dle zákona o registrovaném partnerství). Jiné osoby v poměru rodinném nebo obdobném se pokládají za osoby sobě navzájem blízké, jestliže by újmu, kterou utrpěla jedna z nich, druhá důvodně pociťovala jako újmu vlastní. Pokud tedy zvolil druh vaší matky jakožto osobu, která má být informována, svého syna, tak jedinou možností je přesvědčit druhu, aby doplnil pro informování i vaši maminku.

Dle § 23 výše uvedeného zákona je ještě možné vydat: „Poučení a souhlas nemocného; (1) Zdravotnický pracovník způsobily k výkonu příslušného zdravotnického povolání informuje pacienta, popřípadě další osoby v souladu s § 67b odst. 12 písm. d), o účelu a povaze poskytované zdravotní péče a každého vyšetřovacího nebo léčebného výkonu, jakož i o jeho důsledcích, alternativách a rizicích. Jestliže to zdravotní stav nebo povaha onemocnění pacienta vyžadují, je zdravotnický pracovník uvedený ve větě první oprávněn sdělit osobám blízkým (dle občanského zákoníku) pacientovi a členům jeho domácnosti, kteří nejsou osobami blízkými, též informace, které jsou pro ně nezbytné k zajištění péče o tohoto pacienta nebo pro ochranu jejich zdraví. V případě, kdy pacient vyslovil podle § 67b odst. 12 písm. d) zákaz poskytování informací, lze informace podle věty druhé sdělovat pouze se souhlasem pacienta. Pro vyslovení souhlasu se použije ustanovení § 67b odst. 12 písm. d) a § 67b a odst. 1 a 2 obdobně.“

Co se týče omezení či zbavení právní způsobilosti – jde o zdoluhavý proces, který podle mého neřeší vaši současnou situaci. Návrh může podat kdokoliv, ale soud může tohoto navrhovatele (soukromou osobu) vyzvat k doložení zdravotní dokumentace potvrzující jeho tvrzení, což pro vás bude v současnosti obtížné. To, že to soud udělat může, neznamená, že toto oprávnění využije. Se sepsáním takového podání vám pomůžeme v našich poradnách.

*Mgr. Radka Pešlová
Poradna NRZP ČR v Brně*

**Poradna NRZP: Tel.: 542 214 110,
542 214 111, poradnabrno@nrzp.cz,
www.poradnazp.cz**

Rádce pacienta

Příručka MZ ČR ke zlepšení bezpečí pacienta

Do zdravotnického zařízení většinou nepřicházíme dobře naladěni. Jsme nemocní, máme potíže, bolesti a obavy. Tím, že budeme dobře informováni a budeme vědět, co se s námi děje, o čem můžeme rozhodnout, a že dobře rozumíme tomu, o čem rozhodujeme. Že také můžeme ledacos sami zkontrolovat. Podle zahraničních studií až u 10 procent hospitalizaci dochází k poškození pacientů! A my se přeci chceme cítit bezpečně. Pro zvýšení bezpečí vydalo **Ministerstvo zdravotnictví ČR druhé vydání příručky, která pomůže pacientům celému systému zdravotní péče lépe porozumět a pochopit.** Naleznete zde informace o tom, na co máte jako pacienti nárok z veřejného zdravotního pojištění, jak si ohlídat svá práva při kontaktu se zdravotními službami, jaké jsou na druhé straně vaše povinnosti a další potřebné vědomosti. V několika pokračováních vás s obsahem **Rádce pacientů** seznámíme.



Pokračování z minulého čísla

Registrujícího lékaře si můžete zvolit

Každý si může zvolit svého registrujícího lékaře – praktického lékaře pro dospělé či pro děti a dorost, zubního lékaře, gynekologa atd. Tedy lékaře, který o vás pečuje v případě zdravotních obtíží, v rámci preventivních prohlídek a pravidelně vás sleduje, pokud trpíte nějakým chronickým onemocněním. Praktický lékař pro dospělé a praktický lékař pro děti a dorost vedle práce v ordinaci zajiš-

ťuje pro své registrované pacienty také návštěvní službu v případech, kdy nejsou schopni se do jeho ordinace sami dostavit.

Za jak dlouho lze změnit registrujícího lékaře?

Pokud nejste s péčí svého lékaře spokojeni, můžete jej změnit jednou za tři měsíce. Časté střídání registrujícího lékaře nelze doporučit. Může být ohrožena návaznost při péči o pacienta.

Informace o vás

Je vhodné mít doma na dostupném místě zaznamenány a ještě lépe u sebe nosit (např. na kartičce nebo lístku) důležité informace, které se vás týkají. Co mezi ně patří?

■ **Jméno a příjmení, bydliště, telefon, příp. e-mail, věk, krevní skupinu, jestli máte např. diabetes, epilepsii, alergii, jestli kouříte, zda máte vysoký krevní tlak, popř. jestli máte voperován kardiostimulátor nebo nějaký kovový implantát. Je dobré rovněž napsat, kterými neduhy nejčastěji trpíte.**

Váš lékař by pak měl navíc vědět:

■ **Vaši výšku a hmotnost, proti čemu jste očkovaní, jaké infekční nemoci jste prodělali, kterým druhem alergie trpíte, kolik máte dětí, u žen počet porodů (příp. potratů) a další intimní informace, jakými chorobami trpíte v současnosti a jaké operační zákroky jste absolvovali. Důležitá je informace o poslední hospitalizaci a jaké léky v současnosti užíváte. Neméně důležité jsou informace o vašich rodičích, pokud žijí – jejich věk a chronická onemocnění, pokud zemřeli – v kolika letech a na jaké onemocnění.**

Jak poznáme, že registrující lékař poskytuje kvalitní péči?

Registrujícího lékaře lze zhodnotit už z jeho chování – věnuje se vám, vysvětluje, povídá si s vámi, trpělivě vás vyslechne? Čekáte dlouho v čekárně, nebo si pacienti objedná na určitou hodinu? Nabízí preventivní vyšetření, na která máte nárok? Má přehled o tom, kde a kdy jste byli hospitalizováni, jaké nálezy máte od jiných lékařů, pamatuje si, co máte za obtíže? Pak je to určitě ten pravý.

Co je dobré nezapomenout!

Váš lékař by měl mít smlouvu se zdravotní pojišťovnou, u které jste pojištěni. Ale v případě poskytnutí tzv.

nutné a neodkladné zdravotní péče (péče zachraňující život a zdraví) musí poskytnout ošetření každý lékař, tedy i ten, který smlouvu s vaší pojišťovnou nemá. Pokud svého registrujícího lékaře změňte, informujte ho o této změně. Nově zvolený registrující lékař si vyžádá informace z vaší zdravotnické dokumentace, důležité pro zajištění návaznosti zdravotní péče, a původní lékař je povinen mu tyto informace poskytnout.

Váš lékař by měl být dostupný podle místa bydliště a měla by vám vyhovovat jeho ordinační doba.

S čím přicházíte k lékaři?

Za lékařem většinou přicházíte, když máte zdravotní potíže. Lékař se vás bude při pohovoru ptát na to, kdy potíže začaly, jak často je máte a zdali jsou stále stejné, nebo se stav zhoršuje.

Můžete ale také jít jen na kontrolu, preventivní prohlídku, pro recept nebo pro nějaké potvrzení. Důvod své návštěvy hlase zdravotní sestře. Má to značnou důležitost zvláště v případech, kdy máte podezření na infekční onemocnění.

Bolest, zvýšená teplota, horečka

Bolest je nejčastějším důvodem návštěvy lékaře. Dobře lékaři popište její umístění, charakter a intenzitu. Pokuste se sami určit, jak je bolest intenzivní. Zkuste si intenzitu sami určit na této stupnici: 0 = žádná, 10 = nesnesitelná. Tato škála bolesti znamená užitečnou pomůcku, která lékaři pomáhá u téhož pacienta například sledovat intenzitu bolesti v čase. Pokud je tedy bolest hlavním problémem, bude výhodné se s touto metodikou detailněji seznámit. **Váš lékař** vám v tom pomůže. Bolest může být svým charakterem bodavá, řezavá, palčivá, pulzující, tlaková, neohraničená, přerušovaná, trvalá apod.

U zvýšené teploty nebo horečky je důležité zaznamenat její vývoj v čase a její hodnoty. Nezapomeňte, že pokud teplota přesahuje 38 stupňů Celsia a trvá déle než dva dny, měli byste vždy zavolat či vyhledat svého lékaře.

Je nutné se registrovat u praktického lékaře?

Nejde sice o povinnost, ale jednoznačné doporučení. Ze zákona o veřejném zdravotním pojištění totiž vyplývá, že úhrada řady zdravotních výkonů je vázána jen na registrujícího lékaře – např. pravi-

delné preventivní prohlídky, komplexní vstupní prohlídky, návštěvy doma u vážně nemocných a špatně pohyblivých pacientů atd. Bez registrace by vám toto vše nemohlo být poskytnuto. To, co je výše uvedeno, platí i v případě registrujícího zubního lékaře a gynekologa (s výjimkou návštěvní služby).

Co je dobré vzít k lékaři

Samozřejmě **průkaz zdravotní pojišťovny, průkaz totožnosti (občanský průkaz, pas, případně řidičský průkaz), předchozí nálezy, lékařské zprávy od specialistů, případně propouštěcí zprávy z nemocnice.** Je velmi důležité, aby váš registrující lékař vždy obdržel všechny zprávy, které vám napsali ostatní lékaři. Jinak jeho informace o vašem zdravotním stavu nikdy nebudou kompletní.

Víte, že se máte hlásit u svého praktického lékaře pro dospělé a v případě dětí u praktického lékaře pro děti a dorost 3. den po propuštění z nemocnice?

Nemůžete najít registrujícího lékaře?

Pokud nemůžete najít registrujícího lékaře, který by vás mohl vzít do péče, obraťte se na příslušnou zdravotní pojišťovnu, jež je podle odst. 1 § 46 zákona o veřejném zdravotním pojištění povinna

zajistit vám příslušnou péči prostřednictvím zdravotnických zařízení, s nimiž má uzavřené smluvní vztahy.

Také je možné informovat se o možnosti registrace na internetových stránkách Sdružení praktických lékařů a České stomatologické komory, které uveřejňují seznamy lékařů s momentálně volnou kapacitou pro příjem nových pacientů. Uvědomte si, že právě vaši zdravotní pojišťovně posíláte peníze na svou zdravotní péči.

Odborný lékař

Ne všechno může vyřešit registrující lékař. Pokud je potřeba specializované vyšetření, např. kardiologické nebo ortopedické, doporučí registrující lékař pacientovi návštěvu ambulantního specialisty. Spolu s doporučením k přijetí specializovaným lékařem zasilá registrující lékař též písemné odůvodnění a důležité zdravotní údaje včetně výsledků předem provedených vyšetření a informace o provedeném léčení. I v tomto případě má pacient právo na svobodnou volbu zdravotnického zařízení, tedy ambulantního specialisty.

Zapište si informace, které vám podá odborný lékař. Doporučujeme neobcházet registrujícího lékaře a vždy se nejprve poradit s ním. Vzniknou pochopitelně situace, kdy při specifických či náhle vznik-

lých potížích vyhledáte přímo odborníka – např. chirurga, neurologa, kardiologa apod.

Nezapomeňte o výsledku návštěvy specialisty informovat svého registrujícího lékaře, který vás k odbornému vyšetření odeslal, a předejte mu písemnou lékařskou zprávu.

(Pokračování příště)

Zdroj: Ministerstvo zdravotnictví ČR
Připravila Blanka Falcniková

Rádce pacienta ke stažení:

www.mzcr.cz/KnihaBezpeci/dokumenty/radce-pacienta_5016_2416_18.html

Anekdota

**Lékař k pacientovi:
„Musíte okamžitě s tím
pitím přestat! Váš poslední
krevní vzorek se vypařil, dřív
než jsem ho
mohl vyšetřit.“**



GLOSA

Kdo z toho bude mít prospěch?

Jiří Muladi



Mnoho věcí se vyjasní už jenom tím, že se správně nazvou. Například tvrzení, že kterýkoli politik chce sloužit lidem – to je lež. (Vždyť s tolika sluhy bychom se museli mít jako prasata v žitě.) Že si politikové chtějí žít jako prasata v žitě na úkor ostatních lidí, to je pravda. Že sociální karty pomohou handicapovaným, to je lež (podrobněji o tom píšeme na jiném místě). Že sociální karty jsou asociální, to je pravda. Že homosexualita je rovnocenná normě, to je lež. Že homosexualita je úchylnka od normy, to je pravda...

Bliží se krajské a senátní volby. Mnozí politikové se v nich chtějí zviditelnit doslova za každou cenu, proto vytahují na veřejnost i ta nejpodivnější témata. Jedním z nich je právě „úsílí, aby homosexu-

ální páry mohly adoptovat a vychovávat heterosexuální děti. Tyto páry by jim přece mohly dát více lásky a zázemí, než kolik mohou poskytovat dětské domovy...“ Pro politika s tak „šlechtilým“ úsilím mám tedy vzkaz: Nemodelujte život cizím dětem. Ze všeho nejdříve najdete homosexuální pár, který na vaše vlastní děti bude mít více času než vy (tak mimořádně zatížený funkcemi a službou pro veřejnost) a který jim poskytne více lásky a zázemí než vy sám. Potom nechejte vypracovat analýzy, kolik procent dětí bude v podobných případech zneužito pro akceptování homosexuálního vzoru svých náhradních rodičů. A pak také nechejte zpracovat právní rozbor, nakolik budou – po nějakém čase – úspěšné žaloby těchto dětí na náš stát...

Takže ono je to všechno jinak. Pod „ušlechtilým“ úsilím se skrývá skutečnost, že děti jsou takovému politikovi úplně ukradeny a že v boji o politické křeslo se neštítí žádné blbosti. Abych byl jasně pochopen, homosexuály neodsuzuji. Když jim Bůh dává život, kdo jsme my, abychom je odsuzovali? Jenže Bůh jim také nedává děti, a kdo jsme my, abychom jim je dávali? Osobně je mi úplně jedno, jak kdo nakládá s vlastním živo-

tem, pokud přitom nedeptá životy jiných lidí. A pokud přitom nelže. Jak říkám, mnoho věcí se vyjasní už jenom tím, že se správně nazvou. A jak říkal Jan Werich: Kde blb, tam nebezpečno.

Politikové samozřejmě stojí také o hlasy vozíčkářů a nepochybně přijdou i v této oblasti s nějakým „ušlechtilým úsilím“. Přeji vám tedy, abyste si v nadcházejících volbách všechna hesla a prohlášení přeložili ze lži do pravdy. Naprosto jednoduše se to dá udělat pomocí bezelstné a jasné odpovědi na otázku starých Římanů: Cui bono? Tedy: Kdo z toho bude mít prospěch?



Bezbariérová kuchyňská linka

Tipy • rady • zkušenosti



Obr. 1

Obr. 1: Celkový pohled na kuchyň určenou pro osobu s těžkým tělesným postižením. Tato kuchyň dokazuje, že i prostor zcela vyhovující potřebám tělesně postižené osoby může být esteticky hodnotný. V rámci dispozičního řešení je ideální přímá návaznost pracovní plochy kuchyně na jídelní stůl, který je vlastně součástí pracovní desky. Stůl může plně nahradit klasický jídelní stůl nebo lze tuto formu využít pro rychlá jídla, snídaně, svačiny, popř. jako prostor pro domácí práce, který využije zejména žena – matka. Ta při vychovávání dítěte tráví většinu času v kuchyni. Sestavit funkční kuchyň pro vozíčkáře není jednoduchá záležitost. Jak na obrázku vidíme, je pracovní plocha v podstatě rozdělena na dvě části. Jedna část je snížená, druhá je ve standardní výši. To vyplývá jednak z potřeb vozíčkáře pro zajištění pod pracovní desku, jednak z výšek zařizovacích kuchyňských předmětů – myčky, pračky. Paradoxně není

snížena ta část, kde je dřez. Důvod je ten, že dřez má svou hloubku a při výpočtu vzdálenosti dolní plochy dřezu od podlahy je rozhodující, zda vozíčkář pod dřez podjede. Osazení dalších zařizovacích prvků – ovladačů, baterie, zásuvek apod. – je třeba rozmístit s rozvahou, nejlépe po konzultaci s uživatelem. Například umístění dřezové baterie je možné ze tří stran. Rozhoduje o tom nejen zdatnost vozíčkáře (jeho dosahová vzdálenost), ale i to, zda je levák či pravák. Horní skřínky, které jsou umístěny tak, jak je běžné, jsou uvnitř vybaveny vysouvacími koši na nádobí. Zajímavým a funkčním detailem kuchyně je konzole, která je uchycena na tloušťku pracovní desky. Slouží jednak pro snadnější manipulaci s předmětem v ruce na vozíku (vozíčkář držící např. misku s jídlem se volnou rukou k desce přitáhne, což je jednodušší manipulace než přiblížení se k desce manipulací na vozíku přes obruč kola), jednak pro zavě-

šování různých drobných kuchyňských pomocníků – naběraček, cedníků, mēchaček apod. (Zdroj: katalog firmy Koryna.)

Obr. 2: Detail dřezu. Na obrázku podobně řešené kuchyně vidíme jednu z možností správného osazení a umístění dřezu v kuchyni určené pro osobu s tělesným postižením. Nad dřezem je umístěn výsuvný koš na nádobí, který slouží jak k uložení nádobí, tak k jeho osušení. Vysouvání může být buď manuální, nebo elektrické – vypínač je na čelní straně „panelu“ dřezu vpravo. Velmi důležitý je zde ochranný kryt na sifon, který při poruše těsnosti sifonu zabrání opaření nohou vozíčkáře. Pověšme si na tomto detailu i umístění mikrovlnné trouby. Ta je zavěšená na spodní část závěsných skříněk. Toto umístění má tu výhodu, že nám zmenší pracovní plochu kuchyně. (Zdroj: katalog firmy Koryna.)

Obr. 3: Výsuvná plocha z pracovní

desky umožní rozšíření pracovní plochy kuchyně. Využijeme ji zejména u malých kuchyní, kde máme málo půdorysného místa. (Zdroj: katalog firmy Koryna.)

Obr. 4: Výsuvné police na nádobí. Police vybavené tímto zařízením umožní osazení horních závěsných skříněk standardně, ale při zachování přístupnosti obsahu skříňky vozíčkářem. (Zdroj: katalog firmy Koryna.)

Zdroj: Ing. arch. Daniela Filipiová, Projektujeme bez bariér, 2002 (se svolením autorky)

Zkušenosti vozíčkáře:

■ Umístění vodovodní baterie u dřezu doporučuji raději vzadu než vpředu (viz obr. 1 a 2). Při umývání nádobí vsedě na vozíku se vozíčkář většinou opírá lokty o přední část pracovní desky a nádobí drží přibližně ve střední části dřezu. Výtokový

otvor baterie je proto vzadu ve výhodnější poloze.

■ Samotná vodovodní baterie je výhodnější vysoká s vysokým ústím výtoku a otáčecím raménkem, což je praktické při umývání objemnějšího nádobí.

■ Baterie s vysouvacím raménkem na hadici (viz obr. 1 a 2) je výhodná pro napouštění větších hrnců stojících poblíž na sporáku. Pokud není použita tato baterie, lze vodu do větších hrnců napouštět po částech pomocí menších hrnců nebo např. i varné konvice.

■ Prostor pod dřezem vybavený ochranným krytem na sifon je sice bezpečnostním prvkem, avšak v podobě, jako je na obr. 1 nebo 2, ubírá z hloubky potřebné pro zajetí kolen vozíčkáře. Bez něj se prostor pod dřezem (zejména v malých kuchyních) dá v zadní části opatřit dvěma plynými policemi pro uložení dalšího kuchyňského vybavení. Na bočních stěnách mohou na háčcích viset např. pánve, krájecí deska, apod.

■ Protože pro vozíčkáře s ochrnutím trupu je nesnadné uchopovat hrnec oběma rukama, je výhodnější mít hrnec s jednou dlouhou rukojetí pro uchopení jednou rukou (podobně jako pánev nebo rendlík).

■ Při kupování pánve zohledňujte zejména její hmotnost. Z tohoto hlediska jsou vhodnější pánve tenkostěnné.

■ Praktickým pomocníkem v kuchyni je nízký plastový tácek položený na kolenou (pokud to handicap vozíčkáře umožňuje). Je vhodný jako mobilní pracovní plocha pro odkládání a přenášení předmětů a potravin z jednoho místa na druhé.

■ Kde s ním? – otázka týkající se nádobí na odpadky. Zejména do malé kuchyně může být řešením plastový koš obdélníkového půdorysu s malou hloubkou, korpusem zavěšeným na vnitřní stranu dvířek dolní skříňky a z korpuse vyklápaný jednou rukou. Rozměry: $v \times \text{š} \times \text{hl} = 40 \times 30 \times 20$ cm. Zakoupíte jej v supermarketu IKEA pod názvem Retur za 249 Kč.

(dz)



Obr. 2



Obr. 3



Obr. 4

Vaříme s Vozkou

Rychle a jednoduše



Pokrmu, jejichž příprava vozičkáři nezabere moc práce a námahy. Uvítáme, když svými recepty přispějete i Vy!

ČERVENÁ ŘEPA K posílení organismu

Období nastupujícího podzimu často prověří naši imunitu. V našich obchodech je k máni krásou sice neoplývající zelenina, ale velmi vhodná k posílení celého organismu. Červená řepa je vysoce zásaditá a jako taková je schopna potlačovat nejen viry a bakterie, ale účinně nám pomáhá bojovat s často rozšířenými mykózami.

Červená řepa zbavuje mozek jedovatých kovů, například hliníku. Je kvalitním zdrojem kyseliny listové, vitamínu C a zejména draslíku, který upravuje srdeční činnost, udržuje normální krevní tlak a napomáhá správné činnosti nervové soustavy. Poskytuje tělu křemík, který posiluje kosti, cévy i kůži.

Účinky červené řepy, zejména v syrovém stavu

■ **Zdroj křemíku** – díky velkému obsahu křemíku má velký význam při tvorbě vazivových tkání a kostí a pružnosti cévních stěn, regeneruje organismus a zpomaluje stárnutí. Díky tomu je pokožka mladší, má příznivý vliv na vlasy a nehty.

■ **Kyselina listová** – patří mezi důležité látky v těhotenství pro správný vývoj plodu a snižuje možnost samovolného potratu. Kyselina listová pozitivně ovlivňuje činnost srdce a kardiovaskulární systém. Nejvíce kyseliny listové nalezneme v syrové červené řepě. V tepelně upravené řepě je jí asi polovina.

■ **Vláknina** – díky velkému množství vlákniny červená řepa upravuje vyměšování a likviduje jedovaté látky ve střevě. Reguluje výskyt zácpy a průjmů, mezi další účinky patří produkce trávicích šťáv a podpora činnosti jater a žlučníku.

■ **Protinádorové účinky** – červená řepa

díky obsahu antokyanů a její schopnosti likvidovat volné radikály je doporučována jako prevence proti rakovině. V tomto případě je nejdůležitější šťáva z červené řepy, která by se měla pít třikrát denně po 100 ml. Nebo lze používat červenou řepu v syrovém stavu.

- Dále podporuje nervový systém a vyživuje nervy,
- má antisklerotické účinky,
- díky obsahu železa doplňuje červené krvinky, podporuje krvetvorbu a pročisťuje krev,
- ovlivňuje pozitivně tvorbu inzulínu,
- pomáhá po rekonvalescenci při borelióze a klíšťové encefalitidě,
- má pozitivní vliv na zrakovou ostrost,
- je vhodná při menstruačních a klimakterických potížích,
- vylučuje škodlivé látky z těla (cholesterol, olovo a radioaktivní látky),
- má antimalarický účinek.

Červená řepa má velké využití v kuchyni; lze ji použít do salátů, k vaření polévek, známého ruského pokrmu boršč nebo k přípravě pomazánek, slaných buchet a koláčů.

Řada lidí se při zmínce o červené řepě otřepe, mají ji totiž znechucenou z období dětství ze školních jídel. Červená řepa se jí buď syrová nebo zpracovaná. Červená řepa je vhodná v syrovém stavu oloupaná a nakrájená na tenké plátky. Nechejte chvíli oschnout, pak konzumujte místo chipsů večer u televize – pro své zdraví uděláte hodně dobrého. Velkou lahůdkou je také pečená řepa. Je sladká a příjemně kroužová, připomíná pečené brambory v popelu.

Recepty z červené řepy

Polévka z pečené červené řepy

Potřebujeme: Litr až litr a půl vývaru z masa, 4 středně velké červené řepy, sůl, česnek, olivový olej, alobal.



Postup: Do alobalu dobře a neprodyšně zabalte omytou řepu, pokapejte olejem, posolte, obložte česnekem ve slupce. Pak na 200 stupňů pečte v troubě 1–1,5 hodiny podle velikosti řepy. Po upečení rozbalte, propíchněte vidličkou a oloupejte –

jde to moc dobře, asi jako u brambory pečené ve slupce. Nakrájejte na kousky a rozmixujte v teplém vývaru. Podávejte vylepšené se lžící zakysané nebo normální smetany.



Příloha k masu, carpaccio

Potřebujeme: Dvě menší pečené červené řepy, 8 hrstí polníčku (je možné použít i rukolu), plátky kozího sýra, vlašské ořechy, zálivku (olivový olej, ocet, med, sůl, pepř).

Postup: Řepu nechejte trochu vychladnout a oloupejte ji. Potom nechejte vychladit v lednici. Studenou řepu nakrájejte na co nejtenčí plátky a rozložte na talíř. Přidejte polníček (rukolu), který jste omyli, osušili a promíchali se zálivkou. Kozí sýr dejte rozpéct pod gril nebo do trouby. Vlašské ořechy nasekejte nahrubo a nasucho opražte na pánvi. Sýr pokladte na salát a vše posypte ořechy.

Pomazánka z červené řepy

Potřebujeme: Dva balíčky sýra žervé nebo lučiny, popř. pomazánkové máslo, 1/2 pečené červené řepy, 1 malou jarní cibuli, 1 lžičku olivového oleje, sůl, pepř a citrónovou šťávu, pečivo.

Všechny ingredience rozmixujte nejlépe pomocí tyčového mixéru a použijte na pečivo.

Dobrou chuť přeje Blanka!

Ergoterapie pro zdraví i pro radost

Cvičte ruce a zároveň ozdobte svá okna!

Skládání pravidelných tvarů, barevné průsvitné papíry a trpělivost – to jsou základní parametry techniky, kterou vám dnes přinášíme v pravidelné rubrice našeho magazínu. Inspirací a učitelem nám byla kniha **Skládání hvězdy na okna** (viz na konci textu). Z knihy jsme vybrali jen jednu z variant, její nabídka je ale mnohem větší a hvězdy zajímavější, což dělá ozdobená okna kouzelnější.

Technika skládání není obtížná, snad jen trochu více **náročnější na pečlivost a přesnost**. Jejím základem je vrstvení průsvitného papíru, což bude kromě jiného vytvářet nové geometrické tvary i barevné efekty.

Trénování soustředění a trpělivosti má pro nás nemalý význam, může se projevit v následné harmonii a souladu nejen nás samotných, ale ovlivní i naše okolí.

A co je také významné – jednodušší formy skládání lze absolvovat společně s dětmi.

Co budeme potřebovat?

Na výrobu průsvitných hvězd je podle autorky knihy nejlépe využít **jednobarevný pergamenový transparentní papír 42 g/m²**. V prodejnách výtvarných potřeb je k dostání ve velikostech 10–20 × 10–20 centimetrů nebo ve větší roli. Z počtu deseti barev si jistě ty své kombinace najdete. Pergamenový papír je křehký a citlivý na vlhko, nejvhodnější ke slepování dílů je **lepidlo KORES**, při aplikaci použijeme spíše menší množství, aby se nevytvořily nepěkné skvrny.

Kromě pergamenového lze k práci použít i jakýkoli průsvitný barevný papír. Dále budete potřebovat **nůžky, průsvitnou izolepu k upevnění hotové hvězdy na okno**.

Při vlastní práci na ozdobných hvězdách se vychází ze dvou základních forem – **obdélníku a čtverce**. Pro dosažení výchozích pozic přeložíme základní cípy ke středové ose a opět rozložíme. Každý sklad pečlivě zarýhneme – například tupou stranou nožičku. Vzniknou tak viditelné linky, k nimž se budou vztahovat další kroky. **Na nákresech jsou pomocné sklady znázorněny přerušovaně.**

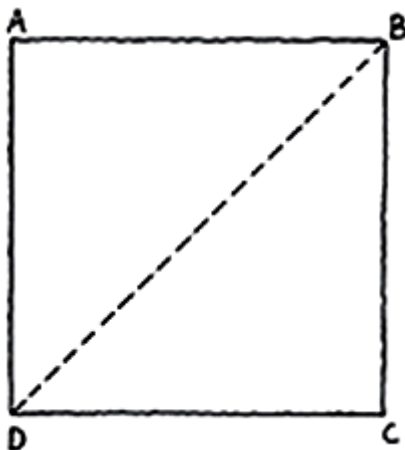
Hvězda poskládaná z původních čtverců papíru

Výsledná velikost hvězdy bude mít velikost dvojnásobku úhlopříčky použitého čtverce, tedy vzdálenosti mezi body B a D.

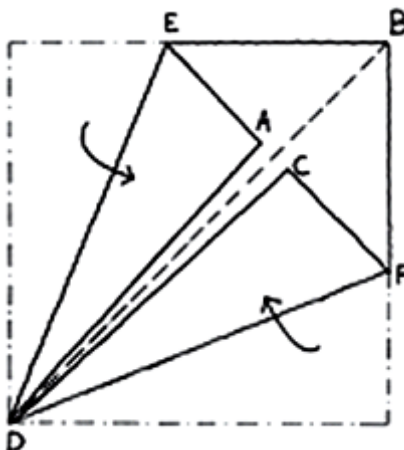
Na vytvoření této hvězdy potřebujeme složit 8 stejných dílů.

Postup práce:

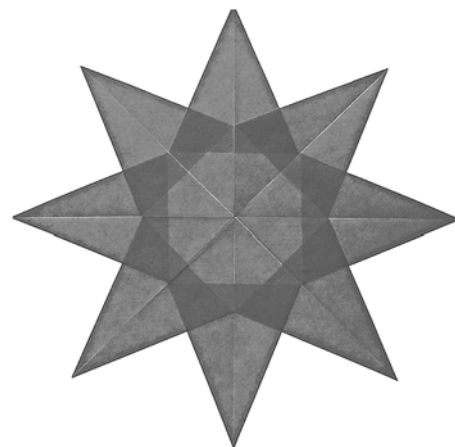
1. Vytvoříme pomocný sklad po úhlopříčce čtverce.



2. Cípy A a B přehneme ke středu. Pečlivě zarýhneme.

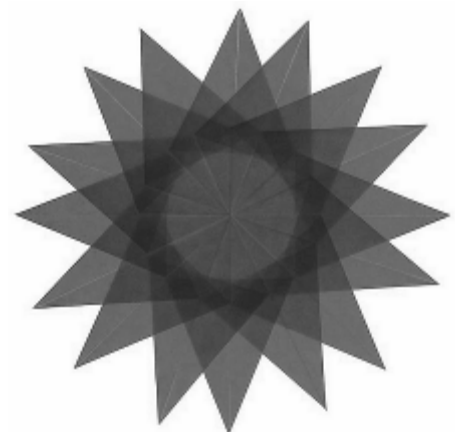


3. Osm takto složených cípů pak přiložíme přes sebe a v místě překladu k sobě lehce slepíme. Stačí opravdu lehounce potřít lepidlem a papír spolehlivě drží. Všechny cípy přikládáme stejně, tzn. hladkou stranou navrch. Poslední cíp zasuneme stejným způsobem jako všechny ostatní, polovina zůstává navrchu, druhá vespod – tuto slepíme k prvnímu dílu.



U některých složitějších skladů si můžeme průběžně sklady také slepit, lépe se nám bude pokračovat. Mistrovství docílíme co největším množstvím složených hvězd, praxe vždy nejvíce naučí.

Použijeme-li dvojnásobně množství cípů, tj. 16, a posuneme-li je o polovinu, máme novou variaci.



Rada na závěr: Uvedená ukázka je tím nejzákladnějším skládáním, kniha přináší další a další variace skladů a kombinace barev. Nakonec se naučíme nacházet vlastní kombinace a uplatníme vlastní kreativitu a nápady.

Připravila: Blanka Falcníková



Doporučujeme:

Skládané hvězdy na okna, Jana Šilarová, 64 str., 185 Kč, Grada.

Při práci s jemným papírem zdokonalujeme svůj smysl pro přesnost, jemnost a trpělivost a motoriku rukou a prstů.

Radost z vlastní tvorby

Kvíz,

který vám bude chutnat

1. Existují 4 základní typy chuťových vjemů: slaný, sladký, kyselý a hořký. Kterou chuť vnímáme prostřednictvím chuťových pohárků umístěných na špičce jazyka?

- a) kyselou
- b) sladkou
- c) slanou



2. Při výrobě které „hořké dobroty“ se dělá konšování?

- a) fernetu
- b) čokolády
- c) tonicu

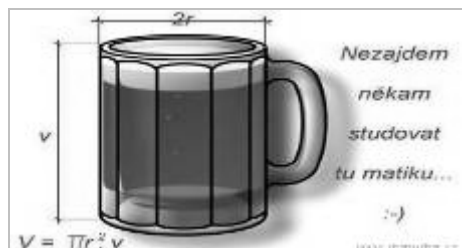
3. Ve které zemi mají toto přísloví: Lásko je omáčka, která teprve dá každému masu chuť?

- a) Francie
- b) Itálie
- c) Řecko



4. Odedávna patřilo pivo k nejoblíbenějším alkoholickým nápojům v Čechách („život je hořký, bohudík“). V části pivovaru zvaném spilka dochází

- a) ke kvašení
- b) k odfiltrování kvasných kalů
- c) ke zrání piva



5. Která kyselina vznikne kvašením cukrů v nakrájeném zelí a my si pak

můžeme pochutnat na kyselém zelí?

- a) octová
- b) citronová
- c) mléčná

6. Které město se u nás proslavilo výrobou skvělých kyselých okurek?

- a) Olomouc
- b) Náchod
- c) Znojmo



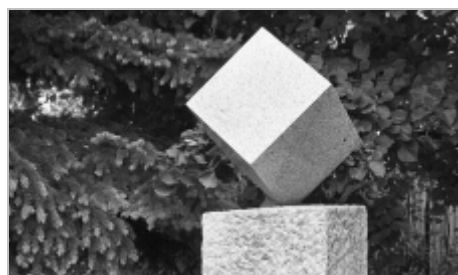
7. Co je ještě kyselé? Přece citron. S kyselými obličejí však rozhodně neodcházejí z koncertu fanoušci ostravské kapely Citron. Tato rocková skupina patří už dlouhé roky u nás k nejoblíbenějším, z roku 1988 má i Zlatého slavíka. Tipnete si, odkdy se datuje jejich historie?

- a) od r. 1973
- b) od r. 1976
- c) od r. 1981



8. Cukr se až do konce 19. století dodával nejčastěji v odlévaných homolích, které se v domácnosti sekaly na drobnější kousky. Roku 1841 vyrobil jeden cukrovarník v Dačicích první kostkový cukr, který homole postupně nahradil. Jak se jmenoval?

- a) Jakub Kryštof Rad
- b) Matěj Václav Sázavský
- c) Jan Kostka Neumann



9. Každý ví, že za sladkou pochoutku – med – vděčíme včelám. Určitě nejslavnější včela je Mája. Proslavil ji dětský animovaný seriál Včelka Mája a také jeden český zpěvák ve své písničce. Který?

- a) Jiří Korn
- b) Karel Gott
- c) Václav Neckář



10. Perník je tradiční sladké pečivo. Z kolika ingrediencí sestávala jeho původní receptura?

- a) 3
- b) 4
- c) 5



11. Která mořská ryba se používá k výrobě slanečků?

- a) treska
- b) sled'
- c) makrela



12. Solené arašidy jsou oblíbeným mláčením k vínu, pivu nebo jen tak k televizi. Na které rostlině tyto oříšky rostou?

- a) ledvinovník západní
- b) podzemnice olejná
- c) juvie ztepilá



Správné odpovědi: 1b, 2b, 3a, 4a, 5c, 6c, 7b, 8a, 9b, 10a, 11b, 12b

Sestavila: Milena Zahumenská

Datum	Akce, místo	Pramen - str.	Pořádá, informace
OPAKUJÍCÍ SE AKCE			
celoročně	Rehabilitační 14denní pobyty pro ZP děti s rodiči, areál Jedličkova ústavu, Praha	Vozka 07/1 – 62	JÚŠ, Praha, 241 083 100, www.jus.cz, B. Vlasáková, 241 083 517, vlasakova@jus.cz.
do června 2011	Koncerty České komorní filharmonie. Kongres. sál, hotel Crowne Plaza Prague. Vozíčkáři + doprovody „volňásky“	Vozka 10/4 – 3	Jarka Franková, Pražská org. vozíčkářů, 224 827 210; 736 485 859.
2× týdně	Plavání jako sport i rehabilitace, bazén SOU pro těles. postiž. mládež, 17. Listopadu, Ostrava-Poruba	Vozka 05/3 – 48	KONTAKT bB, Petr Musálek, 724 220 417
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@maseranaadlani.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. vozících – tréninky, hala Středního odbor. 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 čtvrtek 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			
Rok 2012			
podle zájmu	Bagrškola – jedno, tři až týdenní pobyt s výukou bagrování, Nová Paka. Bezbariérové ubytování, rehabilitace, výlety do Krkonoš a Českého ráje	Vozka 11/4 – 70	Sdružení Život bez bariér, Nová Paka, J. Fučík, 603 828 353, J. Fučíková, 603 434 833.
24. do 27. 9.	Divadelní pouť bez bariér – prezentace české a zahraniční divadelní tvorby a loutkářského umění. Hledání cest přes osobní i společenské bariéry všeho druhu. Součástí programu budou vzdělávací besedy a arteterapeutické dílny. Divadlo loutek Ostrava	Vozka 12/3 – 39	Divadlo loutek Ostrava, Pivovarská 3164/15, Ostrava 1, předprodej vstupenek – tel.: 596 100 501, info@dlo-ostrava.cz, www.dlo-ostrava.cz
30. 9.	Fotosoutěž Život nejen na kolech – uzávěrka přihlášek	Vozka 12/2 – 35	Liga vozíčkářů Brno
06. 10., 20 h	XV. Spinální ples, sokolovna Luže-Košumberk, hraje kapela Chorus Jaromíra Bečky z Chrudimi	Spinálního ples Košumberk	http://spinalniples.webnode.cz, vojtus@email.cz
12.–14. 10.	Výstava Život bez bariér, Výstaviště Černá louka, pav. A (bezbariérový), Ostrava. 1. ročník výstavy s tématem Handicap a Senior. Mezi vystavovateli naleznete nabídku výrobců, distributorů a prodejců pomůcek, výrobků chráněných dílen, organizací pomáhající seniorům a handicapovaným s volnočasovými aktivitami a začleněním do společnosti. Probíhá souběžně s výstavou Dům a byt. Pavilon A se nachází hned u tramvajové zastávky Výstaviště.	Vozka 12/3 – 26	Výstaviště Černá louka, www.cernalouka.cz.
14.–17. 5. 2013	Veletrh REHAPROTEX, přehlídka kompenzačních, protetických, ortopedických a rehabilitačních pomůcek, poskytovatelů sociálních služeb, neziskových nestátních organizací a chráněných dílen, prostředků péče o pacienty ve stáří. Výstaviště Brno.	Vozka 12/3 – 4	Výstaviště Brno

Informace jsou přebírány z uvedených zdrojů a kromě akcí OOV není záruka jejich aktualizace

Pozvěte ostatní vozíčkáře na Vaše akce! Zašlete informace do Vozkova Kalendária:

Uved'te název akce, pro koho je určena, místo a termín konání, pořadající organizaci a kontakt na ni

Magazín VOZKA je vydáván a financován také za podpory a z prostředků:

- Ministerstva zdravotnictví ČR,
- Statutárního města Ostravy,
- Nakladatelství UMÚN s. r. o.
- Nadace OKD

OSTRAVA!!!

INZERCE

Soukromou inzerci si můžete
podat také na web. stránky OOV:
www.vozickari-ostava.cz

PRODEJ

• Prodám v říjnu 2012 VW Passat Combi 2.0 TDi 125 kW, automat DSG. Rok výroby 2006 (B6 model před nynějším faceliftem), najeto 109 tis. km. Modrá metalíza, garážovaný, spotřeba 6,0 l/100 km, ruční ovládání JP-Servis (fa Píbal), servisní knížka, nehavarované. ESP, ABS, 10× airbag, senzor deště a sčeračů, disky z lehkých slitin + zimní kola. Tónovaná skla, automaticky stmívané vnitřní zrcátka, elektr. ovládaná a vyhřívána vnější zrcátka, xenonové světlomety, dělená zadní sedadla, elektr. ovládání oken, Isofix, klimatizace automatická, loketní opěrky, palubní počítač, tempomat, vyhřívána sedadla, sedadlo řidiče elektr. ovládané, rádio/MP3, tažné zařízení, alarm. Cena cca 230 tis. Kč. Kontakt: Pavel Ermis, 608 729 478.



• Prodám elektricky polohovací postel firmy DMA z r. 2009, materiál dřevo, kov, paměťová matrace, hrazda. Pořizovací cena 37 tis. Kč, nyní za 10 tis. Kč. Kontakt: A. Kaplan, Aš, tel. mob.: 606 337 674.

OSOBNÍ ASISTENCE

• Nabízím asistenci handicap. dětem,

pouze v Ostravě – např. doprovod do školy, pomoc při vyučování, u mladších dětí hlídání po dobu nepřítomnosti rodičů. Věk dítěte neomezen. Mám velké zkušenosti s dítětem s poruchou LMD a s dětmi s atyp. autismem. Forma úvazku na domluvě. *Ivana Lednická*, roč. 1977. *Vzdělání*: SŠ s mat. – rodinná škola, ISSD Ostrava-Vítkovice. *Předch. zam.:* ved. přípravy učňů, asist. pedagoga, advok. kancelář. *Kurzy:* Pracovník v sociál. službách; Jednání s autistick. osobami a poruchy chování dětí. Znak. jazyk – modul I., II., III., Říd. průkaz. *Osobní zkušenosti:* Senioři, děti s ADHD, atyp. autismus,

Přihláška k odběru magazínu VOZKA

Přihlásit se můžete

- **telefonicky:**
- tel. redakce: 596 783 174, 10-17 h.,
- tel. vydavatele, Ostravské organizace vozičkářů: 596 786 353 (8-13 h.)
- **e-mailem:** dzidopetr@volny.cz (redakce)
- **z webových stránek:** přihláškou staženou z www.vozickari-ostava.cz
- **dopisem:** adr. Redakce Vozka, Petr Dzido, Tylova 4, 700 30 Ostrava 30

Při přihlášení uveďte: Vaši celou adresu a telefonní číslo.

Roční předplatné: minimální spodní hranice 100,- Kč/rok/4 čísla.

Při přihlášení v průběhu roku: částka podle počtu nevydaných čísel.

Číslo účtu pro platbu: 373704983/0300, specifický symbol: 201, variabilní symbol: VAŠE TELEF. ČÍSLO, zpráva pro příjemce: „VOZKA - rok předplatného“

Na požádání Vám můžeme zaslat poslední již vydané číslo (pokud je skladem).

down. syndr., osoby s těles. handicapem a neslyšící osoby. *Kontakt:* Česká 20, Ostrava-Zábřeh, tel.: 597 578 968, Fischerova5@seznam.cz, mobil: 602 793 528.

VOZKA hledá další dopisovatele!

Pište z celé České republiky
na témata o životě
a pro život na vozíku

Inspirujte ostatní

Informujte nás o tom, co se dělo
a co se chystá
Napište nám Vaše zkušenosti a tipy

Témata

Bezbariérové cestování a objekty,
úpravy bytu, maličkosti
ke zprjemnění života na vozíku,
motorismus, vzdělávání,
sociální služby,
kulturní a sportovní akce,
aktivní trávení volného času,
názory na společenskou rehabilitaci
lidí s handicapem,
nešvary kolem Vás

Kontakt

Příspěvky zasílejte pokud možno
e-mailem:
dzidopetr@volny.cz

VOZKA
o vás, pro vás, s vámi

VOZKA

magazín
o životě
a pro život
na vozíku

Rady,
inspirace
a motivace

Vydává: Ostravská organizace vozičkářů, o. s., Horymírova 3054/121, 700 30 Ostrava 30, www.vozickari-ostava.cz, tel. 596 786 353, IČO: 66933579, b.ú.: ČSOB a. s., 373704983/0300 ■ **Redakce 1 - objednávky, inzerce** (šéfredaktor, grafika, sazba, hospodaření, marketink): Ing. Petr Dzido (*dz*), Tylova 4, 700 30 Ostrava 30, tel. 596 783 174 (10-18 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 Falcníková (*bf*), Hana Klusová (*hk*), Ing. Jiří Muladi (*di*) ■ **Stálí dopisovatelé:** Miroslav Filipčík (*mf*), Božena Šimková (*bš*), Milena Zahumenská, Josef Procházka, Mgr. Milan Linhart, Věra Schmidová ■ **Technická spolupráce:** Tomáš Dvořák, Radan Freiberg, Marie Bářnová ■ **Náklad** 1 400 ks ■ **Vychází** 4× ročně v Ostravě ■ **Cena předplatného:** minimálně 100 Kč/rok/4 čísla ■ **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:** Ministerstva zdravotnictví ČR, Statutárního města Ostrava ■ **OSTRAVA!!!**, Nakladatelství UMÚN, Nadace OKD 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.



Společnost CAR CLUB nabízí hendikepovaným, držitelům průkazů ZTP a ZTP/P po celé ČR komplexní řešení mobility, pojištění a poradenství.

Volejte, pište - poradíme, pomůžeme!

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



Nový vůz ŠKODA Fabia vás bude stát 0,- Kč z vašich vlastních financí*

Škoda Fabia Ambition 1,2 51 kW
5stupňová převodovka, klimatizace.

*Platí pro držitele průkazu ZTP/P se státním příspěvkem ve výši 200 000,- Kč



Nový vůz ŠKODA Octavia vás bude stát 43 000,- Kč z vašich vlastních financí*

Škoda Octavia Prima Edition CZ 1,2 TSI 77 kW
6stupňová převodovka.

Pokud ale sháníte kvalitní ojetý vůz, nabízíme vám na www.carclub.cz vyhledávač s bohatou nabídkou prověřených zánovních vozů mnoha značek.



Certifikát společenské odpovědnosti získal CAR CLUB jako první firma v ČR.

Naším hlavním posláním je zaměstnávat osoby se zdravotním postižením a v duchu svého hesla "hendikepovaní pomáhají hendikepovaným" nabízet komplexní program různých produktů a služeb pro spoluobčany se zdravotním postižením.



Moje asistentka je pěkný pes...

POMOČNÉ 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 nerazhodují.

Pomocné tlapky o.p.s.,
V. Kratochvíle 1073, 382 02 Starý Pízenec,
Tel.: 724 007 778, info@pomocnetlapky.cz
www.pomocnetlapky.cz



INVA-CAR

výroba - montáž - export



INDIVIDUÁLNÍ ÚPRAVY VOZIDEL

Úpravy sedaček:

otočné - výsuvné, dětské otočné - výsuvné, pomocné zvedací " MYOPAT "

Přestavby dodávek a minibusů:

nájezdové rampy, kotvení inv. vozíků, elektrohydraulické zdviže " RICON ", vložené podlahy, sklopné otočné sedačky

Úpravy pro naložení:

osobní zvedáky " INVALIDIT ", přisedací prkýnka, nájezdové lyžiny, jeřábky

INVACAR, s.r.o. Průmyslová 464, 387 11, Katovice
info@invacar.cz, Tel.: 383 388 186, Fax.: 383 388 185
mobil: 775 677 603 www.invacar.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